

La Cuaresma en nuestra vida

Prot. Alexandre Schmemmann,

Tomar la Cuaresma con seriedad.

Esta existencia es muy diferente de la que se vivía en la época en que todos estos oficios, himnos, cánones fueron compuestos y estas prescripciones establecidas. En aquellos tiempos se vivía en una comunidad relativamente pequeña y en gran parte rural, en medio de un mundo orgánicamente ortodoxo; el ritmo de la vida de cada persona estaba dado por la Iglesia mientras que actualmente vivimos en una enorme sociedad urbana, técnica, con pluralismo de creencias religiosas y una visión secular del mundo, en donde los ortodoxos constituyen una insignificante minoría. La Cuaresma ya no es 'visible' como lo era en Rusia o Grecia, por ejemplo, así que podemos legítimamente plantearnos la siguiente pregunta: Fuera de uno o dos pequeños cambios 'simbólicos' en nuestra vida cotidiana, ¿Cómo ser fieles a la Cuaresma? ¿Podemos redescubrir ese 'baño' de arrepentimiento y de renovación que supone la Cuaresma, hacer de ella nuevamente una fuerza espiritual en la realidad cotidiana de nuestra existencia?

La respuesta a estas preguntas depende casi exclusivamente de lo siguiente: ¿Queremos tomar la Cuaresma en serio, sí o no?

Si la Cuaresma ha ido perdiendo su influencia en nuestras vidas es porque, conscientemente o no, hemos reducido la religión a un nominalismo y a un simbolismo superficiales, lo que resulta ser una manera de pasar al costado y eliminar lo serio de las exigencias de la religión en nuestras vidas, exigencias que nos reclaman compromiso y esfuerzo.

Tomar en serio la Cuaresma significa que la vamos a considerar en el nivel más profundo posible, es decir, como un llamado espiritual que demanda una respuesta, una decisión, un plan y un esfuerzo continuo. Por esto la Iglesia estableció las semanas de preparación a la Cuaresma y la vía más fácil es seguir a la Iglesia que nos guía a meditar los evangelios de los domingos del tiempo de "Gésimas." Estos evangelios no están sólo para ser escuchados en la iglesia; lo esencial es llevarlos a casa para meditarlos en función de mi vida, mi situación familiar, mis obligaciones profesionales, mis ocupaciones materiales y mi relación con los demás [...] comenzaremos entonces a comprender lo que significa 'sentir con la Iglesia', y cómo un período litúrgico puede 'colorear' la vida cotidiana.

Es un tiempo propicio para la lectura de un libro espiritual no sólo para acrecentar nuestro conocimiento de la religión sino para purificar nuestro espíritu de todo aquello que lo ocupa habitualmente. Es increíble hasta qué punto estamos invadidos por un mar de preocupaciones, intereses, inquietudes e impresiones y el escaso dominio que ejercemos sobre esa invasión. Leer un libro espiritual crea una atmósfera mental y espiritual bien diferente.

Participación a los oficios de Cuaresma.

Nadie asiste a todos los oficios pero cada uno puede asistir a algunos; es un tiempo para asistir y participar más de la liturgia. Hay un mínimo de esfuerzo a realizar para recibir lo esencial del espíritu de la Cuaresma. En primer lugar, conviene asistir a las vísperas del Domingo del Perdón que debería ser preparado como un verdadero acontecimiento espiritual ya que se trata del Oficio que nos revela a la Cuaresma como un 'tiempo fuerte' de arrepentimiento y de reconciliación y como la partida para un viaje en común.

Luego, hay que darle prioridad a la primera semana de Cuaresma haciendo un esfuerzo particular por rezar el Gran Canon de San Andrés de Creta. La función litúrgica de estos primeros días es introducirnos en el ambiente espiritual que hemos llamado 'radiante tristeza'.

Por último, hay que consagrar sin falta, al menos una noche, a la Liturgia de Presantificados y a la experiencia espiritual que nos aporta: la del ayuno total y de la transformación por lo menos de un día en un intento real del Juicio y del Gozo.

