

Abstinencia y Ayuno en tiempo de Cuaresma

Por: Maria Teresa Villaverde Trujillo

Durante la Cuaresma, la Iglesia católica nos pide dos sacrificios especiales:

...dejar de comer cualquier tipo de carne los viernes de Cuaresma.

...hacer una sola comida fuerte el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo.

Desde los comienzos de la Iglesia la fiesta más importante de la liturgia católica era la Pascua de Resurrección, a la que se llegaba después de una etapa de penitencia y de ayuno de cuarenta días a partir del concilio de Nicea que se celebró en el año 325.

Es una práctica penitencial que consiste en abstenerse del consumo de carne y debe observarse por todo católico mayor de 14 años de edad. El Miércoles de Ceniza, Viernes Santo y los vienes de Cuaresma son días de abstinencia, aunque muchos católicos tradicionalistas se abstienen todos los viernes en el año.

Además de la abstinencia, el ayuno como razón religiosa ha sido parte de la tradición humana. Lo hallamos tanto en la Biblia como en el Antiguo Testamento y también en el Nuevo Testamento; y debe acostumbrarse por todo católico entre los 18 y 59 años de edad. Durante los días de ayuno, se permite una sola comida al día. Se puede tomar dos comidas ligeras al día, suficientes para mantener la fuerza de acuerdo a la necesidad particular del feligrés, pero las dos juntas no deben igualar a una completa comida. Comer entre comidas no está permito; pero sí puede tomarse liquido. Si una persona no puede observar las reglas anteriormente mencionadas debido a su salud o a cualquier otra razón seria, se le anima a practicar otras formas de sacrificio de acuerdo a su condición. La Iglesia primitiva practicaba el ayuno los Miércoles y Sábados y podía ser tan estricto como ingerir solo pan y agua.

El Ayuno en Otras Religiones

El Ayuno en Otras Religiones
Para los judíos el día de ayuno principal es el
Yom Kippur -el día judío del perdón y el arrepentimiento-, considerado el día más solemne del año, y
se celebra entre septiembre y octubre. Comienza en
el ocaso del día 10, y termina al anochecer del día
siguiente, dedicando todas esas horas a la meditación y oración. Los judíos sefardies -los judíos de origen español, portugués y norteafricano- se refieren
a estas fiestas como "el Ayuno Blanco".

Para los musulmanes el período del ayuno dura el mes entero de Ramadán, considerado un acto básico; obligatorio para todos los musulmanes. Para el islamismo -como para el catolicismo y el hebraísmo- la practica del ayuno es una "virtud", una condición interna del individuo. El ayuno musulmán empieza desde las primeras luces del alba hasta que el sol se oculta por completo,...aunque precedido por una ligera comida antes del amanecer.

el amanecer.
El AYUNO ha sido definido por ciertos momentos religiosos:

MOISES queda en el monte Sinaí cuarenta días

Discurso de Volodymyr Zelenskyy

Por Andres Borque



"Demuestren, en esencia, que son europeos y que la vida ganará a la muerte y la luz sobre la oscuridad", pidió Zelenskyy a la UE.

El presidente de Ucrania, Volodymyr Zelensky, dijo el pasado martes ante el pleno del Parlamento Europeo que los ucranianos "han demostrado que son iguales que los europeos" y pidió a las instituciones comunitarias que demuestren que "están con el pueblo ucraniano", que está "dando su vida por unos valores".

"Sin ustedes, Ucrania estará sola. Hemos demostrado nuestra fuerza, hemos demostrado que somos iguales que ustedes. Demuestren que están con nosotros, que no nos dejarán de lado", dijo Zelensky por videoconferencia ante el pleno de Eurocámara.

El hemiciclo, que recibió a Zelensky con una larga ovación cerrada, estuvo lleno de símbolos con los colores de la bandera de su país, amarillo y azul y acogió en persona al embajador de Ucrania ante la Unión Europea y un grupo de ciudadanos ucranianos.

El presidente de Ucrania, Volodymyr Zelensky, dijo el pasado martes ante el pleno del Parlamento Europeo que los ucranianos "han demostrado que son iguales que los europeos" y pidió a las instituciones comunitarias que demuestren que "están con el pueblo ucraniano", que está "dando su vida por unos valores".

"Estamos dando nuestra vida por unos valores, la libertad que ustedes tienen. Estamos poniendo en la encrucijada a nuestros mejores ciudadanos, los más fuertes, los más valiosos. Los ucranianos tienen que sentirse orgullosos. Hoy, no solamente ustedes han hablado de ese orgullo, sino que lo han visto", dijo Zelensky.

El presidente ucraniano cargó también contra el presidente ruso, Vladímir Putin, por seguir hablando de una operación militar contra infraestructuras militares "cuando están muriendo niños", al tiempo que lamentó la muerte de 16 menores de edad ayer y de docenas de personas en los ataques con misiles de crucero de esta mañana en la ciudad de Járkov, en el este del país.

"Es la ciudad con más universidades de nuestro país, allí la juventud es brillante, inteligente. Esta mañana, dos misiles han golpeado su Plaza de la Libertad. Docenas de personas han muerto. Este es el precio a pagar por la libertad, por nuestra tierra", dijo Zelensky.

El presidente de Ucrania afirmó que ahora mismo a sus ciudadanos les mueve "la lucha por la supervivencia", pero también la pelea "para ser miembros de pleno derecho de Europa", y se mostró convencido de que están "mostrando al mundo exactamente lo que son los ucranianos, lo que es Ucrania".

