te ama entonces la Virgen Santísima! Eres verdaderamente hijo suyo; su menor Jesús.

Después de la sagrada Comunión, permanece de rodillas algún tiempo, sin menearte, fijos los ojos, inmóvil en Dios, adorándole en silencio. Este recogimiento es indispensable. Cuanto más se prolonga, mejor se le encuentra; es la verdadera oración, la verdadera acción de gracias, preferible á todas las lecturas y á todos los rezos. Si puedes, haz tu acción de gracias siempre de rodillas y sin moverte; se ruega mejor de este modo, y además es preciso acostumbrarse á no ser regalón tratándose de Dios. Debemos procurar sean católicas nuestras rodillas como lo es nuestro corazón. En los países de fe todo el mundo permanece de rodillas durante la Misa entera, y nadie se muere por eso.

No obstante, si te encuentras muy fatigado, puedes sentarte y continuar así tu acción de gracias. Si adviertes que te distraes, puedes entonces servirte, para fijar tu espíritu, de libros y oraciones.

Quedan todavía otros modos de orar, todos muy ventajosos en cuanto ayudan al alma á permanecer unida á su Dueño y Dios, que se digna bajar hasta su pobre criatura. Puédense leer y meditar, como he dicho al tratar de la preparación, algunos versículos del libro IV de la *Imitación*, tomándolos al azar, ó bien rezar el *Magnificat*, el *Te Deum*, ó algún otro de los hermosísimos himnos de la Iglesia. Si se conoce el latín, es mejor rezarlos en esta lengua profunda

y religiosa, que es la de la Iglesia. Es muy recomendable saber de memoria estas preces para servirse de ellas ante Dios en estas ocasiones. Hay también algunos Salmos á propósito, en particular el *Miserere*, *De profundis*, *Laudate pueri*, *Quam dilecta*. Los Salmos son por excelencia la oración cristiana. Pero es preciso rezarlos piadosamente, despacio y saboreando todas las palabras.

También puede servir para la acción de gracias el Rosario, excitándose por medio de él á los cuatro grandes sentimientos de piedad cristiana que corresponden á los cuatro fines del sacrificio de la Misa: la *adoración*, la *acción de gracias*, la *súplica* y el *perdón*. Teniendo en nosotros á Jesús, formamos con Él una sola cosa: unámonos también con el amor á la Santísima Virgen, y adorémos con Ella á Dios que habita en nuestro seno; démosle gracias con Ella y por Ella; pidamos á Jesús, y siempre por medio de Ella, lo que para nosotros y para los demás necesitamos, y que alcancemos por su dulce intercesión el perdón completo de nuestras faltas pasadas y resolución firme de no cometerlas en lo venidero.

Es mejor rezar el Rosario en latín; este consejo es de san Francisco de Sales, y así lo practican los fieles de Roma, aun los muchachos.

La acción de gracias debe durar á lo menos un cuarto de hora, y debe acabar con resoluciones sólidas, muy concretas y muy prácticas. Las oraciones

que siguen pueden muy bien servir para después de la sagrada Comunión.

Adoración

Os adoro presente en mi alma y en mi cuerpo. ¡Oh Dios mío! Miradme aquí convertido todo en sustancia vuestra, incorporado con Vos, hecho custodia viva de Vos.

Me uno á mi santo Ángel de la guarda para adoraros y reverenciaros como debo.

¡Jesús mío! Aumentad mi fe, hacedme conocer más y más que Vos lo sois todo y que yo soy nada. No era digno yo de recibiros, y no obstante os he recibido; no soy digno de reteneros, y no obstante os retendré siempre y os permaneceré fiel; os guardaré, Rey mío y Vida mía, si no en mi cuerpo, en mi alma, pues Vos habéis dicho: *El que come mi Carne y bebe mi Sangre habita en Mí y Yo en él.*

Agradecimiento

¡Señor mío dulcísimo! Os doy gracias de todo corazón por haberos dignado bajar á mí. ¿Cómo podré yo, pobre criatura, pagárosla dignamente? Unicamente en el cielo serán perfectas mis acciones de gracias. ¡Cuán bueno será estar en el cielo siempre y con Vos!

