

# **JESÚS EUCARISTÍA**

**Alimento que Santifica y**

**Prisionero de Amor**

**por**

**San Alfonso M<sup>a</sup> de Liguorio**

**Editorial**

**APOSTOLADO MARIANO**

**Recaredo, 44 – 41003 SEVILLA**

**Tel.: 954 41 68 09 – Fax: 954 54 07 78**

**[www.apostoladomariano.com](http://www.apostoladomariano.com)**

EDITORIAL APOSTOLADO MARIANO

C/ RECAREDO, 14 - 41003 SEVILLA

Tel.: 954 41 68 09 - Fax: 954 54 07 78

www.apostoladomariano.com

Depósito legal: M. 2.863-2012

EDITORIAL APOSTOLADO MARIANO

C/ RECAREDO, 14 - 41003 SEVILLA

Tel.: 954 41 68 09 - Fax: 954 54 07 78

www.apostoladomariano.com

Depósito legal: M. 2.863-2012

ISBN: 978-84-7770-515-4

Impreso por: Impresos y Revistas, S. A. (Grupo IMPRESA)

# **JESÚS EUCARISTÍA**

**Alimento que santifica el alma y  
prisionero de amor**

## **A) DE LA COMUNIÓN**

**SUMARIO: Riqueza y excelencia del sacramento, 1 a 3. -Deseos de la comunión, 4. -Opinión sobre la comunión frecuente, 5 a 7. -Preparación doble, 8 y 9. -Acción de gracias, 10. -¿Por qué no comulgas? Algunas excusas y la verdadera razón, 11 a 19.**

1. El Santísimo Sacramento del Altar es el más excelente de los sacramentos. Los demás sacramentos encierran los dones de Dios; el de la eucaristía encierra al mismo Dios. Por eso dice el doctor Angélico: que todos los demás sacramentos fueron instituidos por Jesucristo para disponer a los hombres a recibir o a dispensar la sagrada eucaristía, que es, en sentir del mismo santo doctor, la consumación de la vida espiritual; porque de este sacramento proviene toda la gracia de perfección para nuestras almas.

La razón de esto es que, consistiendo toda la perfección en unirse el alma con Dios, el mejor medio de unirse es la sagrada comunión, que hace al alma como una misma cosa con Jesucristo, conforme a aquellas palabras suyas: *El que come mi carne permanece en Mí y Yo en él* (Ioan., VI, 57). Por lo cual escribe SAN JUAN CRISÓSTOMO: «Nos preparó su cuerpo como pan para que seamos una cosa con El». Y SAN CIRILO ALEJANDRINO dice: «Que los que comulgan se unen con Jesucristo como se unen dos pedazos de cera derretida». En realidad, Jesucristo quiso dar a este sacramento la forma de alimento, para darnos a entender que, así como el alimento se convierte en nuestra sangre, así este pan celestial se hace una cosa con nosotros; con esta diferencia: que el alimento terreno se convierte en nuestra naturaleza, mientras que este alimento divino nos transforma en la naturaleza de Cristo, como escribe Ruperto, haciendo hablar así a JESUCRISTO: «Comed, y seréis por gracia lo que Yo soy por naturaleza». Y eso mismo hizo entender JESUCRISTO a SAN AGUSTÍN: «No me transformaré Yo en ti, sino tú en Mí».



2. El efecto principal de este sacramento es conservarnos la vida de la gracia. Por eso se llama pan; porque así como el pan terrestre conserva la vida del cuerpo, así este pan celestial conserva la vida del alma, que es la gracia de Dios.

La eucaristía es también «aquella maravillosa medicina -enseña el Concilio de Trento- que nos libra de las culpas cotidianas y nos preserva de las mortales».

Es la eucaristía como un regatuelo de aguas refrescantes, que apagan el ardor de las pasiones que nos abrasan. El que se sienta abrasado por alguna pasión, que reciba a Jesús en la comunión, y pronto verá, expirar, o por lo menos, amortiguarse la pasión. «Si alguno de vosotros- escribe SAN BERNARDO -observa que no son ni tan recios ni tan frecuentes los ímpetus de ira, de envidia, de lujuria, que dé gracias al cuerpo de Cristo, porque todo eso lo ha operado la virtud del sacramento»

La sagrada eucaristía, según el Angélico, nos da además fuerza «para vencer todos los asaltos del demonio» «Cuando comulgamos -añade SAN JUAN CRISÓSTOMO-, los demonios se dan a la fuga, y vuelan a asistirnos los ángeles. Es este divino sacramento un gran

reconstituyente para el espíritu, porque lo inunda de paz interior, lo inclina con fuerza a la virtud, y le da tal vigor para practicarla, que resulta suavísimo el caminar por la senda de la perfección».

3. Pero, sobre todo, enseña SANTO TOMÁS, la santa comunión nos infunde la divina caridad.

Declaró JESUCRISTO *que había venido al mundo para encender en los corazones el incendio del amor divino* (Luc., XII, 40). Ahora bien como decía el padre Francisco Olimpio, teatino, en ningún misterio de su vida inflama Jesucristo tanto a los hombres en su amor como en el sacramento del altar, donde pone todo el fuego de su amor, dándonoslo todo entero. San Juan, al hablar de la institución de este sacramento, escribió: «Sabido Jesús que se acercaba la hora de volver de este mundo a su Padre, habiendo amado a los suyos, los amó hasta el fin» (Ioan., XIII, 1). A las palabras *hasta el fin* dan los intérpretes, este sentido: los amó hasta darles la señal, más grande del amor. En ese sentido escribió el Concilio de Trento que en este sacramento «derramó Jesús toda la riqueza de amor al hombre que tenía en su corazón». Bien pudo llamar Santo Tomás a la comunión

«sacramento de amor», y SAN BERNARDO «amor de los amores», y SANTA MARÍA MAGDALENA DE PAZZI al día de la comunión, *día del amor*, y decía: «Cuando el alma ha comulgado, puede pronunciar las palabras que dijo Jesucristo, poco antes de expirar: «Todo está consumado»; es decir, habiéndoseme dado Dios todo entero, ni El tiene más que darme ni yo tengo más que desear»

4. Pues siendo esto así, ¿qué otra cosa deberíamos apetecer que recibir con la mayor frecuencia a Jesús en la comunión? Es cosa sabida que en los primeros siglos del cristianismo, todos los fieles comulgaban a diario, como lo atestigua SAN LUCAS: «Todos los días se juntaban en el templo y repartían el pan de casa en casa». En la Versión Siríaca, en vez de *repartían el pan*, se lee: *repartían el don sagrado*, con lo cual se ve más claramente la referencia al pan eucarístico. Además es opinión común de los intérpretes que se trata en ese pasaje del pan de la eucaristía. Apoyado en él, no duda SANTO Tomás en afirmar, como cosa cierta, que en aquellos tiempos todos los cristianos que asistían a la santa misa se acercaban a la comunión, como antes lo había dicho San Dionisio Areopagita. Y SAN

JERÓNIMO, escribiendo a Luciano y a Pamaquio nos cuenta que todavía, en su tiempo, perseveraba en España y en Roma tan piadosa costumbre.

