



5 de marzo de 1876

Como suplir el ayuno para santificar la Cuaresma

Es oportuno que se nos haya leído la regla de la mortificación en el momento en que entramos en la Cuaresma. Debido a nuestras ocupaciones, al trabajo y a las fatigas de la enseñanza pocas de nosotras podemos observar toda la Cuaresma. No hay nada que podamos hacer al respecto. No podemos ayunar, pero debemos compensarlo con otras prácticas, porque, al fin y al cabo, la Cuaresma es siempre *el día favorable, el día de la salvación*¹. Que cada una de vosotras busque en su interior lo que puede hacer para sustituir los ayunos que no observa, las prescripciones de la Iglesia que no sigue completamente.

Otras veces, Monseñor de la Bouillierie nos aconsejaba hacer más a menudo el vía crucis, beber más a menudo del tesoro de los sufrimientos de nuestro Señor para que, en una unión más estrecha con Jesús crucificado, en una compasión más tierna, en una devoción mayor por sus dolores, encontráramos lo que le falta a nuestra propia penitencia.

Añado que podríamos imponernos muchas pequeñas privaciones, sin perjudicar la salud. Para ello, me gustaría que cada una de vosotras escribiera una pequeña nota que mostraría a quien la dirija, para pedirle consejo sobre lo que puede y debe hacer al respecto. Os indico una mortificación bastante ligera: la privación voluntaria de azúcar en el desayuno. Nos la podemos imponer para sustituir el ayuno. No digo que sea necesario hacerlo – para algunas personas podría ser perjudicial para la salud – pero digo que se puede hacer. Otra excelente mortificación es tener siempre una buena postura, evitar tocarse el rostro y no permitirse el dejarse llevar.

En una palabra, examinad cuáles son las pequeñas cosas en las que cada una de vosotras puede hacer consistir su penitencia de Cuaresma. Aquí, retener una palabra. Allí, suprimir una pequeña curiosidad, una pequeña satisfacción natural. Velar más por mantener en todo la modestia religiosa. Tomar con paciencia todas las contrariedades. Soportar sin quejarse todas las dificultades de humor, de carácter. Os aseguro, mis queridas hijas, que si durante esta Cuaresma se suprimieran todas las quejas, sería más útil para el alma que si se suprimieran el caldo y la poca carne que tomamos por la noche.

Buscad, pues, lo que podáis hacer para ofrecer a Dios un pequeño tributo de mortificaciones y sacrificios, a fin de que, mediante una oración más continua, una unión más íntima con nuestro Señor, esta Cuaresma sea para todas *el día favorable, y el día de la salvación*; pero no lo decidáis sin consejo, porque sin duda muchas excederían la medida.

¹2 Co 6, 2.