

Creciendo
en las virtudes de **Jesús**



Quentin Hakenewerth, S. M.



Quentin Hakenewerth SM

CRECIENDO EN LAS VIRTUDES DE JESÚS

**El método marianista de las virtudes
para uso en grupo**

Servicio de Publicaciones Marianistas

2026

© Quentin Hakenewerth SM
Growing in the Virtues of Jesus
Primera edición en inglés
San Antonio Texas
Burke Publishing Company 1996

© Quentin Hakenewerth
Creciendo en las virtudes de Jesús
Primera edición en español 1998. 3ª en 2008
Traducción: Mario González Simancas sm
Ediciones SM. México DF

Derechos de publicación de SM-México, cedidos a:

© Servicio de Publicaciones Marianistas
Edición digital: Biblioteca digital marianista (biblioteca.familiamarianista.es)
Madrid. 2026
Notas [entre corchetes] de este editor

Introducción

El tema de este libro es crecer en las virtudes de Jesús. Si practicas lo que en él se contiene te irás conformando, paulatinamente, de manera segura, con las disposiciones y con la bondad interior de Jesucristo. Estas cualidades te ayudarán a desarrollar tu personalidad y te van a ayudar a enfrentar las situaciones cotidianas de tu vida y tu trabajo. Le dan un nuevo sentido a tus relaciones con los demás. Aún más, las virtudes de Jesús te dan la experiencia de una nueva fuerza espiritual obrando en tu interior.

El método que seguimos es un itinerario espiritual para ir cambiando gradualmente por medio de la adquisición progresiva de ciertas actitudes y hábitos de Jesucristo. El proceso te conducirá en primer lugar a una nueva conciencia de ti mismo, de los otros y de Dios. Te ayuda a cultivar ciertas capacidades de tu carácter, que tal vez ahora no estés empleando plenamente, o que fueron paralizadas por algo inesperado que ocurrió.

Este proceso comprende tres elementos que vas a encontrar a lo largo del libro. Primero, se da una explicación de la virtud que se va a practicar o de la actitud a desarrollar. Las virtudes de Jesús no son la ciega repetición de un hábito; su práctica ahonda el conocimiento y las ideas. Segundo, necesitas abrirte a la virtud, despertar un vivo deseo que te mueva para esforzarte en vivirla. Para que esto suceda, lo más eficaz es la reflexión y la oración. A lo largo de todo el libro vas a encontrar sugerencias para esos momentos de estar con Dios en la oración. Tercero, necesitas revisar periódicamente tu experiencia de ir intentando vivir las virtudes, ver de dónde has partido, cómo has cambiado y a dónde te encaminas. Puedes hacer esto a solas, pero lo harás mejor en un grupo. Al final de cada capítulo encontrarás una ayuda para examinarte y compartir ideas con un grupo¹

Aunque tú debes poner tus mejores esfuerzos en esta empresa, el crecimiento en las virtudes de Jesús será una colaboración de tus esfuerzos, de la acción del Espíritu Santo y de la presencia transformadora de María, tu Madre espiritual. Al principio lo que más advertirás son tus propios esfuerzos, pero al ir creciendo irás percibiendo más la gracia del Espíritu Santo y la presencia de María, que van dando a tu vida la forma de las virtudes de Jesús.

Una palabrita más sobre cómo servirte de este libro. Probablemente te habrás ya dado cuenta de que es algo más que un libro para, simplemente, leerlo; está hecho para ser vivido y para producir en ti un cambio. Es como un libro de jardinería: aunque fuera interesante leer solamente la información, tu conocimiento no producirá flores ni hortalizas a menos que pon-

¹ La espiritualidad que se presenta en este libro está inspirada en las enseñanzas del P. Guillermo José Chaminade (1761-1850), fundador de la Compañía de María-Marianistas. Él fue un maestro de espiritualidad para personas de vida activa. Usó este método de las virtudes en primer lugar con comunidades de seglares (Congregaciones Marianas) en vísperas de la Revolución francesa de 1789. Más tarde perfeccionó el método para los religiosos y religiosas de las Congregaciones que él fundó [No conocemos noticias ni referencias documentales donde antes del Instituto de María (FM y SM) Chaminade utilizara el Método de virtudes en la Congregación de la Inmaculada].

gas en práctica esas ideas. Lo mismo pasa con las virtudes. Son fuerzas vitales, hay que plantarlas, regarlas, cultivarlas y podarlas si quieres que crezcan del todo en ti mismo. Este libro tiene la esperanza de que no sólo llegues a ver la belleza de las virtudes de Jesús, sino que experimentes su vibración transformadora en ti mismo.