No es sólo en nuestro siglo sino desde Adán y Eva que 'el mundo' es un obstáculo al cumplimiento de las exigencias de Dios, así que no hay nada de nuevo ni especial en nuestro modo de vida moderno.

La plegaria y el ayuno.

No hay Cuaresma sin ayuno. Aún aquellos que lo cumplen, desconocen su verdadero objetivo espiritual.

El ayuno o ausencia de alimento no es una práctica exclusivamente cristiana. Existió y existe todavía en otras religiones y aún fuera de la religión como, por ejemplo, en terapias particulares. En nuestros días se ayuna por diversas razones, hasta por motivos políticos.

Entonces, es importante discernir el contenido específicamente cristiano del ayuno, que nos es revelado en la interdependencia de dos acontecimientos bíblicos, uno al comienzo del Antiguo Testamento, el otro al principio del Nuevo. El primero es la 'ruptura del ayuno' por Adán en el Paraíso: Él comió del fruto prohibido. Así se nos revela el pecado original del hombre. El segundo es el Cristo, el nuevo Adán, quien comienza ayunando. Adán fue tentado y sucumbió a la tentación; el Cristo fue tentado y venció esa tentación. La consecuencia de la debilidad de Adán fue la expulsión del Paraíso y la muerte; el fruto de la victoria del Cristo fue la destrucción de la muerte y nuestro retorno al Paraíso.

La Ortodoxia enseña que el pecado no es solamente la trasgresión de una regla sino la mutilación de la vida que Dios nos regaló. Por esta razón la historia del pecado original se nos presenta en el acto de comer. El alimento es un medio de vida, lo que nos mantiene vivos. El término 'vida' tiene un sentido biológico muy marcado pero para la Santa Escritura y la Tradición cristiana, vivir "sólo de pan" no es más que morir. Dios no creó la muerte; Él es el Donador de la Vida. Entonces, ¿cómo es que la vida se volvió mortal? De todo lo que existe, ¿por qué la muerte es la única certeza absoluta?

La Iglesia responde: porque el hombre rechazó la vida tal como Dios se la ofreció y prefirió una vida que depende no de Dios sino "sólo de pan." No sólo desobedeció a Dios y fue castigado sino que transformó su relación con el mundo. A decir verdad, la creación le había sido dada por Dios como 'alimento', como medio de vida, pero la vida debía ser comunión con Dios, la vida tenía en Él su fin y su plenitud. En la Palabra de Dios estaba la Vida y la Vida era la Luz de los hombres (Jn 1:4).

El mundo y el alimento fueron creados como medios de comunión con Dios y sólo pueden dar la vida si son recibidos por amor a Dios. En sí mismo, el alimento no tiene vida y no puede darla. Sólo Dios tiene la Vida y es la Vida. En el alimento mismo es Dios -y no las calorías- el principio de vida.

Entonces, comer, estar vivo, conocer a Dios y estar en comunión con Él eran una sola y misma cosa. La insondable tragedia de Adán es que comió para sí mismo; más aún, comió 'separado' de Dios, para ser independiente de Él. Y si lo hizo, es porque creyó que el alimento contenía la vida en sí mismo y que al comerlo, él sería como Dios y tendría la vida en sí mismo.

Dicho en otras palabras 'puso su fe en el alimento', mientras que el único objeto de fe, de confianza, de dependencia es Dios y sólo Él. El mundo y el alimento se volvieron su Dios, fuente y principio de su vida y él se volvió su esclavo. Adán, en hebreo, significa 'el hombre': es nuestro nombre, el nombre de todos.

El hombre todavía es Adán, esclavo del 'alimento'. Puede fingir que cree en Dios pero Dios no es su vida, su alimento, lo que abarca toda su existencia. Puede fingir que recibe su vida de Dios pero no vive en Dios y por Dios. Su ciencia, su experiencia, su conciencia de sí mismo, todo ello está construido sobre el mismo principio: "sólo de pan." Comemos para estar vivos pero no estamos vivos en Dios. Es el pecado de los pecados, el veredicto de muerte pegado a nuestra vida.

