

# Ayuno: Camino para volver a Dios

Kristopher W. Seaman

En los últimos cinco años, hemos tenido cinco bodas en mi familia: hermanos, sobrinas y un sobrino. Cada pareja ha agradecido profundamente la boda, pero todas admiten que prepararla con tanta minucia resultó muy exigente, desde preparar el ritual (la ceremonia de la boda) hasta encontrar los modos para ayudar a cada pareja a que su relación fuera espiritual, santa y profundamente amorosa. Pero, ¿cómo se relaciona la preparación de una boda con el ayuno?



El ayuno nos arraiga en el discipulado.

Empecemos con que ayunar es una preparación, y, por lo mismo, algo más espiritual que simplemente “dejar algo”. Algunas personas pudieran entender que ayunar es “dejar algo”, y lo ven, negativamente, como un proceso judicial. Sin embargo, a través de la historia de la Iglesia, ayunar ha sido parte de la preparación tanto para la iniciación (Bautismo, Confirmación y Eucaristía) como para el arrepentimiento. Incluso ahora en el Rito de Iniciación Cristiana de Adultos, los catecúmenos o elegidos (aquellos que buscan su iniciación cristiana) se unen a la comunidad cristiana —o mejor, son unidos— ayunando durante la temporada litúrgica de la Cuaresma como preparación a su iniciación en la noche de la Vigilia Pascual, el Sábado Santo. Desde esta perspectiva, el ayuno comporta tanto preparación como penitencia.

Los elegidos y los ya bautizados marcan la Cuaresma con ayunos. Este tiempo prepara a los elegidos a su vida cristiana, y a los ya bautizados nos recuerda que estamos en proceso de conversión, es decir, de alejarnos de todo lo que no es Dios, lo que llamamos pecado, para volvernos a la voz de Dios y a su presencia, que nos sana del pecado y nos lleva a una vida de mayor profundidad y santidad. En la Iglesia antigua, esto quedaba señalado en un rito en el que los elegidos se volvían al occidente, la dirección del pecado, el mal y el Diablo, y escupían al tiempo que renunciaban a las malas obras. Luego se volvían al este, por donde se levanta el sol, es decir, el Hijo, Jesucristo, para profesar su fe en Dios Padre, en Jesucristo, quien resucitó para quitar el pecado, y en el Espíritu Santo que

nos purifica del pecado y nos introduce en una unión con el Padre en Cristo Jesús.

La Cuaresma, así, nos marca el tiempo cuando la comunidad parroquial y los que quieren volverse discípulos en la Iglesia, comienzan un período de purificación personal, y, a la vez, profundicen su vocación a la santidad en la Iglesia y en el seguimiento de Jesucristo en el mundo.

Si colocamos el ayuno en un contexto más amplio de preparación, vemos que no consiste simplemente en “dejar algo”, sino en dejar todo lo que fracture nuestra relación con Dios, con la Iglesia, nuestra familia y la humanidad entera. Con la práctica espiritual del ayuno, expresamos nuestro deseo de no quedarnos aprisionados bajo el poder de las cosas y poner toda nuestra energía en crecer con Dios, en santidad. Esta Cuaresma podemos preguntarnos si el ayuno nos dispone mejor a experimentar la santidad de Dios con mayor profundidad y si es camino de arrepentimiento, de volvernos al Dios de la misericordia y la gracia.

Ayunar es parte de nuestro proceso de enraizar nuestro discipulado.

---

Kristopher W. Seaman, DMIN, es doctorando en el Trinity College, Dublín, Irlanda. Ha sido director de la Oficina del Culto Divino en la diócesis de Gary. Obtuvo una maestría en Estudios Litúrgicos en la St. John's University, Collegeville, Minnesota, y otra en Teología Sistemática y un doctorado en Ministerio del Catholic Theological Union.

Ilustración de Rita Corbin. Traducción de Ricardo López. © 2015 Arquidiócesis de Chicago: Liturgy Training Publications, 3949 South Racine Avenue, Chicago, IL 60609; 1-800-933-1800; www.LTP.org. Revista de *Pastoral Liturgy*\*, enero/febrero 2015, www.PastoralLiturgy.org.

*Esta página puede ser reproducida para uso personal o parroquial, siempre que aparezca en el texto la debida nota legal. También se puede descargar de [www.pastoralliturgy.org/resources/CaminoparavolveraDios.pdf](http://www.pastoralliturgy.org/resources/CaminoparavolveraDios.pdf).*