INTRODUCCIÓN

En un mundo que corre sin pausa, donde el ritmo de las estaciones parece solo importar a los agricultores y la espiritualidad se reduce a lo "instantáneo", la Iglesia Católica guarda en su seno tesoros de sabiduría olvidados. Uno de esos tesoros es el de **las Témporas**: una antigua práctica litúrgica, profundamente bíblica, que puede transformar nuestra relación con Dios, con la creación, con el tiempo y con nosotros mismos.

Este artículo no solo rescata del olvido esta joya de la Tradición católica, sino que te invita a revivirla, a comprenderla y a aplicarla como una verdadera guía espiritual. Porque lo que está en juego no es una simple práctica devocional, sino **una forma de reconectar con el orden sagrado del universo**.

¿QUÉ SON LAS TÉMPORAS?

La palabra **"Témporas"** proviene del latín *quattuor tempora*, que significa "las cuatro estaciones". Son **cuatro momentos del año** en los que la Iglesia dedica tres días consecutivos —miércoles, viernes y sábado— a **la oración, el ayuno y la acción de gracias**, marcando así el cambio de estación y consagrando el tiempo a Dios.

Estos días son:

- Témporas de Primavera (alrededor de la primera semana de Cuaresma)
- Témporas de Verano (tras Pentecostés)
- Témporas de Otoño (después de la Exaltación de la Santa Cruz, el 14 de septiembre)
- Témporas de Invierno (en la tercera semana de Adviento)

Los días de Témporas son considerados **tiempos santos** para santificar el paso de las estaciones, ofrecer sacrificios a Dios, orar por los frutos de la tierra y pedir vocaciones sacerdotales.

ORIGEN Y RAÍCES BÍBLICAS

Aunque su formulación litúrgica es de época cristiana, el espíritu de las Témporas nace en el

Antiguo Testamento. El pueblo de Israel vivía según el ritmo que Dios había impreso en la creación: las fiestas agrícolas eran ocasiones para rendir culto, agradecer y hacer penitencia.

> ***"Todo tiene su momento, y cada cosa su tiempo bajo el cielo"***
> *(Eclesiastés 3,1)*

Las Témporas, por tanto, son la expresión cristiana de una espiritualidad del tiempo. Desde el siglo IV, especialmente en Roma, los cristianos empezaron a celebrarlas para dar gracias por las cosechas, implorar bendiciones para las nuevas estaciones, hacer penitencia y, más tarde, para ordenar sacerdotes.

Estas prácticas fueron codificadas por el Papa san Gregorio Magno (s. VI), convirtiéndose en **costumbre universal en la Iglesia romana** durante siglos.

SIGNIFICADO TEOLÓGICO

1. **El Tiempo como Don Sagrado**

El mundo moderno ve el tiempo como una línea recta, un recurso que se gasta o se pierde. Pero la visión cristiana, profundamente arraigada en la liturgia, ve el tiempo como un **don sagrado de Dios**. El año litúrgico no es repetición vacía, sino **un camino de santificación**.

Las Témporas nos enseñan que **cada estación tiene un sentido espiritual**:

- La primavera es renacimiento.
- El verano es plenitud.
- El otoño es entrega.
- El invierno es silencio y espera.

Con ellas, **bendecimos el tiempo**, lo consagramos, lo ordenamos a Dios.

---

2. **Ayuno y Penitencia: Restaurar el Orden Interior**

Las Témporas incluyen **el ayuno**, una práctica casi extinta en la vida católica actual. Sin embargo, el ayuno no es castigo, sino **una medicina del alma**. Nos libera de la tiranía del cuerpo, nos abre al prójimo, nos dispone a la escucha de Dios.

> *"Este género (de demonios) no puede salir sino con oración y ayuno"*
> *(Marcos 9,29)*

El ayuno de las Témporas, celebrado al comenzar cada estación, es **una forma de purificarnos y prepararnos para los desafíos espirituales y físicos** del tiempo que se avecina. Es una recalibración interior que nos sintoniza con la voluntad de Dios.

