

# VIVIR LA CUARESMA DEL AÑO DE LA FE

Por Alfonso Martínez Sanz



Hemos comenzado el tiempo de la Santa Cuaresma del Año de la fe. Esta circunstancia exige de cada uno de los bautizados que pongamos los medios adecuados para vivir con un espíritu auténticamente cristiano este tiempo de gracia que, como se escuchará el Miércoles de ceniza, no debemos echar en saco roto.

En su origen, el tiempo de cuaresma era un tiempo de preparación más directa e inmediata de los catecúmenos que querían recibir el bautismo, el Sábado Santo, en la Vigilia pascual. Era, asimismo, el tiempo en que los pecadores, que habían actuado rompiendo de forma decisiva la comunión con Dios y la Iglesia, hacían penitencia para ser reconciliados, el Jueves Santo, y poder celebrar de nuevo la Pascua con toda la comunidad.

Aunque no es ésta nuestra situación, sí sería importante y conveniente que, durante este período de tiempo, que es la cuaresma, nos interroguemos para motivarnos a nosotros mismos: *yo fui bautizado, yo llevo en mí la marca de Jesús, yo estoy sumergido en su vida nueva. Todo eso, ¿se nota realmente?. ¿No debería notarse más en todos?. ¿En qué cosas concretas podría notarse más?. Esta especie de examen de conciencia podría completarse con esta otra consideración: desde luego mi vida no está exenta de infidelidades. ¿Soy consciente de ello?. ¿Soy capaz de ponerme ante Dios y pedir perdón?. ¿Por qué no me acerco ya al sacramento de las misericordias de Dios y hago, si es preciso, una buena confesión de todo lo que en mi vida ha ofendido al Señor? .*

El vivir la cuaresma con espíritu verdadero, nos debería conducir a la celebración pascual habiendo renovado la fe y el compromiso de nuestro bautismo, y habiendo caminado hacia la reconciliación con Dios y con los hermanos. Si esta reconciliación no se diera, si de hecho no llegáramos a la Vigilia Pascua verdaderamente convertidos, sería señal clara de no haber oído ni a Dios ni a la Iglesia, y de haber malgastado la gracia abundante de Dios, de haberla echado en saco roto.

En *Es Cristo que pasa*, hacia San Josemaría un reflexión que es como una síntesis del cómo ha de vivirse la cuaresma, en nuestro caso, la cuaresma del Año de la fe: *hemos entrado en el tiempo de Cuaresma: tiempo de penitencia, de purificación, de conversión. No es tarea fácil. El cristianismo no es camino cómodo: no basta estar en la*

*Iglesia y dejar que pasen los años. En la vida nuestra, en la vida de los cristianos, la conversión primera –ese momento único, que cada uno recuerda, en el que se advierte claramente todo lo que el Señor nos pide– es importante; pero más importantes aún, y más difíciles, son las sucesivas conversiones. Y para facilitar la labor de la gracia divina con estas conversiones sucesivas, hace falta mantener el alma joven, invocar al Señor, saber oír, haber descubierto lo que va mal, pedir perdón.*

Porque la cuaresma hay que vivirla bien, en ella todos sin excepción tenemos que hacer penitencia por nuestros pecados y por los pecados de nuestro mundo, que falta hace; debemos purificarnos, limpiarnos, de cualquier falta, infidelidad o pecados, en los que con toda seguridad hemos caído porque, como dijo Jesús, *el que esté sin pecado que tire la piedra el primero*; y hemos de convertirnos, teniendo como objetivo un cambio radical en nuestro seguimiento de Cristo, que es lo mismo que decir, en nuestro modo de vivir los compromisos bautismales. A la celebración de la Pascua deberíamos procurar llegar como cristianos nuevos, que quieren sellar esa renovación, esa vida nueva, resucitando con Cristo resucitado.

