

As células esgotadas,  
Em ansias de dor e morte,  
Requerem alguma cousa  
Que as ajude e reconforte.

Eis que surge o banho amigo,  
Com recursos sempre iguais,  
A água cariciosa  
Tem carinhos maternos.

Depois dele o alívio santo,  
A bênção ditosa e pura,  
A paz regeneradora  
Ao corpo da criatura.

Assim também, nossas almas,  
Em serviços contra o mal,  
Nunca podem prescindir  
Do banho espiritual.

\*

Luta a luta, dia a dia,  
Levemos o coração  
A's águas do Pensamento  
Para o banho na Oração.

## O PÃO

Em casa, chega o momento  
Destinado a refeição...  
Raro aquele que recorda  
A história de luz do pão.

Quase sempre, vem de longe,  
Das zonas do campo em flor,  
Oferecer-se á criatura  
Em nome do Pai de Amor.

Foi semente sepultada  
Na terra ferida e escura,  
Ressuscitando em seguida  
Nas belezas da verdura.

Suportou lutas amargas,  
Noites ásperas, sombrias,  
Recebendo chuva e sól,  
Tempestades, ventanias.

Adornou-se em primavera,  
Risonha, sublime, eleita,  
E entregou-se alegremente  
Ao segador na colheita.

Padeceu processos vários,  
Viveu peregrinações,  
Desde a ceifa rude e longa,  
Ao prato das refeições.

Conforme reconhecemos,  
Esse pão quase sem nome,  
E' dádiva do Criador,  
Que vem mitigar a fome.

Mensageiro humilde e santo  
De carinho e de bondade,  
E' o laço entre a Providencia  
E a nossa necessidade.

O amor e a abnegação  
Resumem-lhe a bela história;  
O espirito de serviço  
E' a vida de sua glória.

Coração que sofre amando  
Na fé sublime e sem jaça,  
Vai ser pão na Mesa Augusta  
Dos Bens da Divina Graça.

## O P R A T O

Dentre as cousas mais singelas  
Do lar carinhoso e grato,  
E' justo reconhecer  
A doce lição do prato.

Esperando calmamente  
Comensais, em tórno á mesa,  
Exemplifica, bondoso,  
A ternura e a gentileza.

Primoroso companheiro  
De humildade e da atenção,  
Por servir a quem tem fome  
Aguarda o partir do pão.

Satisfaz a toda gente,  
Sem sombra de vaidade,  
Não olha conveniencia,  
Atende a necessidade.

Por vezes, o comensal  
A quem o vinho estimula,  
Entrega-se á embriaguez,  
A' licença, ao crime, á gula.