



22 de agosto de 1880

**La modestia religiosa,
la guarda de los ojos y la guarda de los labios
son medios poderosos para avanzar en la vida interior**

Mis queridas hijas:

La vez pasada hablamos de las cosas creadas y de la nada de todas ellas consideradas en sí mismas. Hoy quiero retomar desde otro ángulo esta gran cuestión de la unión de nuestro corazón con Dios.

Debemos comprender que Dios lo es todo, que debemos orientar hacia Él todos nuestros pensamientos y deseos: éste es el principio de nuestra vocación religiosa.

Cuando entramos en religión, es para entregarnos a Dios, para unirnos a Él lo más perfectamente posible; ésa es la meta del alma religiosa. ¿Por qué después de un cierto número de años pasados en religión, no hemos avanzado mucho en nuestra unión con Dios? ¿Cuál es la causa? Esto es algo importante que debemos examinar, y debemos preguntarnos a menudo: «¿Qué es lo que impide esta unión con Jesucristo para la que entré en religión?»

A menudo debemos examinar los principios que exponemos a las novicias, principios que no siempre están en condiciones de comprender, y de los que no siempre se benefician tanto como deberían. Así que voy a tocar cosas que no parecen muy avanzadas: la modestia religiosa, por ejemplo. No pedimos una modestia religiosa que sea una contención, pero sí pedimos una modestia religiosa. Hay que ir a los principios de todos los escritores espirituales que, sin excepción, hablan de guardar los ojos, los labios, el corazón, en una palabra, de todo el exterior de las personas religiosas.

Sin duda, en estos principios se basan las recomendaciones dadas a las novicias de mantener la modestia de los ojos, de bajarlos a menudo, de no levantarlos en los lugares de oración, en los lugares regulares. No siempre entienden muy bien por qué se les pide esto. Lo hacen, pero no siempre. Cuando lo hacen, no ponen el corazón en ello, porque no ven la importancia que tiene.

Ciertamente, la guarda de los ojos concierne en primer lugar a todas las cosas que no son buenas. En los conventos es rarísimo encontrarnos en circunstancias en las que podamos ver algo que está mal; pero las religiosas no sólo estamos en el camino que consiste en evitar el pecado, estamos en un camino en el que tendemos a la perfección. Así que no es una cuestión de pecado: estamos separadas del mundo, de las ocasiones de pecado que debemos aborrecer, y debemos esforzarnos por alcanzar la perfección. Tendemos a ella cada vez que nos imponemos el pudor exterior de los ojos, que evitamos mirar cosas inútiles, pero eso sin constreñirnos. No os pedimos que apartéis los ojos de los rostros de vuestras hermanas que, al contrario, pueden llevaros a Dios.

Pero cuando vais y venís y miráis de un lado a otro, cuando hacéis como algunas de las hermanas que encuentro y os volvéis para ver quién está detrás de vosotras -todo esto es pura

distracción- es imposible que la vida interior, la atención a la oración, a la presencia de Dios, esté en sintonía con estas distracciones que recibimos continuamente a través de la mirada. San Juan de la Cruz decía que los ojos son las puertas por donde entran en nosotras las imágenes de las cosas exteriores, y que debemos mantener estas imágenes lo más lejos posible para recibir directamente en nuestras almas la imagen de Nuestro Señor Jesucristo. Ved qué nobles, serias y graves razones hay para guardar los ojos, pues todos los místicos han llamado la guarda de los ojos la llave de la vida de oración.

Miremos, cuando sea útil para el servicio de Dios: estamos constantemente en este deber con respecto a las niñas. Necesitamos mirarlas para saber lo que hacen. Debemos tener el recogimiento que da el cuidado de mantener una postura modesta, de no mirar ni a derecha ni a izquierda, de borrar de nuestra mente las imágenes que pueden entrar por los ojos, para tener ante los ojos algo santo, algo divino, algo que tenga que ver con Jesucristo.

En vuestras meditaciones, lo estudias para imitarlo. Meditáis sobre la Santa Infancia, por ejemplo. ¿Por qué no has de ser como el santo sacerdote que dijo: «Durante los cuarenta días que siguen a la Navidad, estoy siempre en el establo»? ¿Por qué deberíamos abandonar el establo? ¿Por qué no permanecer allí a los pies del santo Niño Jesús? Meditáis sobre la Pasión. ¿Por qué, como tantas almas, no estáis a menudo en el monte del Calvario, siguiendo a la Santísima Virgen, asociándoos a sus angustias, a las de los discípulos, a las de los apóstoles? Que éste sea el objeto que mira nuestra inteligencia.

No hablo de una devoción más que de otra; pero si queréis estar en el camino de la perfección, en el camino de la unión con Dios, vuestra inteligencia debe mirar algo sagrado que os recuerde la vida de nuestro Señor Jesucristo. Si miras todas las mariposas que vuelan alrededor, es imposible que tu mente tenga la fuerza para concentrarse en las cosas espirituales.

Digo esto de la guarda de los ojos. La guarda de los labios es aún más importante. Esta oración, *Coloca, Señor, un centinela a la puerta de mis labios*¹, se remonta a los santos del Antiguo Testamento, a los profetas inspirados por el Espíritu Santo; viene de David. Así que no es de hoy, ni de ayer, el que se nos aconseje guardar nuestras palabras. He dicho antes que no debemos mirar a las mariposas en vuelo. En este mundo estamos acostumbradas a decir las cosas como la mariposa que vuela de flor en flor. Hablamos por hablar, decimos palabras sin sentido, hablamos para contar la misma historia una y otra vez. ¿No son las conversaciones de la gente del mundo perfectamente insignificantes? Es como el ruido de un molino de viento. Impide que la mente esté consigo misma. Cuando se deja el mundo, puede que se haya retenido algo de este hábito. Así que se tiene que hacer un esfuerzo para cerrar los labios a las palabras inútiles. No diría a las palabras culpables: una religiosa las odiaría.