Entre tanto, nada hallo más propio que el silencio

para expresar el agradecimiento de mi pobre corazón. Descansando en vuestra humanidad santísima, como Juan en el Cenáculo, os bendigo y me callo en vuestra presencia.

Amor

¡Sagrado Corazón de Jesús, que habitáis en mi corazón! Vos habéis venido á infundirme vuestros divinos ardores. Sois la fuente y el horno del verdadero amor; quiero beber en esta fuente, quiero abrasarme en el incendio de este amor.

Jesús mío, presente y vivo en mí; Jesús, mi dulce amor; Jesús, lleno de ternura, os amo con todo mi corazón, con toda mi alma, con todas mis fuerzas; os amo sobre todas las cosas. Por nada ni por nadie de este mundo ofenderé más á vuestra bondad; seré en adelante dulce, humilde, puro, piadoso, á fin de que podáis descansar en mi pobre corazón, y allí consolaros un poco de la ingratitud de tantos millones de pecadores.

Súplicas y resoluciones

Llenadme de vuestro Espíritu Santo, ¡oh buen Jesús, dulce Salvador mío!

Llenad de vuestra luz mi inteligencia, y dadme fe viva y profunda.

Derramad en mi corazón vuestro espíritu de caridad, para que ame con Vos y como Vos todo lo que Vos amáis; es decir, todo lo que es bueno, todo lo que es puro, todo lo que es digno de ser amado, y para que aborrezca con Vos y como Vos todo lo malo, todo lo que os desagrada.

Llenad mi voluntad de vuestro espíritu de fuerza y todas mis facultades de vuestro espíritu de santidad; mi carne y mis sentidos de vuestra pureza sin mancha y de vuestra divina inocencia. ¡Salvador mío! Que poco á poco vaya yo transformándome en Vos mismo; que no sea yo quien viva, sino Vos en mí!

Como conclusión de mi acción de gracias, renuevo en vuestra sagrada presencia todas las resoluciones que deben hacerme perseverar en vuestra gracia y en vuestro amor. Desde hoy en adelante rezaré con más atención, y con mayor piedad y recogimiento, mis oraciones. Durante el día recordaré á menudo que estáis presente en mi corazón. Desde hoy en adelante vigilaré sobre mis defectos, principalmente sobre tal ó cual, á fin de mejor reprimirlo; me apartaré de malas compañías, seré muy puro, dócil, obediente, sobre todo en tal y tal ocasión, cumpliré cuidadosamente todos mis deberes, etc.

¡Virgen inmaculada! Os ofrezco mi Comunión y mis resoluciones, mi cuerpo y mi alma.—

Después de la acción de gracias no te olvides nunca de rogar por el Papa y por los obispos; por los sacerdotes y por todas las necesidades de la Iglesia; por los misioneros; por los cristianos perseguidos; por la conversión de los pecadores, de los impíos, de los pobres protestantes; por la prosperidad y salud de tus padres, bienhechores, amos, amigos; por las personas que te lo han encargado en particular; por los fieles difuntos, para cuyo descanso podrás aplicar de vez en cuando la indulgencia plenaria concedida por el Papa Pio VII á la siguiente oración:

«¡Oh buen Jesús! Me postro de rodillas en vuestra presencia, y os ruego y os suplico con todo el fervor de mi alma os dignéis grabar en mi corazón vivos sentimientos de fe, esperanza y caridad, verdadero arrepentimiento de mis culpas y voluntad firmísima de corregirlas, en tanto que recogido en mí mismo contemplo en espíritu vuestras cinco llagas con grande aflicción y dolor, considerando las palabras proféticas que el santo Rey David dijo, Jesús mío, de Vos: *Han traspasado mis piés y manos; han contado todos mis huesos.* Así sea.»