Zelensky, sí, intervino en el Parlamento de la UE para pedir auxilio, pero, en verdad, los auxiliados fuimos todos los europeos. ¡Cómo contener las lágrimas ante las palabras de Zelensky! Millones de seres humanos, como el traductor del discurso, lloraron al escuchar al presidente de Ucrania. Y es que su plática es nuestra tabla de salvación: la libertad, o mejor, el deseo de libertad es el mayor bien del ser humano. Rescatada de la fatalidad, del destino terrible de la guerra, la libertad es genuina esperanza. Cuando hablaba Zelensky, percibíamos al instante el sentido de la idea de libertad. Millones de siervos voluntarios, esclavos de la segu-

(Pasa a la Página 11)

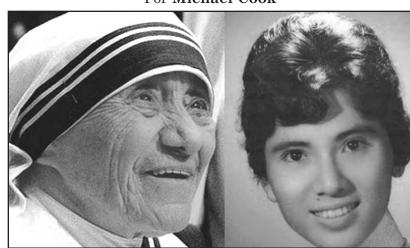
y cuarenta noches. No come pan, ni bebe agua, sólo escribe sobre las tablas las palabras del pacto: los Diez Mandamientos.

JESUS en el desierto se prepara para la vida pública con un ayuno de cuarenta días, de frente al Padre y a la Tentación.

MAHOMA, fundador del Islam, regresando de cada viaje se retiraba a ayunar y meditar. Durante un ayuno, San Gabriel le revela su profético desti-

Descubriendo la Historia de la Madre Teresa

El dolor interminable de la historia albanesa y las oscuras penas de sus familiares forjaron su carácter Por Michael Cook



La Madre Teresa antes de su muerte en 1997, y foto cuando era solo una adolescente llamada Gonxhe Bojaxhiu.

"Por sangre, soy albanesa. Por ciudadanía, hindú Por fe, soy una monja católica. En cuanto a mi vocación, pertenezco al mundo. En cuanto a mi corazón, pertenezco enteramente al Corazón de Jesús".

Esta modesta autobiografía no podía pertenecer a nadie más que a Gonxhe Bojaxhiu, más conocida en todo el mundo como la Madre Teresa. Mucho antes de su muerte, en 1997, y su elevación al estatus de santa católica en 2016, fascinaba a los biógrafos. La entrevista en el estudio de la BBC de Malcolm Muggeridge de

Nunca volvió a ver a su madre. Tenía una prima y una hermana adoptiva, Filomena, a quien amaba mucho, quien emigró a Australia. La visitó en 1969 e insistió en hablar inglés, aunque Filomena nunca había dominado el idioma. Incluso, durante ocho viajes a Albania en los últimos años de su vida, habló en inglés.

Alpion desentrañó este misterio, al revisar el dolor incesante de la historia albanesa y profundizar en los antecedentes de la santa en ambos lados de su familia.

Los albaneses no pueden recordar



La Madre Teresa rodeada de niños en el horfelinato que ella fundó en Calcuta, India.

Londres, en 1968; seguida de un documental de 1969 filmado en Calcuta y un libro de 1971, "Algo hermoso para Dios", lanzó lo que casi podría describirse como la industria de la Madre Teresa.

Gezim Alpion es un académico nacido en Albania, de la Universidad de Birmingham, en el Reino Unido, cuyos intereses incluyen la sociología de la religión y la celebridad. "Mother Teresa: The Saint and Her Nation" es su segundo libro sobre su célebre compatriota. Se le considera "el autor de lengua inglesa con más autoridad" sobre ella y "el fundador de los Estudios de la Madre Teresa", aunque no sigue ninguna fe y se describe a sí mismo como un "racionalista espiritual". Otros han escrito sobre sus buenas obras y su espiritualidad, pero Alpion examina su identidad

Este ángulo casi siempre se olvida, ya que Gonxhe Bojaxhiu dejó su hogar en Skopje (que es hoy la capital de la República de Macedonia del Norte), cuando tenía 18 años. Hoy, está completamente identificado con la India.

Nunca imaginó que la gente lo consideraría el mejor albanés desde el patriota y señor de la guerra medieval Skanderbeg (1405-1468). De hecho, Alpion descubrió que le juró a su madre cuando se fue: "nunca hablaré en albanés, hasta que nos volvamos a ver".

Bojaxhui cumplió esa promesa, dentro de los límites de la civilidad. un pasado glorioso como un imperio poderoso, como pueden hacerlo otros pequeños países europeos: los búlgaros, los armenios, los griegos o los lituanos. Las invasiones y persecuciones periódicas de serbios y turcos han enviado oleadas de inmigrantes albaneses, que huyen tanto al este, como al oeste.

como al oeste.

En Siria hay, o solía haber, antes del caos de su bárbara guerra civil, pequeñas comunidades de personas de etnia albanesa, conocidas como los Arnaut. En Italia, hay suficientes pueblos pequeños de personas de habla albanesa, para justificar dos obispos católicos de habla albanesa, de rito bizantino.

Las personas de origen albanés han desempeñado un papel importante en la historia. Además de Skanderbeg y Kemal Ataturk, Alpion ha defendido al aventurero corso Napoleón Bonaparte. Y ha habido cuatro Papas de Albania o con antecedentes albaneses; el más reciente, el pontífice Clemente XI del siglo XVIII (quien nació como Giovanni Francesco Albani).

En los últimos siglos, personas de habla albanesa han sido aplastadas entre los serbios y griegos ortodoxos y los turcos musulmanes, lo que explica el hecho de que solo alrededor del 10 por ciento de los albaneses en Albania y Kosovo se identifican actualmente como católicos romanos. Los serbios querían que los albaneses se convirtieran en ortodoxos y los turcos querí-

(Pasa a la Página 11)