

Pastor's Note: Pre-Lent II

Last week, we began to look ahead to the season of Lent, which begins very soon. Though the Latin Church does not still celebrate a series of preparatory Sundays to gradually step into the fasting of Lent as it once did (and as the Eastern Churches still do), we can still observe something of a pre-Lent in catechetical form as we consider those pillars of Lent and contemplate how we might approach the season. This week, we look at the second “pillar,” that of *fasting*.

As I said last week, there is a progression through the pillars, with each focusing on a different part of ourselves and our lives. Almsgiving makes us practice detachment from what is external to us, fasting restrains our bodily impulses, and prayer is the lifting of the heart and mind to God. Almsgiving enables fasting, because when we have put off our attachments to exterior things, this begins to work on our interior impulses. I have heard it suggested before that our almsgiving can shape our fasting in some way, such as if we give up our morning cup of coffee or skip the fast food in favor of taking a lunch from home to work, and take the money we would have spent on those things and donating it. In this way, the two serve one another; almsgiving clears the way for fasting, while fasting creates the motivation for almsgiving.

Ultimately, we cannot only think of fasting as something transactional, nor even as something only having to do with food. There are people who are not able to fast from food in the usual sense; I know of people who, due to physical or even mental illness are not only unable to fast, but for whom fasting would be quite dangerous. Fasting is really about cultivating a spirit of self-denial, of saying “no” to oneself when he desires something impulsively. There are many things we do not think about as we do them, and so to fast from those things helps us to strengthen our wills. This is extremely important, especially in our overstimulated, over-technologized age, with constant streams of light and sound being blasted at us at all times. These things erode our ability to reason and to choose, and so self-denial helps to restore that. These things act upon our more impulsive side, and so self-denial helps us practice making choices out of our free will. It is so important because faith, hope, and love, the Theological Virtues, whereby we come to know God, are not feelings or emotions or experiences, they are acts of the will in response to God’s grace. What impulsiveness takes away, self-denial restores. What compulsion wounds in our free will, self-denial heals.

This brings us, then, to the notion of “giving things up for Lent.” This is a very common devotion, though it is not required by the Church, and we do not sin if we don’t give something up for Lent, or if we fail in our observances. That said, it is a worthwhile thing to do. Maybe we give up something simple, like chocolate. There are some who would think that that is not a great enough sacrifice, and yet I disagree with them. To restrain that impulse, even if it is a very small one (perhaps we only eat chocolate once or twice a day), gets us thinking about God. Maybe it takes two decades worth of Lents to arrive at the point where my halting in route to eating chocolate makes me think not only “I can’t do that, I gave it up for Lent,” but the better thing: “I can’t do that, I gave it up for God.”

So as we consider our fasting, whether it actually is from food, and so fasting in the more traditional sense, or else our “giving up things for Lent,” the goal should not be some great heroic sacrifice, or else we will find ourselves back in “New Years Resolution” territory (read my earlier note for more on this). Rather, we should do what is within our grasp to do, even if it is something that seems pretty easy for us. The key is to make it just different enough to set apart the season, and after all, to be “holy” in the Biblical sense is to be “set apart.” We even use those words in one of the Eucharistic Prayers, when we offer to God “the gifts we have set apart for consecration.” Let us set apart something of our time, something of our impulsiveness, and let us use our self-denial as a tool for doing so. By saying “no” to myself, I make more room to say “yes” to God. And in the final estimation, those are my only two choices: God, or myself. Happiness lies in the former.

Nota del Párroco: Pre-Cuaresma II

La semana pasada, comenzamos a mirar hacia adelante a la temporada de Cuaresma, que comienza muy pronto. Aunque la Iglesia Romana todavía no celebra una serie de domingos preparatorios para entrar gradualmente en el ayuno de la Cuaresma como lo hizo una vez (y como lo hacen las Iglesias orientales todavía), todavía podemos observar algo de una pre-Cuaresma en forma catequética mientras considere esos pilares de la Cuaresma y contemple cómo podríamos abordar la temporada. Esta semana, miramos el segundo "pilar", el del ayuno.

