

mar i muntanya

www.parroquiastelldefels.org

• març 2017, nº 256, exemplar gratuït



Dia del Seminari, col·lecta especial 18 i 19 de març



Próxima peregrinació al Santuario de Lourdes p.5



Fent camí amb... Fernando Zumaeta p.7



“...porque polvo eres y al polvo volverás” (Gn 3, 19-20)

agenda

- **11/03/17 Triduo Cuaresmal** Iglesia de **Montserrat**, a las **19:30h.**, "Hermandad y misión" por **Mn. Fernando Zumaeia**



- **11/03/17 Adoración nocturna** Iglesia de **Santa María**, a las **21h.** Oración especial por las **vocaciones sacerdotales.**
- **12/03/17 Visita guiada** a Santa María a las **17:30 h.**

Domingo de la parroquia

"Mi experiencia en las misiones en la sierra de Perú"

- **Domingo 12 de marzo a las 18:00h.**

- **18/03/17 Triduo Cuaresmal** Iglesia de **Montserrat**, a las **19:30h.**, "Hermandad y vida cristiana" por **Mn. Javier Sánchez.**
- **18/03/17 Retiro cuaresmal en silencio.** Casa de retiros de la "Mare Rafols" de Vilafranca del Penedès. **Salida a las 9:45 h.** en autocar y **regreso a las 17:30h.**
- **19/03/17 Día del Seminario**
- **25/03/17 La Encarnación del Señor. Jornada Pro-Vida**

"He aquí la esclava del Señor, hágase en mí según tu palabra"

Lc. 1, 38

- **25/03/17 Festival de la Misericordia.** Con todos los niños de la catequesis de Santa María.
- **25/03/17 Triduo Cuaresmal** Iglesia de **Montserrat**, a las **19:30h.**, "Hermandad y anuncio evangélico" por **Mn. Francisco de Paula Sala.**



Más información en la página 5.

- **01/04/17 Oración por los emigrantes y refugiados.** A partir de las 10h. en Santa María.

Horari de Misses

Santa Maria, Pl. Església 8. (Centre)
De dilluns a dissabtes: 09:00 (castellà) i 20:00 (català).
Vigílies: 20:00 (català).
Festius: 09:00 (català), 11:00 (castellà), 12:00 (familiar - setmanes alternes castellà/català), 13:00 (català) i 20:00 (castellà).

Santa Eulàlia, Eucaliptus 9. (Bellamar)
Dissabtes i vigílies: 19:00(català).
Festius: 11:00 (català), 12:00 (castellà).

Ntra. Sra. Montserrat, Dr. Marañón 25. (Vista Alegre)

Feiners: 19:30 (castellà).
Divendres: 20:00 h. (castellà).
Dissabtes i vigílies: 19:00 (castellà).
Festius: 10:00 (castellà), 12:00 (castellà).

Ntra. Sra. del Carme, Arenys 2. (Can Bou)

Dissabtes i vigílies: 20:00(castellà).
Festius: 10:00 (català).

Rezo del Rosario

Santa Maria,
De lunes a sábado: 08:30 y 19:30 h.
Domingo: 8:15 y 10:15 h.

Ntra. Sra. Montserrat,
De lunes a viernes: 19:00 h.

Ntra. Sra. del Carme,
Sábado: 19:15 h.
Domingo 09:15 h.

Rosario por la Vida (Casa del Carmen)
de lunes a viernes: 17:30 h.

Càritas: Local: Temple Vista Alegre. Tel: 93 636 34 16.

Donatius: Banco Sabadell: cc. ES32 0081 1931 64 0001 194925

Acogida/ Coordinadora: martes y jueves de 10 a 12 h.

Recogida de ropa: martes (10-12h y 16-18h) y jueves (10-12h).

Entrega de ropa: martes de 10 a 12 y de 16 a 18 h.

Entrega de alimentos: jueves de 16 a 18 h.

Orientación laboral: jueves de 10 a 12h.

Refuerzo Escolar: lunes, martes, miércoles y jueves.

Alfabetización de adultos: martes, miércoles y jueves.



Consell Pastoral de la parròquia: 2n dilluns de mes, a les 20:40 h.