El Cristo es el nuevo Adán que viene a reparar el daño producido a la vida por Adán, para devolver al hombre a la verdadera Vida, entonces, comienza por el ayuno: Y después de hacer un ayuno de cuarenta días y cuarenta noches, al fin sintió hambre (Mt. 4:2). El hambre es el estado en el que nos damos cuenta de que dependemos de otra cosa cuando sentimos la necesidad urgente de alimento; eso nos muestra que no tenemos vida en nosotros mismos. Es el momento de preguntarse: ¿de qué depende mi vida?

Es una pregunta que se siente con todo el cuerpo, entonces llega el momento de la tentación. Satán vino al encuentro de Adán en el Paraíso y del Cristo en el desierto, dos hombres hambrientos, y les dijo lo mismo: "Coman, ya que vuestra hambre es la prueba de que dependéis por completo del alimento, de que vuestra vida está en el alimento." Adán lo creyó y comió pero el Cristo rechazó esta tentación y dijo: No sólo de pan vive el hombre, sino de Dios (Mt. 4:4). Jesús se negó a aceptar esa mentira cósmica que Satán impone al mundo convirtiéndola en una verdad tan evidente que ya no se la discute y que se volvió el fundamento de nuestra visión del mundo, de la ciencia, de la medicina y tal vez, también de la religión. Al hacer eso el Cristo restableció el vínculo entre el alimento, la vida y Dios, que Adán había quebrado y que nosotros quebramos cada día.

Para nosotros cristianos, el ayuno es nuestra incorporación y participación a esta experiencia del Cristo mismo por la cual nos libera de la dependencia del alimento, la materia y el mundo. El hecho es que esta liberación no es completa porque vivimos en este mundo caído, el mundo del viejo Adán. Pero, así como nuestra muerte se transformó, por la virtud de la muerte del Cristo, en un pasaje a la vida, el alimento que comemos y la vida que sostiene pueden ser una vida en Dios y por Dios. Una parte de nuestro alimento ya se convirtió en "alimento de inmortalidad," el Cuerpo y la Sangre del Cristo.

Sólo el ayuno puede operar esta transformación, darnos la prueba existencial de que la dependencia del alimento y de la materia no es ni total ni absoluta y que unida a la plegaria, a la gracia y a la adoración, puede volverse una transformación espiritual.

Todo lo cual significa que el ayuno es el único modo para el hombre de recuperar su verdadera naturaleza espiritual. Es un desafío concreto, no teórico, al Mentiroso que logró convencernos de que sólo necesitamos pan. El ayuno denuncia esta mentira y prueba que lo es. Es muy significativo que el Cristo haya encontrado a Satán durante su ayuno y que, más tarde, haya dicho que Satán sólo puede ser vencido por el ayuno y la plegaria (Mt. 17:21).

En resumen, ayunar significa tener hambre, descubrir que ese hambre es ante todo un estado espiritual que resulta en definitiva un hambre de Dios. En la Iglesia primitiva el ayuno significaba una abstinencia total, un estado de hambre que lleva al cuerpo hasta un límite extremo, un esfuerzo físico que debe ir acompañado por su complemento espiritual: la plegaria. Si no logramos alimentarnos de la Realidad Divina, si no descubrimos que dependemos total y solamente de Dios, nuestro ayuno físico será un suicidio. Si el propio Cristo fue tentado cuando ayunaba, nosotros no tenemos la menor oportunidad de escapar a esa tentación.

El ayuno es un arte que sólo los santos dominan por completo; sería presuntuoso y peligroso querer practicarlo sin discernimiento ni prudencia. Es por eso que necesitamos en primer lugar una preparación espiritual para este esfuerzo del ayuno, que consiste en pedir ayuda a Dios y centrar nuestro ayuno en Él. Es por amor a Dios que debemos ayunar; Él nos hace redescubrir nuestro cuerpo como Templo de la Divina presencia, reencontrar el respeto religioso por el cuerpo, la alimentación, el ritmo de la vida.

