

Domingo I de Cuaresma-C

Felipe Santos, SDB

“No de solo pan vive el hombre”

Las revistas médicas nos informan que el más del 30% de la población sufre obesidad. Somos excesivos en todo: alimentación, compras, viajes, diversiones... Como consecuencia de la obesidad se habla de restricción, ayuno, dieta sin sal, líquida, vegetariana, sin grasas, dieta de cereales...

Por el contrario, el ayuno voluntario por razones religiosas ha desaparecido de nuestro cristianismo occidental.

A través de los siglos, la mayoría de las grandes religiones han invitado a sus miembros a practicar el ayuno voluntario. Nuestra civilización contemporánea es la única que renuncia a esta experiencia religiosa universal. Hay que gozar, se dice. ¿Por qué privarse?

Cuando una persona se deja llevar y no controla sus apetitos, corre el riesgo de perder algo esencial: el dominio de sí mismo y se convierte en esclava de sus instintos más elementales.

Durante la Cuaresma, Cristo nos ofrece un programa de ayuno, oración y compartir. Y el

evangelio nos recuerda que el ser humano no sólo vive de pan... sino de toda palabra que sale de la boca de Dios.

Cuando Jesús habla del ayuno, no se trata de pérdida de peso.

Cuando todo va bien, cuando Dios está presente en nuestras vidas y estamos alegres, no necesitamos ayunar. Cristo decía a los Fariseos que sus apóstoles no necesitaban ayunar mientras que estuviera con ellos el esposo.

Por el contrario, es bueno ayunar cuando hay una falta de solidaridad humana:

- Ayunamos porque 3.000.000 personas mueren de hambre cada día a causa de la sequía, embargos, guerras, codicia...
- Porque la gran mayoría no puede comprarse los medicamentos que necesitan;
- Porque millones de personas ancianas sufren soledad y falta de afecto, etc.
- Porque millares de niños, mujeres y ancianos son asesinados o heridos por guerras que tienen que ver con la economía y el nivel de vida que con la justicia y la paz en el mundo;

Tenemos que ayunar:

- Cuando reemplazamos a Dios por nuestros becerros de oro, nuestros dogmas económicos, nuestros egoísmo nacionales;
- Cuando los conflictos familiares llevan a la violencia, al odio, a la ruptura que pagan y sufren los niños;
- Cuando los jóvenes son privados de educación cristiana;
- Cuando no se perdona a los que nos han ofendido;
- Cuando las tasas de suicidios en los jóvenes son más elevadas entre nosotros que en otros países del mundo;

El ayuno puede tomar varios rostros y formas:

- Existe el ayuno de alimentación...un poco todos los días, o dos o tres veces por semana;
- El ayuno de televisión, revistas inútiles, entretenimientos extravagantes;
- El ayuno que nos ayuda a compartir con los que viven en la miseria;

El ayuno del que habla el Señor es una llamada a la conversión que nos invita a creer en Jesucristo, a soñar con un mundo mejor y a trabajar por construirlo.

La Cuaresma que nos prepara a la alegría de Pascua, no es un don que hacemos a Dios, sino un don que Dios nos hace.

Cristo nos recuerda que es tiempo de escucha de la Palabra de Dios, de renovación de nuestra vida todos los días, de recibir un corazón nuevo, una mentalidad nueva... El ayuno, la oración, el compartir nos ayudan a encontrar los valores verdaderos de la vida y acercarnos a Dios y a los demás.