

Cuaresma, Combate Espiritual



Este último año se podría calificar como un año “diferente y difícil” por decir lo poco. La pandemia que aqueja al mundo, las marchas, los conflictos, las divisiones, nos han llevado a ser testigos y protagonistas de un capítulo de la historia que sin duda pasará a las siguientes generaciones. Estamos conviviendo a diario con la enfermedad y la muerte, bien sea por experiencias personales o lo que nos reportan las autoridades y los medios.

Por la virtud de la fe, entendemos con certeza que Dios en su inmensa misericordia está presente entre nosotros y que por la acción del Espíritu Santo nos anima y nos confirma que Él tiene el control de estos hechos.

Cada año la Cuaresma nos presenta la oportunidad de vivirla con mayor intensidad, considerando profundamente nuestra propia mortalidad y capacitándonos para la vida eterna.

La Cuaresma es ese tiempo de preparación para la Semana Santa. Es tiempo de introspección, de mirarnos a nosotros mismos para cuestionarnos: **¿qué hay en mi vida que debo cambiar?**

Durante este tiempo la Iglesia nos propone tres prácticas que nos ayudan a vivir plenamente estos cuarenta días meditando la pasión, muerte y resurrección de Cristo. Estas tres prácticas que fomentan el estado de penitencia interior son: Oración, Limosna y Ayuno.

Oración: Tiempo para Dios, es decir crear los momentos y lugares para vivir el silencio, mejorar nuestra escucha y darnos cuenta de todo lo que hemos recibido de Dios y soltar nuestro deseo de controlar y de saber exactamente cuándo van a pasar las cosas. Es a través de la oración que desarrollamos una relación más íntima con Dios.

Limosna: Tiempo para los demás, es decir, a través de la experiencia de oración, la limosna es la expresión de nuestra gratitud por todo lo que Dios nos ha dado y por amor a Él buscamos la forma de compartir nuestro tiempo, atención, comida y vestido con aquellas personas necesitadas de amor, alimento y apoyo espiritual.

Ayuno: Tiempo para nosotros mismos, es decir, dejar de centrarnos en nosotros mismos y darnos gustos y caprichos para revisar nuestro camino hacia Dios y ver que situaciones dificultan nuestro deseo de ser personas orantes y nuestro esfuerzo por mejorar en nuestro servicio en la familia, en la comunidad de fe y en el trabajo.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS:

P: ¿Por qué ayunamos en Cuaresma?

R: El ayuno es una forma de abstenerse de alimentos corporales, es una forma de oración y penitencia. Jesucristo practicó el ayuno en momentos importantes. Los alimentos satisfacen nuestros sentidos, hacen parte del mundo carnal. Cuando ayunamos, estamos demostrando que podemos vencernos a nosotros mismos y ponemos a disposición de Dios nuestro autocontrol. El ayuno por sí solo no tiene sentido si no va acompañado de una reflexión.

P: ¿Se ayuna solo en Cuaresma?

R: *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 guardarán el miércoles de Ceniza y el Viernes Santo. Derecho canónico números 1251-1252 1251.*

Nota: Envíanos tus preguntas info@misioneroslaicos.org

REFLEXION

“Oh Dios, que, para librarnos del poder del enemigo, quisiste que tu Hijo muriera en la cruz, concédenos alcanzar la gracia de la resurrección. Por nuestro Señor Jesucristo.” (Oración Vísperas, Miércoles Santo)



Un Mensaje de la Sociedad Católica Seglar de Misioneros del Amor de Dios

El Papa Francisco en su meditación previa al Ángelus del primer domingo de Cuaresma en 2018 explicaba:

“La Cuaresma es un tiempo de ‘combate espiritual’, de lucha espiritual. Estamos llamados a enfrentar al Maligno mediante la oración para ser capaces, con la ayuda de Dios, de vencerlo en nuestra vida cotidiana”.