Luego viene el momento del ayuno propiamente dicho que debe ser practicado en dos niveles: el ayuno ascético y el total. El primero consiste en una enérgica reducción de alimento de modo tal que un estado permanente de pequeño apetito sirva de orientación de nuestro espíritu hacia Dios. Quien lo ha practicado sabe que lejos de debilitarnos, este ayuno ascético nos vuelve ligeros, cohesionados, sobrios, alegres, puros. Esto nos orienta de manera constante hacia nuestro mundo interior que, inexplicablemente, se transforma en alimento. Es un estado de semi-apetito cuya naturaleza 'negativa' se convierte en fuerza positiva por la plegaria, la memoria, la atención y la concentración.

El ayuno total, estricto, debe ser de duración limitada y estar ligado a la eucaristía. Lo mejor es practicarlo el día que precede la Liturgia de Presantificados. Ese día, ya sea que ayunemos desde la mañana temprano, sea a partir del mediodía, lo esencial es vivirlo como un día de espera,

esperanza, apetito de Dios. Es una concentración espiritual sobre algo que está por venir, sobre el don que vamos a recibir y para el cual estamos listos a sacrificar cualquier otro don.

Dicho todo esto hay que recordar que, aunque sea limitado, si es un ayuno verdadero, nos llevará a la tentación, la debilidad, la duda y la irritación. Será un combate real en el que probablemente fallaremos varias veces. Una fe que no ha superado dudas y tentaciones no es real. No hay progreso posible en la vida cristiana sin la amarga experiencia del fracaso.

Muchas personas empiezan el ayuno con entusiasmo pero renuncian al primer desmayo; es precisamente en esa primera caída que se encuentra la verdadera prueba: si, después de haber dado libre curso a nuestros apetitos y pasiones, retomamos la tarea sin abandonarla, tarde o temprano el ayuno producirá sus frutos espirituales.

Entre la santidad y el cinismo desencantado hay lugar para la gran y divina virtud de la paciencia, hacia uno mismo en primer lugar. No hay un atajo para llegar a la santidad, hay que pagar el precio de cada paso por adelantado. Entonces es preferible y más seguro empezar con un mínimo que esté justo un poco por encima de nuestras posibilidades naturales e ir aumentando el esfuerzo progresivamente, antes que ensayar un salto demasiado alto.

Para concluir diremos que hay que volver de un ayuno simbólico y formal concebido como una obligación y una costumbre, al verdadero ayuno; aunque modesto y limitado, que sea serio y efectivo. Tomemos con sinceridad la medida de nuestras capacidades físicas y espirituales y actuemos en consecuencia, recordando que no hay ayuno que no desafíe esas capacidades y que no nos haga conocer la prueba divina de que las cosas imposibles para el hombre son posibles para Dios.

Un "estilo de vida" de Cuaresma.

El esfuerzo de Cuaresma no se reduce a la asistencia a los oficios litúrgicos, al ayuno y a la plegaria a intervalos regulares; estas prácticas, para ser eficaces y tener un sentido, deben ser sostenidas por la vida entera. Necesitan un estilo de vida que no esté en contradicción con ellas, que no corte la existencia en dos. En otros tiempos, en los países ortodoxos, la sociedad misma ofrecía ese apoyo, constituido por un conjunto de costumbres, cambios exteriores, leyes y cumplimientos públicos y privados, conjunto definido por el término ruso "hyt" que significa en parte "cultura."

En Rusia, por ejemplo, era imposible olvidar la Cuaresma ya que las campanas de las iglesias sonaban de manera especial, los teatros estaban cerrados y, en tiempos todavía anteriores, los tribunales suspendían sus actividades. Todos estos actos exteriores creaban una atmósfera, un clima de Cuaresma que hacía más fácil el esfuerzo personal. Somos débiles, por eso necesitamos llamamientos exteriores, símbolos y signos. El peligro es que esos símbolos exteriores se vuelvan fines en sí mismos, el contenido propio de la Cuaresma. Bien comprendidas estas costumbres constituyen un vínculo que une el esfuerzo espiritual a la totalidad de la vida.

