

AYUNO Y EUCARISTÍA COMO HERMENÉUTICA DE LA INTIMIDAD CONYUGAL

FASTING AND EUCHARIST AS A HERMENEUTIC OF MARITAL INTIMACY

por Alejandra MOREIRA

Investigadora - Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina

ORCID tdc4032.

alejandramoberst@gmail.com

Entregado 19/03/25 – Aceptado 2/04/25

Resumen:

El misterio de la Eucaristía encierra el misterio de la propia donación de Cristo, quien entrega su vida en la cruz por amor a su Iglesia. Sin embargo, hasta llegar a la plenitud de su misión atraviesa la tentación, la desolación y el calvario. El ayuno como parte de su vida orante será, entonces, lo que posibilita su entrega, que se renueva a través del cuerpo como alimento de vida en cada misa. El matrimonio no queda fuera de esta lógica, que supone poseerse para salir de sí. En este ensayo, procuraré abordar esta realidad a la luz de Cristo Esposo.

Abstract:

The mystery of the Eucharist embodies the mystery of Christ's own self-donation, as He offers His life on the cross out of love for His Church. However, before reaching the fullness of His mission, He endures temptation, desolation, and Calvary. Fasting, as part of His prayerful life, thus becomes the means through which His self-giving is renewed in each Mass, with His body serving as food of life. Marriage is not outside this logic, which involves self-possession in order to transcend. In this essay, I will explore its reality in the light of Christ the Bridegroom.

Palabras clave

donación, Eucaristía, ayuno, castidad, matrimonio.

Keywords:

donation, Eucharist, fasting, chastity, marriage.

Introducción: la intimidad conyugal a la luz de Cristo esposo

La analogía nupcial entre Dios y los hombres se halla presente en el corazón del Antiguo Testamento. Sin embargo, tal como se observa en el Libro del Profeta Oseas, el pueblo elegido no podía responder fielmente a Dios y adoraba a Baales, divinidades a quienes se les rendía culto en una lógica de amo-esclavo. Mas el amor del Dios verdadero se revela como el amor del marido fiel, que perdona el adulterio de su pueblo.

La Alianza se mantendrá y renovará: "Aquel día –oráculo del Señor– tú me llamarás «Mi esposo» y ya no me llamarás «Mi Baal». Le apartaré de la boca los nombres de los Baales, y nunca más serán mencionados por su nombre. Yo estableceré para ellos, en aquel día, una alianza con los animales del campo, con las aves del cielo y los reptiles de la tierra; extirparé del país el arco, la espada y la guerra, y haré que descansen seguros. Yo te desposaré para siempre, te desposaré en la justicia y el derecho, en el amor y la misericordia; te desposaré en la fidelidad, y tú conocerás al Señor" (Oseas 2: 18-22).

Cristo será aquel que consagrará este amor nupcial. Es Él quien redime la distancia, la indiferencia y el desprecio al Esposo, Aquel que viene en nuestra búsqueda concreta para santificarnos, dando su propia vida para sellar la entrega definitiva de Dios y responder, al mismo tiempo, al Amor del Padre.

Cristo, de esta manera, afirma totalmente su creación, pues revela en este sacrificio el profundo amor, que de una vez y para siempre, marca el destino del hombre de una manera definitiva e irrevocable, demostrando que no abandona la obra de sus manos (*Salmos* 138: 8).

El Esposo se dona enteramente por su Iglesia. Es decir, por cada persona en concreto que conforma su cuerpo místico, unidos en una sola carne. Él deja a su Padre celestial y su madre, María, para sellar divinamente la Alianza de aquel que no se olvida de su amada.

La intimidad entre los esposos, como vivencia de alianza sacramental, exige interpretarse (y, por supuesto, vivirse) a la luz de Cristo como “el” Esposo. Al mirar al Esposo se contempla el misterio de la creación y se comprende la medida del amor.

“Por eso, el hombre dejará a su padre y a su madre para unirse a su mujer, y los dos serán una sola carne. Este es un gran misterio: y yo digo que se refiere a Cristo y a la Iglesia” (*Ef.* 5: 31-32).

A la luz de las palabras de san Pablo en la *Carta a los Efesios*, vemos la esencia misma de la relación nupcial entre los esposos cristianos, según san Juan Pablo II, “en el contexto de las exhortaciones de carácter moral, concerniente, precisamente, al *ethos* que debe calificar la vida de los cristianos, es decir, de los hombres conscientes de la elección que se realiza en Cristo y en la Iglesia”¹.

El *ethos*, sin embargo, es tan solo una parte integrante de la vida de los esposos, que están llamados a vivir su matrimonio como sacramento, lo que “significa aquí el misterio mismo de Dios, que está escondido desde la eternidad, sin embargo, no en el ocultamiento eterno, sino sobre todo en su misma revelación y realización (también: en la relación mediante la realización)”².