Consell per els assumptes econòmics: 2n i 4rt dissabte de 10 a 12 h.

Grupo de Reflexión sobre las lecturas bíblicas del domingo: los miércoles a las 16:45 h.

Grupo de matrimonios jóvenes (Equipos de Nuestra Señora): mensualmente un sábado a las 17:30 h. Hablar con Mn. Xavier.

Pastoral de la Salud: Segundo viernes de mes a las 16:30h.

Alcohòlics Anònims: Tots els diumenges de 19 a 21 h. i dijous de 20 a 22h. Tel.: 93 317 77 77.

"Grupo Al-Anon" de familiares de alcohólicos. Todos los domingos de 18:30 a 20:30 h.

Cenàculo de Oració: los miércoles a las 20:45 h. en Sta. María.

Grupo de Renovación Carismática: martes a las 20 h. en Santa María (Cormi tel. 616300063).

Catequesis de adultos: martes a las 18:30 en Ntra. Sra. de Montserrat y jueves a las 19:00 en Santa María.

Coro parroquial: los miércoles de 19,30 h. a 20:30 en el salón parroquial de Santa. María.

Oratorio de niños: Sabados 4 y 18, de 11h. a 12h. En el salón parroquial.

LIFE TEEN: los viernes a las 19:30 h. para jóvenes de 13 a 17 años. En el salón parroquial.

Bateig

Durante la Cuaresma no hay bautismos. Se reanuda a partir del día de Pascua, 16 de abril.

Via Crucis

Todos los viernes de Cuaresma a las 19 h en Nta. Sra. de Montserrat y a las 19:25 h en Santa María

Adoración Eucarística

Santa Maria,
Todos los viernes: 18:00 -19:00 h.
2o sábado de mes: 21:00 - 01:00 h.

Ntra. Sra. del Carme
Oración por la Vida (Casa del Carmen) 18 de marzo a las 21:30 h.

Apostolat de l'Oració

Santa María, 1r divendres missa, 20:00 h.

Atenció del confessorari

Santa María: Dimarts, dimecres i dissabtes: 08:30 - 09:00 h.

Diumenges: 19:30 - 20:00 h. Tambien siempre que se solicite en la sacristía.

Despatx Parroquial

☎ 93 665 12 90

Sta. Maria: Dilluns, dimecres i divendres de 18 a 20 h.

Gestiones cementerio parroquial: miércoles de 18 a 20h.

Ntra. Sra. de Montserrat: Divendres de 17:30 a 19:30 h.

La Quaresma comença el Dimecres de Cendra

✉ Mn. Xavier Sobrevia

El primer de març hem començat la Quaresma amb la imposició de la cendra en el cap. Com diu el papa **Francesc** en el missatge d'aquest any: "és un nou començament, un camí que ens porta a un destí segur: la **Pasqua de Resurrecció**, la victòria de Crist sobre la mort. I en aquest temps rebem sempre una forta crida a la conversió: el cristià està cridat a tornar a Déu «de tot cor», a no acontentar-se amb una vida mediocre".

La cendra ens invita a la humilitat, a reconèixer els nostres límits, a veure les necessitats reals i a créixer en l'amistat amb el Senyor. **Jesús** és l'amic fidel que mai ens abandona, perquè fins i tot quan pequem espera pacientment que tornem a ell i, amb aquesta espera, manifesta la seva voluntat de perdonar.

També el Papa explica que "La Quaresma és un temps propici per intensificar la vida de l'esperit a través dels mitjans sants que l'Església ens ofereix: **el dejuni, l'oració i l'almoïna**. A la base de tot està la **Paraula de Déu**, que en aquest temps se'ns

convida a escoltar i a meditar amb més freqüència". Aquests mitjans cal que cada persona els concreti per aplicar a la seva vida personal durant els quaranta dies. Millor una cosa petita que realment es pugui fer tots els dies.

Durant la Quaresma tenim la gran festa de **sant Josep**, patró dels seminaris. És un dia per pregar molt per les vocacions sacerdotals, tant els que ja estan en el seminari com per els que encara no hi són però s'estan pensant en començar la preparació filosòfica i teològica.

