

Capítulo 2

De penitencias y ayunos:

¿Por qué ayunamos, si Tú no lo ves? ¿Para qué nos humillamos, si Tú no lo sabes? “Es que el día en que ayunabais, buscabais vuestro negocio y explotabais a todos vuestros trabajadores. Es que ayunáis para litigio y pleito y para dar de puñetazos a malvados. No ayunéis como hoy, para hacer oír en las alturas vuestra voz. ¿Acaso es éste el ayuno que Yo quiero el día en que se humilla el hombre? ¿Había que doblegar como junco la cabeza, en sayal y ceniza estarse echado? ¿A eso llamáis ayuno y día grato a Yahvéh? ¿No será más bien este otro el ayuno que Yo quiero: Desatar los lazos de maldad, deshacer las coyundas del yugo, dar la libertad a los quebrantados, y arrancar todo yugo? ¿No será partir al hambriento tu pan, y a los pobres sin hogar recibir en casa? ¿Que cuando veas a un desnudo le cubras, y de tu semejante no te apartes? Entonces brotará tu luz como la aurora, y tu herida se curará rápidamente. Te precederá tu justicia, la gloria de Yahvéh te seguirá. Entonces clamarás, y Yahvéh te responderá, pedirás socorro, y dirá: “Aquí estoy”. Si apartas de ti todo yugo, no apuntas con el dedo y no hablas maldad, repartes al hambriento tu pan, y al alma afligida dejas saciada, resplandecerá en las tinieblas tu luz, y lo oscuro de ti será como mediodía. Isaías 58:3-10

No seáis como los fariseos que se presentan al templo, a las sinagogas con el rostro demudado para que los hombres digan que han ayunado y luego dan rienda suelta a su maldad y materialismo; no, amados míos, vosotros debéis ser dentro del recinto, fuera de él y en vuestros hogares los mismos, siempre limpios como el agua pura, para que los que quieran atacar la Doctrina de Cristo, vean y digan, que en verdad mi Doctrina es buena, porque vosotros sois en vuestra vida pública y privada el espejo viviente de virtud, porque vais dejando en todas partes amor, verdad y bondad. [7-203-13](#)

Cuidaos de hacer penitencias mal entendidas ni privéis a vuestro cuerpo de lo que le es necesario, en cambio evitadle lo que le sea perjudicial, aun cuando ello signifique para él un sacrificio. Esta será la penitencia que beneficie a vuestro espíritu y por lo tanto, la que agrade al Padre. [11-55-40](#)

Yo os exhorto a una penitencia bien entendida, aquella que no os prive de nada, que sea benéfica al espíritu y al cuerpo, pero en la que os eximáis de todo lo que sea perjudicial por saludable y placentero que os parezca, aunque esta abstención signifique un sacrificio. [3-61-13](#)

Haced comprender a vuestros hermanos que no necesitan mortificar o lacerar su cuerpo para conmover a mi Espíritu, para despertar mi piedad o mi caridad. Quienes se procuran sufrimientos y penitencias corporales, es porque no tienen la menor noción de cuáles son las ofrendas más agradables para mi Espíritu, ni tienen idea de mi amor ni de mi misericordia de Padre. [10-278-18](#)

¿Creéis que sea necesario para Mí, ver en vuestros ojos las lágrimas y en vuestro corazón el dolor, para apiadarme de vosotros? Eso sería atribuirme dureza, insensibilidad, indiferencia, egoísmo, y, ¿concebís estos defectos en el Dios que amáis? [10-278-19](#)

No os he enseñado a lacerar o mortificar vuestro cuerpo para alcanzar mi perdón. La única penitencia que de vosotros acepto, es aquella en la cual os priváis de lo superfluo o malo, aun muchas veces con dolor de vuestro corazón. Cuando así habéis obrado, vuestro corazón ha sentido la paz de mi Espíritu. [7-206-52](#)

Mi paz sea con vosotros.