Andando el tiempo comenzó a resfriarse el fervor de los fieles, y tanto se resfrió, que el Papa Fabián tuvo que mandar que se recibiera la comunión, por lo menos, tres veces al año; esto es, en Pascua, en Pentecostés y en Navidad, y todavía siguió prosiguiendo la frialdad de tal modo, que INOCENCIO III ordenó que se recibiera la comunión, por lo menos, una vez al año, por Pascua, bajo pena de no poder entrar en la Iglesia; después, el Tridentino confirmó ese decreto. Lo cual no prueba que no sea muy laudable la comunión frecuente, sino que el fervor, que florecía, en la primitiva Iglesia se apagó al correr de los tiempos.

5. En cuanto a la costumbre hoy imperante, sé que unos confesores son más inclinados que otros a la comunión frecuente.

Yo, por mi parte, me uno a los primeros, tanto más cuanto que me parece ser ése el sentir de los santos Padres y de la Iglesia, como lo prueba muy bien el doctísimo padre Petavio, en el Tratado que escribió contra la opinión, extremadamente rigorista, de Arnoldo. Respec-

to a los santos Padres, dejó a un lado a los otros, y solamente apuntó que San Basilio escribió a un amigo suyo, diciéndole que era inmensa su alegría al ver que todos los fieles de su diócesis de Cesarea comulgaban, por lo menos, cuatro veces por semana, y que San Agustín, aunque en un lugar dice, hablando de la comunión diaria, «ni alabo ni reprendo la costumbre de tomar la comunión todos los días», sin embargo, como reflexiona un sabio autor, es probable que hablara así el santo, porque entonces no estaba en vigor la costumbre de la comunión diaria en Africa, y había muchos que condenaban esa práctica; por lo demás, en otros pasajes de sus obras la aprueba, y hasta la recomienda. «Es éste el pan de cada día; recíbele cada día para que cada día te aproveche», dice San Ambrosio. Cuenta San Antonino que en cierta ocasión púsose un prelado a reprender a Santa Catalina de Sena porque comulgaba todos los días, siendo así que San Agustín ni aprueba ni reprueba esa práctica. «Pues si San Agustín no la reprueba ¿por qué me reprende tanto por practicarla?», le respondió la santa. Respecto del sentir de la Iglesia sobre este punto, en el Tridentino encuentro que el Concilio deseaba vivamente que los fieles que



asistían a la santa misa tomaran la sagrada comunión (Sessio 22, cap. 6). Además, hay un decreto por todos conocido, de la sagrada Congregación del Concilio, del 22 de febrero de 1679, aprobado por Inocencio XI, en el que se dice que el uso de la comunión frecuente, y aun diaria, siempre ha merecido las alabanzas de los Padres de la Iglesia, y por eso insinúa a los obispos que, en aquellos lugares donde tal práctica esté en vigor, procuren fomentarla y dar gracias a Dios de que florezca, Y prohíbe a los obispos y a los párrocos que pongan limitaciones generales a sus fieles de no comulgar más que ciertos días de la semana, puesto que eso es atribución de los confesores, a cuyo arbitrio se ha de dejar.

6. En conformidad con lo dicho, se lee en la *Vida de Santa Margarita de Cortona* que nuestro Señor le reveló que quería premiar a su confesor porque le había aconsejado que comulgara con frecuencia. Y en la *Vida del padre Antonio Torres* se lee: que se apareció después de su muerte, rodeado de gloria, a una persona, y le dijo que Dios le había aumentado espléndidamente la gloria del cielo por haber llevado a sus penitentes por el camino de la comunión frecuente. A la venerable sor

Pudenciana Zagnoni, monja de Santa Clara, en Bolonia, le habló el Señor estas palabras: «Si frecuentas la comunión, me olvidaré de todas tus ingratitudes». En cambio, escribe Luis de Blois que se lamentó Jesucristo con Santa Gertrudis de aquellos que apartaban a los fieles de la comunión frecuente, y le dijo: «Siendo mis delicias estar con los hijos de los hombres, por lo cual instituí el Santísimo Sacramento del Altar, el que aparta a las almas de recibirme me quita mis delicias». Por eso advertía el Santo Maestro Avila: «Hay hombres que, sin ver la conciencia de los que se llegan a comulgar, juzgan y dicen que es malo y lo murmuran; estos tales el oficio del diablo tienen, aborrecedores y estorbadores de las obras de Dios».

7. Y viniendo ya a la práctica, no hay duda, según Santo Tomás, de que la comunión frecuente, y aun diaria, es utilísima en sí misma; pero mirando a quién la recibe, no a todos conviene indistintamente, aun cuando posean la gracia de Dios, sino solamente a aquellos que están dispuestos y preparados; por eso San Ambrosio, después de haber dicho: «Recibe el pan divino todos los días para que todos los días te alimente», añade: «Vive de tal modo,

que merezcas recibirlo cada día». Por consiguiente, a los que cometen pecados veniales voluntariamente -como decir mentiras, vestir con vanidad, conservar resentimientos, tener afectos terrenos a alguna persona y otros semejantes-, y viendo el impedimento que son para su perfección, sin embargo no los evitan, a éstos, digo, lo más que se les puede permitir es que tomen la comunión cada ocho días, para que reciban fuerza para no caer, por lo menos, en pecados mortales.

Yo tendría gran dificultad en conceder la comunión frecuente a un alma que quisiera perseverar en cualquier falta, aun cuando no fuera positivamente pecado venial, pero que implicara un obstáculo para la perfección, y sobre todo si fuera en cuestión de humildad o de obediencia. Por lo demás, si no tiene afecto a ningún pecado venial, si se abstiene de cometerlos voluntariamente y se aplica a la oración y a la mortificación de las pasiones y de los sentidos, muy bien puede el confesor permitirle comulgar tres o cuatro veces, y aun cinco veces, por semana. Y si el alma hubiera llegado a un notable grado de perfección, si tuviera mucha oración, y además, como dice San Francisco de Sales, bien vencidas la ma-



yor parte de sus malas inclinaciones, entonces, según el santo, puede comulgar diariamente; porque, como escribe San Próspero, ésa es la perfección a que en la tierra se puede aspirar, atendida la fragilidad humana.

No quiero omitir una enseñanza del doctor Angélico: «Si alguno supiera por experiencia que con la comunión diaria se le aumenta el fuego del amor y no pierde la reverencia al sacramento, ése debería comulgar todos los días».

Por lo dicho se deduce que el confesor debe regirse, para conceder la comunión más o menos frecuente, por el fruto que observe en la conducta de los penitentes. Es la norma que señala el Decreto, antes citado, que aprobó Inocencio XI; he aquí sus palabras: «El frecuente acceso a la comunión se ha de dejar al juicio de los confesores que, si por la pureza de la conciencia y el fruto que aprecian en las almas, juzgan que es saludable para la salvación de las mismas, deben imponérselo».