Des de fa poques setmanes ve a la Parròquia en Joan Francesc Cortès, seminarista de la nostra diòcesi de Sant Feliu de Llobregat. Fa el segon curs i ve el dissabte i el diumenge per aprendre i col·laborar, és una part de la seva preparació. Preguem per ell i per totes les persones que s'estan preparant, també per els formadors del seminaris i els professors de la facultats de Teologia d'arreu del món.



Por muchos

A partir del 5 de marzo cambian unas pocas palabras cuando se consagra el vino. Ahora se dirá "por muchos" en lugar de "por todos los hombres" al acabar la frase. Esta fecha, el domingo primero de Cuaresma, es la elegida por la Conferencia Episcopal Española para que entre en vigor la 3ª edición del "**Misal Romano**" en castellano.

Los sacerdotes, para celebrar la Santa Misa, usan un libro muy grande que contiene las oraciones que se rezan. Es un libro que podemos ver puesto encima del altar durante la Misa.

Fruto del Concilio Vaticano II (1962-1965) se preparó un nuevo Misal Romano. Hubo una primera edición, luego una segunda con algunas variaciones y después la tercera con pocos cambios. La tercera edición se publicó en latín en el año 2003 y ahora ha salido la traducción al castellano. En lengua latina siempre se ha usado la expresión "pro multis", pero al traducirlo a otras lenguas se había variado un poco. Ahora se quiere ser más fiel al texto latino y a las palabras que Jesús dijo en la Última Cena.



Visita dels joves de "Life Teen" al Santuari de Montserrat, el diumenge 12 de febrer.

Unción de los enfermos 2017

El domingo 12 de febrero, durante la S. Misa de las 11:00h., se administró en la iglesia de Santa María el sacramento de la Unción de los Enfermos a **28 feligreses**. Durante la celebración se pudo percibir la intensa devoción con que fue recibido este sacramento, así como la de sus familiares y, también, la de los fieles que asistieron. Las personas del grupo de Pastoral de la Salud de nuestra parroquia colaboraron mucho y bien en la preparación del acto. Además, en la primera parte de la "Adoración nocturna" del sábado anterior, **fiesta de la Virgen de Lourdes** y Día Mundial del Enfermo, se celebró con gran fervor y recogimiento una oración por los enfermos, sus familiares y cuidadores.

El sacramento de la Unción de los Enfermos se puede recibir, cualquier día del año, en casa, en **el hospital o en la residencia** dónde se encuentre el anciano o enfermo. Solo hay que pedirlo a cualquier sacerdote de la parroquia o dejar recado en la sacristía. No dejemos que ningún feligrés muera sin recibir esta ayuda de Dios.

Fiesta en Bellamar

Con gran alegría celebramos la fiesta de Santa Eulalia. Cantó muy bien el coro parroquial y se hizo la procesión por los jardines entre las dos misas. Lo más llamativo fue el accidente sucedido durante la procesión, la imagen de santa Eulalia llevada en las andas se rompió. Actualmente se está reparando y esperamos que muy pronto quede como antes.

Por otra parte, informamos de que se ha restaurado el sagrario de la iglesia de Bellamar. Había perdido el acabado y se ha plateado. Esperamos que esta mejora nos ayude a rezar más junto al Señor y reconozcamos mejor la grandeza y el amor de Dios.

@Pontifex_es



Trobada de l'Arxiprestat de Bruguers

El **Codi de Dret Canònic** diu: «per tal d'afavorir la cura pastoral a través d'una acció comuna, diverses parròquies veïnes poden unir-se en grups peculiars, com ara els **arxiprestats**» (c. 374.2).

Les parròquies de Gavà, Viladecans, Sant Climent, Begues, El Prat i Castelldefels formen l'arxiprestat de **Bruguers**. El persones més implicades en el treball de las parròquies, el dissabte 11 de febrer, van ser convocades a la Trobada anual que es va fer a Begues. Cada parròquia va presentar alguna activitat que pogués interessar els altres. La nostra parròquia va presentar la "**Hermanidad del Cristo de la Paz**" amb un vídeo que ensenyava les moltes activitats que fan. Després també es va presentar "Life Teen", la nova proposta de catequisis per joves que hem iniciat aquest curs a la nostra parròquia.