Puedes utilizar este libro individualmente o en común con otras personas, sea este un grupo de estudio, de discusión o de compartir la fe. La mayoría de la gente conoce los dos primeros tipos de grupo, pero no el último. Un grupo que comparte su fe basado en las virtudes marianistas, lo podemos describir de la siguiente manera: es un grupo en el que sus miembros cuentan con sencillez su propia experiencia al tratar de vivir una virtud particular. De resultas, todos los miembros del grupo se ven animados al poner en común las ideas surgidas en la oración y la meditación, así como sus propios éxitos o dificultades en la práctica de tal o tal virtud. Este compartir se hace en espíritu de fe, o sea con la confianza en que el Espíritu Santo está guiando a sus miembros y en que la Madre de Jesús los acompaña al experimentar más hondamente las virtudes. La obra del Espíritu Santo y la presencia de María tendrán efecto, aunque será tan sutil que, sin fe, podría pasar inadvertida. A pesar de todo, su influencia será la fuerza subyacente que labora en cualquier grupo de compartir la fe que sea auténtico.

He aquí unas ideas que sugiero consideres si quieres formar un grupo de este tipo:

- 1) La manera más provechosa de compartir la fe parece darse en grupos de unos ocho o doce miembros, aunque solamente "dos o tres reunidos en mi nombre" sean todo lo que se necesita.
- 2) La única condición para pertenecer al grupo es un sincero deseo de crecer en las virtudes de Jesús y tener una mente y un corazón abiertos.
- 3) No necesitas tener un experto para llevar el grupo. Emplead el liderazgo compartido; es decir, que cada miembro dirija por turno las reuniones. Nadie dirige de manera permanente.
- 4) El mismo grupo es quien decide la frecuencia y duración de sus reuniones.

Las reuniones pueden tener un esquema como el que sigue, aunque con el correr del tiempo debe adecuarse a las necesidades del grupo:

- 1) El que dirige comienza con una oración; luego invita a todos a poner en común sus experiencias, sus ideas, gracias o dificultades que encontró al tratar de vivir la virtud en cuestión desde la última reunión.
- 2) A la hora que se decidió, el que dirige da fin a la puesta en común. Si parece bien, el que va a dirigir la próxima reunión expone brevemente su manera de entender la parte del libro que se va a ver próximamente. Se concluye el encuentro con una oración.
- 3) Hasta que llegue la fecha de la próxima reunión, cada miembro reflexiona, reza y trata de vivir lo que se indicó en la reunión anterior.

4) Se sigue el mismo procedimiento en cada reunión. Si el grupo lo juzga provechoso, se puede continuar viendo el mismo capítulo durante varias reuniones. Lo que importa es estar abiertos y ser sensibles a las mociones interiores de la gracia.

Si te sientes atraído a leer (y poner en práctica) este libro, tómalo como una llamada llena de amor de María, a través de una moción interior del Espíritu Santo, para llegar a ser más y más una sola cosa con Jesucristo al vivir sus virtudes. Cuando empiezas tu viaje hacia las virtudes de Jesús, espero que muy pronto puedas hacerte eco del testimonio de una persona que está siguiendo el mismo camino:

"He experimentado en mi propia vida, y lo he observado en lo que otras personas han compartido, de qué manera tan verdadera cambia la vida este caminar con Jesús y María por medio de estas virtudes tan sencillas, tan prácticas y tan reales. Me gusta pensar en ellas como capacidades de mi personalidad elevadas más allá de lo ordinario".

