****

**La limosna en secreto Mt. 6, 1-4.**

Jesús en muchas ocasiones nos pide que demos testimonio de nuestra vivencia cristiana. Condena que vayamos tocando la campanilla para indicar que somos muy buenos y hacemos grandes obras de caridad. Ello sería vanidad y vanagloria. Cristo nos invita en el evangelio de San Mateo a que cuidemos de no practicar nuestra justicia delante de los hombres para ser vistos por ellos; de lo contrario no tendremos recompensa de nuestro Padre Celestial..” Por tanto, cuando hagas limosna, no vayas trompeteando por delante, como hacen los hipócritas en las sinagogas y en las calles, con el fin de ser honrados por los hombres; en verdad os digo que ya reciben su paga. Tú, en cambio, cuando hagas limosna, que no sepa tu mano izquierda lo que hace tu derecha; así tu limosna quedará en el secreto; y tu Padre que ve en lo secreto, te lo recompensará” (Mt. 6, 1-4).
Jesús condena la actitud de los fariseos que daban limosna para que les vieran con la trompeta en la boca.
Nuestro Señor no menosprecia la limosna, ya que un discípulo de Cristo no puede ser indiferente al hermano que tiene necesidad. Pero nos pide que la limosna nos salga de lo más profundo del corazón, porque al acercarnos al hermano, hemos comprendido su dolor y necesidad. Jesús ha tendido su mano hacia nosotros y nosotros la tendemos al otro. Jesús nos pide que no sólo compartamos nuestros bienes, sino que estemos dispuestos a compartir nuestra vida. También nos pide que, al que nos tiende la mano para pedir, se la demos sin paternalismos y ofrezcamos algo de lo que tenemos.
Este dar debe hacerse con el desprendimiento de la viuda del templo, que lo dio todo (Mc.12, 44). Que nuestra limosna sea en la Iglesia una aportación voluntaria para ayudar en sus necesidades.
Decía san Gregorio Magno: Quien distribuye los bienes temporales, no abandona más que las cosas externas, pero quien dé su compasión al prójimo, le da algo de sí mismo.
Es verdad que no debía ser necesaria la limosna, si existiera un mundo más humano, más justo y fraternal.
Es oportuno recordar que no se pueden confundir los deberes de la caridad con la justicia y oportuno también es el dicho: “es mejor enseñar a pescar que dar un pez”.
La justicia, y la caridad deben darse la mano. No debemos olvidar tampoco la obligación de las naciones ricas para ayudar al desarrollo de los pobres. La ayuda al desarrollo es la mejor limosna.
El Concilio Vaticano II nos explica el sentido que debe tener nuestra limosna: «Para que el ejercicio de la caridad sea verdaderamente extraordinario y aparezca como tal, es necesario que se vea en el prójimo la imagen de Dios según la cual ha sido creado; y a Cristo Jesús a quien en realidad se ofrece lo que se da al necesitado. Se considere con la máxima delicadeza, la libertad y dignidad de la persona que recibe el auxilio. Que no se manche la pureza de intención con ningún interés de la propia utilidad o por el deseo de dominar. Se satisfaga ante todo a las exigencias de la justicia, y no se brinde como ofrenda de caridad lo que ya se debe por título de justicia. Se quiten las causas de los males, no sólo los efectos. Se ordene el auxilio de forma que quienes lo reciben se vayan liberando poco a poco de la dependencia externa y se vayan bastando por sí mismos (AA. N. 8).

**PRACTICA-** Da limosna con misericordia, que es la capacidad de acoger en el corazón las miserias ajenas- materiales, espirituales y emocionales- con ánimo de aliviarlas.

****

 **El ayuno en secreto (Mt.6-18).**

Jesús dijo estas palabras sobre el ayuno:
“Cuando ayunéis, no pongáis cara triste, como los hipócritas, que desfiguran su rostro para que los hombres vean que ayunan; en verdad os digo que ya reciben su paga. Tú,

en cambio, cuando ayunes, perfuma tu cabeza y lava tu rostro, para que tu ayuno sea visto, no por los hombres, sino por tu Padre que está allí, en lo secreto; y tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará” (Mt. 6, 16-18).

Estas palabras de Jesús responden a la concepción farisaica de la ley, ya que para los escribas, el ayuno era motivo de jactancia, pues ayunaban públicamente para que todos creyeran que eran santos, aunque internamente tuvieran el corazón podrido.

El profeta Isaías ya había denunciado muchos años antes a los judíos que ayunaban porque se habían apartado del sentido verdadero de la ley. Les denuncia con palabras muy duras en la línea del Sermón de la Montaña: “Es que el día que ayunabais, buscabais vuestro negocio y explotabais a todos vuestros trabajadores. Es que ayunáis para litigio y pleito y para dar puñetazos al desvalido. No ayunéis como hoy, para hacer oír en las alturas vuestra voz… ¿Acaso es este el ayuno que yo quiero el día en que se humilla al hombre? ¿No será más bien el ayuno que yo quiero: desatar los lazos de la maldad, desatar las coyundas del yugo, dar libertad a los quebrantados, y arrancar todo yugo? ¿No será mejor partir al hambriento tu pan y recibir a los pobres sin hogar en tu casa?” (Is 58,3-8ss).

