



XXII Conferencia **Los Alimentos**

Cuando sentimos la necesidad de llevar a nuestra boca algún alimento no debemos olvidar que ese momento está también santificado por el Señor, por lo tanto debemos dar gracias con todo nuestro corazón, por lo que el Señor nos da.

Oremos dando gracias al Señor por los alimentos, por el pan que pone a diario en nuestra mesa, porque ellos nos ayudan a recuperar las energías gastadas y a continuar en su camino, nos dan las fuerzas necesarias para continuar sirviendo al Señor.

San Pablo nos dice que todo aquello que comamos o bebamos, o cualquier otra cosa que hagamos nos sirva de alimento para dar gloria al Señor.

Cuando comemos, no debemos hacerlo solamente por el simple gusto de comer, nosotros comemos para alimentarnos y servir mejor, pues el Señor cubre todas nuestras necesidades, nunca deja sin alimento, ni a la más pequeña de sus criaturas; es por eso, siempre antes de alimentarnos, debemos orar y agradecerle mucho al Señor.

Debemos tener en cuenta lo siguiente: para muchos el comer es un placer, pero no olvidemos algo muy importante, para nosotras, es un placer,

acompañadas de la presencia del Señor. Por eso no está prohibido a la religiosa sentir placer al comer; sería pecado sentir placer a la hora de comer, si olvidamos que es el Señor quien está presente en ese momento, quien nos provee todo alimento.

Tomemos en cuenta la gran bondad y Misericordia del Señor, porque a pesar de que somos pecadores, a pesar de todas nuestras ofensas, Él nunca nos deja sin alimento.

Así como en la mesa de la gente rica, antes de proceder a ingerir los alimentos se acostumbra un pequeño aperitivo, este aperitivo para las religiosas debe ser una acción de gracias, este aperitivo debe ser un ofrecimiento, este aperitivo debe ser la oración.

La alimentación debe ser moderada, no podemos incurrir en la gula, todo aquello que afecte la salud de nuestro cuerpo debe ser desechado, solamente debemos ingerir lo que mantiene nuestra salud en buen estado. Lamentablemente, a veces hacemos caso omiso a este punto y muchas veces nosotras mismas nos conducimos a la muerte o a un mal estado de salud.

También debemos demostrar mucha delicadeza en la ingestión de los alimentos, ser muy delicadas y medidas en el momento de comer. Del mismo modo que nuestro cuerpo se alimenta gracias al

Señor, nosotros tenemos que buscar el alimento espiritual, para hacer crecer nuestra alma; este alimento espiritual es la oración pues ella nos acerca al Señor.


En el momento de tomar los alimentos tengamos presente la caridad. El espíritu de caridad nos instruye para compartir con los demás, con aquellos que están a la derecha y a la izquierda en la mesa y proveerlos de lo que necesiten.

Es la caridad la que nos mueve a servir al mundo y alcanzarles una parte de lo que nosotros ya tenemos.

La oración es útil para todos, la oración más que útil es necesaria para todos, ella bendice nuestros alimentos, ella está presente en nuestros alimentos; gracias a Dios por darnos este alimento espiritual.

Gloria al Señor, alabado sea su nombre.

Así sea.


Sr. Eduviges Portalet Couturier
Priora General



Dominicas de la Inmaculada Concepción
Provincia Santa Rosa