No vivimos en una sociedad ortodoxa así que no es posible crear un 'clima' de Cuaresma a nivel social. En consecuencia, debemos hacer un nuevo esfuerzo para replantearnos el vínculo religioso que existe necesariamente entre 'lo exterior' y 'lo interior'. El drama espiritual del secularismo es que nos arroja a una 'esquizofrenia' religiosa que divide nuestra vida en dos partes, la religiosa y la seglar, ambas cada vez menos interdependientes.

En la concepción ortodoxa, el hogar y la familia constituyen el primer y principal terreno de la vida cristiana, el lugar donde los principios cristianos se aplican a la vida cotidiana. Es el hogar, el estilo y el espíritu de la vida de familia los que modelan nuestra primera visión del mundo, los que nos dan una orientación fundamental de la que ni siquiera somos conscientes por mucho tiempo y que en definitiva será un factor decisivo. Dostoievsky hace decir al starets Zózimo en "Los hermanos Karamazov": "Un hombre que tiene buenos recuerdos de su infancia está salvado para toda la vida." Es significativo que el autor haga esta acotación luego de recordar que su madre lo llevaba a la Liturgia de Presantificados, mientras evoca la belleza del oficio y la melodía incomparable del canto: Que suba mi oración como incienso en tu presencia.

¿Qué podemos hacer en casa durante la Cuaresma? La vida familiar se ha transformado radicalmente por la radio y la televisión. El sentimiento de belleza de la 'interioridad', del mundo interior, están desapareciendo de nuestra cultura. Si no es la televisión, es la música que ha dejado de ser algo que escuchamos para ser el fondo sonoro de la conversación, la lectura, etc. El hombre moderno está imposibilitado de disfrutar del silencio, de concebirlo como una pura ausencia o más precisamente como la condición de toda verdadera Presencia. El hombre actual debe hacer un esfuerzo particular para reencontrar esta dimensión esencial del silencio que nos puede poner en contacto con las realidades superiores. Por eso el problema de la radio y la televisión durante la Cuaresma es un tema de vida o muerte espirituales. Son dos aspectos incompatibles y necesariamente uno matará al otro.

Sugerimos reducir seriamente el uso de la radio y la televisión durante la Cuaresma. No osamos esperar un ayuno total pero sí al menos uno ascético, que supone reducir el régimen habitual, evitar 'entregarse' a la televisión.

Cuando yo era niño (no había televisión), mi madre acostumbraba cerrar el piano con llave durante la primera, cuarta y séptima Semanas de Cuaresma; guardo de esto un recuerdo más vivaz que de los largos oficios de Cuaresma y aún hoy, si escucho una radio en esa época, me choca casi como una blasfemia. Este recuerdo personal es para ilustrar la impresión que producen en el alma de un niño ciertas maneras de actuar de los adultos. La Cuaresma es un tiempo especial que no hay que perder, mutilar ni destruir; una simple privación o la abstinencia no son suficientes, hay que buscar el correspondiente positivo. El silencio producido por la ausencia de ruidos del mundo debe ser llenado con algo positivo ya que nuestra inteligencia también necesita alimento. Sugerimos la lectura de las obras maestras de la literatura, que traen implícita mucha teología. Si no vemos a la Cuaresma como una peregrinación a las profundidades de nuestro ser, ella pierde todo su sentido.

Por último, ¿qué sentido tiene la Cuaresma durante las horas que pasamos fuera del hogar? En primer lugar es un tiempo propicio para medir el carácter increíblemente superficial de nuestras relaciones con los otros, las cosas y el trabajo. Los slogan: "Sonríe," "Toma las cosas como

vienen," son grandes 'mandamientos' que seguimos alegremente y que significan: No te comprometas, no hagas preguntas, no profundices tus relaciones con los demás, respeta las reglas del juego que combina una actitud amistosa con una indiferencia total, considera cada cosa en función de la ganancia material, o sea: forma parte de un mundo que utiliza constantemente las grandes palabras de libertad, responsabilidad, devoción, etc..., pero que de hecho sigue el principio materialista según el cual ¡el hombre es lo que come!