Al contemplar a Jesús en la cruz, sabemos que Él donó enteramente su vida por nuestra causa, por amor. ¿Acaso no hacen esto mismo los novios cristianos al desposarse y donar la propia vida por el amado? El matrimonio, en este sentido, implica la afirmación total del cónyuge, el acogimiento absoluto de su persona, lo que no depende de ningún atributo externo o físico, revelando el mayor acto de amor. La donación de sí se produce, así, en virtud de la norma personalista, pues “la justicia exige que la persona sea amada”³.

Podríamos preguntarnos, en este contexto, cómo es posible que los esposos puedan amarse de la manera tan profunda en que Cristo ama a su pueblo, sabiendo que san Pablo se dirige con sus palabras “no al hombre de la justicia y la inocencia originaria, sino al hombre gravado por la heredad del pecado original”⁴.

José Granados expresa con especial claridad que “si el amor de Cristo por su Iglesia está llamado a inspirar y modelar las relaciones entre los cónyuges, es que estos participan realmente de este amor; de otro modo el mandamiento de Pablo resultaría excesivo”⁵.

Sin Él, “el” Esposo, la unión en el matrimonio no sería posible. Sólo su amor completo y perfecto redime los corazones heridos. Sólo su entrega posibilita la entrega conyugal.

En definitiva, la entrega donativa de Cristo exhorta, purifica y eleva la entrega entre los esposos, cuya donación fecunda se vuelve imagen del misterio de Dios, que contempla en Él al Padre, al Hijo y al Espíritu de amor. El Dios Trinidad es, así, comunión de amor; la familia, su reflejo viviente⁶.

Hemos de preguntarnos, entonces, qué se esconde detrás de la entrega de Cristo, qué lo hizo posible y cómo se preparó para su ministerio para comprender, desde allí, la hermenéutica de la propia intimidad conyugal.

El don de sí: ayuno y eucaristía en Cristo

La preparación del ministerio de Jesús forma parte de lo relatado en los evangelios de Mateo (*Mt.* 4, 1-11), Marcos (*Marcos* 1:12-13) y Lucas (*Lc.* 4,1-13). Los textos son coincidentes entre sí al indicar que Jesús, previo a dar su vida

¹ JUAN PABLO II, Audiencia general, 20/10/1982, 5.

² JUAN PABLO II, Audiencia general, 20/10/1982, 8.

³ WOJTYLA (1978: 18).

⁴ JUAN PABLO II, Audiencia general, 20/10/1982, 4.

⁵ GRANADOS (2014: 181).

⁶ Cfr. SANTO PADRE FRANCISCO (2016: 11).

libremente por amor, fue dirigido por el Espíritu Santo hacia el desierto, para ser tentado por el demonio. Allí, ayunó durante cuarenta días y cuarenta noches.

En el desierto sintió hambre: fue entonces cuando el tentador se le acercó para ponerlo a prueba. ¿Cómo comprender la profundidad de esta sensación? ¿De qué sentía hambre?

Esta sensación visceral, independiente de la voluntad, está estrechamente ligada a nuestra humanidad, humanidad compartida con Cristo, quien “se hizo verdaderamente hombre sin dejar de ser verdaderamente Dios”⁷.

Para adentrarnos en la esencia de este deseo, basta remontarnos al principio de la creación y recordar a Adán, quien experimentó en primera persona la soledad originaria, el anhelo del corazón, que no es otra cosa que el “hambre” de infinito, de trascendencia y de amor.

La experiencia originaria de la soledad tiene un sentido horizontal o relacional (el hombre solo frente al resto de la creación no encuentra a quién donarse) y vertical⁸, pues como sujeto de la Alianza, *Partner* de lo Absoluto, descubre el anhelo de Dios y de comunión completa con él, que no puede materializarse de forma perfecta aquí en la tierra: “Nos hiciste, Señor, para Ti. Y nuestro corazón está inquieto hasta que descansa en Ti”⁹.

La soledad, de esta manera, le permite al hombre forjar su identidad de Hijo de Dios ante el mundo creado, por lo que san Juan Pablo II expresa:

El hombre se encuentra solo frente a Dios, sobre todo para expresar, a través de una primera autodefinición, el propio autoconocimiento, como manifestación primitiva y fundamental de humanidad. El autoconocimiento va a la par del conocimiento del mundo, de todas las criaturas visibles, de todos los seres vivientes a los que el hombre ha dado nombre para afirmar frente a ellos la propia diversidad. Así, pues, la conciencia revela al hombre como el que posee la facultad cognoscitiva respecto al mundo visible. Con este conocimiento que lo hace salir, en cierto modo, fuera del propio ser, al mismo tiempo el hombre se revela a sí mismo en toda su peculiaridad de su ser¹⁰.

