

El porqué del Ayuno y demás prácticas penitenciales.

Durante la Cuaresma, mediante el ayuno y demás prácticas penitenciales, nos vamos incorporando a la obra redentora del Mesías de un modo más perfecto. Nuestra alma, alejada o rebelde a Dios, está sometida al demonio, al mundo y a la carne. Y precisamente, en todo este santo tiempo nos muestra la Iglesia a Jesús ya en el desierto, ya en los azares de su vida pública, combatiendo para librarnos de la triple atadura del orgullo, de la avaricia y de la lujuria, que esclavizan a las criaturas. Jesús, cuando por su doctrina y sus dolores nos haya redimido del cautiverio y restituido la libertad de hijos de Dios, nos dará, en las fiestas Pascuales, la vida divina, que habíamos perdido. De ahí que la liturgia cuaresmal esté embebida de las enseñanzas del Maestro y en el espíritu de penitencia del Redentor.

Bien podemos considerar todo este tiempo como un gran *retiro espiritual*, en la cual deben entrar todos los cristianos del mundo, para disponerse a la fiesta Pascual. Así como Jesús, retirándose del tráfago del mundo, oró y ayunó durante 40 días, y luego en su vida del apostolado nos enseñó cómo hemos de morir a nosotros mismos, así también la Iglesia, en esta santa Cuaresma, nos predica cómo ha de morir en nosotros el hombre del pecado.

Esta muerte se manifestará en *nuestra alma* por la lucha contra el orgullo y el amor propio, por el espíritu de oración y la meditación más asidua de la Palabra divina. Se manifestará también en *nuestro cuerpo* por el ayuno, la abstinencia y la mortificación de los sentidos. Aparecerá por fin, en toda *nuestra vida* mediante una renuncia mayor a los placeres y bienes del siglo, dando más limosna a los pobres y absteniéndonos en lo posible de alternar en fiestas mundanales. Porque, en efecto, el ayuno cuaresmal no debe ser sino la *expresión* de los sentimientos de penitencia, de que nuestra alma está embargada, ocupándose tanto más libremente de las cosas de Dios y negándose en ofrecimiento a Él. Así, este tiempo favorable, cual ningún otro, es para los corazones generosos fuente de santa alegría, la cual transpira por todos los poros de la liturgia cuaresmal.

Esa labor de purificación se obra bajo la dirección de la Iglesia, que une nuestros padecimientos con los de Cristo. Los débiles pueden confiar en que la gracia de Jesús no les ha de faltar. Los fuertes no tienen razón para engreírse por su observancia puesto que sólo la Pasión de Jesús es la que les salva, y sólo, participando en ella, por la paciencia se les aplicarán sus frutos de salud.

(Tomado de Internet)