



Balta Lelija

15 de febrero de 2024  
ITINERARIO CUARESIMAL  
Día 2: “Leña para el fuego del amor”

El santo itinerario de la Cuaresma también incluye –siempre que sea posible– el ayuno corporal y la renuncia a ciertas cosas.

Con ello, nos ejercitamos en una ascesis provechosa para la vida espiritual. Si se la practica de forma apropiada, se hacen realidad las palabras de uno de los Prefacios cuaresmales:

*“Porque con el ayuno corporal refrenas nuestras pasiones, elevas nuestro espíritu, nos das fuerza y recompensa, por Cristo, Señor nuestro.”*

La renuncia voluntaria favorece un estilo de vida espiritual. Aquí no está en primer plano procurar todo aquello que podríamos necesitar para vivir bien; sino empezar a restringirnos para poder concentrarnos en lo esencial. Esto corresponde a la prudencia cristiana, que nos llama a optar por lo que sea provechoso en el camino hacia el Señor y a dejar atrás lo que lo estorbe. Sin duda, un estilo de vida orientado en gran medida hacia los placeres sensuales de la vida es un obstáculo para un modo de vida espiritual. Una provechosa ascesis, en cambio, lo favorece.

Aunque el ayuno físico sólo adquiere su valor espiritual cuando va de la mano con la penitencia interior –es decir, la conversión a Dios–, sigue teniendo un valor considerable. No en vano la Iglesia ha insistido en esta práctica a lo largo de los siglos. Apenas en las últimas décadas se han suavizado las normas del ayuno a tal punto que apenas parece tener relevancia en nuestro camino de seguimiento de Cristo. En todo caso, corresponde ahora a los cristianos mismos imponerse voluntariamente el ayuno y ciertas restricciones ascéticas.

Vale recordar que durante mucho tiempo era habitual ayunar los miércoles y viernes a pan y agua. También en aquellos monasterios que han preservado el ayuno y la penitencia corporal, seguimos encontrando diversas limitaciones a los placeres de los sentidos. Éstas sirven al mismo objetivo que todas las formas provechosas de ascesis: se trata de fortalecer el alma y salvaguardar la libertad para tratar con las cosas de este mundo sin que éstas adquieran demasiada influencia o incluso dominio sobre nosotros.

También hay que recordar que Jesús señala que cierta clase de demonios sólo pueden ser expulsados con ayuno y oración (Mt 17,21). Por tanto, el ayuno tiene una función especial para ahuyentar los poderes demoníacos hostiles a Dios.

Además, el ayuno voluntario es un sacrificio que Dios ciertamente aceptará y utilizará, si

se lo ofrecemos en la actitud correcta. Recordemos que Jesús oró y ayunó durante cuarenta días en el desierto antes de iniciar su ministerio público.

Así, pues, hay razones de peso para incluir conscientemente en nuestra vida espiritual el ayuno. Ciertamente debe adaptarse a nuestra situación de vida, y no se lo debe exagerar de tal forma que nos haga incapaces de cumplir las tareas que nos han sido encomendadas.

También en el ayuno se aplica la afirmación de que “Dios ama al que da con alegría” (2Cor 9,7), al que le realiza estas obras en lo escondido, sin buscar el reconocimiento de los hombres (Mt 6,17-18).

No caigamos en engaños cuando se trata de ayunar, creyendo que podríamos sufrir una pérdida en nuestra calidad de vida, o que seríamos incapaces de hacerlo, que incluso podríamos caer enfermos, o que el ayuno sólo era importante en el pasado. No hagamos caso a las muchas objeciones que nuestra naturaleza caída presenta ante cada sacrificio que nos propongamos.

Si queremos que el santo itinerario hacia la Resurrección del Señor se convierta en un fuego encendido, que arda por vivir y anunciar el amor de Dios, entonces podemos considerar el ayuno corporal y los sacrificios como “buena leña”, que alimenta la llama del amor y la mantiene viva.

Meditación sobre la primera lectura del día: <http://es.elijamission.net/elegir-la-vida-es-elegir-a-dios-3/>

Meditación sobre el evangelio del día: <http://es.elijamission.net/la-verdadera-vida/>