Sin embargo, el hombre, tentado por el diablo, dejó morir en su corazón la confianza hacia su Creador (cfr. *Gn.* 3,1-11) y, a causa del pecado, su anhelo se desvió. Esto lo llevó a una incompreensión de su estado filial, experimentando el “hambre” de Dios y de comunión como vacío interior que lo llevará a buscar desesperadamente una satisfacción desordenada entre los bienes creados. Ser como dioses, decidir sobre lo que es bueno o malo¹¹, fue nuestra perdición.

Cristo viene a restaurar el corazón humano y muestra el camino, logrando una perfecta integración. Y, para ello, no niega nuestra miseria, nuestro dolor. Él lo experimenta en carne viva: siente hambre. Siente anhelo, siente nuestra necesidad. Siente nuestra tentación. Pero la resiste. Sólo entonces comienza su misión.

En la integración de sí mismo lograda por Cristo es indudable que el ayuno tiene una importancia central, pues a través de la privación logra liberarse de las asechanzas del maligno y reafirmar su condición de Hijo de Dios: “Jesús le respondió: Retírate, Satanás, porque está escrito: ‘Adorarás al Señor, tu Dios, y a Él solo rendirás culto’”.

De esta manera, afirmó su consecuente obediencia perfecta al Padre: “el Verbo hecho carne, en su obediencia al Padre, ha querido humanamente todo lo que ha decidido divinamente con el Padre y el Espíritu Santo para nuestra salvación”¹².

Esta privación y abandono, sin embargo, no deben ser interpretados desde una exégesis negativa y reduccionista, que lleve a considerar a Dios como un Padre castigador y juzgador, que nos pide un sacrificio estoico para cumplir su voluntad. Desde esta óptica, el ayuno sería considerado como una autoflagelación y una mera privación.

⁷ *Catecismo de la Iglesia Católica* (1992: 109).

⁸ Cf. JUAN PABLO II, Audiencia general, 10/10/1979.

⁹ SAN AGUSTÍN (s.f.).

¹⁰ JUAN PABLO II, Audiencia general, 10/10/1979, 6.

¹¹ Cfr. *Gn.* 3,5.

¹² *Catecismo de la Iglesia Católica* (1992: 112).

Jesús no ayuna para ser “menos de sí” sino para ser “puramente sí”, asumiendo, amén de ser reiterativa, su plena condición y persona. Mediante el ayuno se ordena hacia quien está llamado desde toda la eternidad, se eleva hacia las profundidades de su ser en una completa posesión de sí mismo, pues sólo a partir de entonces podrá entregar voluntariamente la vida por sus amigos (Jn. 15, 13-17).

En este sentido, es dable destacar que el episodio acontecido en el desierto aparece inmediatamente a continuación de su bautismo y previo al inicio de su predicación, que culminará en la Cruz y la Redención. Por ello es, a mi juicio, un punto de inflexión.

Previo a él, encontramos un relato en el *Evangelio según san Lucas* en el que se narra cómo Jesús, durante su vida oculta, es hallado entre los doctores de la ley (Lc. 2, 41-47). Sin embargo, para aquel momento, su actitud era de escucha y de pregunta, quedando todos estupefactos por su inteligencia, “progresando en sabiduría, estatura y gracia” (Lc. 2, 52), mas aún no había comenzado a ejecutarse su misión salvífica.

Sólo al alcanzar su vida adulta, fruto de una sana maduración, comienza el camino de entrega generosa. Todo parece entrever que el ayuno tiende el puente entre el niño, convertido ahora en hombre, que asume enteramente su condición, logrando la plena posesión de su persona para posibilitar, en definitiva, la libertad del don que se consuma en la entrega de su cuerpo.

Todo lo que ocurrirá a partir de entonces tiene su fundamento en este hito. La instauración de la eucaristía (Mateo 26: 17-30, Marcos 14: 12-26, Lucas 22: 7-39 y Juan 13: 1-17: 26), entrega del cuerpo y sangre de Cristo en pan y vino, renovación en cada misa de su sacrificio donativo, no hubiese sido posible sin la privación y el abandono que supuso el ayuno.

Alianza y autodeterminación

Si no se es plenamente sí, si la persona no asume su ser personal, será imposible que pueda salir de sí misma para donarse a otro. Su expresión en el mundo no será otra cosa que una manifestación de la concupiscencia, que torna al hombre esclavo de sus vicios.

Por eso, la Beata Conchita Cabrera advertía:

Miren el funesto campo de los vicios y den el alerta a tantas almas que sólo viven de la materia, sin ni siquiera vislumbrar las riquezas, los tesoros y los infinitos bienes que se encuentran en el vencimiento de las viles pasiones y en la lucha terrible contra sí mismo, la cual alcanza la victoria contra el enemigo¹³.