8. No sois vosotros, por consiguiente, los que tenéis que determinar la mayor o menor frecuencia de vuestras comuniones, sino el director que os guía. Vuestra obligación se reduce a prepararos bien, de modo que, viéndoos

vuestro director espiritual dispuestos, os pueda permitir la comunión frecuente.

Se requieren dos clases de preparación para la comunión frecuente: una, remota; otra, próxima.

La *preparación remota* consiste en vivir desasido de las criaturas. Comentando San Agustín el salmo, escribía: «si supierais que iba a venir un gran personaje a vuestra casa y que le disgustarían algunas cosas de ella ¿no os apresuraríais a quitarlas para cuando él llegara? Pues siendo Jesucristo quien viene a vuestro corazón, debéis procurar quitar de él todos los afectos terrenos que sabéis que le desagradan». Todo el que quiera comulgar con frecuencia debe vaciar de tierra el corazón, como lo reveló un día el Señor a Santa Gertrudis: «No quiero de ti más que vengas a recibirme vacía de ti misma».

Respecto de la *preparación próxima*, conviene que desde la víspera, por la tarde, comencéis a prepararos con actos de amor y de deseo. Y por la mañana, luego que despertéis, acordaos que vais a recibir a Jesucristo, y con un ansioso suspiro de amor invítad luego a vuestro esposo a que se apresure a venir a vuestra alma. E inmediatamente antes de comul-

gar, aun cuando hayáis hecho ya la meditación, debéis avivar más expresamente la fe, la humildad y los deseos.

9. 1.º *La fe*, pensando quién es el que vais a recibir. Si no lo asegurara la fe, ¿quién pudiera creer que un Dios quisiera hacerse alimento de una criatura suya? La santa Iglesia ha declarado en muchos Concilios, y sobre todo en el Tridentino, que en la Hostia consagrada está nuestro divino Redentor, verdadero y viviente.

Bella fue la respuesta de San Luis, rey de Francia, cuando le llamaron a la capilla real para que viera al Niño Jesús que se aparecía en la Hostia consagrada, cuando el sacerdote la tomaba en sus manos: «Que vaya a verlo el que no lo crea por la fe; yo lo creo más que si lo viera con mis ojos.» Y no se movió de donde estaba.

2.º *La humildad*, pensando quiénes sois vosotros, que vais a recibir en vuestra boca y en vuestro pecho a un Dios infinito. Según el venerable padre Pablo Segneri, el sentimiento más propio del que comulga debe ser el estupor; no debe cesar de exclamar: ¡«Cómo ¿Un Dios viene a mí? ¿Un Dios a mí?»!. ¿Qué diría un pobre pastorcillo si viese a un rey ir a su

pobre choza para estar con él? Pues ¿qué diréis vosotros, viendo que viene a vuestro pecho, cuando comulgáis, el mismo Rey del cielo? Decidle, por lo menos, con profunda humildad: *Señor, yo no soy digno de que entréis en mi casa.* Y acompañe a la humildad un acto de arrepentimiento y luego brote un acto de esperanza, confiando en que JESUCRISTO, al venir a vuestra casa os enriquecerá con sus gracias.

3.º *Los deseos.* Este pan del cielo quiere que se tenga hambre de él; cuanto con más apetito se le recibe, más gracia produce. Según SAN FRANCISCO DE SALES, «sólo por amor se ha de recibir a. quien se nos da por puro amor».

Reveló un día el Señor a Santa Matilde: «Cuando comulgues, ten grandes ansias del mayor amor que me han tenido los santos, porque, en relación con tus deseos, aceptaré tu amor como si fuera el que tú desees».

Para mejor renovar estos actos al ir a comulgar, bastará que os preguntéis brevemente: «¿Quién es el que viene? ¿A quién viene? ¿Para qué viene?» «Viene un Dios de majestad infinita; viene a mí, miserable pecador y viene para ganar mi amor.»

10. Después de la comunión, procurad entreteneros con JESUCRISTO cuanto podais. Decía el SANTO MAESTRO AVILA que hay que dar suma importancia al tiempo que sigue a la comunión, porque es un tiempo precioso para ganar tesoros de gracia. Lo mismo sentía Santa María Magdalena de Pazzi: «El, tiempo, después de la comunión, es el más precioso que tenemos en vida; es el más indicado para tratar con Dios y para abracarnos en su amor. Entonces no hacen falta maestros ni libros, porque JESUCRISTO mismo nos enseña la ciencia de su amor».

Escribía SANTA TERESA DE JESÚS: «Estaos vos con El (con JESÚS sacramentado) de buena gana; no perdáis tan buena sazón de negociar, como es la hora después de haber comulgado... Y no suele Su Majestad pagar mal la posada si le hacen buen hospedaje». En otro lugar escribió la santa que JESUCRISTO, después de la comunión, está sentado en el alma como en un trono de gracias, y parece que le dice al alma lo que le dijo, al ciego de nacimiento: -¿*Qué quieres que te haga?* He venido expresamente para concederte las gracias que me pidas-. Sostienen muchos graves autores, como Cayetano. Suárez, Gonet, Valen-

cia, Lugo y otros, que mientras duran las especies sacramentales en aquel que comulga, si está el alma unida a JESUCRISTO y haciendo actos fervorosos, cuantos más haga, más crecerá el fruto y aumentará el amor divino; porque este manjar divino opera, por sí mismo en el alma los mismos efectos que el manjar material en el cuerpo, que, cuanto más se conserva en él, más le nutre y le comunica sus influencias.

Hay muchas personas que comulgan a menudo, pero que aprovechan poco, porque dan poco tiempo a la comunicación de su alma con JESUCRISTO.

Un día dijo el Señor a Santa Margarita de Cortona: «yo trato como me tratan». Por eso, cuando comulgáis si la obediencia no os impone otras ocupaciones, o no os llama la caridad, procurad tratar con JESÚS, por lo menos, durante media hora; digo *por lo menos*, pues el tiempo indicado sería una hora.

No dejéis en esos momentos de ejercitaros en actos de recibimiento, de gratitud, de amor, de ofrecimiento de vosotros mismos y de todas las cosas que os pertenecen; pero ocupaos, sobre todo, en pedir gracias a JESUCRISTO, y en especial la santa perseverancia y el amor



de Dios; eso es lo que se entiende por el *negociar*, que dice Santa Teresa. y cuando os sintiereis con aridez y con el pensamiento distraído procurad ayudaros leyendo algún libro devotos afectos a JESÚS SACRAMENTADO. Y durante todo el día de la comunión debéis tener la preocupación de estar más recogidos en Dios.

11. Pero ¿qué decir de aquellas personas que tienen facilidad para comulgar con frecuencia, y tienen, además, el ejemplo de las demás que lo hacen, y, sin embargo, lo dejan por abandono?

Veamos si las excusas que aducen son razonables o no lo son: Yo no lo hago porque me reconozco indigno.

