



## AYUNO DE “SÍ MISMO”

### 1.- Ver la realidad:

“El ayuno que yo quiero es éste: que abras las prisiones injustas, que desates las correas del yugo,, que dejes libres a los oprimidos, que acabes con todas las tiranías, que compartas tu pan con el hambriento, que albergues a los pobres sin techo, que proporciones vestido al desnudo y que no te desentiendas de tus semejantes” Is.58,6.

Voy a señalar, sólo de pasada, algunas de las manifestaciones del individualismo que domina en nuestra sociedad y en cada uno de nosotros. Es el ayuno que nos impide la fraternidad y la justicia. Sobre él debemos ejercer fuerza.

- Búsqueda de la calidad de vida personal.
- Obsesión por la propia persona: cuidados del cuerpo y preocupaciones psicológicas.
- Ruptura con las instituciones: iglesias, partidos políticos...
- Liberalización del deseo: hedonismo. Que nadie ponga normas.
- Búsqueda de seguridad personal.
- Exigencias de libertades personales: dueño de mi cuerpo, de mi vida...
- Relajación de la disciplina familiar y colegial.
- Moral de conveniencia, según situación personal.
- Opción por compromisos temporales, no por toda la vida.

En algunos ejemplos concretos podríamos decir que, a un festival pueden asistir cien mil personas, pero sólo se da el placer o la satisfacción individual. No existe el grupo y el compromiso. Terminado el evento, cada cual se va con su soledad o con su gozo.

Es casi escandaloso cómo ha crecido la preocupación por el cuerpo. No sólo por la salud, sino por el aparecer, por la estética: cirugía, gimnasios, exposiciones corporales, desfiles, comida... Y las crisis de quienes no lucen esas formas corporales y el bulling.

En el orden religioso hay un quiebre de las instituciones y predominio de las opiniones personales. Pertenece a la institución en la medida que ella refleja nuestro pensamiento. Una cosa piensa la Jerarquía y otra los creyentes, nos dicen algunas encuestas. “Cada uno apegado a sus dioses, producto de toda una historia”.

Llegamos a la iglesia solos, buscando “mi paz” y salimos satisfechos o enojados si la encontramos o no.

Las iglesias cristianas hacen una variada oferta, donde cada uno puede elegir iglesia, según la corriente teológica del cura o del obispo.

En los nuevos movimientos religiosos: gnósticos, esotéricos, ecológicos, new age, tenemos ofertas para todos los gustos, para “mi realización personal”, donde expresar mis sentimientos, mis experiencias místicas, cósmicas y corporales.

**No hay encuentro con el TÚ.** Todo termina en MÍ. Lo importante es sentirse bien, **sentirme** bien.

Si alguno no está contaminado de egoísmo, será porque ya ayunó mucho de sí mismo. Lo que diré, sólo sirve para nosotros, los que vivimos en este mundo nuestro, amado por Dios y por el que dio su vida.

## 2.- ¿Qué podemos hacer?

Los cristianos nos encontramos con Jesús: el que no consideró intocable su divinidad y se hizo hombre, servidor, hasta morir como un delincuente. Fil. 2,4-11.

El que nos dijo: “El que quiera seguirme, que renuncie a sí mismo”.

Mt.16, 24

Jesús no vivió para sí. Fue el hombre para los demás, en expresión de D. Bonhöffer.

Así se revela en los evangelios, entregado sin descanso a sanar y enseñar, a construir el Reino de su Padre.

En un breve recorrido por las cartas de S. Pablo, he descubierto unos veinte lugares donde se nos dice que ser cristiano es vivir para los demás.

Cuando Pablo escribe a Timoteo, seguramente lleno de dificultades, no lo envía a un sicólogo, sino que le dice: “No hagas caso de **tus propias penas**...dedícate a tu ministerio.” 2 Tim.4, 5.

El concilio Vaticano II, puso de relieve una Iglesia como pueblo de Dios que camina hacia la Patria. Todos en la misma condición de hermanos y en solidaridad, durante este camino hacia la Patria..

S. Pablo nos presenta a la Iglesia como el Cuerpo de Cristo. En un cuerpo todos somos solidarios y dependemos unos de otros. **Todos viven para los demás**, para el Cuerpo. Inicia esta enseñanza en Romanos 12 de una forma brillante. La vida cristiana es vivir para los demás. Luego vuelve en Corintios 12 a insistir: “Cada cual ha recibido unos dones para el bien de todos...”de manera que cada uno se preocupe de **los demás**”

1 Cor.12, 7 y 25.

De nuevo insiste en Ef. 4. “Sean un cuerpo y un espíritu”. “Sopórtense unos a otros con amor” para formar un solo hombre perfecto, que es la cabeza y da cohesión a todos los miembros.

En Colosenses destaca la primacía de Cristo, arrastrando a todo hacia Él.

Es tan importante esta actitud que, S. Pablo sintetiza nuestra conformidad con Cristo diciendo: “Él murió por todos, a fin de que los que viven, no vivan ya para sí mismos, sino para Él, que por ellos murió y resucitó” 2 Cor.5,11.

“Pues es realidad, ninguno vive para sí mismo, ni muere para sí mismo”, sino para el Señor. Rom.14, 7.

Por ello “los fuertes en la fe, debemos cargar las debilidades de los que no tienen esa fuerza” Rom.15, 1.

En vez de vivir **como nos dé la gana**, porque Cristo no vivió como le dio la gana. Rom.15, 3.

Y al hablar de la libertad cristiana, condena esa libertad individual que obedece a sus instintos. Pues, en realidad, somos libres “cuando nos hagamos esclavos los unos de los otros”. Gal.5, 13. Por tanto “ayúdense mutuamente a llevar sus cargas y así cumplirán la ley de Cristo.” Gal.6, 2.

### 3.- En concreto ¿de qué puedo ayunar?

De mí mismo. ¿Cómo se hace eso?

Intentaré descender a algunas acciones concretas.

1.- Haciéndome presente donde existe el dolor, la pobreza, la enfermedad, la soledad. Eso significa que, cada uno, tiene que buscar esos lugares, personas, situaciones que le ayuden a olvidar sus propias penas y consolar a los demás.

2.- Reafirmando nuestra responsabilidad social. No digo que seamos **culpables** de los males, del pecado social; sí, **responsables**, porque el que sufre, es mi cuerpo, es Cristo, es mi Iglesia. Hay ONG que nos envían o nos pueden llegar por internet invitaciones a la solidaridad. Busquemos esos lugares.

Salgo de mí cuando discierno y denuncio todo dolor, toda injusticia. Que no nos alcance la condena de la Biblia: ustedes son perros mudos que no ladran cuando viene el lobo.

3.- Salgo de mí cuando escucho la palabra de la Iglesia. Estamos en un tiempo propicio para leer las orientaciones de nuestra Iglesia de Santiago y sobre todo para leer y meditar la carta del Papa Francisco, sobre la cuaresma.

Cuando salgo de mí, cuando ayuno de mí mismo, todos nos sentimos mejor, más realizados, más escuchados, más aliviados.

Si nuestra vida cristiana fuera vivida como lo que es, “vida para los demás”, seríamos más felices, tendríamos una mayor autoestima, nuestras alegrías serían más profundas, nuestros sufrimientos más compartidos, nuestras cargas más llevaderas.

Vengan a mi todos los que estén cansados y agobiados, que yo los aliviaré, porque mi yugo es suave y mi carga liviana.

**Jesús Herreros, SM**