



Con el Miércoles de Ceniza comenzó la Cuaresma.

Al hablar de Cuaresma muchos se acuerdan del ayuno y la abstinencia. Creen que, por reducir un poco los alimentos del Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo, y porque los viernes en lugar de comer carne toman pescado, ya son penitentes.

La verdad es que hacer eso no cuesta gran cosa; pero, ¿qué tal el ayuno y la abstinencia de los malos pensamientos, el ayuno de las malas palabras y las malas acciones? Eso ya es otra cosa, que cuesta inmensamente más. Y se trata de seguir esta rigurosa dieta más que la de los alimentos.

Ayunar de los malos pensamientos. Cuántas malas ideas circulan con semáforo verde por la vía pública de nuestro cerebro, como son: las etiquetas que les ponemos a los demás, la pornografía, las intenciones malévolas, esos resentimientos largamente alimentados, etc.

Ayunar de las palabras malas. Un buen porcentaje de nuestra mercancía verbal es de muy mala calidad. Las murmuraciones, las críticas son un manjar envenenado con el que se alimentan muchas personas. El que no critica a su prójimo es una maravilla del universo; y estas maravillas se dan muy poco. Lo normal es criticar, murmurar, comerse al prójimo. Se critica todo y a todos con desvergüenza.

En una ocasión encontré a una persona que me pidió sinceramente un consejo: ¿qué podía hacer para erradicar su hábito de murmurar?. Le aconsejé que rezara un avemaría cada vez que se le escapara una crítica. Tomó el consejo muy en serio, y el resultado fue que el primer día tuvo que rezar casi tres rosarios completos. Luego, poco a poco, fueron disminuyendo las avemarías, hasta que no tuvo que rezar ninguna, porque había vencido el hábito de murmurar. El consejo es válido, y el que desee dejar de ser un murmurador, puede intentarlo.

Podemos intentar también el ayuno de palabras sonoras, chistes de doble sentido, etc. Hay mucho de que ayunar, por ejemplo, de las malas acciones. Ayuna de verdad el que deja de cometer maldades.

Ayunar de las bebidas alcohólicas; ayunar del robo, las injusticias, fraudes, peleas, adulterios, infidelidades; ayunar de películas pornográficas, de envidias, malos deseos contra los demás y tantas cosas más.

Si, durante este ayuno y abstinencia del mal, se toma una dieta abundante de caridad con el prójimo, de sacramentos, de renovación espiritual, de buenas obras, entonces tendrá sentido la Cuaresma. De lo contrario, será una comedia aquello de correr a la Iglesia a que me pongan ceniza.

Algunos están seguros de que ya se les borraron sus maldades, porque les impusieron la ceniza; como si fuera así de fácil. Más bien, el ir a recibir ceniza significa comprometerse a hacer ayuno y abstinencia de alguna de aquellas cosas malas que se dan en mi vida. ¿En qué va a consistir mi ayuno y abstinencia durante esta Cuaresma?