Como dije la semana pasada, hay una progresión a través de los pilares, cada uno enfocándose en una parte diferente de nosotros mismos y nuestras vidas. La limosna nos hace practicar el desapego de lo que es externo a nosotros, el ayuno refrena nuestros impulsos corporales y la oración es elevar el corazón y la mente a Dios. La limosna posibilita el ayuno, porque cuando hemos abandonado nuestros apegos a las cosas exteriores, esto comienza a trabajar en nuestros impulsos interiores. He escuchado antes que se sugirió que nuestra limosna puede moldear nuestro ayuno de alguna manera, como si dejamos de tomar nuestra taza de café de la mañana o nos salteamos la comida rápida a favor de llevar un almuerzo de casa al trabajo y tomar el dinero que tomaríamos gastado en esas cosas y donándolo. De esta manera, los dos se sirven el uno al otro; La limosna despeja el camino para el ayuno, mientras que el ayuno crea la motivación para la limosna.

En última instancia, no podemos pensar en el ayuno solo como algo transaccional, ni siquiera como algo que solo tiene que ver con la comida. Hay personas que no pueden ayunar de la comida en el sentido habitual; Conozco personas que, debido a una enfermedad física o incluso mental, no solo no pueden ayunar, sino que para quienes ayunar sería bastante peligroso. El ayuno se trata realmente de cultivar un espíritu de abnegación, de decirse que "no" a uno mismo cuando desea algo impulsivamente. Hay muchas cosas en las que no pensamos mientras las hacemos, por lo que ayunar de esas cosas nos ayuda a fortalecer nuestra voluntad. Esto es extremadamente importante, especialmente en nuestra época sobreestimulada con mucha tecnología, con corrientes constantes de luz y sonido que nos disparan en todo momento. Estas cosas erosionan nuestra capacidad de razonar y elegir, por lo que la abnegación ayuda a restaurar eso. Estas cosas actúan sobre nuestro lado más impulsivo, por lo que la abnegación nos ayuda a practicar la toma de decisiones con nuestra voluntad libre. Es tan importante porque la fe, la esperanza y el amor, las virtudes teologales, mediante las cuales llegamos a conocer a Dios, no son sentimientos, emociones o experiencias, son actos de la voluntad en respuesta a la gracia de Dios. Lo que la impulsividad quita, la abnegación restaura. Qué heridas de compulsión en nuestra voluntad libre cura la abnegación.

Esto nos lleva, entonces, a la noción de "renunciar a las cosas para la Cuaresma". Esta es una devoción muy común, aunque la Iglesia no la exige, y no pecamos si no renunciamos a algo durante la Cuaresma o si fallamos en nuestras observancias. Dicho esto, es algo que vale la pena hacer. Quizás renunciemos a algo simple, como el chocolate. Hay quienes pensarían que ese no es un sacrificio suficientemente grande y, sin embargo, no estoy de acuerdo con ellos. Reprimir ese impulso, incluso si es muy pequeño (quizás solo comemos chocolate una o dos veces al día), nos hace pensar en Dios. Tal vez se necesiten dos décadas de hacer la práctica de Cuaresma para llegar al punto en el que mi detención en el camino a comer chocolate me haga pensar no solo "No puedo hacer eso, lo dejé por la Cuaresma", sino lo mejor: "No puedo hacer eso, lo entregué por Dios".

Así que si consideramos nuestro ayuno, ya sea por la comida, y por lo tanto el ayuno en el sentido más tradicional, o nuestro "dejar las cosas para la Cuaresma", la meta no debe ser un gran sacrificio heroico, o de lo contrario nos encontraremos de vuelta en el territorio de la "Resolución de Año Nuevo" (lea mi nota anterior para más información sobre esto). Más bien, debemos hacer lo que esté a nuestro alcance, incluso si es algo que nos parece bastante fácil. La clave es hacerlo lo suficientemente diferente para apartar la temporada y, después de todo, ser "santo" en el sentido bíblico es ser "apartado". Incluso usamos esas palabras en una de las Oraciones Eucarísticas, cuando ofrecemos a Dios "los dones que hemos apartado para la consagración". Apartemos algo de nuestro tiempo, algo de nuestra impulsividad, y usemos nuestra abnegación como una herramienta para hacerlo. Al decir "no" a mí mismo, hago más espacio para decir que "sí" a Dios. Y en última instancia, esas son mis únicas dos opciones: Dios o yo mismo. La felicidad radica en lo primero.