



Equipos Notre-Dame

## La ascesis, camino de santidad

Creemos que muchos al ver un título así, pensaréis en no leer este correo. Sin embargo, os pedimos que dediquéis unos minutos a su lectura y reflexión, especialmente ahora que empezamos la Cuaresma.

Otra vez, la ascesis. Puede parecer algo que nos suena anticuado, que no tiene ninguna relación con nuestra realidad cotidiana. Puede resultar trasnochado o algo de lo que ya hemos hablado muchas veces. Pero tiene una significación muy profunda que quizá no hemos considerado, especialmente en nuestras vidas de parejas casadas.

En principio, la ascesis parece una palabra asociada a algo negativo, que exige esfuerzo, renuncia, sacrificio. Hoy en día cualquier cosa relacionada con estos términos, es desechada. ¡Cuántas veces escuchamos las bondades de métodos de aprendizaje, sin esfuerzo, divertidos, con toda suerte de facilidades! Nuestra sociedad parece invitarnos a todo lo contrario que representa la ascesis.

Pero en realidad, la ascesis es un término mucho más rico de lo que habitualmente hemos pensado. Está ligado a conceptos que actualmente están muy valorados: cuidado del cuerpo, autocontrol o superación. Tienen origen en la propia etimología de la palabra. Ascesis, procede del griego *askèsis*, y surge en la Grecia de los gimnasios y de los entrenamientos deportivos. En ocasiones se ha confundido con una vertiente del entrenamiento, que solo tiene en cuenta el sufrimiento y las privaciones. No valora la satisfacción del esfuerzo recompensado, la consecución de logros que integramos en nuestra vida, la salud que nos proporciona y que nos hace estar bien.

Y esta forma de entender la ascesis ligada solamente a los aspectos de renunciaciones y sacrificios es la que frecuentemente se ha trasladado al sentido cristiano de la misma, confundiendo totalmente el fondo de la cuestión. Como si esas penitencias por sí mismas fueran algo que agradara a Dios. Como si gracias exclusivamente a nuestros propios esfuerzos consiguiéramos llegar a Dios.

Por eso os proponemos una forma diferente de acercarnos a la ascesis. Entendiéndola, en un primer momento, en relación a nuestro amor conyugal y en un segundo, trasladándola a nuestra relación con Dios y a nuestro prójimo. Para ello seguiremos las ideas de un texto del Padre Caffarel, escrito en una de las editoriales de las Cartas de los Equipos de Nuestra Señora en mayo-junio de 1972, que de forma preciosa, une ascesis y amor.<sup>1</sup> El núcleo fundamental de este escrito considera que la ascesis no es una exigencia arbitraria, sino que es más bien una de las exigencias fundamentales del amor. Como dos caras de la misma moneda, amor y ascesis, se presentan como dos caras de una misma realidad.

---

<sup>1</sup> P. Henri Caffarel, "Encore l'ascèse", Carta mensual de los Equipos de Nuestra Señora, mayo-junio de 1972. "Otra vez la ascesis"

El Padre Caffarel nos hace prestar atención a la lucha que existe entre el amor a nuestro cónyuge y nuestro egoísmo. En una metodología que habitualmente empleamos en los Equipos de Nuestra Señora, como en la regla de vida, en la que nos tenemos que fijar en aquellas cosas que nos impiden crecer en amor a Dios, a nuestro cónyuge, familia o personas cercanas, para intentar corregirlas.

Nos propone examinar nuestro propio corazón. Nos insta a mirar, espiar, analizar nuestro corazón hoy, aquí y ahora. Y constatar las innumerables cosas que ralentizan y entorpecen nuestro amor. En nuestras conversaciones, esa necesidad de no ceder, de tener siempre razón. O esa tentación de silencio, para que quede claro que estoy en contra de lo que el otro ha dicho o hecho, callándome, privándole de mi palabra, de mi mirada, de mi atención. O por el contrario, mi continuo yo delante siempre, mis intereses, mis preocupaciones, yo, yo, yo... no escuchando jamás, no interesándome por lo que el otro dice y es. Podríamos seguir con tantas cosas.

Para el Padre Caffarel si el amor humano implica una exigencia de ascesis, un esfuerzo leal, inteligente y metódico para controlar el egoísmo que obstaculiza el amor y que nos dificulta acceder a un gran amor, cuanto más será necesario en nuestro amor hacia Dios.

Y aquí viene la segunda parte de esta propuesta. Al igual que hemos hecho examinando esa dificultad que podemos tener para el amor a nuestro cónyuge, podemos también pensar en cómo podemos ir superando nuestros egoísmos en relación con nuestro amor a Dios. Un Dios para que el que muchas veces no tenemos tiempo, al que no dedicamos más que las migajas de lo que nos sobra. O con el que nos relacionamos de forma protocolaria, cumpliendo lo que teóricamente nos pide la Iglesia. Sin llegar a transformar nuestro corazón, sin ir al encuentro del otro, sin ser mejores cristianos en nuestra vida diaria.

Al empezar nuestro camino de Cuaresma, podemos reflexionar sobre nuestra relación con Dios y con los hermanos. En lugar de ver nuestros actos de oración, penitencia o caridad como demandas arbitrarias, los podemos entender como actos de amor que nos llaman a salir de nosotros mismos y de nuestra realidad. Esto requiere esfuerzo y perseverancia. Quizá tenemos que pensar en la manera de dedicar más tiempo a escuchar y reflexionar sobre lo que Dios nos está pidiendo. Esto puede requerir un cambio en nuestras prioridades, quizá estando más atentos a los que nos rodean, a los que más lo necesitan. Debemos poner el foco en cómo hacer crecer el amor, siguiendo los pasos de Jesús. Es una oportunidad para transformar nuestros corazones y nuestras vidas. Es la manera en la que nos comprometemos como cristianos, no solo en Cuaresma, si no en toda nuestra vida.

Considerad, por ejemplo, la preparación ante el nacimiento de un hijo. Entendemos perfectamente que después de que nazca nuestras vidas no serán las mismas. Nos acordamos de las noches de insomnio, de los apuros económicos, de la preocupación por su salud y bienestar. Los desafíos y sacrificios a los que teníamos que hacer frente, nos fueron enseñando cómo ser mejores padres. Nos hicieron crecer para ser mejores padres con esfuerzo y trabajo duro, pero con una gran alegría. De la misma forma tenemos mucho que aprender en este camino hacia la santidad. Todos los días cometemos errores, aprendemos de ellos y volvemos a intentarlo. Cuando vayáis a la próxima reunión de equipo, mirad atentamente a los miembros de vuestro equipo. Son un regalo de Dios porque nos inspiran y ayudan a continuar intentándolo y a aprender de su ejemplo.

En este camino de santidad, no podemos confundir esfuerzos que pueden estar vacíos de sentido y creer que con ese esfuerzo, penitencia o sacrificio estamos agradando a Dios. La verdadera ascesis nos lleva a un impulso de amor, que nos ayuda a despojarnos del egoísmo y de las ataduras a nuestro yo permanentemente insatisfecho, y nos impulsa a ir al encuentro de Jesús, de nuestro cónyuge, del que más nos puede necesitar, buscando ese mayor amor al que estamos llamados.

Alberto Pérez y Mercedes Gómez-Ferrer, Responsables comunicación ERI

Faye y Kevin Noonan, coordinadores ERI zona Eurasia