Prop d'un centenar de persones hi van participar, més de vint vingudes de la nostra Parròquia, també amb la presència del nostre **bisbe Agustí Cortés** que va demanar posar el •lusió en el que es fa.

L'arxiprestat esdevé l'instrument idoni per a fonamentar bé una pastoral de conjunt en la diòcesi, sota la direcció del bisbe. És en l'arxiprestat on **s'integren i es complementen totes les forces apostòliques**, sense que cap d'elles perdi per això la seva pròpia naturalesa. Fer de l'arxiprestat la unitat base de la pastoral de conjunt implica complementar visions, compartir responsabilitats i recolzar realitzacions pastorals més àmplies i dinàmiques.



colabora con nosotros

- con un donativo o suscripción
- en el grupo de oración
- donando cochecitos, cunas, etc.
- como voluntario en actividades

llama al **639 86 24 97**

Gracias por tu colaboración!!



Visita guiada a l'església de Santa Maria el diumenge 12 de març a les 17:30 h.

www.parroquiacastelldefels.org

5

Miércoles de Ceniza

Con gran participación de los fieles en todas las iglesias de Castelldefels, el Miércoles de Ceniza comenzamos la Santa Cuaresma. Una ceremonia que nos invita a la humildad, a ser discretos cuando hacemos buenas obras, a pedir perdón y a confiar solo en Dios.

40 días por la Vida

El miércoles 1 de marzo comenzó en Barcelona, y simultáneamente en 400 ciudades de todo el mundo, la iniciativa por la vida más grande de la historia.

Consiste en hacer oración y ayuno, con una vigilia de oración delante de una clínica abortista. Rezando en turnos durante 40 días, del **1 de marzo al 9 de abril**. En Barcelona se realizará delante del centro de abortos Emece, en la calle Anglí, 42, desde las 8 hasta las 20h. de lunes a domingo.

Te puedes apuntar en la web www.40daysforlife.com o llamando al **685 59 01 20**. También puedes unirme a los turnos de vigilia de algunas personas de la parroquia e ir con ellas, más información llamando al **607 81 09 37**.

Peregrinació a Polònia

Seguint els passos de sant Joan Pau II



La Parròquia de Santa Maria de Castelldefels ha organitzat un pelegrinatge a Polònia del 26 de juny al 2 de juliol. El programa inclou la visita a Cracòvia, Lagiewniki, Santuari de la Divina Misericòrdia, Santuari de sant Joan Pau II, camp de concentració de Auschwitz, Wadowice (ciutat natal de sant Joan Pau II),

Kalwaria, mina de sal de Wieliczka, Czestochowa, Santuari de Jasna Gora, Varsòvia i Niepokalanow.

El preu són 1.170 €. Informació i inscripcions a les sagristies.

¡Tómate un retiro!

El tiempo de Cuaresma está especialmente recomendado para realizar un retiro espiritual. Por ello, un año más, la parroquia organiza uno el sábado 18 de marzo, en la casa de retiros de la "Mare Rafols" de Vilafranca del Penedès. Saliendo a las 9:45 h. en autocar y regresando a las 17:30h.

¡Una experiencia espiritual que nos renueva!

¿Estás preparado?

La Hermandad del Cristo de la Paz necesita costaleros/as para Semana Santa. Si estás interesado puedes presentarte en el lugar de los ensayos, la explanada delante del local de la Hermandad en Dr. Marañón 25 (Templo de la Mare de Déu de Montserrat, en Vista Alegre), los viernes a las 20 h. y los sábados a las 16 h.

Misericordia quiero...

Después del gran éxito del año pasado, volvemos a organizar el "Festival de la Misericordia". Se representarán, con la participación de todos los niños que se preparan para la Primera Comunión y el grupo de Postcomunión, las catorce obras de misericordia. No faltéis el sábado 25 de marzo a las 18h. en Santa María.

Jornada por la vida

Únete a la causa por la Vida asistiendo a las actividades que la Casa del Carmen tiene previstas para el día de la Anunciación, el próximo 25 de marzo. Celebración de la **Santa Misa a las 11 h**, en la Iglesia del Carmen, y proyección de la película **Bella** a continuación.

