

san mil buenos oficios, y nos retribuyen con más solicitud, cuando no oponemos obstáculo y nos mostramos dispuestos á recibirlos y utilizarlos; ¿tenemos por ellos una sincera gratitud que se manifieste con mortificaciones, oraciones, limosnas y con otras diversas prácticas de piedad ofrecidas en su honor á Dios?

Como la mejor devocion á los Santos consiste en el ejercicio de las virtudes que en ellos más resplandecieron, ¿hemos nosotros cuidado mucho de imitar á los Angeles en su fidelidad en combatir al demonio, en corresponder á la gracia, en cumplir las órdenes de Dios, en una palabra, en llevar una vida toda pura, toda santa y toda divina?

En fin, ¿nuestra devocion para con los santos Angeles nos ha hecho abrazar (á ejemplo de muchas personas de piedad) la santa práctica de ofrecer siempre algun obsequio á los Angeles guardianes de los lugares donde residimos, ó de las personas con quienes tenemos que tratar algun negocio, persuadidos que este es un excelente medio, para hacer la voluntad de Dios y para procurar su gloria?

TERCER PUNTO.

Dios mio, yo no soy más que polvo y ceniza, podredumbre y corrupcion; y no obstante Vos me dais uno de vuestros An-

geles para que me guie, me acompañe, me proteja y me conduzca al dichoso término á que me habeis destinado. ¿Qué podria hacer yo, oh Bondad soberana, para reconocer un favor tan grande? Ved aquí la resolucion que tomo mediante vuestra gracia: publicar altamente vuestras misericordias, guardar con cuidado los buenos pensamientos que me inspire mi Angel custodio, escuchar siempre su voz como la vuestra, y (á ejemplo de uno de vuestros grandes servidores) tener para él un profundo respeto, una entera confianza y una verdadera devocion: *Reverentiam pro presentia, fiduciam pro custodia, devotionem pro benevolentia.* (San Bern.).

ACERCA DE LA COMIDA.

PRIMER EXÁMEN.

De la manera cristiana con que se debe tomar el alimento.

PRIMER PUNTO.

Adoremos á nuestro Señor dándonos por su Apóstol esta bella instruccion: «Sea que comais, sea que bebais, sea que hagais cualquiera otra cosa, hacedlo por la gloria de Dios:» *Sive manducatis, sive bibitis, sive aliud quid facitis, omnia in gloriam Dei facite.* (I Cor. x). El nos recomienda eje-

cutar santamente todas nuestras acciones, pero nos señala en particular la de beber y de comer; porque siendo estas acciones demasiado sensuales y peligrosas, y en las cuales pocas personas se conducen cristianamente, quiere hacernos comprender de cuánta importancia es estar prevenidos para practicarla bien. Seamos fieles á las instrucciones de este adorable Maestro, y tributémosle nuestra gratitud.

SEGUNDO PUNTO.

Examinemos de qué manera tomamos nuestros alimentos.

Luego que nos ponemos á la mesa, ¿no nos dejamos llevar del ardor de nuestro apetito, lanzándonos con avidez y precipitacion sobre lo que se nos ha servido, sin esperar antes algunos momentos, segun el consejo de los Santos, para detener la intemperancia de la carne, y reprimir la impetuosidad de sus deseos: *Aliqua mora intemperantiam cohibentes?* (Clem. Alex. *Pædag.*).

Despues de haber resistido por algunos momentos á sus deseos, ¿nos hemos puesto en guardia para no dejarnos llevar por la grosera avidez de aquellos de quienes hablan los Santos: *Qui non gustantium ritu, sed sapientium, avibus vel canibus propter voracitatem similes sunt potius quam hominibus?* (Clem. Alex. *Pædag.*).

¿No hemos escuchado y seguido las insinuaciones de la gula que algunas veces ha tratado de persuadirnos que aún no hemos completado el alimento necesario y suficiente? ¿Y no nos hemos excedido nunca hasta quedar incapaces de aplicarnos en el resto del día al estudio, á la oracion y á los demás ejercicios?

En los dias que hemos tomado menor porcion de alimentos, sobre todo en los de ayuno, ¿no nos hemos mostrado fastidiados y melancólicos hasta parecernos alguna vez á aquellos de quienes habla el Profeta: *Si non fuerint saturati murmurabunt?* (Ps. LVIII).

Cuando nos han servido alimentos que algunas veces no están condimentados á nuestro gusto, ¿no nos hemos lamentado, alejándonos de la práctica de los Santos, que para mortificarse discurrían mil secretas maneras de hacer insípidas las viandas, y de darlas de propósito mal gusto?

Y si no hemos llegado á ese grado de abnegacion de los Santos, ¿hemos siquiera privado á nuestro apetito alguna cosa que más pudiera halagar nuestro gusto; ó imitamos por el contrario á esa gente delicada, que se esmera siempre en procurarse las mejores viandas, y se ocupa de propósito de contentar en todo su sensualidad?

