VIERNES DE CUARESMA

DescripciÃ³n

AYUNO Y ESPIRITU DE PENITENCIA

Viernes de Cuaresma. Primer viernes de Cuaresma. Y Â¿quÃ© es lo que me toca vivir hoy? Â¿Hoy me toca ayunar o se vive la abstinencia? Buena pregunta. Muy buena pregunta. Bueno, hoy no toca ayunar. Tranquilo. Pero Â¿abstenerse de carne? Si.
Cuando esta semana le he dado la plÃ¡tica a las niÃ±as del colegio -me pasa todos los aÃ±os-, pues no entienden, no entienden y casi siempre, siempre, siempre me preguntan si ellas pueden vivir tambiÃ©n el ayuno y la abstinencia. Aun siendo pequeÃ±as, porque esto les atrae. Y yo me pregunto, Â¿quÃ© es lo que les atrae? Yo creo que ellas descubren que el ayuno y la abstinencia es algo que es agradable a Dios y que las lleva a estar junto a ti, JesÃºs.
Pues eso es lo que queremos en este tiempo de Cuaresma. Y eso es lo que queremos vivir con el ayuno y la abstinencia: estar junto a Ti. Como decÃa San Juan Pablo II, *â??la religiÃ³n catÃ³lica es la religiÃ³n del permanecer en Diosâ??.* Pues, en Cuaresma, a permanecer junto a ti, JesÃºs.

AYUNO FUENTE DE GRACIA

TambiÃ©n este es un tiempo de gracia -eso tambiÃ©n hay que saberlo-: tiempo de mucha gracia que nos llega de Dios, del cielo.
Tengo aquÃ, en el guion de la meditaciÃ³n, todo lo que dice el Catecismo de la Iglesia sobre el ayunoy la abstinencia. Pero como Ã©sta no es una clase sino es un ratico de oraciÃ³n -vamos hablando con JesÃºs-, lo voy a dejar en la versiÃ³n escrita.
Si quieres puedes mirar en la versiÃ³n escrita los puntos del Catecismo de la Iglesia y tambiÃ©n en algunos puntos del CÃ³digo de Derecho CanÃ³nico.
Solo dirÃ© algo del cuarto mandamiento, pero antes, voy a intentar contar un chiste. Yo soy pÃ©simo para contar los chistes; me lo voy a cargar yo lo sÃ©, pero bueno…
ImagÃnate que un amigo sacerdote una vez se montÃ³ en un ascensor y habÃa un dependiente que oprimÃa los botones del ascensor. Entonces el padre, vestido de sacerdote, le dice: -Â¡Buenos dÃas! El cuarto. Y el seÃ±or le dice: -Honrar a padre y madre. Â¡Y todo el ascensor se morÃa de la risa! Bueno, Ã©l no le decÃa que le dijera el cuarto mandamiento, sino que iba para el 4.Âº piso.

ABSTINENCIA:Â MANDAMIENTO DE LA IGLESIA

> Â¿CuÃ¡l es el 4.Âº mandamiento de la Santa Madre Iglesia? Mira, asÃ lo recuerda el Catecismo de la Iglesia CatÃ³lica. El 4.Âº mandamiento: â??*Abstenerse de comer carne y ayunar en los dÃas establecidos por la Iglesia, asegura los tiempos de ascesis y de penitencia que nos preparan para las fiestas litÃºrgicas y para adquirir el dominio sobre nuestros instintos y la libertad del corazÃ³nâ??* (Catecismo de la Iglesia CatÃ³lica, 2043).

Pues este es el 4.Âºmandamiento de la Santa Madre Iglesia: abstenerse de comer carne y ayunar los dÃas establecidos por la Iglesia.
Â¿CuÃ¡les son esos dÃas establecidos? Los dÃas de ayuno son el MiÃ©rcoles de Ceniza y el Viernes Santo. Y los dÃas de abstinencia son el MiÃ©rcoles de Ceniza y todos los viernes de Cuaresma.
No te voy a decir nada de lo que dice el catecismo, el CÃ³digo de Derecho CanÃ³nico sobre los viernes. LÃ©elo tÃº. No te lo voy a decir yo.
Bueno, seÃ±or, y vamos quedÃ¡ndonos con cositas para nuestra oraciÃ³n. Me parece que es muy bonito lo que dice que son para preparar las fieras litÃºrgicas, para el dominio sobre nuestros instintos y para la libertad del corazÃ³n. Y asÃ podemos amar mÃ¡s a Dios, que es lo que nos interesa: estar junto a ti.
San Pablo dice:

> ***â??Â¿QuiÃ©n podrÃ¡ apartarnos del amor de Cristo? Â¿La aflicciÃ³n, la angustia, la persecuciÃ³n, el hambre, la desnudez, el peligro, la espada?â??*** (Rm 8, 35).
> *â??Es como si San Pablo dijera: Â¿QuiÃ©n apartarÃ¡ mis ojos de la cabeza y harÃ¡ que los ponga en las cosas que son despreciables? A nosotros el SeÃ±or nos manda hacer lo mismo cuando nos exhorta a aspirar a los bienes de arriba* [del cielo, no de aquÃ abajo]â?? (San Gregorio de Nisa, HomilÃa 5: PG44, 683-686).

Tener los ojos puestos en JesÃºs. Eso tiene que ser como la aspiraciÃ³n de estos dÃas de Cuaresma. *â??Guardare tutto dalla parte giusta. Ai piedi del Signoreâ??.* Eso lo leÃ tambiÃ©n estos dÃas en un libro en italiano, pero es muy bonito. â??Mirar todo desde la parte justa, a los pies del SeÃ±orâ??.