Para estar con María

Una oportunidad única para tener tiempo para estar junto al Señor llevados por la mano de la Virgen María.

Aprovecha el puente del 1 de mayo para ir al **Santuario de Lourdes** (Francia), ¡Todos los días del viaje son festivos! Del 29 de abril al 1 de mayo (de sábado a lunes).

Información e inscripciones en la sacristía de la iglesia de Santa María. Viaje con todo incluido 190€ ¡No dejes pasar esta ocasión!



El regreso de la princesa

✉ Ventana misionera - M.G.

Así es Dios, nadie puede ganarle en generosidad. Había pedido una hora y dentro de muchos años, Él me la traía a casa justo en ese momento y para siempre.

En algunos relatos he hablado de la princesa María. La niña que con cuatro meses, sintiéndome incapaz de criarla tan pequeña y enferma, me hizo temblar de miedo.

Pero el Hogar Nazaret no lo regento yo, sino Dios, y Él se las arregló para que creciera y se convirtiera en una princesa que desbordaba felicidad sintiéndose querida por todos. Días después de cumplir dos años, su madre, que supuestamente había superado sus problemas, se la llevó. Era lo mejor para ella, pero el futuro de María no estaba claro. Habíamos trabajado dos años para que la madre se recuperase y pudiera estar con sus hijos. Sabía que ese día podía llegar... yo no tenía su custodia. No pude hacer nada para evitarlo. Fue tan doloroso... nos arrebataron las mejores sonrisas de Dios, lo más hermoso de nuestras vidas. Pasaron diez meses y no conseguíamos sobreponernos a la ausencia de la princesa.

Cuando me dieron el premio Nous en Ecuador, una vez más pensé en María y por primera vez lloré. Me alegré de que una herida tan grande empezase a cicatrizar y recé. Rezaba por cada niño, por los niños y niñas que llegarían al Hogar y por mi princesa "Señor, si estás contento conmigo, quisiera volver a ver a mi niña, escuchar su voz, cantarle la canción con la que se dormía... Aunque sea dentro de diez o quince años, te ruego volver a verla tan solo una hora". Emocionado abrí el ordenador. Tenía un correo electrónico que decía: "Ven pronto de Ecuador, la princesa ha vuelto".

Extracto de los relatos del P. Doñoro, misionero en Moyobamba(Peru)

La luz que no puedes ver

✉ Mn. Rubèn Mestre - literaturamarimuntanya@gmail.com



Anthony Doerr,
2015, 658 págs.

La vida de Werner, un huérfano reclutado por el ejército nazi cuando es casi un niño, se cruza con la de Marie-Laure, una joven francesa ciega, que intenta sobrevivir a la invasión alemana con su padre. Estos frágiles personajes, inmersos en uno de los episodios más dramáticos de la historia, viven su vida con una pureza y con una inocencia que los preserva de la marea de maldad que anega el continente.

La ternura de las relaciones entre los personajes, la descripción del mundo "visto" por una niña ciega, dentro del caos dramático de la guerra, hacen de este libro una novela digna del premio Pulitzer de 2015.

El Via Crucis

✉ Mn. Josep M^a Armesto Miró

El poble cristià, des de molt antic, ha meditat sobre els darrers dies de Jesús en aquest món. Comença en l'oració a l'hort de les oliveres i acaba en la seva mort i resurrecció. El cristià l'hauria de resar cada divendres davant d'una estampa o imatge de Jesús crucificat, ja que Jesús li va dir a Santa Teresa de Jesús: "Yo concediré todo cuanto se me pidiese con Fe rezando el Via Crucis". Per això, al resar-lo recordem i meditem el molt que Jesús va sofrir per salvar-nos del pecat amb la seva passió i mort.

Aquest acte de devoció compren catorze "estacions" o punts de meditació sobre la passió i la mort de Jesús. "Ficar-nos dintre de cada estació", ens proposa Santa Teresa, per acompanyar en el dolor i la tortura al Fill de Déu i, també, per fer costat a la seva mare: la Verge Maria dels set dolors.