La comodidad, la búsqueda del placer y el egoísmo no revelan la esencia del hombre. Estos vicios sólo se revelan a sí mismos, sólo revelan carencias. Y, al relucir su miseria, esconden al hombre. Esconden su dignidad. Su unicidad, autenticidad y talentos quedan bajo el velo de una falsa creencia de libertad.

La integración de la persona implica, entonces, su autodeterminación, para que sus acciones se constituyan como una verdadera expresión de su persona. Por eso, Karol Wojtyła expresaba:

Gracias a la autodeterminación el hombre se posee y se gobierna a sí mismo. La desintegración significa una incapacidad más o menos profunda para poseerse y dominarse mediante la autodeterminación. Como es evidente, a partir de los capítulos precedentes, la capacidad de dominarse y poseerse a sí mismo, que está estrechamente unida con la autodeterminación, determina el eje trascendente de la persona humana. Desde un cierto punto de vista y en algunos casos,

¹³ CABRERA ARMIDA (1976: 47).

la desintegración parece romper con ese eje. Pero ella no es ante todo negación y clausura de la trascendencia de la persona en la acción. Más bien, de acuerdo con su nombre, constituye un límite a la integración de la persona en la acción¹⁴.

Y aquí surge una cuestión fundamental: ¿Quién soy y cómo asumo mi condición personal? ¿Acaso el abandono, que en Cristo vemos en carne viva, supone la integración de nuestro ser? ¿Qué implica este abandono?

Si escuchamos atentamente los anhelos profundos de *nuestro* tiempo, la pregunta de quién soy yo representa ciertamente un síntoma inconfundible y general de nuestra inseguridad acerca de nosotros mismos. Sin embargo, esa necesidad de identidad no se manifiesta tanto en la variante de si debo ser el que soy, cuanto en la otra de cómo encontrarme a mí mismo y poder llegar a ser lo que soy yo¹⁵.

Con esta precisión evidenciaba Thielicke el gran dilema de nuestros tiempos: la cuestión no está en las actitudes, las características o las actividades que la persona realiza en el tiempo presente, sino en entender la identidad como aquella esencia que ya se halla inscrita en el corazón y que ha de ser descubierta en toda su potencialidad para vivir nuestra originalidad y autenticidad personal.

Siguiendo el ejemplo de Cristo esposo, no hay dudas de que el conocimiento profundo de nuestra identidad supone reconocernos como Hijos de Dios, hechos a imagen y semejanza suya, de manera que ser plenamente nosotros mismos implique la predisposición y el dinamismo interior de vivir para la caridad, con amor y justicia.

La libertad que permite al hombre ser quien es se revela, de esta manera, como aquella que “no es tanto una conquista del hombre como un don gratuito de Dios, un fruto del Espíritu Santo recibido en la medida en que nos ubiquemos en una amorosa dependencia de nuestro Creador y Salvador”¹⁶. La libertad es reconocer nuestro origen y nuestra dignidad intransferible e imborrable. Es la medida del amor que se da como fuente de vida.

Este reconocimiento supone un dinamismo entre la Alianza y la autodeterminación. Alianza pues se nos revela que, para alcanzar la libertad, debemos vivir en Cristo. Y la autodeterminación en Cristo supone, para nosotros, la humildad de volver a Dios y sostenernos en aquella Alianza que su Hijo trazó para nosotros, por nosotros y en nosotros.

En definitiva, la autodeterminación debe estar dirigida a someter a la persona a la vida en Cristo: “vivir únicamente a partir de Dios, esa es la actitud de la conversión, la cual se corresponde con la llegada del reino de Dios. El tiempo se ha cumplido, el ritmo de la simple esperanza desemboca en una nueva e irrevocable presencia de Dios... Esta es una de las paradojas de la religión: el vivir a partir del Otro que se convierte en la más alta intensificación propia”¹⁷.

Por ello, el hombre debe morir a sí para nacer plenamente: “Hijo, no puedes poseer libertad perfecta si no te niegas del todo a ti mismo”¹⁸. De allí, se vislumbra la necesidad del ayuno como puente de maduración y fuente de trascendencia.

Se trata de un abandono confiado en la caridad, que permita al hombre alcanzar la libertad de Hijo de Dios, pues “la autorrealización se cumple en el ser, la verdad y el bien y la experiencia nos muestra la necesidad de buscar y elegir el verdadero bien”¹⁹.

Por ello, la realización de la persona en cuanto tal podría ser expresada en los siguientes términos: “realizarse es realizar aquel bien mediante el que el hombre como persona se hace bueno y es bueno”²⁰.

¹⁴ WOJTYLA (2011: 282).

¹⁵ THIELICKE (1981: 51-52).

¹⁶ PHILIPPE (2002: 11).

¹⁷ HEMMERLE (2005: 43).

¹⁸ DE KEMPIS (2012: 115).

¹⁹ QUILES (1987: 65).

²⁰ WOJTYLA (2011: 256).