Esta oración debe rezarse de rodillas delante un Crucifijo, y para ganar la indulgencia debe rogarse antes por el Papa y sus intenciones, rezando por ejemplo, una decena del Rosario, ó bien cinco *Padre nuestros y Ave Marías.* Cuantas veces se recibe la sagrada Comunión puede ganarse esta indulgencia para sí mismo ó para una alma del purgatorio.

Efectos de la sagrada Comunión

El efecto principal y general de la sagrada Comunión es unirnos íntimamente con Jesucristo, llenarnos de Jesucristo, transformarnos en Jesucristo. Cuanto más se obtiene este resultado, más provechosa es la sagrada Comunión.

Una buena Comunión no nos vuelve impecables, es cierto, porque nada es perfecto sobre la tierra, pero nos hace amar la perfección, aumenta en nuestro corazón el amor del bien y el aborrecimiento del mal. Acrecienta y aviva la fe, y ésta es su efecto más importante. Nos lleva con más facilidad á pensamientos del cielo, y nos desliga de los de la tierra. Nos comunica el sentimiento del amor de Dios y de la piedad; nos hace comprender prácticamente lo que es amar á Jesús y ser amado por Jesús. Nos hace fácil la oración, que no es otra cosa que la unión de nuestro corazón con Dios, y como una prolongación de la misma sagrada Comunión.

Fomenta en nosotros la gracia santificante, el espíritu cristiano y la práctica de las virtudes. Nos ayuda á emprender con valor y alegría la penitencia, á hacernos mansos y humildes de corazón, caritativos con el prójimo, condescendientes, benévolos, generosos con los pobres, obedientes y respetuosos con nuestros padres y superiores, pacientes en la tribu-

lación, en la enfermedad, en las contradicciones, en las injusticias.

Nos fortifica en las tentaciones, sobre todo en las tentaciones de la carne, y nos infunde cierto horror hacia todo lo que es impuro y deshonesto. La castidad es fruto especial de la sagrada Comunión; la inocencia no tiene otro refugio ni preservativo.

Medita bien todo esto, querido hijo mío, y aprende á ser cristiano en la escuela misma de tu buen Maestro y Salvador. Llénate de Jesús, aliméntate de Jesús, á fin de llegar á ser como otro Jesús, otro Hijo de Dios y de la Virgen María.

Esta imitación de Jesús vendrá á ser tu mejor acción de gracias: del mismo modo que la mejor preparación para la Comunión es la conducta buena y piadosa con que uno procura acercarse á ella, así la conducta buena y santa que después de ella te propones observar, es la acción de gracias más agradable al Corazón del mismo Señor. Podríase llamar esta la buena digestión espiritual del Pan de vida, de Jesús sacramentado.

La Comunión fervorosa

No es fervorosa una Comunión únicamente cuando se derraman en ella lágrimas de ternura. Estas lágrimas, estos sentimientos de devoción y de enternecimiento no concedidos á todo el mundo, no dependen de la voluntad; son excelentes, sin duda, pre-

ciosas, útiles, muy consoladoras; pero al fin no son ellas las que constituyen el fervor. El fervor está principalmente en la voluntad; por esto depende de nosotros.

Estos desahogos y consolaciones espirituales son como el azúcar ó golosina que las madres ponen sobre el pan á sus hijos para hacérselo comer con más apetito. Tú gustas del dulce, ¿no es verdad? Y aunque sin él tal vez no comerías el pan, no obstante, no es él sino el pan quien alimenta tu estómago. Los dulces no son sino un medio para que comas el pan que es quien te ha de alimentar y fortalecer. Así sucede con las lágrimas y enternecimientos en la oración y en la Comunión; son golosinas espirituales, dulzuras por medio de las cuales Dios nos atrae á su servicio y hace fácil á nuestra debilidad el ejercicio de las austeridades de la piedad cristiana.