-Si esta razón valiera, hermano mio; la conclusión debería ser que no puedes comulgar nunca; porque, como nota San Ambrosio, «el que no merece comulgar cada día, tampoco lo merece cada año».

¿Quién se va a considerar digno de la comunión? Solamente Jesucristo, que era Dios y Hombre, pudo comulgar dignamente, porque sólo Dios es digno de recibir a Dios. Dices que no te crees digno; pero ¿no sabes que cuanto más te apartes de la Eucaristía, más indigno te

haces? Crecen los pecados, puesto que te falta, además de la comunión, la ayuda que ella te daría. Una santa religiosa dominica decía: «Yo me reconozco tan miserable, que quisiera comulgar tres veces al día, porque, comulgando con más frecuencia, tengo confianza de que me volvería menos indigna».

Pregunta CASIANO: ¿Quién es más humilde, el que comulga con frecuencia o el que comulga de tarde en tarde? Y responde que el que comulga con frecuencia es más humilde, porque, reconociéndose más enfermo, acude con más frecuencia a buscar el remedio de sus males. El doctor Angélico escribe en el mismo sentido diciendo que, si bien el abstenerse de comulgar, por humildad, agrada a Dios, más le agrada el amor y la confianza que le demuestra el alma que le recibe: el amor y la esperanza, que tanto nos recomiendan los Sagrados Libros, son más excelentes que el temor».

12. -Es que yo no sé si estoy en gracia de Dios- añadirá otro.

-Pues ¿qué esperas para saber que estás en gracia de Dios y acercarte a comulgar? ¿Esperas que baje algún ángel del cielo a revelártelo? ¿No te basta la palabra del confesor? Pues con más seguridad debieras acatar lo que el



confesor te dice que lo que te pudieran decir todos los ángeles del cielo, puesto que la revelación de los ángeles pudiera ser ilusión, mientras que en las palabras del confesor, que hace las veces de Dios, no puede haber engaño.

Guárdate, pues, con cuidado de dejar salir triunfante al demonios apartándote de la comunión, por escrúpulos o vanos temores, cuando el confesor te permite comulgar, y no olvides que no hay desobediencia más perniciosa para las almas que la de apartarse de la comunión, porque es una desobediencia procedente de falta de humildad, puesto que con las obras están diciendo esas almas que entienden el asunto mejor que su director espiritual.

13. -Yo no me decido a la comunión frecuente porque siempre caigo en los mismos pecados y no veo enmienda.

-A esa dificultad ya le di la solución más arriba, y es ésta: que si sabes que tus pecados son voluntarios, y no tienes propósito de corregirte de ellos, ni yo ni nadie te recomendará la comunión frecuente. Pero si no tienes afecto a tus pecados ni los sueles cometer plenamente deliberados, sino que, por el contrario, eres amante de la oración y deseas adelantar en la perfección, entonces obedece sin réplica al con-

fesor y no te empeñes en sacar dificultades. Cuanto más enfermo te reconozcas, más debes buscar el remedio que se te ofrece en la comunión. Asegura SAN AMBROSIO: «Puesto que siempre peco, siempre debo tener la medicina». A las paredes que se cuartean se las apuntala, no para enderezarlas, sino para que no se derrumben. Dices que no ves enmienda; y si no comulgas, ¿te enmendarás? Irás de mal en peor. Dice el PADRE GRANADA; hablando de la comunión: «Ninguno, por imperfecto que sea, se debe abstener de esta medicina, si de todo corazón desea sanar». En realidad, este solo pensamiento, «hoy he comulgado, mañana tengo que comulgar», ¡cuánto no contribuye para conservar el cuidado y la energía contra el pecado! Además de que el sacramento, de por sí, aporta luz y vigor a las almas.

Enseñan los teólogos que la comunión produce más gracia que los demás sacramentos, porque en ella se da el mismo Autor de la gracia, JESUCRISTO. Cuando un rey hace a alguno un obsequio por su propia mano, siempre se aprecia más que cuando lo otorga por mano de otro.

14. -Yo -replicará otro- me siento distraído, frío, sin devoción.

-Pero ¿qué entiendes por devoción? -pregunto yo-. Si entiendes el fervor sensible, eso no es necesario; basta que tengas fervor en la voluntad; es decir, que tengas una voluntad resuelta de hacer todo lo que sea del agrado de Dios; ése es el verdadero fervor, y ésa la verdadera devoción que Dios nos pide. Y aun cuando no vieras en ti ese fervor de voluntad, deberías comulgar, para pedirlo por medio del sacramento; porque, como discurre GERSÓN, el que se abstiene de comulgar por falta de fervor, se parece al que no quisiera ponerse junto al fuego, para calentarse, porque tiene frío.

Además, el sacramento opera a veces, en sentir de SAN LORENZO JUSTINIANO, sin que nosotros advirtamos el fruto; así, pues, aunque os encontréis tibios -escribe SAN BUENAVENTURA- y no sintáis devoción, no debéis apartaros de la comunión, sino acercaros, confiando en la divina misericordia, porque, cuanto más enfermos estáis, más necesidad tenéis de médico».

No os dejéis dominar por la falsa aprensión de que tenéis más fervor comulgando con menos frecuencia; el, que se alimenta tarde es cierto que come con más apetito, pero también con menos provecho; así, comulgando

más raramente, sentiréis quizá algo más de devoción sensible; pero será más escaso el provecho, porque estuvo el alma sin el mantenimiento necesario para huir de los pecados. No miréis, pues, a la devoción más o menos sensible; mirad a la más estrecha unión con Dios que alcanzáis en la comunión, y tened la seguridad de que, si vais a comulgar con ese fin, siempre vuestras comuniones serán fecundas.

15. Otros dicen: -Yo no comulgo por no dar que hablar a los demás, porque viéndome tan imperfecto, con razón me echarán en cara la comunión frecuente.

-Yo os respondo: siempre que comulgáis con el beneplácito del confesor y con el santo fin de adelantar en el amor de Dios, como antes dije, o, por lo menos, de evitar más el pecado, comulgad, a pesar de todo, y dejad que los demás digan lo que quieran. Ya recordé más arriba lo que escribía el SANTO ÁVILA, hablando de las que critican a las que comulgan, con frecuencia: que hacen oficio de demonios. ¿Y a éstos váis a prestar oídos? Oíd a SAN FRANCISCO DE SALES: «Si os preguntan porqué comulgáis con frecuencia, contestadles que... hay dos, clases de personas que deben hacerlo: los perfectos y los imperfectos.

Los perfectos, para conservarse en la perfección; los imperfectos, para ver si consiguen llegar a ella; los fuertes, para no hacerse débiles; los débiles, para hacerse fuertes; los enfermos, para recobrar la salud; los sanos, para no ponerse enfermos. Y que vosotros, como imperfectos, débiles y enfermos, tenéis necesidad de comulgar con frecuencia».