Realizar aquello que es bueno supone actuar conforme a nuestra identidad. Se trata de ser verdaderamente libres a partir de la elección y prosecución del verdadero bien. De esta manera, la persona logra poseerse y donarse a otros, trascenderse, siendo consciente de su necesidad de ser sostenido por aquel que es Amor. Sólo el amor logra relucir la esencia misma de la persona.

Victor Frankle expresaba:

El amor es la única vía para llegar a lo más profundo de la personalidad de un hombre. Nadie conoce la esencia de otro ser humano si no lo ama. Por el acto espiritual del amor se contemplan los rasgos esenciales de la persona amada; incluso su potencialidad, lo que aún no ha sido revelado. Aún más: mediante el amor, la persona que ama capacita al amado a actualizar sus posibilidades ocultas. El amor consigue que el otro realice su potencialidad personal²¹.

²¹ FRANKL (2015: 139).

Dios nos llama a la existencia, la vida se revela como don. Es el amor gratuito y creador del Señor quien forja nuestra identidad. Cristo, próximo, cercano, eucaristía, se dona para realizar Su obra en nosotros. Por amor se revela nuestra potencialidad y por amor se gesta nuestra vida comunitaria con otros.

“En efecto, Cristo ha realizado y manifestado la libertad que encuentra la plenitud en la caridad, gracias a la cual estamos ‘los unos al servicio de los otros’; en otras palabras: la libertad que se convierte en fuente de ‘obras’ nuevas y de ‘vida’ según el Espíritu”²².

Esta vida en el Espíritu, fuente de obras, de caridad y de sentido necesariamente requiere que asumamos nuestro ser personal.

²² JUAN PABLO II, Audiencia general, 14/01/1981, 3.

Vencer al demonio: Tobías y Sara

El ayuno en Cristo fue el puente capaz de integrar la propia persona y, al mismo tiempo, transformarse en oración contemplativa para alcanzar la verdadera libertad. ¿Cómo debe interpretarse esto en la hermenéutica de la vida conyugal? El *Libro de Tobías* puede iluminar el camino de los esposos para comprender su profundidad.

En él, vemos que Tobit, hombre recto y humilde, esposo de Ana, tiene por hijo a Tobías, a quien guía en el cumplimiento de lo que es agradable a Dios. Él es ejemplo para su hijo de alianza y autodeterminación.

Tobías, guiado por el ángel Rafael, quiere casarse con Sara. Sabe que había sido dada a siete maridos, pero todos ellos habían sido muertos por un demonio antes de que tuvieran relaciones con ella. Estos acontecimientos generan temor en Tobías, pero confiado en la Providencia divina, la toma por esposa.

En el lecho nupcial, antes de consumar el matrimonio, Tobías cumple las indicaciones del ángel y ora a Dios junto a Sara, exclamando:

«¡Bendito seas, Dios de nuestros padres, y bendito sea tu Nombre por todos los siglos de los siglos! ¡Que te bendigan los cielos y todas tus criaturas por todos los siglos!

Tú creaste a Adán e hiciste a Eva, su mujer, para que le sirviera de ayuda y de apoyo, y de ellos dos nació el género humano. Tú mismo dijiste “No conviene que el hombre esté solo. Hagámosle una ayuda semejante a él”.

Yo ahora tomo por esposa a esta hermana mía, no para satisfacer una pasión desordenada, sino para constituir un verdadero matrimonio. ¡Ten misericordia de ella y de mí y concédenos llegar juntos a la vejez!».

Ambos dijeron: «¡Amén, amén!» (*Tob. 8: 4-8*).

De esta manera, el diablo es expulsado y Tobías logra vencer la muerte

que lo acechaba. Este paso de la muerte segura a la vida deja al descubierto la victoria del bien en el corazón humano, que sólo es posible a través de la gracia y la autodeterminación del hombre, capaz de dirigir su mirada al Señor y confiar en su Providencia.

Por eso, en el *Libro de Tobías*, “la verdad y la fuerza del amor se manifiestan en la capacidad de ponerse entre las fuerzas del bien y del mal, que combaten en el hombre y en torno a él, porque el amor tiene confianza en la victoria del bien y está dispuesto a hacer todo, a fin de que el bien venza”²³.

Tobías no se deja llevar por las pasiones que lo llevarían a la perdición, su voluntad está dirigida hacia la concreción del único bien, que es Dios. Sara, a su vez, logra superar la tristeza y la desolación que sentía frente a la posibilidad de que su esposo fuese nuevamente muerto por aquel diablo: “¡Ánimo, hija mía! ¡Que el Señor del cielo cambie tu pena en alegría!” (*Tob. 7: 16*), levantándose de su cama para orar: “Ella se levantó, y los dos se pusieron a orar para alcanzar la salvación” (*Tob. 8: 5*).

