



CHAMPAGNAT Y EL AYUNO CUARESMAL

En L'Hermitage había un clima extraordinario de vida religiosa y de vida familiar. Los más jóvenes eran animados por los mayores, y los mayores se alegraban con el entusiasmo de los más jóvenes.

Con la llegada de la Cuaresma, todos los Hermanos querían ayunar y hacer penitencia. Los jóvenes también lo pensaron así. Entonces nombraron a seis delegados para ir al cuarto de Champagnat y pedirle permiso para hacer duras penitencias cuaresmales. Así se lo dijo al Padre el mayor de ellos, que aún no tenía diecisésis años.

Champagnat les dijo que cenaran bien esa noche y les prometió una respuesta al día siguiente.

Y entonces, como lo había prometido, les explicó el ayuno que agrada a Dios.

Es necesario hacer **ayuno de los ojos**. Es necesario mirar hacia dentro de uno mismo. Hay que ser profundos y no perdernos en superficialidades.

Es necesario hacer **ayuno de la lengua**. Para ello, es necesario hablar más con Dios y con uno mismo. Debemos buscar palabras auténticas que nos pongan en contacto con los demás, dejando de alimentar palabras vacías y, sobre todo, ofensivas.

Es necesario hacer **ayuno de los defectos, del egoísmo y de los caprichos**. Debemos dejar que nuestra pereza, nuestra tristeza y nuestro orgullo se agoten.

Y, finalmente, es necesario **alimentar bien nuestro corazón y nuestro espíritu**. Es necesario orar con fe y fervor, sobre todo participar en la Eucaristía.

Es necesario **abrir el corazón a los pobres y ayudar mucho a las personas necesitadas**.

Después de explicar de esta manera el ayuno cuaresmal, Champagnat animó a los jóvenes a vivirlo con todo su entusiasmo y permitió que ayunaran corporalmente los viernes, aunque por su edad aún no tenían obligación de hacerlo.

(*Texto adaptado del libro Enseñanzas Espirituales de Marcelino Champagnat, de autoría del Hno. Juan Bautista Furet*)

PARA REFLEXIONAR:

1. Al mirar con mayor atención tu propia vida, ¿qué crees que agradaría más a Dios como "prácticas de conversión" durante esta Cuaresma?
2. Si lo consideras conveniente, define —tal vez por escrito— algunas iniciativas personales para dinamizar y vivir con mayor provecho espiritual tu camino cuaresmal.

PARA REZAR CON EL HNO. FRANCISCO RIVAT:

Oh María, el amor te llevó a la cruz. ¡Ah, haz que la cruz me lleve al amor, para que ame al sufrir y sufra al amar! Amén.

Texto elaborado por el Hno. Rafael Ferreira