El Evangelio de Mateo en el Capítulo 4 nos dice que Jesús después de haber ayunado cuarenta días y cuarenta noches, tuvo hambre. El tentador le hizo tres propuestas: “Si eres el hijo de Dios, di que esas piedras se conviertan en panes”, “Si eres el hijo de Dios, échate de aquí abajo; pues está escrito: Que te ha encomendado a sus ángeles, los cuales te tomarán en las palmas de sus manos para que tu pie no tropiece con una piedra”, “Luego el tentador lo subió a un monte muy encumbrado y le mostró todos los reinos del mundo y la gloria de ellos. Y le dijo: Todas estas cosas te daré si postrándote delante de mí me adoras”.

Las tres tentaciones se relacionan con los tres enemigos del alma: El mundo, nosotros mismos y el demonio.

La primera tentación hace referencia a la tentación de la **carne**, en satisfacer nuestros deseos, inclinaciones inmediatas, que no son conformes a la voluntad de Dios. Una hermana misionera de nuestra comunidad cuenta su experiencia asociada con la comida, en momentos de ansiedad buscó el confort en la comida, comía hasta saciarse, el momento en que notó que empezaba a hacerlo a escondidas para no sentirse juzgada entendió que tenía un problema: Debía batallar consigo misma para modificar esta conducta y vencer la debilidad para ser libre abrazándose a Dios.

La segunda tentación hace referencia al **mundo**, en darle prioridad al éxito personal y profesional, en tener poder, posición. Igualmente darle más importancia a lo que los demás digan de nosotros, a caerle bien a los demás. No tentar a Dios es confiar plenamente en que Él es quien da la fortaleza de carácter y las virtudes para obrar como hijos suyos.

La tercera tentación hace referencia al **demonio**. El busca nuestro punto más débil y ataca, nos ronda para hacernos caer. Jesús nos muestra la manera de derrotar al tentador, que se nos acerca para fascinarnos con promesas falsas y apartarnos del camino de Dios. Jesús durante cuarenta días permaneció en meditación buscando la voluntad del Padre, cuando el tentador se le acercó lo encontró lleno del amor de Dios y de sabiduría.

Que mejor momento que la Cuaresma para volvernos al Señor y reconocer que somos débiles y pecamos. La certeza de saber que mientras estemos en este mundo siempre tendremos a nuestra disposición su misericordia por medio del Sacramento de la Confesión nos debe alentar y animar a convertirnos a Él y que con su ayuda y su gracia seremos capaces de salir victoriosos de este combate espiritual.

Sigamos nuestro caminar con los ojos fijos en la meta, un encuentro personal con Jesús, y pidamos a Dios que la experiencia de esta Cuaresma en tiempos difíciles la vivamos con más ardor en nuestro corazón. Que nuestra oración diaria se intensifique, que al levantarnos nuestro primer pensamiento del día sea dirigido a Dios. Consideremos dedicarle más tiempo a la lectura de la Sagrada Escritura, en ayudar económicamente o con nuestro tiempo o acompañamiento a aquellos que lo necesitan y seamos firmes con el ayuno y la abstinencia. San Pablo nos recuerda, cuando escribe: “no habéis sufrido tentación superior a la medida humana; y fiel es Dios, que no permitirá que seáis tentados por encima de vuestras fuerzas. Antes bien, junto con la tentación os proporcionará el modo de poderla resistir con éxito”. (1Cor 10,13)

¿Cómo vivirás tu cuaresma este año? ¿Cómo planeas tu oración, tu ayuno y tu limosna?

No desaprovechemos esta oportunidad.

- Que el silencio como experiencia personal nos lleve a una oración más profunda
- Que nuestros sacrificios y penitencias nos ayuden a proclamar el Evangelio
- Que con la práctica de esta tradición logremos atraer a nuestros hermanos y ellos se acerquen a Jesús
- Que el Domingo de resurrección pueda decir que me he convertido, que algo ha cambiado en mi vida.