Todo esto exige que se pongan los medios que pueden conducirnos a alcanzar esas metas de penitencia, purificación y conversión. Los que apunta San Josemaría en el texto citado sería bueno que los tomáramos muy en serio, si queremos vivir bien la cuaresma: tener alma joven; invocar al Señor, intensificando nuestra vida de oración personal y comunitaria; saber oír a Dios en sus distintas maneras de hablarnos; descubrir lo que va mal en nuestra vida, mediante un examen de conciencia reposado y sincero; y, por último, pedir perdón, haciendo muchos actos de contrición y acercándonos al sacramento de la Penitencia con corazón contrito y humillado y con un firme propósito de enmienda.

Tradicionalmente, y en el mismo evangelio que se proclama el Miércoles de Ceniza, se señalan tres prácticas concretas, a las cuales también hemos de dadas la importancia que se merecen: la limosna, la oración y el ayuno.

Limosna es dar a los que pasan necesidad con el fin de socorrerles en la situación en que se encuentran. Y entre las cosas que se pueden dar con esta finalidad están el dinero, los alimentos, los vestidos ... Actualmente, dada la crisis económica presente, tiene todo su valor este tipo de limosna. Y hay que plantearse seriamente, con motivo de la Cuaresma, nuestra propia aportación a las acciones de servicio a los necesitados: Cáritas, Manos Unidas, Tercer mundo, o cualquier otra, siempre que haya seguridad de que los donativos que reciben los destinan al fin para el que se dan. También se puede hacer la limosna de dar tiempo que sirva de ayuda a quien lo necesite: personas que viven solas, enfermos necesitados de asistencia o de estar acompañados, instituciones que solicitan voluntarios...

Otra práctica cuaresmal que la Iglesia nos recomienda vivamente es la oración. La cuaresma recuerda los cuarenta días, con su noches, que Cristo dedicó en el desierto exclusivamente a la oración y al ayuno. Imitando a Cristo, se ha de intentar intensificar nuestra vida de oración de diversas maneras, cada cual como mejor le vaya. Puede ser: pasando ratos largos ante el Sagrario, viviendo con

intensidad el tiempo de acción de gracias de la Misa y comunión, cuidando las oraciones vocales, multiplicando las jaculatorias, concentrándose en el rezo de la Liturgia de las Horas y, de manera especial, celebrando o participando frecuentemente en la misa y, además, con fervor y recogimiento interior.

El ayuno, por fin, es abstenerse de tomar alimentos. Cristo así lo hizo en su cuaresma de preparación para su vida pública. Sintiendo con la Iglesia, el católico ha de guardar la ley del ayuno, el miércoles de ceniza y el viernes santos, y la ley de la abstinencia, el miércoles de ceniza, el viernes santo y los demás viernes de cuaresma. Por otra parte, esta práctica puede hacerse voluntariamente, en otros días de la cuaresma, por espíritu de mortificación, aunque con la prudencia necesaria y pidiendo consejo al sacerdote si fuera conveniente.

Dentro de la sociedad consumista en la que nos ha tocado vivir, la ley del ayuno y de la abstinencia debería practicarse en relación a cosas que no son alimentos ni bebidas, pero que en mayor o menor grado pueden tenernos atenazados. Por poner algún ejemplo, hay mucha gente dominada por el consumismo, por la tele, por el móvil, por la consola, por el navegar en el internet... Ayunar y abstenerse de todo esto, parcial o totalmente, si no es necesario, sería un sacrificio que agradaría a Dios, produciría en nosotros silencio interior, nos quedaría más tiempo para orar ante el sagrario o en la habitación y, en algunos casos, se evitarían tentaciones, incluso, pecados.

Tal como apuntaba Benedicto XVI, en la Carta Apostólica en la que convocaba el Año de la fe, hemos de vivir la Cuaresma de este Año como *una invitación a una auténtica y renovada conversión al Señor, único Salvador del mundo* (Porta fidei, 6).