Prenguem consciència de tants germans nostres que sofreixen, que han abandonat la pràctica cristiana, que no reben els sagraments, que moren víctimes de les guerres que provoquen els homes. Avui posem als peus de Jesús, quan el besem, les nostres necessitats i sofriments, i li agraïm que ens hagi donat a Santa Maria com a mare i la redempció de Jesús per la seva passió, mort i resurrecció.

Via Crucis

Todos los viernes de Cuaresma a las 19 h en Nta. Sra. de Montserrat y a las 19:25 h en Santa María



Desde el 18 de enero está con nosotros en la Parroquia de Casteldefels. Ha llegado del Perú para estar dos meses con nosotros, para conocernos y conocerle.

www.parroquiastelldefels.org

7

Fent camí amb... Fernando Zumaeta

✍ Redacció

¿Nos puede hablar de sus orígenes? Soy sacerdote peruano, nacido en la parte de Amazonas. Soy el quinto de ocho hermanos, nacido en el año 1976, de padres muy creyentes, Fernando Zumaeta y María Grimaneza López. Vivía en un pueblito, San Miguel, que estaba a dos días a caballo de la ciudad. Estudié la primaria en mi pueblo y la enseñanza secundaria en la ciudad. Al acabar regresé a mi pueblo, ayudaba a mis padres y en la Iglesia como catequista.

¿Qué destacaría de su labor como catequista? La colaboración de la gente. Niños y mayores estaban siempre dispuestos a apoyar. Con los jóvenes realizamos actividades para reconstruir la iglesia. Con la ayuda de las mulas, el único medio de transporte allí, llevábamos los materiales.

¿Cuándo sintió su vocación sacerdotal? Desde muy pequeño he tenido la vocación a la vida sacerdotal, pero no entré en el seminario hasta los 26 años. Primero estuve con los religiosos "Misioneros de Cristo Rey", donde aprendí el servicio a los demás en las misiones y muchas necesidades de atención espiritual. Finalmente conocí al obispo Demetrio Moloy y pasé al Seminario de Huancavelica para realizar los estudios de Teología. Luego conocí a monseñor Isidro Barrio, actual obispo.

¿Dónde realiza su ministerio sacerdotal ahora? Estoy trabajando en las misiones desde hace cinco años, en la parte de la sierra de Perú, en la diócesis de Huancavelica. Estoy en la parroquia de Santiago de Chocorvos, llevo dos años, y juntamente con otro sacerdote atendemos tres parroquias más, que pueden agrupar unos 20.000 habitantes dispersos en pequeñas aldeas.

¿Cuál es el motivo de estar con nosotros? He tenido oportunidad de conocer España gracias a la acogida de los sacerdotes de Casteldefels, dónde estoy conociendo de primera mano su trabajo pastoral. Esto me sirve para tener una visión más amplia y llevar al Perú algunas actividades que aquí se realizan. También es un

tiempo para descansar y reponer fuerzas después de llevar tiempo sin vacaciones.

¿Qué es lo que más le ha gustado de lo que ha conocido?

Muchas cosas. La organización, la puntualidad y los horarios de la parroquia. También la gente buena que me ha dado su confianza y me ayuda a crecer como persona al compartir sus experiencias. Como por ejemplo en la catequesis de Primera Comunión, de Confirmación y otros grupos.

Me ha gustado conocer la Catedral de Sant Feliu, de Madrid y de Barcelona. Son una maravilla. También he podido visitar la Virgen del Pilar, es impresionante; en Valencia la Virgen de los Desamparados y el Santo Cáliz. En general esa maravilla de cultura religiosa.

¿Podemos hacer algo por las misiones en Perú? Me gustaría que apadrinasen a chicos que se están preparando para ser sacerdotes. Especialmente chicos que proceden del campo. En el seminario residen durante el curso escolar, pero muchos no pueden pagarlo. Actualmente hay 200 chicos en el seminario menor y se necesitan "padrinos" para que puedan seguir.

En la fiesta de san José la Iglesia celebra el "Día del Seminario" ¿qué le parece que tenemos que hacer en la parroquia? San José es un gran ejemplo a seguir de humildad y sencillez, y les pediría que recen por todos los seminaristas del mundo y para que en las familias surjan vocaciones sacerdotales.

