

VER:

El ciclo cardíaco, el movimiento del corazón, comprende dos fases: la diástole y la sístole. La diástole es la fase que permite la dilatación de las válvulas del corazón para que éste se llene de sangre. La sístole es la contracción del corazón para expulsar la sangre hacia los pulmones y las arterias. Las dos fases son necesarias para que el corazón cumpla su función, y ninguna podría realizarse sin la otra.

JUZGAR:

El Papa Francisco ha utilizado este ejemplo en varias ocasiones, referido a los catequistas, pero válido para todos los bautizados: “El corazón del catequista vive siempre este movimiento de «sístole y diástole»: unión con Jesús y encuentro con el otro. Son las dos cosas: me uno a Jesús y salgo al encuentro con los otros. Si falta uno de estos dos movimientos, ya no late, no puede vivir”. (Congreso Internacional sobre Catequesis - 27 septiembre 2013)

El tiempo de Cuaresma, que hoy iniciamos, es *el tiempo favorable*, como decía la 2^a lectura, para que revisemos el movimiento de nuestro corazón como discípulos y apóstoles de Cristo: nuestra unión con Jesús y, como consecuencia, nuestro encuentro con el otro en la misión evangelizadora. Y quizás en esta revisión de nuestro corazón como discípulos y apóstoles nos encontremos con “arritmias” o descompensaciones: podrán ser “taquicardias” (vamos demasiado rápido, cayendo en el activismo) o “bradicardias” (vamos demasiado lentos, hemos caído en la rutina cómoda).

Se hace necesario, por tanto, hacer un buen ajuste de nuestro corazón, pero al hacer esta revisión, como advierte el Papa, “todo esto es difícil si no estamos acostumbrados a tener espacios de silencio en nuestro día. Si no se sabe substituir el verbo “hacer” de Marta para aprender el “estar” de María. Es difícil aceptar dejar el activismo que es agotador, —tantas veces el activismo puede ser una fuga— porque cuando uno deja de estar ocupado, la paz no llega inmediatamente al corazón, sino la desolación; y para no entrar en desolación, estamos dispuestos a no parar nunca. El trabajo es a veces una distracción para no entrar en desolación. Pero la desolación es un poco también el punto de encuentro con Dios”. (Simposio sobre Teología del Sacerdocio 17 – febrero - 2022)

Una de las imágenes de la Cuaresma es la del desierto, lugar de desolación, como veremos el próximo domingo; pero, por eso mismo, es el tiempo favorable de encuentro con Dios, y la liturgia del Miércoles de Ceniza es la puerta de entrada: la ceniza que vamos imponer como signo de penitencia es un reconocimiento de que nuestro corazón no late como debiera, y queremos vivir primero la “diástole espiritual”, llenándonos de Él como discípulos, para que así pueda producirse después la “sístole”, la salida como apóstoles hacia el encuentro con los otros.

Y en el Evangelio el Señor nos ha ofrecido tres modos de hacerlo: *ayuno, oración y limosna*.

El *ayuno* produce un movimiento de “sístole”, haciéndonos salir de nosotros mismos, de nuestro egocentrismo, vaciándonos de nuestros egoísmos, apegos, comodidades, rutinas, materialismos...

La *oración* es la “diástole”, la entrada de Dios en nuestro corazón, pero debe ser una oración abierta, sincera, para que Él pueda llenarnos por completo con su vida.

Pero a esa entrada de Dios hay que darle salida, para no quedarnos en un espiritualismo estéril: la *limosna* es de nuevo la “sístole” que nos hace salir hacia los demás. Una limosna que no consiste sólo en dar dinero, sino en dar-nos: nuestro tiempo, nuestras capacidades, nuestro amor.

ACTUAR:

Si, cuando nos detectan un problema en el corazón, nos preocupamos y buscamos rápidamente remedio, también deberíamos preocuparnos si detectamos que nuestro corazón cristiano, como discípulos y apóstoles, no marcha como debiera. La Cuaresma es *el tiempo favorable* para revisarnos y hacer que nuestro corazón de discípulos y apóstoles late con sus fases de “diástole y sístole” y cumpla su función de manera equilibrada, sin “arritmias”, viviendo la santidad.

Aprovechamos esta oportunidad que el Señor nos ofrece un año más por medio de su Iglesia, para vivir la “diástole y sístole espiritual”, porque “cuanto más toma Jesús el centro de nuestra vida, tanto más nos hace salir de nosotros mismos, nos descentra y nos hace ser próximos a los otros. Ese dinamismo del amor es como el movimiento del corazón: «sístole y diástole»; se concentra para encontrarse con el Señor e inmediatamente se abre, saliendo de sí por amor, para dar testimonio de Jesús y hablar de Jesús, predicar a Jesús”. (Simposio Internacional sobre Catequética - 12 de julio de 2017)