---

3. **Oración por los Frutos de la Tierra y las Vocaciones**

Las Témporas son también una expresión de **agradecimiento y súplica por los frutos de la tierra**, en un tiempo donde la desconexión con la creación ha traído crisis ecológicas y espirituales. A través de ellas, recordamos que dependemos de Dios para el pan de cada día.

Además, tradicionalmente se asociaban a la **ordenación de nuevos sacerdotes**, convirtiéndose en momentos de oración por las vocaciones y la santidad del clero.

Hoy más que nunca, cuando hay **escasez de vocaciones y necesidad de santos sacerdotes**, estas jornadas adquieren una nueva urgencia.

LAS TÉMPORAS EN LA VIDA MODERNA: ¿TIENEN SENTIDO HOY?

La respuesta es rotunda: **sí, y más que nunca**.

En un mundo donde hemos perdido la percepción del tiempo como algo sagrado, las Témporas nos ayudan a:

- **Redescubrir el valor del ayuno y la penitencia**.
- **Reencontrar la belleza del año litúrgico como camino de santificación**.
- **Reconectar con la naturaleza como obra de Dios, no como recurso explotable**.
- **Rezar por las vocaciones y ofrecer pequeños sacrificios por ellas**.
- **Detenernos, hacer examen de conciencia y renovar nuestras intenciones**.

Muchos cristianos, al redescubrir esta práctica, han comenzado a marcar en sus calendarios las semanas de Témporas y dedicar esos tres días a:

- **Ayunar (según sus posibilidades)**.
- **Evitar el ruido innecesario y buscar el silencio**.
- **Confesarse y asistir a misa**.
- **Ofrecer oraciones por sacerdotes y seminaristas**.
- **Agradecer a Dios por los dones recibidos y pedir por las estaciones futuras**.

CÓMO CELEBRAR LAS TÉMPORAS HOY: GUÍA PRÁCTICA

1. **Busca las fechas**

Consulta un calendario litúrgico tradicional o en línea. Aunque en la reforma del Vaticano II se dejaron como “opcionales”, pueden recuperarse como devoción personal o comunitaria.

2. **Vive los tres días con sentido**

- **Miércoles**: Día de conversión. Comienza con un acto de humildad. Examina tu vida y ofrece un ayuno moderado.
- **Viernes**: Unión con Cristo crucificado. Reza el Rosario, haz alguna obra de caridad y ayuna con más intensidad.
- **Sábado**: Día de María. Conságrate a la Virgen. Participa de la Eucaristía si puedes, y ofrece tu día por los frutos espirituales del tiempo venidero.

3. **Incluye a tu familia o comunidad**

Reza con otros. Enseña esta práctica a tus hijos. Invita a tu parroquia a recuperarla.

CONCLUSIÓN: UN TIEMPO PARA SANAR

Las Témporas son una brújula espiritual. Nos enseñan que **la vida tiene estaciones, que el alma tiene ciclos, que todo debe ser consagrado a Dios**. Recuperarlas no es un gesto nostálgico, sino profundamente profético.

En un mundo que necesita sanar, **el ayuno, la oración y la gratitud son poderosas armas espirituales**. Y en la tradición católica, esa sabiduría ya estaba ahí. Solo necesitamos volver a ella.

> *"Convertíos a mí de todo corazón, con ayuno, llanto y lamento"*
> *(Joel 2,12)*

¡Vuelve a las Témporas!

Recuerda: Dios no solo quiere tu alma. También quiere tu tiempo. Y tú, ¿le entregarás las estaciones de tu vida?

¿Te animas a celebrar las próximas Témporas?
Empieza con un gesto: marca en tu calendario esos tres días. Dedícaselos a Dios. Verás cómo Él transforma tu tiempo… y tu corazón.