

La Cuaresma en familia

Rebeca Reynaud

En la Cuaresma pasada, el Papa Francisco dijo que, "cuando no vivimos como hijos de Dios a menudo tenemos comportamientos destructivos hacia el prójimo y también hacia nosotros mismos", pero hay una fuerza regenerativa en el arrepentimiento y el perdón. En esta Cuaresma podemos hacer el propósito de cuidar especialmente la Penitencia hecha sacramento, es decir, el Sacramento de la Confesión. Hemos de fomentar la contrición sin darla por supuesto. Examinarse no es fácil, es tarea que dura toda la vida, por eso con frecuencia los niños piden a sus padres ayuda para hacer su examen de conciencia antes de confesarse. ¡Cuánto ayuda a los niños las sugerencias de sus padres para vivir bien la Cuaresma! Como la posibilidad de dilatar unos minutos el beber agua, ceder un juguete a un hermanito, etc.

A veces uno se pregunta: ¿qué sacrificios se pueden hacer? Quizás podrían ser algunos de los siguientes: cumplir el pequeño deber de cada instante con alegría, vencer la flojera y la soberbia, comer lo que no gusta (aunque sea una cucharadita); no ver muchas películas, escuchar poca música, usar menos el celular para poder mirar de frente y a los ojos a las personas, vivir la paciencia y la caridad, ser más comprensivos y ponerse en el lugar de otros.

Al prepararnos para la Confesión, hacemos examen de conciencia. Si el examen de conciencia no concluye en dolor, no procede del amor. La verdadera contrición incluye propósitos de enmienda. ¿Qué son nuestros pecados? Pequeñas o grandes ataduras que nos impiden la unión con Dios, o al menos la retrasan. Con un pequeño esfuerzo se nos borran los pecados. Toda Confesión es un encuentro con la misericordia divina. En este sacramento se paga nuestra liberación icon la Sangre de Cristo! San Juan Pablo II recordaba la importancia de estas palabras: "Padre, he pecado".

Dios tiene una palabra para cada uno de nosotros, pero a veces no lo oímos por falta de recogimiento. Esta cuaresma podemos darle a Dios tiempo de oración. Podemos leer, en el *Catecismo de la Iglesia*, lo relativo a la oración.

En nuestra vida pueden presentarse "*vacíos de amor*", como sucede cuando las reacciones de soberbia o de ira toman la delantera, o bien, juicios despectivos, querer ser el centro de atención, reacciones de envidia o de malquerencia, faltas de generosidad, imprudencias y pérdidas de tiempo, cosas no perdonadas o no haber pedido perdón... Todo ello me echa por tierra, lejos del Calvario que Dios me ha trazado, comentaba Benedicto XVI.

La propuesta de Dios para cada Cuaresma es grande: Es hacernos nuevos a través de la conversión; convertirse es buscar a Dios. Significa cambiar de rumbo en el camino de la vida: pero no con un pequeño ajuste, sino con un verdadero cambio de sentido. Conversión es ir contracorriente, donde la "corriente" es el estilo de vida superficial, que a menudo nos hace esclavos del mal. La conversión es una elección de fe que nos lleva a la amistad íntima con Jesucristo. Tenemos necesidad de Él, que lleva a la alegría infinita.

La cuaresma tiene raíces profundamente enraizadas en la Biblia (Gen 7, 12). La prueba del diluvio duró 40 días. Moisés ayunó 40 días (Éx 24). El libro de Números relata que los espías invirtieron 40 días en explorar la tierra prometida. En 1 Reyes

19 se lee que Elías ayunó y caminó 40 días con el alimento de un pan. El profeta Jonás predicó por 40 días la necesidad de penitencia y arrepentimiento en Nínive.

La Pasión de Nuestro Señor Jesucristo no tiene paralelo en la historia por su brutalidad. Es el crimen más monstruoso de la historia. A Jesús le costó mucho sufrir su Pasión, por eso podemos meditarla como un modo de agradecer lo que hizo por nosotros. Da más fruto la meditación de su Pasión una hora, que tres días de retiro, dice Luisa Piccarreta.

Dice Jesús: Cuando ayunes, no pongas tu cara triste, sino perfuma tu cabeza y lava tu cara, "y tu Padre que ve en lo secreto, te recompensará" (Cf. Mateo 6, 16-17). En Oriente ayunan todos los viernes; en Occidente ayunamos dos veces al año; hemos perdido algo valioso. "El ayuno riguroso es penitencia gratisima a Dios", dice San Josemaría Escrivá (*Camino* 231).

El ayuno remueve el Corazón de Dios, ayuda a tener dominio sobre nuestros instintos y aumenta la libertad del corazón. Existen también los "ayunos" de caprichos, de egoísmo, de amor propio, que son los mejores pues fortalecen el carácter y la voluntad.

Conclusión

Nuestras soluciones son superficiales, no así las soluciones de Dios. Cuando ayunamos, oramos y nos mortificamos, encontramos la solución a muchas interrogantes.

Cuando tomo ceniza reconozco lo que soy, una criatura frágil, hecha de tierra, pero hecha también a imagen de Dios y destinada a él. Benedicto XVI explica que la Cuaresma es una peregrinación en la cual Él mismo nos acompaña a través del desierto de nuestra pobreza, sosteniéndonos en el camino hacia la alegría intensa de la Pascua.

Podríamos decir que este es un tiempo de "combate espiritual" que hay que librar juntamente con Jesús, sin orgullo ni presunción, sino más bien utilizando las armas de la fe, es decir, la oración, la escucha de la Palabra de Dios y la penitencia. Si en el corazón de las personas persisten rencores y malquerencias, no puede germinar allí la paz.