TERCER PUNTO.

Dios mio, ¡qué dichosos seríamos nosotros si, según el consejo de un gran Santo, considerásemos, siempre que estamos á la mesa, que sois Vos quien nos da los alimentos, y que sois Vos mismo que nos servís ahí! Este seria un gran medio de observar bien todas las reglas que nos señalan los Santos para tomar cristianamente nuestra comida. *Cum quanta disciplina, quanta reverentia et maturitate debes in mensa consistere, ubi vides Deum tuum in propria persona ministrare!* (S. Vincent. Fer.).

Yo reconozco, Dios mio, la excelencia de esta práctica; yo la abrazo con amor, deseo observarla con fidelidad, y os pido de todo corazón vuestro auxilio para cumplirla.

SEGUNDO EXÁMEN.

De los sentimientos y disposiciones interiores con que se ha de tomar el alimento.

PRIMER PUNTO.

Adoremos á nuestro Señor tomando sus alimentos ordinarios durante su vida. El se sujeta á beber y á comer como el resto de los hombres, mereciéndonos de esta manera las gracias necesarias para practicar esta acción como corresponde á un cristia-

no. ¡Oh cuán santamente y con cuántas virtudes sabia El condimentarla! ¡De cuán grande espíritu de penitencia, de humildad y de religion! ¡Qué temperancia, qué sobriedad y qué modestia observaba al sujetarse á esa acción humillante! Mostrándose así en ella mil veces objeto de admiración á la santísima Virgen y á su Padre nutricio, todos los días testigos presenciales; admirémoslo hoy también nosotros, y presentemos por lo mismo á este divino Señor los obsequios que le son debidos.

SEGUNDO PUNTO.

Examinemos con qué sentimientos y con qué disposiciones tomamos nosotros nuestros alimentos.

Cuando nos ponemos á la mesa, ¿lo hacemos más bien por obedecer las órdenes de la providencia de Dios que nos lo ordena, que por contentar nuestra carne, que no intenta sino satisfacerse en esta acción?

¿Estamos ahí con los sentimientos de humillación y confusión que debe abrigar un cristiano, que siendo llamado á nutrirse con el Pan de los Angeles, se ve como degradado por esta acción, y sujeto al común pasto de los animales?

¿Pensamos que siendo indignos de vivir, atendida nuestra calidad de pecadores, merecemos estar privados de todo género de

alimentos, de los que tal vez hemos abusado mil veces en nuestra vida? ¿Hacemos reflexion, al lavarnos las manos, sobre la necesidad que tenemos de purificar nuestro corazon, y renunciamos á todos los movimientos de la carne y á todo lo que la sensualidad pudiera mezclar de impuro en esta accion?

¿Pensamos al decir el *Benedicite*, que yendo á hacer una accion peligrosa, y en la que ordinariamente se cometen mil faltas, necesitamos atraer sobre nosotros y sobre los mismos alimentos la bendicion de Dios, y hacer con mucho fervor esta oracion: *Benedic, Domine, nos et hæc tua dona?*

Estando en la mesa, ¿la hemos mirado (á ejemplo de muchos Santos) como un altar sobre el cual nosotros debemos ofrecer á Dios un sacrificio, donde nuestro apetito debe servir de víctima, lo mismo que las viandas que ahí deben ser consumidas?

Concluida la comida y al apartarnos de la mesa, ¿hemos participado del gozo que sentian los Santos al verse libres de una accion que reputaban pesada carga, conceptuándola algunos como tormentoso suplicio: *Sicut ad crucem et ad tormenta, sic ad cibum accedentes?* (S. Bern.).

¿Hemos hecho la oracion de gracias con un corazon lleno de amor y de reconocimiento? ¿Nos hemos dado á nuestro Señor,

para emplear únicamente en su servicio las nuevas fuerzas que con la comida hemos adquirido, y le hemos mostrado nuestros deseos de estar pronto en el gran festin en el cual El mismo debe ser nuestro alimento?

TERCER PUNTO.

Dios mio, yo no me admiro de que los Santos se lamentasen al ser obligados á tomar sus alimentos, y mezclasen su pan con sus lágrimas. Ellos sabian que esta accion introdujo el pecado en el mundo, que embota el espiritu, fortalece la carne y es en nosotros un manantial de las más peligrosas y formidables tentaciones. Dadnos, oh Dios mio, parte de sus luces y de sus sentimientos, para que si no llegamos al grado de con ellos gemir al tomar nuestro alimento, podamos siquiera renunciar como ellos á todo placer que pueda producir en nuestro cuerpo: *Non tanquam ventris mancipia manducantes, sed sicut decet servos Dei.* (S. Basil. Reg.).