La Cuaresma es el momento de la búsqueda de sentido: en la vida profesional (o búsqueda de la vocación), en mi relación con los otros, el sentido de la amistad, de mi responsabilidad. Todo trabajo, toda vocación, pueden ser transformados en términos del valor humano.

Nuevamente se trata de un esfuerzo de interiorización en todas nuestras relaciones, ya que somos seres libres pero prisioneros inconscientes de sistemas que deshumanizan progresivamente al mundo. Y nuestra fe no tiene sentido si no se relaciona con la vida en toda su complejidad. Mucha gente piensa que los cambios necesarios vienen de lo exterior, de las revoluciones y de modificaciones de condiciones exteriores. A nosotros, cristianos, nos toca probar que en realidad todo viene del interior, de la fe y de la vida según la fe.

Cuando la Iglesia penetró en el mundo greco-romano, no denunció la esclavitud ni llamó a la revolución. Su fe y la nueva visión del hombre y de la vida hicieron progresivamente imposible la esclavitud. Un santo, y "santo" significa simplemente un hombre que toma a cada instante su fe en serio, hace más por cambiar el mundo que mil programas impresos. El santo es, en este mundo, el único verdadero revolucionario.

En segundo lugar, la Cuaresma es el tiempo en que debemos intentar dominar nuestras palabras. Nuestro mundo es terriblemente verbalista, estamos continuamente sumergidos en palabras que han perdido su sentido y por consiguiente, su fuerza. El cristianismo revela el carácter sagrado de la palabra, verdadero don divino al hombre. Razón por la cual nuestras palabras están dotadas de un poder extraordinario, sea positivo, sea negativo. También por esta razón seremos juzgados por nuestras palabras: Os digo que de toda palabra sin fundamento que hablen los hombres, darán cuenta en el día del Juicio; porque por tus palabras serás declarado justo y por tus palabras serás condenado (Mt 12:36-37).

Dominar las propias palabras es reencontrarles el sentido serio, el carácter sagrado. Es comprender que tal vez una broma 'inocente' que hemos dicho sin pensar, puede tener consecuencias desastrosas, ser la 'última gota' que impulse a un hombre al fondo de la desesperación. Pero la palabra puede también ser un testimonio, una conversación fortuita con un colega de trabajo puede comunicar más una concepción de la vida o una actitud hacia los demás que todo un sermón. Puede sembrar la semilla que provocará una pregunta o que hará encarar la vida de otra manera o que hará desear saber más.

No tenemos idea de hasta qué punto nos influimos constantemente los unos a los otros con nuestras palabras y el estilo de nuestra personalidad. Hay hombres que se convierten a Dios no porque les han dado explicaciones brillantes sino porque vieron en una persona esa luz, ese gozo, esa profundidad, esa seriedad y ese amor que revelan la Presencia y la Potencia de Dios en este mundo.

Si la Cuaresma es para el hombre un redescubrimiento de su fe, es también un redescubrimiento de la vida, de su sentido divino y de su sagrada profundidad.

Absteniéndonos del alimento, redescubrimos su dulzura y aprendemos a recibirlo de Dios con gozo y gratitud.

Al reducir la música, las diversiones y las conversaciones redescubrimos el valor de las relaciones humanas, del trabajo del hombre y de su arte.

Y redescubrimos todo esto simplemente porque redescubrimos a Dios mismo, porque volvemos hacia Él y en Él a todo aquello que nos dio en su misericordia y su amor infinitos. Es lo que cantamos la noche de Pascua:

Hoy, todo está inundado de Luz: el cielo, la tierra y el infierno; que todos celebren la Resurrección del Cristo, que todos se fortifiquen en Él.

Esta espera, no la decepciones, ¡Oh Amigo del hombre!

Extraído de La Gran Cuaresma: Ascesis y Liturgia en la Iglesia Ortodoxa, Archipreste Alexandre Schmemmann, Ediciones de la Abadía de Bellefontaine, 1977.