Aquí no os pedimos que escribáis vuestros exámenes. Sin embargo, tenemos que hacer dos exámenes al día. ¿Has pensado en tomar como tema de vuestro examen, ver si alguna de vuestras palabras proviene de un poco de pasión, de impaciencia, por ejemplo? ¿No hay un cierto número de vuestras palabras que proceden de la impaciencia? ¿No decís, como resultado de un movimiento de amor propio, de estar molestas por una observación, de querer ser aprobadas, cierto número de palabras que provienen de uno de estos principios de orgullo, susceptibilidad, amor propio? No son, espero, palabras absolutamente culpables, pero son palabras imperfectas. El principio maligno que debería ser destruido en la vida religiosa crece en lugar de extinguirse.

Cuando algo os molesta profundamente, ¿por qué demostrarlo hablando? ¿Por qué en algunas comunidades -gracias a Dios, no es el caso aquí- se oyen palabras de murmuración, palabras de queja, palabras maliciosas o palabras de disputa, de detracción², como dice santa Chantal? Nos jactamos, hablamos de nosotras mismas. Es un tema eterno. Os he contado a menudo la historia de un pobre hombre que había escrito un libro. Cuando quiso hacerlo imprimir, se dice que en

¹ Sal 140,3.

² Detracción = denigrar, que desprecia injustamente

la imprenta no había suficientes *y* y *m*, de tanto que salían los *yo* y los *mi*. Es una broma, pero todas, unas más, otras menos, tenemos esta imperfección de hablar de nosotras mismas.

Es cosa grande guardar los labios, pues *el hombre que no peca con la lengua es un hombre perfecto*³ dice Santiago. Juzgad cuánto habéis de vigilar vuestras palabras, arrepentíos de las que en principio son imperfectas, desechad las que son vanas, y luego estudiad y buscad dentro de vosotras cómo podríais tener en el recreo una broma inofensiva, amable con el prójimo, una conversación llena de cosas más bien buenas, más bien santas, no predicando, sino, como dice San Pablo, *tomad en consideración todo lo que hay de verdadero, de noble, de justo, de limpio, de amable, de laudable, de virtuoso y de encomiable*⁴. ¡Qué temas tan interesantes para nosotras, que conocemos la historia de los santos, la historia de la Iglesia!

Hay muchas cosas que, en sí mismas, son santas y buenas. Si nuestra conversación gira en este sentido, será consoladora, interesante, agradable para los demás, como pide santa Teresa. Para hacernos agradables a los demás, debemos despojarnos de todo lo que es personal. La naturaleza humana es tal que la personalidad⁵ del prójimo es siempre molesta. Lo habéis experimentado como yo. Experimentamos la *personalidad* de los demás, y una persona nos es molesta en la medida en que es *personal*⁶.

Por eso debemos aspirar a tener una conversación buena y consoladora con los demás, para cumplir este precepto de la Regla sobre el recreo: *Las hermanas cuidarán no pesar unas sobre otras*. El recreo debe ser un descanso para una misma y para las demás, y las palabras deben estar dirigidas a la gloria de Dios.

¿Puedes ver la transformación? Cuando tengáis que hablar, que todas vuestras palabras sean buenas, caritativas, despojadas de todos los principios malos e imperfectos que, de cerca o de lejos, conducen al pecado y que os acabo de enumerar. Tenéis entre vosotras personas cuya conversación es amable, consoladora, desprovista de todos estos malos fermentos. Esto es lo que debéis imitar, eliminando de vuestras palabras todo lo que sea vuestro, de la manera más radical.

Fuera del recreo, os recomendamos que seáis modestas con los ojos, para que vuestra mirada se dirija a Jesucristo. Por lo mismo, no se puede permitir a vuestros labios palabras que disipen, que evaporen vuestro espíritu: *Nunca un gran charlatán podrá ser un gran espiritual*, decía santa Chantal, y creo que es verdad. Una persona que habla mucho nunca será un alma ocupada en cosas santas y completamente absorta en la unión con nuestro Señor Jesucristo.

Se dice todo esto a una religiosa durante su noviciado, pero es bueno que se lo repita a sí misma de vez en cuando. ¿Por qué? Porque si una religiosa no lo hiciera constantemente y se disipara con palabras inútiles, le sería difícil progresar en la vida de oración. Debemos dar esto a Dios, que ha hecho tanto por nosotras. Él se nos da con extrema superabundancia, pero a cambio nos exige ciertos sacrificios.

No os pedimos cosas heroicas, extraordinarias, como le pidió Dios al Beato Henri Suzo, que se mortificó tanto que dejó que los gusanos se instalaran en las heridas que él mismo se había hecho. Os pedimos un poco de modestia religiosa, de atención al silencio y a la perfección de las palabras, cuando os veáis obligadas a hablar. Cualquiera puede hacerlo. Pedid a Dios la gracia de hacerlo y que os corrija a menudo en estos aspectos.

nm

NM

³ Sant 3, 2.

⁴ Fil 4, 8.

⁵ “Personalidad”: palabra empleada en un sentido peyorativo en el siglo XIX.

⁶ En el sentido del siglo XIX, es un defecto.