En el Nuevo Testamento tenemos el ejemplo de Jesucristo, que preparó su ministerio público retirándose al desierto para orar y ayunar por cuarenta días (Lc. 4,1-13; Mt. 4,1-13). Basado en su ejemplo podemos entender que su crítica al ayuno de los fariseos se fundamenta en la falta de sinceridad con que la hacían y no en el ayuno en sí mismo.  El ayuno auténtico debe siempre estar unido a la conversión, la sinceridad y la conducta moral.

El ayuno es necesario como forma de vida para estar listo y saber descubrir la Presencia de Dios. Lc. 2,37: "Ana, no se apartaba del Templo, sirviendo a Dios con ayuno y oraciones”.

Algunos ejemplos bíblicos:

**Ante decisiones y actos importantes:** “Mientras estaban celebrando el culto del Señor y ayunando, dijo el Espíritu Santo: «Separadme ya a Bernabé y a Saulo para la obra a la que los he llamado.» Entonces, después de haber ayunado y orado, les impusieron las manos y les enviaron. (Hch. 13, 2-3) **En la batalla contra el demonio:** Mc 9, 29 "esta clase de demonio solo puede ser expulsado por la oración y el ayuno" **Ayuno personal**: Los Salmos invitan frecuentemente al ayuno personal en ocasiones de dificultad: Sal. 35,13; 69,11; 109,24.  Ver también: Dn. 9,3s.; 10,3; Esd. 10,6; Ne.1,4 **Día de expiación** Era día anual de ayuno para los israelitas. (Lv. 16, 29-30: "ayunareis porque en ese día se hará expiación por vosotros para purificaros". Además de ese día, los reyes o profetas podían llamar a un día especial de ayuno.

La práctica del ayuno era frecuente en el judaísmo del primer siglo y aparece en el NT, especialmente con los discípulos de Juan Bautista (Mc 2,18).  Jesús ayunaba (Cf Mt 4) y su advertencia a no manipular esta práctica para atraer atención (Cf Mt 6,17); (Lc 18,12) no debe interpretarse como un rechazo.  Como los profetas, Jesús enfatizó la contrición y el arrepentimiento como la esencia del ayuno.

Mateo 4, 1-11 y Lucas 4, 1-13: nos revelan a **Jesús en el desierto** orando y sin comer ni beber nada por cuarenta días. El Espíritu Santo conduce al Señor y lo asiste para resistir las tentaciones en el desierto.

**Primera Tentación:** Jesús siente hambre (una realidad humana) y le responde al demonio: "no solo de pan vive el hombre sino de toda palabra que sale de la boca de Dios" (Deut 8,3)

**Segunda tentación** (porque siente hambre): El demonio está tentando a Jesús para que desafíe la protección del Padre y tome control fuera de la obediencia a Dios. Era la tentación de la satisfacción personal, que los ángeles le sirvan, le protejan y no le pase nada.

**Tercera Tentación** (porque siente hambre): El demonio le tienta con alcanzar poder y fama terrenos, ¿será que el ayuno, nos libera de estos deseos? ¿será que al experimentar nuestra debilidad, vacío, necesidad, en el ayuno nos reconocemos criaturas dependientes de Dios, y así nos liberamos de la gran tentación de adorar a falsos dioses? (incluyéndonos nosotros mismos).
Las tres tentaciones del desierto fueron dirigidas hacia el placer, poder y fama. Las tres fueron presentadas durante 40 días de oración y ayuno. Las tres fueron vencidas con las virtudes contrarias: **negación**, **sumisión total al Señor y su Palabra, humildad.** Tres virtudes que son frutos del ayuno.

**Jesús, se prepara para esta batalla**, con oración y ayuno de cuarenta días y noches.

 ¿Cómo no prepararnos nosotros para la batalla que se libra en nuestras vidas y en el mundo contemporáneo? ¿Nos preparamos con oración y ayuno? Cuando mas tentados nos sintamos, mas debemos de orar y ayunar.

 **Frutos del ayuno:**No es un fin en sí mismo, sino medio de conversión.
-Conduce a la libertad de corazón y mente. Proceso por el cual nos liberamos de apegos terrenales y de las cosas que nos atan: caprichos, gustos, excesivo auto cuidado. Y nos da una gran paz..
-Fortalece, estabiliza y desarrolla el auto control (fruto del ES)
-Nos ayuda a reconocer la debilidad y dependencia en Dios.
-Pobreza de espíritu
-Edifica la vida interior
-Elimina los excesos de nuestra vida a fin de hacer más espacio para Dios.

 Los santos recomiendan el ayuno a todo aquel que quiere llegar a una mayor interioridad. El ayuno apaga poco a poco la concupiscencia. San Juan Crisóstomo: El valor del ayuno no solo es evitar ciertas comidas, sino renunciar a malas actitudes. Quien limita el ayuno simplemente a la comida, está minimizando el gran valor que el ayuno posee. Si tu ayunas, que lo prueben tus obras! Pablo VI, en su carta apostólica Paenitemini establece este principio: La oración, el ayuno y las obras de caridad, son los tres pilares fundamentales para cumplir el mandato divino de hacer penitencia (EV, I, 640)

El ayuno no solo debe ir acompañado por la oración, sino también por la limosna.

**PRACTICA-** El ayuno fortifica tu voluntad. Trata de ayunar una vez a la semana acompañándola de oración delante de Dios, ofrecida a Él, ya sea por intercesión; por expiación o por mera ofrenda llena de amor a Nuestro Buen Dios. Se completa el ayuno si va acompañado de una obra de caridad o limosna.