En el momento en que iba a comulgar Santa Francisca Romana, le dijo un día el demonio: «¿Cómo te atreves a acercarte al Cordero Inmaculado estando tan llena de pecados veniales?» Pero la santa, viendo que el enemigo quería apartarla de la comunión, le derrotó escupiéndole a la cara; después se le apareció la Santísima Virgen, alabándola de lo que había hecho y diciéndole que los pecados no deben alejarnos de la comunión, sino empujarnos más hacia ella, pues en el sacramento encostramos el remedio para nuestras miserias. Con lo cual recuerda lo que dice el Catecismo romano; esto es, «que por la comunión se perdonan los pecados veniales». Y los doctores sostienen, comúnmente, la misma, doctrina, con SANTO TOMÁS, diciendo: «que en virtud de la comunión brotan en el alma los actos de amor divino por los cuales quedan perdonados los pecados veniales».



16. -Yo no tengo tiempo para prepararme a la comunión como se debe se excusan otras.

-Respondo que, si gastáis el tiempo en quehaceres y conversaciones inútiles, esa excusa no vale. Ahora, si os falta el tiempo porque os lo lleva el oficio o cualquiera otra ocupación señalada por la obediencia, sabed que, si cumplís con la obligación, con el recto fin de agradar a Dios, todo ello es preparación para la comunión. Ya habréis leído lo que pasó a Santa María Magdalena de Pazzi: encontrándose un día la santa amasando el pan, oyó la campanilla que llamaba a la comunión; cayó en éxtasis, y así, extática, se acercó a comulgar, llevando trozos de masa en las manos. Y después exhortaba a sus hermanas, diciéndoles: «Ofreced a Dios, como preparación, todas vuestras ocupaciones, hacedlas con intención de agradar a Dios, y comulgad».

Según esto, no podéis alegar, como excusa, la falta de tiempo para prepararos, siempre que lo empleéis en cumplir con vuestra obligación. Tened cuidado de evitar entonces todas las conversaciones o pasatiempos que no sean indispensables; procurad también, cuando prevéis que os faltará por la mañana el tiempo para prepararos, adelantar la preparación

en la tarde del día precedente, leyendo algún libro piadoso, o haciendo los actos que deberíais hacer a la mañana siguiente; o si os es posible, madrugad un poco más para poderos preparar, por lo menos, en aquellos momentos que tenéis libres.

17. Otros objetarán: -Pero es que mi confesor no es partidario de la comunión frecuente.

-Si el confesor no lo quiere, debéis obedecerle. Procurad suplir redoblando las comuniones espirituales, y decid a JESUCRISTO: «Señor, yo quisiera recibirlos con más frecuencia; pero no me lo permite la obediencia». Y el Señor aceptará vuestro deseo y vuestra obediencia. Pero ¿por qué no os permite el confesor comulgar con frecuencia? ¿Es porque no se lo pedís? El pedirlo no va contra la perfección de la obediencia, más bien la ayuda; porque el confesor puede tener una norma para permitir comuniones más o menos frecuentes, según el mayor o menor deseo de los penitentes. Ese manjar divino, como antes dije, quiere que se tenga hambre de él, para producir más frutos de nutrición en quien lo recibe; a las almas inapetentes poco beneficio les reporta. No queréis pedir la comunión, y como el

confesor no ve en vosotros un gran deseo, no se atreve a concedérsela con más frecuencia.

¿Por qué no hacéis, como Santa Catalina de Sena? Cuando veía, que el confesor le negaba la comunión, clamaba con insistencia: «Padre, dad a mi alma su alimento; dad a mi alma su alimento» Si vosotros, con humildad y resignación, demostráis tener también esa hambre santa, de otro modo se portará el confesor con vosotros; pero si ve vuestra inapetencia y vuestra fácil aquiescencia a su sistema, no querrá, prudentemente, violentaros para que tengáis comunión frecuente.

18. ¡Oh, qué grandes progresos hacen continuamente en el amor divino, como nos lo enseña la experiencia, las almas que con santo deseo y con la licencia de su director espiritual se acercan con frecuencia a la comunión! ¡Cómo las va atrayendo el Señor maravillosamente a su amor! Aunque no siempre quiere dárselo a entender, para mantenerlas, más humildes y resignadas, y por eso las deja en tinieblas, sin ningún contento de devoción sensible. Para esas almas desoladas, precisamente, en sentir de SANTA TERESA, no hay mejor mantenimiento que la comunión frecuente. Yo tengo para mí, piensen como quieran los de-



más, que es indudable, generalmente hablando, que los monasterios más observantes son aquellos en que se practica la comunión frecuente, y los religiosos más fervoros y más ejemplares de los monasterios son los que con más frecuencia comulgan.

19. Pero, Dios mío, ¿para qué tantas excusas insustanciales? Que digan la verdadera razón los religiosos que no frecuentan la comunión; y la verdad es que no quieren comulgar con frecuencia para no verse obligados a más perfecto desasimiento de las criaturas y a mayor negación de las propias satisfacciones. Bien saben que no se compadece la comunión frecuente con las visitas, las amistades, las vanidades, los apegos a la honra, a la gula y a otras imperfecciones semejantes, y por eso no son partidarios de ella. No se sienten con fuerza para resistir a los reproches que Jesucristo les había de hacer desde la hostia cada vez que lo recibieran, por su vida desordenada. En una palabra: que la gran razón para no comulgar con frecuencia es poder dar más libertad a su vida.

¿Qué decís, hermanos míos? ¿Sois vosotros de éstos? Pues, si lo sois, yo también sostengo que no os conviene recibir tan a menudo a JESUCRISTO, ya que tan escasamente

le amáis y tan poco deseáis su amor: Pero tened cuidado, os advierto, porque esa tibieza obstinada que podéis y no queréis remediar, puede hacer que un día os encontréis caídos en algún precipicio. Levantaos, pues, de tan mísero estado, y daos a Dios en lo que os queda de esta vida incierta, que no sabéis cuánto durará, y que puede ser que dure muy poco; tratad de reformar vuestra vida lo mejor que podáis y de comulgar con frecuencia; y una vez obtenida la licencia del confesor, comulgad sin más averiguaciones, y dejad que los demás digan lo que quieran; y no temáis que de ello tengáis que dar cuenta a Dios en la otra vida, como decíais. Yo os digo, y os aseguro, que en la hora de la muerte no os arrepentiréis de las comuniones que hayáis hecho con la debida licencia, sino de las que podíais haber hecho y, por negligencia, no hicisteis. Santa María Magdalena de Pazzi vió en el purgatoiro a un alma que, por abandono, había omitido una comunión; y por eso, después de tal visión, cuando veía la santa que alguna hermana dejaba la comunión por negligencia, tenía tal disgusto, que muchas veces -nos cuenta su Vida- se la veía llorar de pena. No olvidéis que, entre todas vuestras devociones, ninguna po-

déis cultivar más agradable a Jesucristo que la santa comunión. La razón es que la esencia de la perfección de un alma consiste en unirse perfectamente con Dios, y la comunión es el acto que más une a las almas con Dios; de ahí que no puede hacer el alma cosa, más agradable a Dios que recibirle en la comunión; y así se comprenden aquellas palabras de Santa María Magdalena de Pazzi: «Más quiero morir que dejar una sola de las comuniones que la obediencia me permite».

