

## Meditación desde Buenafuente para el Viernes de Ceniza (15/02/2013)

### Lectura



“El **ayuno** que yo quiero es éste: Abrir las prisiones injustas, -- hacer saltar los cerrojos de los cepos, dejar libres a los oprimidos, romper todos los cepos; partir tu pan con el hambriento, hospedar a los pobres sin techo, vestir al que ves desnudo, y no cerrarte a tu propia carne” (Is 58, 7-8).

“Llegará un día en que se lleven al novio, y entonces **ayunarán**” (Mt 9, 15).

### Comentario

La Iglesia, siguiendo una tradición muy antigua, invita a sus fieles a practicar el ayuno y la abstinencia. Actualmente, la indicación penitencial se reduce al Miércoles de Ceniza y al Viernes Santo. Todos los demás viernes del año son días de abstinencia, aunque esta privación se puede cambiar por otro sacrificio. De manera especial, se recomienda practicar la abstinencia los viernes de Cuaresma.

El ayuno conlleva hacer una comida fuerte al día. Esta práctica penitencial ha sido modificada a lo largo de los siglos. El ayuno obliga desde los 18 años hasta los 59, y es aliviado para quienes cuidan a los enfermos, o lo están. La abstinencia obliga desde los 14 años, y supone no comer carne.

Aunque son muchos los que guardan la práctica cuaresmal, sin embargo, en algunos ambientes se considera algo difícil de practicar. En cualquier caso nunca habrá impedimento para ayunar de malas conversaciones, de imágenes alienantes, de dependencias idolátricas.

Actualmente se interpreta el ayuno como acción solidaria, una forma de compartir la penuria con los

que menos tienen, que impulsa sobre todo a ofrendar los bienes que se consumirían a quienes no tienen ni lo necesario.

Desde el Evangelio, el ayuno no sólo tiene carácter penitencial y solidario, hay un posible sentido amoroso, el de quienes desean compartir con Jesús los sufrimientos de su Pasión de manera corredentora, como gesto enamorado del que desea trasvasar a su propia experiencia la suerte de la persona a la que ama.

### **Puntos de reflexión**

¿Practicas algún gesto con el que desees asociarte al sufrimiento del mundo? ¿Te sientes llamado a vivir, de alguna manera, la compasión con Cristo?

¿Mantienes alguna práctica piadosa los días en los que se conmemora, de manera especial, la Pasión de Cristo, que se prolonga en tantos que también sufren?

Angel Moreno

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/meditacion-desde-buenafuente-para-el-viernes-de-ceniza-15-02-201](http://www.ciudadredonda.org/articulo/meditacion-desde-buenafuente-para-el-viernes-de-ceniza-15-02-2013)

[3](#)