Al respecto, san Juan Pablo II explica que ambos esposos son conscientes de que, a través del lenguaje de sus cuerpos, se convierten en ministros del sacramento que tiene como fuente a Dios mismo. Su pacto conyugal es, así, imagen y sacramento primordial de la Alianza de Dios con el hombre. Conscientes de ello, piden al Señor saber responder al amor, como sucedía en la comunión del principio, cuando hombre y mujer fueron creados²⁴.

Vemos, en el relato, cómo la alianza y la autodeterminación tienen un rol fundamental en la conciencia de los esposos, que se ven con corazón puro siguiendo la voluntad de Dios. Su fortaleza espiritual se erige como virtud no únicamente moral, sino antropológica.

Para ahondar en este concepto de virtud, se destacan las consideraciones de Pieper, quien señalaba:

La virtud no es la «honradez» y «corrección» de un hacer u omitir aislado. Virtud más bien significa que el hombre es verdadero, tanto en el sentido natural como en el sobrenatural. Incluso, dentro de la misma conciencia universal cristiana, hay dos posibilidades peligrosas de confundir el concepto de virtud: primero, la moralista, que aísla la acción, la «realización», la «práctica» y las independiza frente a la existencia vital del hombre. Segundo, la supernaturalista, que desvaloriza el ámbito de la vida bien llevada, de lo vital y de la honradez y decencia natural. Virtud, en términos completamente generales, es la elevación del ser en la persona humana. La virtud es, como dice Santo Tomás, *ultimum potentiae*, lo máximo a que puede aspirar el hombre, o sea, la realización de las posibilidades humanas en el aspecto natural y sobrenatural²⁵.

Tobías y Sara reconocen su identidad de Hijos de Dios. A partir de ello, ejercen la verdadera libertad que se deriva de ello y que no supone otra cosa que elegir amar. Logran, así, la integración perenne de su persona: la acción virtuosa.

Esto se refleja en las palabras de Tobías: “Yo ahora tomo por esposa a esta hermana mía, no para satisfacer una pasión desordenada, sino para constituir un verdadero matrimonio”. Su acto es libre de uso, de manera que contempla a Sara con pureza de corazón, con la recta intención de amarla y reflejar, mediante el acto conyugal, la entrega y acogida del cuerpo a la luz del amor divino.

Tobías responde a su condición filial con un corazón dispuesto a amar a su esposa de forma personal e incondicional. Este amor libre, total, fiel y fecundo no se da, sin embargo, por mera decisión sino que requiere, sin duda alguna, una disposición personal al cumplimiento del fin, un abandono confiado en la Providencia y una abstención de cualquier vicio para que sus actos puedan ser reflejos

²³ JUAN PABLO II, Audiencia general, 27/06/1984, 3.

²⁴ Cf. JUAN PABLO II, Audiencia general, 27/06/1984, 4 y 5.

²⁵ PIEPER (2010: 12).

de su ser personal en toda su potencialidad, como persona creada a imagen y semejanza de Dios.

Esta autodeterminación por intermedio de la gracia supone la forma concreta de experimentar aquello que Cristo vivió en su propia carne al atravesar el desierto. Tobías, en el lecho nupcial, logra vencer la tentación, logra vivir la plenitud de su anhelo y amar. Aleja, así, la especie de demonios que no se expulsan sino por la oración y el ayuno (Mt. 17, 21).

En definitiva, el relato nos ilumina sobre la profundidad de esta analogía. Se trata de ayunar de uno mismo para tomar consciencia del don de mi vida y del don del amado. El ayuno mira el corazón, purifica la mirada. Por ende, el ayuno – en este trabajo – estará intrínsecamente vinculado a la virtud de la castidad.

El don de sí: desierto y entrega en el matrimonio

Recordemos que el hombre, en el relato del *Génesis* 2, se encuentra solo frente al resto de la creación, experimentando la soledad originaria. Esta soledad deja entrever que el hombre (reflejo de la Trinidad, creado a imagen y semejanza de un Dios que es relación), no puede ser plenamente sí si no tiene a quién donarse. El Creador, entonces, se detiene: “No conviene que el hombre esté solo. Voy a hacerle una ayuda adecuada”.

San Juan Pablo II, al respecto, expresa:

Estas dos expresiones, esto es, el adjetivo ‘solo’ y el sustantivo ‘ayuda’ parecen ser realmente la clave para comprender la esencia misma del don a nivel del hombre, como contenido existencial inscrito en la verdad de la ‘imagen de Dios’. Efectivamente, el don revela, por decirlo así, una característica especial de la existencia personal, más aún, de la misma esencia de la persona. Cuando Dios Yahvé dice que ‘no es bueno que el hombre esté solo’ (*Gén* 2, 18), afirma que el hombre por sí ‘solo’ no realiza totalmente esta esencia. Solamente la realiza existiendo ‘con alguno’, y aún más profundamente y más completamente: existiendo ‘para alguno’²⁶.