Hablaré ahora de la comunión espiritual, práctica tan amada por los santos.

## **B) DE LA COMUNIÓN ESPIRITUAL**

**SUMARIO: En qué consiste, 20. -Efectos y modo de hacerlas 21 y 22.**

20. La comunión espiritual, enseña SANTO Tomás, consiste en un deseo ardiente de recibir a JESUCRISTO sacramentado. El santo Concilio de Trento alaba mucho esta devoción y exhorta a todos los fieles a practicarla. Dios mismo ha dado a entender con frecuen-

cia a las almas piadosas cuánto le agrada que le reciban espiritualmente. Se apareció un día JESUCRISTO a sor Paula Maresca, fundadora del convento de Santa Catalina de Sena, en Nápoles, y le presentó, según nos cuenta su *Vida*, dos vasos preciosos, uno de oro y otro de plata, y luego le declaró que en el vaso de oro conservaba sus comuniones sacramentales, y en el de plata, las comuniones espirituales. Otro día reveló a la venerable Juana de la Cruz que cada vez que le comulgaba espiritualmente, le concedía una gracia, en cierto modo semejante a la que concedía en la comunión sacramental.

El PADRE JUAN NIDER, dominico, refiere que vivía en cierta ciudad un hombre de humilde condición, pero de una vida intachable; tenía grandes ansias de comulgar con frecuencia, pero como allí no estaba en vigor la comunión frecuente, para no, singularizarse, se contentaba con la comunión espiritual; para eso, comenzaba por confesarse, luego hacía su meditación, asistía a la santa misa y se preparaba a la comunión; después abría la boca, como si en realidad tomara la hostia; y refiere el dicho autor que, en efecto, cuando abría la boca, sentía como si en ella entrara la hostia

santa, y al mismo tiempo, su alma henchíase de puras dulzuras. Un día quiso el buen hombre cerciorarse de lo que pasaba: llevó el dedo a la boca, y la hostia quedó pegada al dedo; púsola de nuevo en la lengua, y la tragó. Así premiaba el Señor los deseos de aquel sencillo siervo suyo.

21. Decía el PADRE PEDRO Fabro que la comunión espiritual es una excelente disposición para hacer con fruto las comuniones sacramentales. Por eso los santos las han practicado con asiduidad. Sor Agueda de la Cruz, dominica, llegaba a decir: «Si el confesor no me hubiera enseñado ese modo de comulgar, yo no sé cómo hubiera podido vivir»; y por eso hacía cien comuniones espirituales durante el día y otras cien durante la noche. Os extrañará quizá un número tan crecido; pero os responderé con SAN AGUSTÍN: «Dadme un amante, y entenderá lo que digo»; esto es, dadme un alma que no ame más que a JESUCRISTO, y no le costará comprenderlo. La comunión espiritual es, cosa muy fácil de hacer muchas veces al día, pues para eso no se requiere estar en ayunas ni emplear mucho tiempo; de ahí la facilidad de repetirla con frecuencia; esto hacía exclamar a la mencionada.

Juana de la Cruz: «¡Oh Señor mío! ¡Qué hermoso arte de comulgar! Sin que nadie lo vea, sin que nadie se entere, sin necesidad de acudir al padre espiritual ni a ninguno más que a Vos, que en medio de la soledad alimentáis a mi alma y habláis dulcemente al corazón».

22. Procurad también vosotros hacer con frecuencia esta comunión espiritual, al hacer oración y en las visitas al Santísimo Sacramento, y, sobre todo en las misas que oís, no dejéis de comulgar espiritualmente cuando el sacerdote comulga realmente. Comenzad por un acto de *fe*, creyendo firmemente que está Jesús en el sacramento; haced un acto de *amor*, al que añadiréis el *arrepentimiento* de los pecados; un acto de *deseo*, invitando a JESUCRISTO a venir a vuestro corazón para hacerlo todo suyo, y un acto de *agradecimiento*, como si ya lo hubierais recibido.

Puede servir, por ejemplo, la siguiente fórmula para hacer la comunión espiritual:

«Creo, JESÚS mío, que Vos, Dios vivo y verdadero; estáis en el Santísimo Sacramento; os amo con todo mi corazón y porque os amo, me arrepiento de haberos ofendido. Venid dentro de mi alma, que suspira por Vos. Os abrazo, amor mío, y me entrego todo a



Vos; no permitáis que vuelva jamás a separarme de Vos.»

Comuniones espirituales como ésta podéis hacerlas con facilidad y cuantas veces queráis.

## **C) DE LA VISITA AL SANTÍSIMO SACRAMENTO**

**SUMARIO: Jesús Sacramentado, fuerza y compañía, 23. -Es Rey, pero hay libre acceso, 24. -La mejor peregrinación, 25. -Suerte de los religiosos, 26 y 27. -La condesa de Feria, «se agradece, se ama...», 28.**

23. ¡Qué gran fuerza da a las almas que aman a JESUCRISTO el visitarlo con frecuencia en el Santísimo Sacramento!

Si la santa Iglesia ha instituido una fiesta tan solemne del Santísimo Sacramento, no es solamente para honrar la comunión, sino también la amorosa presencia de JESUCRISTO, día y noche, en este sacramento de amor.

«Negociasteis con bocados mi amor -dice el P. NIEREMBERG- cuando instituisteis aquel amoroso sacramento en que nos dejas-

teis vuestro Cuerpo y Sangré, deseando que os amáramos y nos uniéramos a Vos, no queriéndoos apartar de lugar de mí, ni aun de mi sustancia».

Escribe SAN PEDRO DE ALCÁNTARA: «Para entender algo de este misterio has de presuponer que ninguna lengua creada puede declarar la grandeza del amor que Cristo tiene a su Esposa, la Iglesia, y por consiguiente, a cada una de las ánimas que están en gracia, porque cada una de ellas es también esposa suya. Pues queriendo este Esposo dulcísimo partirse de esta vida y ausentarse de su Esposa, la Iglesia (por que esta ausencia no le fuese causa de olvido), dejóle por memorial este santísimo sacramento (en que se quedaba El mismo), no queriendo que entre El y ella hubiese otra prenda que despertase su memoria, sino sólo El».

24. No quiso nuestro amado Redentor, al salir de este mundo, dejarnos solos, y encontró el modo de perpetuar su presencia entre nosotros hasta el fin del mundo por medio de la sagrada eucaristía, por la cual gozamos de su dulce compañía. Así lo declaró a sus discípulos, y en ellos a todos nosotros: *Aquí me tenéis con vosotros hasta la consumación de los*

*siglos*. Y SAN PEDRO DE ALCÁNTARA continúa: «Quería también el Esposo, en esta ausencia tan larga, dejar a su Esposa compañía porque no se quedase sola, y dejóle la de este sacramento, donde se queda El mismo, que era la mejor compañía que le podía dejar».

