



Balta Lelija

3 de marzo de 2023
ITINERARIO CUARESIMAL
Día 10: “La lucha contra la gula”

Ayer reflexionamos sobre el pasaje de la purificación del Templo, y lo aplicamos luego a nuestro “templo interior”, que también requiere ser purificado.

Al inicio de nuestro “itinerario cuaresmal” cité la oración de San Nicolás de Flüe, cuya primera parte decía: *“Señor mío y Dios mío, despréndeme de todo lo que me aleja de Ti.”* Esta afirmación sintetiza la así llamada “vía purgativa” en el camino espiritual.

En el evangelio de hoy (Mt 5,20-26), Jesús dice a sus discípulos que la justicia que ellos deben practicar ha de ser “mayor que la de los escribas y fariseos”, pues sino “no entraréis en el reino de los cielos.”

A continuación, el Señor da algunas muestras de cómo debe ser esta “justicia mayor”. Por ejemplo: *“Todo el que se llene de ira contra su hermano será reo de juicio; y el que insulte a su hermano será reo ante el Sanedrín; y el que le maldiga será reo del fuego del infierno”* (Mt 5,22).

Pero, ¿por qué será que el Señor espera de aquellos que le siguen esta “justicia mayor” que la de los escribas y fariseos?

“A quien se le dio mucho, se le reclamará mucho; y a quien se confió mucho, se le pedirá más” (Lc 12,48).

Con la venida del Redentor al mundo, se les ofrece a los hombres una gracia mucho mayor que la de la Antigua Alianza. Por eso, también las exigencias para responder a esta gracia son mayores. En otras palabras: en su Hijo Jesús, Dios nos manifestó un nuevo nivel de amor. Y ahora nosotros, que hemos vuelto a nacer del agua y del espíritu (Jn 3,5), estamos llamados a acoger este amor, a corresponderle y a portarlo a este mundo. A los cristianos se nos ha dado mucho, y en particular a los católicos se nos confirió el don de sacar de los tesoros de gracia que le fueron confiados a la Iglesia.

Ahora bien, si aplicamos a nuestro proceso de purificación esta “gracia mayor” que se nos dio en la Persona de Jesús, podemos concluir que también la exigencia es mayor y que la purificación debe ser tanto más profunda. No sólo debemos guardar los mandamientos, sino que hemos de aprender a percibir nuestras inclinaciones al mal y contrarrestarlas con la gracia de Dios.

Jesús nos enseña que “del interior del corazón de los hombres” procede el mal (Mc 7,21). Al mismo tiempo, nos hace la maravillosa promesa en el Monte de las Bienaventuranzas: *“Dichosos los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios”* (Mt 5,8). Esto nos muestra cuán importante es trabajar en nuestro propio corazón, para que adquiramos un corazón nuevo y no caigamos víctimas de nuestras malas inclinaciones.

Para ello, lo primero que debemos hacer es emprender la lucha contra los así llamados “vicios”, con un sano ascetismo. Para desarrollar este tema, citaré en algunos pasajes a Juan Casiano, un monje y autor espiritual del siglo IV. Sus consejos siguen siendo válidos hasta el día de hoy y algunos pueden ser adoptados también por aquellas personas que no viven en un monasterio, sino que prestan su servicio en el mundo.

Echemos, pues, un vistazo a los vicios que oscurecen nuestra alma. Empecemos hoy con la lucha contra la gula.

Al hablar sobre el ayuno, Juan Casiano señala diversos prerrequisitos y luego menciona el objetivo general:

“El objetivo común consiste en que nadie se sacie en exceso, pues no sólo la calidad de los alimentos y el gusto al paladar, sino también la excesiva cantidad embota la capacidad de luchar del corazón y, si el espíritu engorda simultáneamente con el cuerpo, enciende el combustible de las pasiones nocivas.”

Y continúa: *“Las necesidades de la naturaleza humana no se oponen a la pureza del corazón, siempre y cuando reclamen sólo aquello que el cuerpo realmente necesita y no lo que las apetencias exigen”.*

Más adelante, Juan Casiano nos da tres consejos prácticos para saber controlar la gula:

- 1) Respetar los horarios de las comidas.
- 2) No llenarse el estómago en exceso.
- 3) No ceder a los antojos y glotonerías, y evitar comidas extravagantes.

San Pablo nos exhorta: *“Como en pleno día, procedamos con decoro: nada de comilonas y borracheras; nada de lujurias y desenfrenos; nada de rivalidades y envidias. Revestíos más bien del Señor Jesucristo y no os preocupéis de la carne para satisfacer sus concupiscencias”* (Rom 13,13-14).

En nuestro itinerario cuaresmal, ya habíamos abordado el tema del ayuno, considerándolo como “leña” para alimentar el fuego durante este tiempo de preparación. Ahora vuelve a surgir este tema en contexto con la lucha contra la gula, mostrándonos un objetivo importante de la moderación en el comer y en el beber. Mientras que la gula embota la fuerza de luchar del corazón, el ayuno y el manejo correcto de los alimentos lo fortalecen. Desde este trasfondo, puede entenderse mejor la afirmación del Señor de que ciertos demonios sólo pueden ser expulsados mediante el ayuno y la oración (Mt 17,21).

De la meditación de hoy, quedémonos con lo siguiente: para adentrarnos más profundamente en el camino de la purificación, conviene que aprendamos a emprender con la gracia de Dios la lucha contra los vicios. Retomaremos mañana este tema, porque el refrenamiento de nuestros vicios sensuales también nos ayudará a combatir los espirituales.

Meditación sobre la lectura del día: <http://es.elijamission.net/2021/02/26/>

Meditación sobre el evangelio del día: <http://es.elijamission.net/2022/03/11/>