Este existir “para” alguno encuentra su máxima expresión en la reciprocidad que experimentan los esposos en la donación de su propia vida, que se expresa a través del lenguaje de su cuerpo y de forma especial en el acto conyugal.

El varón y la mujer, uniéndose entre sí (en el acto conyugal) tan íntimamente que se convierten en ‘una sola carne’, descubren de nuevo, por decirlo así, cada vez y de modo especial, el misterio de la creación, retornan así a esa unión en la humanidad (‘carne de mi carne y hueso de mis huesos’) que les permite reconocerse recíprocamente y llamarse por su nombre, como la primera vez. Esto significa revivir, en cierto sentido, el valor originario virginal del hombre, que emerge del misterio de su soledad frente a Dios y en medio del mundo²⁷.

El desierto y la entrega, de esta manera, se experimentan como soledad y asombro frente a la revelación de la mujer para el hombre y del hombre para la mujer, quienes descubren el esplendor de su respectiva condición sexuada a partir de su encuentro personal.

El matrimonio es, entonces, un signo personalizante que, como tal, requiere la expresión de toda nuestra humanidad: su esencia es el don de sí mismo, donar el propio “yo”. “Darse” es más que “querer el bien” y simboliza una “prueba sorprendente de la posesión de sí mismo”²⁸.

Sin embargo, para que pueda materializarse esta donación, hemos advertido que es necesario poseerse. No puede entregarse aquello que no se posee y, como esposos, nos donamos de forma integral: ¡es todo nuestro ser quien se entrega! Sólo puedo amar cuando soy capaz de salir de mí mismo, cuando salgo “desde mí” y no “por mí”.

Vimos, de esta manera, que la posesión de sí mismo que hemos contemplado en el ejemplo de Tobías y Sara es la forma concreta en la que los esposos

²⁶ JUAN PABLO II, Audiencia general, 9/01/1980, 1-2.

²⁷ JUAN PABLO II, Audiencia general, 21/11/1979, 2.

²⁸ Cf. WOJTYLA (1978: 46-47).

toman conciencia del don del amado. Así se materializa lo que Wojtyla observa como una pertenencia recíproca en el orden de las personas:

Hemos constatado en el análisis general que la esencia del amor se realiza lo más profundamente en el don de sí mismo que la persona amante hace a la persona amada... hace que la persona quiera darse a otra, a la que ama. Desea cesar de pertenecerse exclusivamente, para pertenecer también a otro. Renuncia a ser independiente e inalienable. El amor pasa por ese renunciamiento, guiado por la convicción profunda de que le lleva no a minoración o empobrecimiento, sino, al contrario, a un enriquecimiento y a una expansión de la existencia de la persona. Es como una ley de "éxtasis": salir de sí mismo para encontrar en otro un acrecimiento de ser. En ninguna otra forma del amor se aplica esta ley con más evidencia que en el amor matrimonial, al que el amor entre el hombre y la mujer habría de venir a parar²⁹.

²⁹ WOJTYLA (1978: 62).

Este deseo de pertenecer al amado y entrar en profunda comunión con él, que se manifiesta en la constitución de toda la dimensión de su intimidad, procura la dirección de la propia vida hacia 'alguien' y no 'algo', de manera que mi mirada contempla no una cosa sino una persona concreta.

Posiblemente por ello Julián Marías expresaba, con tanta delicadeza, que amamos el cuerpo del amado en cuanto suyo, encontrándose el amor dirigido primariamente al rostro, en donde la persona se manifiesta enteramente³⁰.

³⁰ Cfr. MARÍAS (1970).

La castidad que faculta la donación: correlación con el ayuno y la Eucaristía

Si la persona del amado se revela a través de su cuerpo como expresión personal y concreta, es evidente que cualquier reduccionismo que deje de lado toda su dimensión integral perturba su dignidad y atenta contra la única actitud válida hacia él (es decir, el amor).

La sexualidad entendida como genitalidad, el cuerpo como objeto de placer y la búsqueda de la sensualidad marchitan la relación entre el hombre y la mujer, que se torna despersonalizante. Desde ello, no habrá lugar posible para el asombro y la donación que surgen progresivamente como respuesta ante aquel que descubro "hueso de mis huesos y carne de mi carne".

La castidad en el matrimonio custodia, entonces, el amor. San Juan Pablo II, al respecto, explica que "la castidad es la 'transparencia' de la interioridad, sin la cual el amor no es amor y no lo será hasta que el deseo de gozar esté subordinado a la disposición para amar en toda circunstancia"³¹.

La castidad se traduce en la mirada que contempla y ama, sana y acoge, cultiva y penetra en toda la interioridad psíquica, física y espiritual que permanece misterio.

³¹ WOJTYLA (1978: 85).