Finalmente ¿Qué destacaría de su experiencia aquí? Me ayudan a crecer en mi vocación sacerdotal, a la que he sido llamado y, así, poder servir mejor. Estoy contento con mi vida de sacerdote y si volviera a nacer volvería a ser sacerdote.

Deseándole un feliz regreso a su patria y comprometiendo nuestra ayuda para su labor, despedimos esta entrevista.

la mejor ayuda es un trabajo, contrata en Cáritas Parroquial

limpieza, jardinería, cuidado de niños y ancianos...

Jueves de 10 a 12 h. en Caritas - Otros horarios: 634540320 (Anabel)

<http://caritas.entitatscastelldefels.cat/>

Gracias por ayudarnos a ayudar



¿Tiene sentido el ayuno hoy?

✉ Enrique Clavel

Llamamos **ayuno** a la abstención total o parcial de comida o bebida durante un periodo de tiempo más o menos largo. Asociado a la salud corporal y espiritual del ser humano, el ayuno ha sido una práctica inmemorial del ser humano, y casi todas las culturas lo han practicado de una forma u otra.

En la actualidad, el ayuno está despertando un interés creciente en relación con las dietas de adelgazamiento y los tratamientos depurativos corporales. Muchas personas que defienden y practican este tipo de ayuno aseguran que también produce beneficios psicológicos y espirituales. Como ya hemos dicho, esto no es nuevo, porque ya hace muchos siglos que el hinduismo, el budismo, el judaísmo, el cristianismo y el islamismo han incluido el ayuno entre sus prácticas religiosas.

Desde la perspectiva religiosa, el ayuno ha sido entendido como una manera de debilitar el cuerpo frente a las tentaciones de la sensualidad, pero también como una forma de marcar una distancia con los hábitos cotidianos para propiciar un acercamiento más íntimo y directo con Dios.

Para los cristianos, el ayuno por excelencia es el que Cristo practica durante cuarenta días y cuarenta noches en el desierto, antes de iniciar su vida pública y, con ella, la predicación del Reino de Dios. Este es el ayuno que simbólicamente conmemoramos los católicos durante la Cuaresma. Representa un tiempo de preparación para que el creyente, tanto física como espiritualmente, se halle en disposición de vivir los momentos cruciales del año cristiano: la pasión y la resurrección de Nuestro Señor Jesucristo.

Así pues, el ayuno ha de tener una dimensión importante para nosotros: la de hacernos conscientes de lo superfluo de muchas

de nuestras necesidades, haciendo así hincapié en la renuncia. No se trata tanto de mortificarnos como de ver, con mayor claridad, que nuestras vidas podrían ser mucho más sencillas. Ver que, con frecuencia, la comida —pero también el vestido, el ocio o las comodidades materiales— se convierte no tanto en fuente de placer sino en motivo de saciedad y hartura por la desmesurada atención que ponemos en ella. Si somos capaces de contemplarlo de esta manera conseguiremos que la renuncia que supone el ayuno o la abstinencia —de carne o de cualquier otra cosa por la que sintamos una especial inclinación— no sean vividas como una carencia sino como un camino hacia una vida más sencilla y pura.

En una sociedad que estimula la insultante sobreabundancia de lo superfluo, de que disfrutan algunos, junto a la vergonzosa privación de lo más esencial que sufren muchos otros, practicar el ayuno y la **abstinencia** cuaresmales pueden ser una actitud más crítica, solidaria y eficaz que muchas manifestaciones y declaraciones públicas.

Cristo, que conoce todo en nuestro interior, valorará la intención de nuestro ayuno.

“Tú, en cambio, cuando ayunes, perfuma tu cabeza y lávate la cara, para que no adviertan los hombres que ayunas, sino tu Padre, que está en lo oculto; y tu Padre, que ve en lo oculto, te recompensará”.

Mt 6, 17-18



“Mi experiencia en las misiones en la sierra de Perú”

Domingo de la parroquia

Testimonio del Padre Fernando, de la diócesis de Hueancavelica (Perú).

12 de marzo a las 18 h. en el salón parroquial.