

(Saint François Xavier se contentait des aliments les plus vils qui étaient à l'usage des pauvres)

Depuis que saint François Xavier se fut joint à saint Ignace, et que, dans une retraite spirituelle qu'il fit par son conseil, il eut pris le dessein de se donner tout à fait à Dieu, il eut un grand amour pour les souffrances, et surtout pour la mortification de son corps et de ses sens. Ce fut ce sentiment qui l'engagea à faire des pénitences extraordinaires; car il passait de temps en temps des trois ou quatre jours sans manger; et, quand il mangeait, il s'abstenait non seulement de viandes et de vin, mais aussi de pain de froment, et se contentait **des aliments les plus vils et qui étaient à l'usage des pauvres.**

(MF 79 1 1)

(Aliments) En vous mortifiant tous les jours en quelque chose dans vos repas **(aliments)**, soit pour la quantité, soit pour la qualité ou pour le goût des viandes, soit en mangeant avec beaucoup de modération, soit en sortant de table sans être entièrement rassasiés, et en n'accordant à vos sens que ce qui leur est absolument nécessaire. Êtes-vous fidèles à ces pratiques ? (MF 80 1 2)

(Aliments) Comme il est incivil de demander quelque chose à table, il est aussi de la bienséance de recevoir tout ce qui est présenté **(aliments)**, quand même on aurait de la répugnance à en manger: il ne faut aussi jamais faire paraître qu'on a de la peine à manger de quelque chose qui est sur la table, et il est tout à fait contre la bienséance de le dire. Ces sortes d'aversion n'étant souvent qu'imaginaires, on pourrait s'en corriger facilement, si on voulait se faire un peu de violence, particulièrement pendant qu'on est jeune; et un moyen sans doute fort aisé de le faire, serait de souffrir quelques jours la faim; car la faim fait trouver tout bon, et souvent des choses, dont une personne ne peut se résoudre de manger, lorsqu'elle n'a point faim, lui sont très délicieuses quand elle a faim. (RB 204 3 244)

(Dans l'Eucharistie Jésus se donne à nous par manière d'aliment) Jésus-Christ en instituant ce sacrement a fait paraître son amour pour nous, d'une manière bien particulière; car il nous y unit tout à lui, mais d'une union la plus étroite, et la plus excellente qu'on se puisse imaginer, **se donnant à nous par manière d'aliment**, qui fait l'union la plus intime qui soit dans la nature, il ne se change pas en nous, mais il nous change en lui, autant qu'il le peut, par la réception de ce sacrement, en changeant non pas notre substance, mais nos affections, et nos moeurs, pour les rendre conformes aux siennes, et comme la nourriture corporelle distribue une certaine vigueur à tous les membres, ainsi le corps de Notre-Seigneur demeurant entier dans notre estomac répand dans toute notre âme, et dans tout notre corps un certain esprit de vie divine. (DA 304 2 3)