Y tambiÃ©n decÃa el libro que no hay que ser justos, sino estar de la parte justa. Que esa es la verdadera justicia: estar de la parte justa, al lado del SeÃ±or. Pues, SeÃ±or, que la fe en ti no me lleve a actuar por un entusiasmo superficial. Hoy, siendo el primer viernes seguro voy a vivir la abstinencia. Bueno, pero despuÃ©s ese entusiasmo inicial de vivir la Cuaresmase puede ir como acabando Â¿no? Se trata de ser verdaderos discÃpulos de JesÃºs. Que sus palabras y sus invitaciones lleguen a nuestro corazÃ³n; que el fruto de esa fe sea el conocimiento de la verdad, de uno mismo y tambiÃ©n de una autÃ©ntica libertad.

AYUNO PENITENTE, NO SOLO EN LA CUARESMA

AsÃ es como me debo comportar, no solamente en Cuaresma sino en todo el aÃ±o. Si yo todo el aÃ±o ya no quiero vivir la abstinencia de carne, pero sÃ quiero abstenerme de las cosas que me apartan de ti, pues he entendido lo que es un espÃritu de penitencia y lo que es un espÃritu de abstinencia.
Si yo realmente -sÃ, son dos dÃas solamente en el aÃ±o los que debo aguantar hambre, o sea que me duela el estÃ³mago, tomar mi cafÃ© y una tostada por la maÃ±ana, almorzar bien y luego por la tarde otra vez un vaso de Milo y unas galletas Altina o unas Ducales que son tan ricas. Pero Â¿cÃ³mo voy a vivir el espÃritu de ayuno en el resto del aÃ±o? Â¿De quÃ© voy a ayunar? De las cosas que me alejan de Dios y de los demÃ¡s. He entendido bien lo que es el EspÃritu: Estar junto a JesÃºs. Cuando hagas limosna, cuando ores, cuando ayunes, cuando hagas abstinencia, no seas como los hipÃ³critas. Es decir, no basta con hacer limosna, con orar, con ayunar. Debemos hacerlo bien segÃºn el EspÃritu de Dios, no segÃºn nuestro antojo Â¿verdad?

AYUNO QUE EJERCITA LA VOLUNTAD

Sin oraciÃ³n no nos podemos dirigir a Dios: sin la limosna no nos podemos apartar de los bienes terrenos. Y entonces asÃ el ayuno no serÃa penitencia, no serÃa un ayuno penitente, sino intermitente.
En estos dÃas un amigo me contaba que el ya hacÃa ayuno, que Ã©l hacÃa ayuno intermitente y que estaba en plena forma -eso sÃ que estÃ¡ cuajo, como decimos en mi tierra, o masado, o fortachÃ³n, fuerte-, y que el resultado no solamente es que se mantenga fuerte, sino que estÃ¡ bien consigo mismo y estÃ¡ lleno de energÃa. Bueno, la verdad es que me contÃ³ en quÃ© consistÃa el ayuno

intermitente, pero yo no le puse mucha atenciÃ³n.

Pues Â¡no SeÃ±or! No se trata de hacer un ayuno intermitente, se trata de hacer un ayuno penitente, que haya penitencia y que esa penitencia me acerque a vivir junto a JesÃºs, a vivir ese EspÃritu de JesÃºs, el mismo EspÃritu de JesÃºs.
Pues eso es lo que debe atraer de las prÃ¡cticas cuaresmales: descubrir que es algo agradable a Dios y que nos lleva a estar junto a Ã?l.
Los propÃ³sitos de este rato de oraciÃ³n los ponemos en manos de nuestra Madre Santa MarÃa. Queremos estar junto a JesÃºs, pero tambiÃ©n queremos estar junto a Ella, viviendo la oraciÃ³n, el ayuno, la abstinencia y la limosna. Estos dÃas seguramente saldrÃ¡n meditaciones en torno a estos temas. Acudimos a nuestra Madre.

InformaciÃ³n adjunta a la meditaciÃ³n de hoy

Ayuno

1434 V. DIVERSAS FORMAS DE PENITENCIA EN LA VIDA CRISTIANA

La penitencia interior del cristiano puede tener expresiones muy variadas. La Escritura y los Padres insisten sobre todo en tres formas: el ayuno, la oraciÃ³n, la limosna (cf. Tb 12, 8; Mt 6, 1 – 18).

1438 Los tiempos y los dÃas de penitencia a lo largo del aÃ±o litÃºrgico (el tiempo de Cuaresma, cada viernes en memoria de la muerte del SeÃ±or) son momentos fuertes de la prÃ¡ctica penitencial de la Iglesia (cf SC 109 – 110; CIC can. 1249 – 1253; CCEO 880 – 883).
CÃ³digo de Derecho canÃ³nico
1250 En la Iglesia universal, son dÃas y tiempos penitenciales todos los viernes del aÃ±o y el tiempo de cuaresma
1251 Todos los viernes, a no ser que coincidan con una solemnidad, debe guardarse la abstinencia de carne o de otro alimento que haya determinado la Conferencia Episcopal; ayuno y abstinencia se guardarÃ¡n el MiÃ©rcoles de Ceniza y el Viernes Santo

1252 La ley de la abstinencia obliga a los que han cumplido catorce aÃ±os; la del ayuno, a todos los mayores de edad, hasta que hayan cumplido cincuenta y nueve aÃ±os. Cuiden sin embargo los pastores de almas y los padres de que tambiÃ©n se formen en un autÃ©ntico espÃritu de penitencia quienes, por no haber alcanzado la edad, no estÃ¡n obligados al ayuno o a la abstinencia