La mirada expresa lo que hay en el corazón. La mirada expresa, diría, a todo el hombre. Si generalmente se considera que el hombre "actúa conforme a lo que es" (*operari sequitur esse*), Cristo en este caso quiere poner en evidencia que el hombre "mira" conforme a lo que es: *intueri sequitur esse*. En cierto sentido, el hombre a través de la mirada se revela al exterior y a los otros; sobre todo revela lo que percibe en el "interior"³².

³² JUAN PABLO II, Audiencia general, 10/09/1980, 3.

Esta mirada es posible entre los esposos gracias a la alianza nupcial de Cristo, que apela a nuestro origen y génesis. Por gracia de Dios, el encuentro "tú-yo" que permite al varón verse reflejado en aquella semejante será fecundo como lo era en el principio.

El varón redimido puede contemplar a su mujer en toda la verdad de su cuerpo, en donde descubre su recíproca cualidad esponsal. Por ello, "la castidad verdadera no puede conducir al menosprecio del cuerpo ni a la depreciación del matrimonio y la vida sexual"³³.

Su mirada ve toda su realidad personal, no como objeto de uso sino como sujeto de amor. Su cuerpo no queda reducido a la materia ni su genitalidad al simple atributo de cosa. Todo es contemplado en la belleza de su ser, como existencia y misterio donativo.

³³ WOJTYLA (1978: 86).

Sólo la castidad permite que el esposo, a la luz de Cristo Esposo, renueve su sacramento por intermedio del lenguaje de su cuerpo. En el acto sexual, libre de uso, en el deleite del amado que contempla la totalidad de su persona, el esposo vuelve a donar enteramente su vida, siguiendo el ejemplo de Cristo Eucaristía.

La mirada expresará al hombre en la pureza de su corazón amante, como fiel reflejo del amor divino. Sólo así será fiel al sacramento matrimonial, que refleja el amor incondicional de Cristo por la amada.

Conclusión

El corazón redimido por Cristo nos permite descubrir la belleza de nuestra condición sexuada. Su luz nos permite contemplar al esposo en la verdad de su cuerpo, para que el acto conyugal pueda reflejar su misterio sacramental.

Meditar sobre las tentaciones que Cristo vivió en el desierto nos permite atravesar nuestra propia tentación. Su ayuno, nos invita a descubrirnos en nuestra verdadera autenticidad. Nos pone en camino, nos invita a ejercer el poderío necesario para salir al encuentro del amado. La donación de Cristo Esposo en cada eucaristía renueva nuestro propio sacramento esponsal.

Por eso, ayuno y Eucaristía se revelan como parte de la hermenéutica conyugal, invitándonos a adentrarnos en un misterio siempre nuevo e inagotable. Mantengo, así, viva la esperanza de que las consideraciones aquí expuestas motiven la meditación de aquellos esposos que desean, como Tobías y Sara, responder fielmente a su vocación matrimonial.

Bibliografía citada

Audiencias Generales de San Juan Pablo II. Disponibles en <https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/audiences.html> (enlace consultado al 19 de marzo 2025).

CABRERA, A. (1976): *De vicios y virtudes*, México, Fiat Voluntas Tua.

Catecismo de la Iglesia Católica (1992), España, Editores del Catecismo de la Iglesia Católica.

DE KEMPIS, T. (2012): *Imitación de Cristo*, Buenos Aires, Santa María.

FRANKL, V. (2015): *El hombre en busca de sentido*, Barcelona, Herder.

GRANADOS, J. (2014): *Una sola carne en un solo Espíritu*, Madrid, Palabra.

HEMMERLE, K. (2005): *Tras las huellas de Dios*, Salamanca, Ediciones Sígueme.

El Libro del Pueblo de Dios (1990), disponible en https://www.vatican.va/archi-ve/ESL0506/_INDEX.HTM (enlace consultado al 19 de marzo de 2025).

MARÍAS, J. (1970): *Antropología metafísica*, Madrid, Revista de Occidente.

PHILIPPE, J. (2002): *La libertad interior*, Buenos Aires, Editorial San Pablo.

PIEPER, J. (2010): *Las virtudes fundamentales*, Madrid, Rialp S.A.

QUILES, I. (1987): *Filosofía de la persona según Karol Wojtyła*, Buenos Aires, Depalma.

SAN AGUSTÍN (S.f): *Confesiones I*. Disponible en <https://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/confesiones--0/html/> (enlace consultado al 19 de marzo de 2025).

SANTO PADRE FRANCISCO (2016): *Exhortación Apostólica Postsinodal Amoris Laetitia*, Buenos Aires, Conferencia Episcopal Argentina Oficina del Libro.

THIELICKE, H. (1981): *Esencia del hombre*, Barcelona, Herder.

WOJTYLA, K. (1978): *Amor y Responsabilidad*. Estudio de Moral Sexual, Madrid, Razón y Fe.

WOJTYLA, K. (2011): *Persona y acción*, Madrid, Palabra.

