



## ***El ayuno, la oración y la limosna, expresión de nuestra conversión***

*El ayuno, la oración y la limosna*, tal como los presenta Jesús en su predicación (cf. *Mt 6,1-18*), son las condiciones y la expresión de nuestra conversión. La vía de la pobreza y de la privación (*el ayuno*), la mirada y los gestos de amor hacia el hombre herido (*la limosna*) y el diálogo filial con el Padre (*la oración*) nos permiten encarnar una fe sincera, una esperanza viva y una caridad operante.

Desde 1999 la celebración de la Cuaresma viene acompañada en nuestra diócesis de Santander por la Campaña del 'Gesto solidario', promovida por Cáritas diocesana. Es una práctica que está muy en consonancia con el espíritu cuaresmal. No nos conformemos con anunciar la Campaña al finalizar la Eucaristía dejando las huchas encima de una mesa. Hagámoslas llegar a cada familia.

*El ayuno vivido como experiencia de privación*, para quienes lo viven con sencillez de corazón lleva a descubrir de nuevo el don de Dios y a comprender nuestra realidad de criaturas que, a su imagen y semejanza, encuentran en Él su cumplimiento. Haciendo la experiencia de una pobreza aceptada, quien ayuna se hace pobre con los pobres y "acumula" la riqueza del amor recibido y compartido. Así entendido y puesto en práctica, el ayuno contribuye a amar a Dios y al prójimo en cuanto, como nos enseña santo Tomás de Aquino, el amor es un movimiento que centra la atención en el otro considerándolo como uno consigo mismo (cf. Carta enc. *Fratelli tutti*, 93). Ayunar significa liberar nuestra existencia de todo lo que estorba, incluso de la saturación de informaciones —verdaderas o falsas— y productos de consumo, para abrir las puertas de nuestro corazón a Aquel que viene a nosotros pobre de todo, pero «lleno de gracia y de verdad» (*Jn 1,14*): el Hijo de Dios Salvador.

A veces, para dar esperanza, es suficiente con ser «una persona amable, que deja a un lado sus ansiedades y urgencias para prestar atención, para regalar una sonrisa, para decir una palabra que estimule, para posibilitar un espacio de escucha en medio de tanta indiferencia» (*ibíd.*, 224). En la Cuaresma, estemos más atentos a «decir palabras de aliento, que reconfortan, que fortalecen, que consuelan, que estimulan», en lugar de «palabras que humillan, que entristecen, que irritan, que desprecian» (*Fratelli tutti [FT]*, 223). *En el recogimiento y el silencio de la oración*, se nos da la esperanza como inspiración y luz interior, que ilumina los desafíos y las decisiones de nuestra misión: por esto es fundamental recogerse en oración (cf. *Mt 6,6*) y encontrar, en la intimidad, al Padre de la ternura. Vivir una Cuaresma con esperanza significa sentir que, en Jesucristo, somos testigos del tiempo nuevo, en el que Dios "hace nuevas todas las cosas" (cf. *Ap 21,1-6*). Significa recibir la esperanza de Cristo que entrega su vida en la cruz y que Dios resucita al tercer día, "dispuestos siempre para dar explicación a todo el que nos pida una razón de nuestra esperanza" (cf. *1 P 3,15*).

*La caridad se alegra de ver que el otro crece.* Por este motivo, sufre cuando el otro está angustiado: solo, enfermo, sin hogar, despreciado, en situación de necesidad... La caridad es el impulso del corazón que nos hace salir de nosotros mismos y que suscita el vínculo de la cooperación y de la comunión. *La caridad es don* que da sentido a nuestra vida y gracias a este consideramos a quien se ve privado de lo necesario como un miembro de nuestra familia, amigo, hermano. Lo poco que tenemos, si lo compartimos con amor, no se acaba nunca, sino que se transforma en una reserva de vida y de felicidad. Vivir una Cuaresma de caridad quiere decir cuidar a quienes se encuentran en condiciones de sufrimiento, abandono o angustia. "No temas, que te he redimido", nos dice el Señor (Is 43,1). Ofrezcamos con nuestra caridad una palabra de confianza, para que el otro sienta que Dios lo ama como a un hijo. «Sólo con una mirada cuyo horizonte esté transformado por la caridad, que le lleva a percibir la dignidad del otro, los pobres son descubiertos y valorados en su inmensa dignidad, respetados en su estilo propio y en su cultura y, por lo tanto, verdaderamente integrados en la sociedad» (FT, 187).

Vivamos la Campaña del 'Gesto solidario' como un auténtico ejercicio de caridad cristiana que nos obliga a ver en los demás no solo semejantes en cuanto a la condición humana sino imágenes de Dios e hijos suyos. Son muchos los proyectos para necesidades básicas en el Tercer Mundo que esperan nuestra generosidad. Os aseguro que Cáritas diocesana pone todos los medios a su alcance para que la recaudación anual llegue a los lugares destinados y se justifique debidamente el dinero recibido.

**+Manuel Sánchez Monge,  
Obispo de Santander**

**4.02.2023**