

# Tres actitudes para vivir la Cuaresma: escuchar, ayunar, juntos

“Escuchar y ayunar. La Cuaresma como tiempo de conversión”, es el tema del mensaje del Papa León XIV para este tiempo litúrgico que comienza este miércoles 18 de febrero, cuando la Iglesia celebra el **Miércoles de Ceniza**, dando inicio a 40 días de preparación para vivir el Misterio Pascual durante la Semana Santa.

“La Cuaresma es el tiempo en el que la Iglesia, con solicitud maternal, nos invita a poner de nuevo el misterio de Dios en el centro de nuestra vida, para **que nuestra fe recobre su impulso y el corazón no se disperse entre las inquietudes y distracciones cotidianas**”, recuerda el pontífice al inicio de su mensaje.

## **Escuchar al Señor**

En este sentido —continúa el Papa— “el itinerario cuaresmal se convierte en una ocasión propicia para **escuchar la voz del Señor y renovar la decisión de seguir a Cristo**, recorriendo con Él el camino que sube a Jerusalén, donde se cumple el misterio de su pasión, muerte y resurrección”.

La actitud de escucha es, justamente, la primera clave que León XIV propone para vivir esta Cuaresma, “ya que **la disposición a escuchar es el primer signo con el que se manifiesta el deseo de entrar en relación con el otro**”.

De modo particular, el Papa enfatiza la importancia de **“dar espacio a la Palabra a través de la escucha” y abrirse a “la escucha del clamor de los oprimidos”** como lo hizo el mismo Dios ante el sufrimiento de su pueblo en Egipto (cf. Ex 3,7).

“Las Sagradas Escrituras nos hacen capaces de **reconocer la voz que clama desde el sufrimiento y la injusticia, para que no quede sin respuesta**”, enfatiza el Papa, al reconocer que “la condición de los pobres representa un grito que, en la historia de la humanidad, interpela constantemente nuestra vida,

nuestras sociedades, los sistemas políticos y económicos, y especialmente a la Iglesia" (*Dilexi te* 9).

### **Abstenerse de palabras que lastiman al prójimo**

Al referirse al ayuno, una de las prácticas antiguas de la Cuaresma, que refieren al camino de abstinencia y conversión, el obispo de Roma recuerda que **"sólo la austeridad hace fuerte y auténtica la vida cristiana"**, como dijo san Pablo VI en una de sus catequesis.

Concretamente, el Papa León XIV exhorta a "abstenerse de utilizar palabras que afectan y lastiman a nuestro prójimo", y para ello, invita a **"desarmar el lenguaje, renunciando a las palabras hirientes, al juicio inmediato, a hablar mal de quienes están ausentes** y no pueden defenderse, a las calumnias".

"Esforcémonos, en cambio, por **aprender a medir las palabras y a cultivar la amabilidad**: en la familia, entre amigos, en el lugar de trabajo, en las redes sociales, en los debates políticos, en los medios de comunicación y en las comunidades cristianas. Entonces, muchas palabras de odio darán paso a palabras de esperanza y paz", añade el Pontífice estadounidense.

### **Un camino compartido**

Finalmente, el Papa pone en relieve la dimensión comunitaria de la Cuaresma y anima a realizar "un camino compartido, en el **que la escucha de la Palabra de Dios, así como del clamor de los pobres y de la tierra, se convierta en forma de vida común**, y el ayuno sostenga un arrepentimiento real".

"Queridos hermanos, pidamos la gracia de vivir una Cuaresma que haga más atento nuestro oído a Dios y a los más necesitados. Pidamos la fuerza de un ayuno que alcance también a la lengua, para que disminuyan las palabras que hieren y crezca el espacio para la voz de los demás. Y **comprometámonos para que nuestras comunidades se conviertan en lugares donde el grito de los que sufren encuentre acogida y la escucha genere caminos de liberación**, haciéndonos más dispuestos y diligentes para contribuir a edificar la civilización del amor", concluye el Papa León XIV.

*Como lasallistas, ¿a qué nos comprometemos juntos en nuestras comunidades religiosas y educativas para hacer posible la escucha de los más pobres y el ayuno de las palabras que lastiman al prójimo en esta Cuaresma?*