Si en tus Comuniones te envía Nuestro Señor estas dulzuras, deber tuyo es agradecerlas, alegrarte con ellas y aprovecharlas. No vayas á creer, empero, que eres ya un santo; al revés, mírate entonces como un pobre pequeñuelo que no tiene aún fuerza ni juicio para aprovecharse del pan sólo. Así, si Dios te trata como crecido, y te niega extraordinarios afectos de devoción, queda por esto tranquilo; dí al buen Jesús que tu eres todo para Él, así como Él es todo para tí: que no tienes necesidad de otra cosa que de Él; harto descontentadizo es aquel á quien Dios no basta.

Y además ¿acaso merecemos nosotros estos consuelos y favores especiales de Jesús? ¿No ponemos obstáculo á ellos primeramente con nuestra disipación habitual, con nuestras faltas de cada día, con mil y mil negligencias en la oración y en la práctica de la piedad? Cuando un niño es goloso, perezoso, indócil, ¿merecerá que le premie su madre con dulces y confituras? ¿No debe tenerse por harto dichoso en que pueda comer pan seco?

El verdadero fervor, lo repito, está en la voluntad. Serán buenas y fervorosas tus Comuniones cuando te prepares á ellas con viva fe y profunda atención; cuando practiques todo lo que dependa de tí para recogerte y orar bien, antes, al tiempo y después de la Comunión; cuando salgas de la sagrada Mesa con una resolución séria de vivir como verdadero cristiano, de cumplir exactamente todos tus deberes por amor de Dios, de vigilar tu carácter y tus defectos, de ser, en una palabra, siempre fiel á tu buen Señor. Si después de esto te envía Dios sus consuelos, tanto mejor para tí; si no te los envía, sepas pasarte sin ellos. En la sagrada Comunión vas á buscar, no los consuelos de Dios, sino el Dios de los consuelos.

Nunca olvides esta consoladora verdad. Serás fervoroso siempre que quieras; de consiguiente, pende de tí el que sean fervorosas tus Comuniones.

La Comunión tibia

La tibieza es el descuido en la piedad, es la negligencia en el servicio de Dios. Se es tibio cuando se reza sin cuidado, cuando se va á la confesión como por broma, cuando se recibe la Comunión sin prepararse ni tomarse la pena de recogerse un poco. Del mismo modo que el agua tibia provoca á vómito, así la tibieza disgusta á Cristo y hace que nosotros nos disgustemos de Él.

Proviene ordinariamente la tibieza de falta de espíritu de fe, de la costumbre de pecar venialmente, y del amor excesivo á la comodidad y á los placeres. Puede provenir también de acercarse con poca frecuencia á los santos Sacramentos.

Con esto puedes comprender si tus Comuniones son tibias algunas veces: ¿cómo te preparaste á ellas? ¿Las has hecho tal vez con flojedad, sin tomarte por ellas pena alguna? Después, ¿las has olvidado cuanto antes, como si la visita de tu Dios debiese ser para ti una cosa sin consecuencias?

No quiero preguntarte que fruto has sacado, porque muy á menudo no echamos de ver el buen efecto de nuestras Comuniones; así como á veces tampoco conocemos el buen efecto de nuestras comidas materiales. Y no obstante, estas comidas sostienen nuestras fuerzas, conservan nuestra vida, hácennos crecer y fortalecernos, mas todo esto insensiblemente, sin

que de ello nos apercibamos; así sucede ordinariamente con nuestras oraciones y Comuniones. Sin ellas caeríamos muy fácilmente en el pecado mortal, perderíamos la vida de la gracia y el espíritu cristiano; nosotros, empero, no sentimos tal vez esta influencia saludable; creemos á menudo, sin razón, que nuestras Comuniones son inútiles y tibias, cuando no son sino imperfectas.