25. Decía SANTA TERESA: «No todos pueden hablar con el rey; lo más que un vasallo puede esperar es hablarle por tercera persona». Y luego añade: «Pero para hablar con Vos, ¡oh Rey de la gloria!, no se requiere eso, porque estáis pronto a dar audiencia a todos en el sacramento del altar; todo el que quiere os halla ahí siempre y os habla familiarmente. Además, si alguno logra llegar hasta el rey, ¡cuánto tiene que esperar antes! Pocas son las veces que dan audiencia los reyes. Pero Vos, Redentor nuestro, en este sacramento dais audiencia a todos y siempre que lo queramos». Y escribe en otro lugar la santa: «Mas si no encubriérades vuestra grandeza, ¿quién osara llegar tantas veces a juntar cosa tan sucia y miserable con tan gran Majestad?... Alábeos los ángeles y todas las criaturas, que así medís las cosas con nuestra flaqueza para que gozando de tan soberanas mercedes no nos espante vuestro gran poder, de manera que aún no las osemos gozar».

¶ Pero, Dios mío, ¡cuántos desprecios no ha tenido que sufrir JESUCRISTO de los infieles, de los herejes, de todos los pecadores, para quedarse con nosotros en este sacramento! Se le ha pisoteado, se le ha arrojado a las bestias. y a los lugares más inmundos. Todos estos ultrajes los, tenía El previstos; pero no por eso desistió de quedarse con nosotros en los altares, para no privarnos de su amable presencia. Hay muchos peregrinos que hacen largos viajes para visitar la santa casa de Loreto, donde habitó Jesucristo, o para venerar los Santos Lugares donde nació, padeció y murió. En cambio, y con mucha razón, decía el Santo Maestro Avila que él no sabía encontrar santuario más atrayente y más devoto que una iglesia donde estuviera el Santísimo Sacramento, porque ése es un lugar donde no sólo vivió y padeció algún tiempo Jesucristo, sino donde mora el mismo Jesús verdadero y viviente. Por la misma razón los santos no han encontrado en esta tierra mayor delicia que estarse en presencia del Santísimo Sacramento. San Francisco Javier, según refiere su *Vida*, después de haberse fatigado todo el día en el apostolado de las almas, se pasaba las noches al pie del Santísimo Sacramento; cuando el sueño le ven-

cía, reclinabase en las gradas del altar, y tomados unos breves momentos de reposo, volvía de nuevo a conversar con su amado Señor. Lo mismo hacía San Juan Francisco Regís: después de haber pasado todo el día predicando y confesando en las misiones, su descanso lo hacía consistir en pasarse toda la noche a los pies de Jesús Sacramentado, y cuando encontraba la iglesia cerrada, se quedaba en la puerta, haciendo así la corte, aunque fuera un poco de lejos, a su amado Redentor. El santo varón P. Baltasar Alvarez, cuando por sus muchas ocupaciones no podía ir a la iglesia del colegio en que vivía, procuraba, por lo menos, dirigir la mirada hacia el lugar donde estaba el Santísimo Sacramento.

En resumen: que todos los santos han hallado su paraíso terrenal en este sacramento, como desde el cielo lo reveló SANTA TERESA DE JESÚS a uno de sus religiosos: «Los del cielo y los de la tierra seamos una misma cosa en pureza y en amor; los del cielo, gozando; los de la tierra, padeciendo; nosotros, adorando la esencia divina; vosotros, el Santísimo Sacramento; y di esto a mis hijas».

Y, a la verdad, ¿qué mayor cielo puede encontrar en esta tierra un alma amante de Je-

sucristo, que estar a sus pies para declararle el amor que le tiene, para ofrecérsele con todas sus cosas y para manifestarle sus deseos de contemplarlo sin velos y crecer así en su amor?

26. Pues de este cielo, nadie, como los religiosos, puede gozar. Es cierto que JESUCRISTO se quedó en el Santísimo Sacramento para todos; pero se quedó más particularmente para sus esposas, las religiosas, que noche y día lo tienen dentro de su misma casa. Cuando Jesús apareció en la tierra, los Reyes Magos dejaron su patria y sus palacios y anduvieron durante mucho tiempo camino de Palestina, preguntando dónde lo podrían encontrar; preguntaban: *¿Dónde está el Rey de los judíos que acaba de nacer?* Los seculares también necesitan dejar sus casas para buscar a JESÚS en el sagrario, que apenas si está accesible durante el día; en muchos lugares sólo están abiertas las iglesias por la mañana. Pero los religiosos no necesitan abandonar su morada para encontrar a Jesús; continuamente permanece en la misma casa en que ellos viven, por lo cual pueden hallarlo siempre que lo desean: por la mañana, por la tarde, durante el día y durante la noche; como esposas suyas que son, tienen el privilegio de habitar en su



palacio. ¡Qué gran honra es para un vasallo ser llamado a morar con el rey en palacio! Pues vosotras, hermanas mías, sois las criaturas afortunadas que tenéis la honra de habitar en este mundo junto al Rey del cielo, JESUCRISTO. Noche y día, siempre que lo deseáis, podéis visitarlo y entreteneros con El; no tenéis más que dar los pocos pasos que separan vuestra celda del coro.

La Ven. M. María de Jesús, fundadora de un monasterio en Tolosa, decía que por dos cosas agradecía muy especialmente a Dios el haberla llamado a la religión: primero, por el voto de obediencia, que la hacía toda de Dios, y segundo, por la gran suerte de habitar siempre con JESÚS Sacramentado. En las demás iglesias está JESUCRISTO para todos; pero en el convento está solamente para los religiosos. Sabed aporvecharos. ¡Dios mío!, las religiosas, en los monasterios, no debían ser más que una especie de mariposas, que de día y de noche revolotearan alrededor de su Esposo; y sus corazones deberían estar ardiendo continuamente, más aún que los cirios y las lámparas que arden en el altar.

27. Pero sobre eso precisamente se queja el Señor, como se lo dio a entender a su sierva

Santa Margarita Alacoque, religiosa de la Visitación, a la cual le mostró un día su Corazón divino ardiendo en llamas de amor a los hombres, y le habló así: «He aquí este Corazón, que tanto ha amado a los hombres, y nada ha perdonado para demostrarles su amor, llegando hasta anonadarse. Pero luego no recibo más que ingratitudes y desprecios de la mayor parte en este sacramento de amor». Y luego le dio esta amarga queja: «Pero lo más sensible para Mí es ver que esos corazones ingratos son corazones que me están consagrados». Esta queja recae claramente sobre los religiosos y religiosas que no aprecian como se merece su gran suerte de vivir en la misma casa con JESUCRISTO, y que por eso sacan poco fruto de tal favor. Si solamente una vez al año, y nada más que durante un día, estuviera JESUS Sacramentado en vuestra iglesia, seguramente que todas a porfía, os apresuraríais a rendirle homenaje y a hacerle amorosa compañía. Pues ¿será justo que por el hecho de quedarse continuamente con vosotras por pura bondad, y para tener el consuelo de veros con más frecuencia, lo dejéis abandonado y acudáis rara vez a su presencia?

28. Si en lo pasado habéis sido negligentes en esto, os ruego que en adelante sepáis

aprovechares bien de ese gran tesoro que tenéis en el Santísimo Sacramento. Sor Ana de la Cruz, antes condesa de Feria y gran señora de España, que a los veinticuatro años, quedó viuda y se hizo monja de Santa Clara, en Montilla, consiguió para sí una celda desde la cual se veía el altar del Santísimo Sacramento, y desde allí, día y noche, se ponía en comunicación continua con Jesús Sacramentado. Le preguntaron un día qué hacía tantísimas horas delante del Santísimo, y respondió: «Allí me estaría toda la eternidad. ¿Qué se hace delante de Jesús Sacramentado? Se agradece, se ama y se piden gracias». No olvidéis esta hermosa lección, para que podáis estar con fruto en presencia del Santísimo Sacramento.

1.º *Se agradece.* - ¡Dios mío, cómo agradece una religiosa la visita de algún pariente agradable que viene de lejos por verla! ¿Y no sabéis agradecer a JESUCRISTO el que baje del cielo no sólo para visitaros, sino para vivir continuamente con vosotras? Ante todo, pues, cuando hacéis la visita, avivad la fe, adorad a vuestro Esposo Sacramentado, agradecedle tanta bondad, como es el quedarse en el altar por vuestro amor.

2.º *Se ama.* - Cuando San Felipe Neri recibió el santo Viático al ver entrar a Jesús Sa-

cramentado en su aposento, encendido en amor, exclamó sin poderse contener: «¡He aquí mi amor, he aquí mi amor!». Decid vosotras lo mismo: cuando estéis ante el sagrado copón pensad que vuestro Esposo, encerrado en aquella cárcel de amor, sé está abrasando en amor vuestro. Un día se apareció a Santa Catalina de Sena en el sacramento en figura de horno encendido, y la santa no se explicaba cómo con aquel fuego no ardían todos los corazones de los hombres. Cuando os halléis, pues en su presencia, si queréis complacerle, multiplicad los actos de amor, consagrándoos enteramente a El.

3.º *Se pide.* -Según Enrique Susón, Jesús, desde el sagrario, oye antes las plegarias del que le visita y dispensa con más abundancia sus gracias. El Padre Baltasar Alvarez vio a nuestro Señor con los brazos cargados de bienes y como afligido con la carga, ganoso de ser descargado, y como agradecido a quien le descargase. Pero... no se descargaba porque no había vasos donde se recibiesen sus dones».

Decís vosotras que no acertáis a estar mucho tiempo en presencia de JESUCRISTO, porque no sabéis qué hacer allí ni qué comunicarle. ¡Dios mío! Pues ¿por qué no os ocu-

páis en pedirle todas las gracias que necesitáis? Pedidle que os de fuerza para resistir a las tentaciones, para corregir aquel defecto que siempre os vence, para libertaros de aquella pasión que os tiene esclavizadas y os impide ser perfectamente de Dios. Pedidle que os dé fuerza para sufrir con paz los desprecios y las contrariedades, que aumente su amor en vuestro corazón y que, sobre todo, os haga estar siempre unidas con su divina voluntad.

Si os sucede que algún pecado cometido os turba el espíritu, acudid al Santísimo Sacramento a pedirle perdón, y os retiraréis llenas de paz. Cuando os sobreviene algún disgusto o alguna contrariedad más sensible, que no os decidís a ofrecerle, rogadle que os dé fuerzas de resignación. ¡Oh, si todos los religiosos lo hicieran así y si todos supieran explotar la compañía de su Esposo, todos serían santos! Procurad, por lo menos vosotros, llegar por ahí a la santidad.

## ORACIÓN

Os adoro, JESÚS mío, en el Santísimo Sacramentó del altar. Sois el mismo que un día sacrificó por mí su vida divina en la cruz,

y ahora, por amor mío también, estáis encerrado en el tabernáculo como en una prisión de amor.

No quiero ya separarme de vuestros pies; quiero visitaros con frecuencia. Vuestra presencia me dará fuerzas para desprenderme de todo afecto que no sea para Vos. Vuestra proximidad me recordará la obligación que tengo de amaros y de recurrir siempre a Vos y quiero recibirlos con frecuencia en la comunión, para amaros cada vez más y unirme cada día más íntimamente con Vos, amado Salvador mío. Os amo, ¡oh Dios escondido de la Eucaristía! Por mi amor os quedáis siempre en ese altar; por amor vuestro quiero estar siempre a vuestro lado; quiero que me tenga aquí clavado vuestro amor. Así, JESÚS mío y todo mío, estaremos, como espero, siempre juntos: durante mi vida en esta casa, y durante la eternidad en el paraíso.

¡Oh María, Madre mía, rogad a JESÚS por mí, y alcanzadme un gran amor al Santísimo Sacramento!



## ÍNDICE

Riqueza y excelencia del sacramento .....	3
Deseos de la comunión .....	7
Opinión sobre la comunión frecuente .....	8
Doble preparación .....	13
Acción de gracias .....	17
¿Por qué no comulgas? .....	19
La comunión espiritual .....	31
Efectos y modo de hacerla .....	33
Visita al Santísimo Sacramento .....	35
Dios nos concede audiencia .....	37

## OTRAS OBRAS DE SAN ALFONSO

- Las Glorias de María 1ª parte, con 256 pág.  
Las Glorias de María 2ª parte, con 293 pág.  
Práctica de Amor a Jesucristo, con 268 pág.  
Reflexiones sobre la Pasión, con 192 pág.  
El Amor del Alma, con 169 pág.  
Preparación para la Muerte, con 340 pág.  
La Santidad Sacerdotal, con 352 pág.  
El Gran Medio de la Oración, con 112 pág.  
Conformidad con la Voluntad de Dios, con 64 pág.  
Visitas al Santísimo Sacramento, con 208 pág.  
Una sola cosa es necesaria, con 72 pág.  
El que quiera venirse conmigo, con 72 pág.  
Los Diez Mandamientos, con 200 pág.  
Para confesarse bien, con 56 pág.  
Dios es Amor, con 96 pág.  
Consideraciones sobre la Pasión de Jesucristo, con 86 pág.  
Preparación para la Vida Eterna, con 270 pág.  
El amor de Dios en la Encarnación, con 208 pág.  
Para asegurar tu Salvación, con 208 pág.  
Meditaciones Fundamentales, con 72 pág.  
Jesús en la Eucaristía, con 48 pág.  
La Devoción a María Santísima, con 32 pág.  
La Pureza de Intención, con 32 pág.  
La Misa atropellada, con 48 pág.  
Consideraciones Piadosas, con 208 pág.