No confundas jamás una Comunión imperfecta con una Comunión tibia. Nada hay perfecto acá abajo, y las Comuniones menos que lo demás. ¿Dirémos por esto que sean tibias? Nada menos que eso. Buenas son y muy útiles como vayan acompañadas por nuestra parte de nuestra sincera voluntad para con Dios: y son mejores y menos imperfectas á proporción que ésta nuestra voluntad es más firme, más vigorosa y más eficaz.

Peligrosa es la Comunión tibia y negligente, empero más peligroso es todavía permanecer alejado mucho tiempo de la sagrada Comunión. El miedo de comulgar con tibieza hace que algunas personas se aparten de la sagrada Mesa: la experiencia enseña que esta es trampa muy común del demonio, que quiere á toda costa tenernos muy lejos del Cuerpo y Sangre de Nuestro Señor Jesucristo y de su adorable Sacramento. Evita cuanto puedas la tibieza, pero recuerda que sólo el frecuente contacto con Cristo puede hacer que tu tibieza se convierta en calor, co-

mo únicamente el contacto del fuego es quien puede calentar el agua. Cuanto más te alejes de Cristo más tibia estará tu alma, más fria y más indiferente.

La mala Comunión

¡Guárdete Dios de ella toda tú vida, hijo ó hija de mi corazón! La Comunión sacrílega es uno de los más horrendos crímenes de que puede hacerse culpable un cristiano. Judas fué el primer sacrílego, y de este desventurado dijo el Hijo de Dios: «¡Mejor le fuera no haber nacido!»

Es mala y sacrílega la Comunión cuando uno se acerca *á sabiendas* á la sagrada Mesa en estado de pecado mortal. Nunca, hablando con propiedad, será sacrílega una Comunión si uno no conoce perfectamente su mal estado. Cuando no se está en pecado mortal, la Comunión será más ó menos tibia, más ó menos imperfecta, pero no mala, ni menos sacrílega. Llámase ordinariamente sacrilegio la profanación de una cosa sagrada, y como entre todas la más sagrada es el Cuerpo adorable de Nuestro Señor Jesucristo, la profanación de la Eucaristía con la Comunión indigna es el peor de los sacrilegios.

Es un gran crimen, sin duda, vivir alejado de Jesucristo y de los Sacramentos; pero este crimen es mucho menor que el de la Comunión sacrílega, que hace traición á Jesús, y le insulta y le ultraja directamente.

El medio de evitar el sacrilegio es muy sencillo. Declara siempre en la confesión todos tus pecados, sin malicia, sin orgullo; procura arrrepentirte sinceramente, y de esta suerte nunca temas la Comunión sacrílega. Si traes un escrúpulo ó una duda cualquiera en tu conciencia, díselo á tu Padre espiritual, sin aumentarlo ni disminuirlo, y una vez hecho esto, deja de inquietarte, desprecia las triquiñuelas del demonio, que desea perturbar tu corazón, y dirigiéndote con amor y confianza á tu Salvador Jesús escondido en el santo Sacramento, conténtate con saber que te ama y que le amas verdaderamente. Los pobrecillos escrupulosos imaginan que están haciendo siempre Comuniones sacrílegas, como aquellos niños miedosos que ven en todas partes lobos y fantasmas.

Sería también sacrílega la Comunión si te acercases á ella no estando en ayunas, porque está severamente prohibido por la Iglesia. No debes hacer caso de una ó dos gotas de agua que se te entren por descuido en la boca al lavarte la cara. Conozco á un pobre niño que habiéndose lavado los dientes antes de comulgar, empezó á temer no se le hubiese quedado algo en la boca, hasta el punto que un día me dijo había estado escupiendo por espacio de hora y media. No seas tan delicado como este niño. Puedes lavarte sin temor antes de comulgar. Hacerlo es todavía una muestra de respeto al santísimo Sacramento.

Vive de modo que nunca caigas en el abismo del