1

Formar el Yo Verdadero

Cada uno de nosotros ha nacido con todo el potencial necesario para aprender a hacer frente con eficacia a las situaciones de nuestra vida diaria. Los elementos están ahí, pero hay que desarrollarlos; nos dan una imagen de la auténtica persona que se supone vamos a llegar a ser.

Esta imagen de nuestro yo verdadero contiene todos los trazos de lo óptimo que podemos ser. De hecho, está reflejando las mismas cualidades de Dios: amor, conocimiento, creatividad, sabiduría, fortaleza, bondad, amabilidad.

Desde que comenzamos a vivir, esas cualidades divinas son como semillas plantadas en nosotros. Eso es lo que quiere decir “ser creados a imagen de Dios” (Génesis 1, 27). Hemos nacido con una capacidad interior y con una disposición para ir siendo más y más parecidos a Dios. Esas tendencias interiores son algo así como los genes de nuestro cuerpo. En el momento de la concepción ya están presentes unos patrones que van a determinar nuestra manera de crecer y nuestro aspecto; el color de los ojos, la pigmentación de nuestra piel, nuestro sexo, etc. Nuestros genes orientan nuestro desarrollo en una dirección determinada. Lo mismo sucede con la verdadera imagen de nosotros mismos como personas. Dios nos creó en esa imagen, la cual pone el cimiento y da la orientación para conseguir lo mejor que podemos devenir. Es una imagen que está apuntando hacia el desarrollo de nuestra personalidad en un sentido preciso. Pero aunque somos creados con tendencias a una personalidad perfecta, no nacemos con virtudes. Se van desarrollando al crecer. Yo recuerdo, siendo niño, el entusiasmo que despertaban en mí las fotos de verduras exuberantes y flores de vivos colores en las revistas de jardinería. Mis padres me animaron a plantar semillas y a observar cómo crecían las plantas. Sólo entonces me di cuenta de que hay que preparar el terreno, cultivar las plantas, combatir las plagas, regar cuando no llueve y, más tarde, contemplar las hortalizas y las flores. Así son las virtudes; no nos llegan ya desarrolladas, no crecen por sí mismas. Pero qué emocionante es ayudarlas a brotar y ver que finalmente llegan a madurar.

Convertirnos en nuestro verdadero yo es una maravillosa aventura de crecimiento. Crecimiento quiere decir desarrollar en nuestro ser algo nuevo, o algo mejor. En la experiencia de crecer reside un gozo profundo, especialmente cuando ese crecimiento nos acerca más a la persona que realmente queremos ser. Porque en el núcleo de nuestro ser tenemos la base para convertirnos en una persona agradable y feliz, por eso experimentamos alegría al ir creciendo dentro de ese potencial que Dios depositó en nosotros.

En las virtudes de Jesús tenemos una descripción fiel de cómo se ve un yo verdadero en la vida real. Jesús tenía una presencia que impresionaba a la gente e influía en ella a causa de sus cualidades interiores. A donde quiera que iba su presencia se hacía notar. Aquellas mismas virtudes son precisamente las que hacen que nuestra presencia esté llena de sentido para otras personas y nos procure el sentido de algo de gran valor. Jesús nos muestra en sí las cualidades de Dios. Él es para nosotros *la imagen del Dios invisible y el*

primogénito de toda criatura (Colosenses 1, 15). Ser "primogénito" significa que Jesús es el modelo de nuestro desarrollo hasta la madurez completa, en total libertad interior y valoración de sí mismo.

Creer en las virtudes de Jesús no es una tarea agobiante. Esforzarse en adquirir esas virtudes no supone simplemente una exigencia más. Cuando crecemos en la imagen de nuestro verdadero yo, sentimos que algo vivo entra en nuestra vida. Tal vez por eso San Pablo habla del cambio que se produce en el momento de ser "nueva criatura": *revestíos de la nueva condición humana, creada a imagen de Dios: justicia y santidad verdaderas* (Efesios 4, 24). Al adquirir esas virtudes, lo que estamos haciendo sencillamente es colaborar con las tendencias de la imagen en que fuimos creados y con la gracia de Dios que está ya trabajando en nosotros. Creer en las virtudes de Jesús no es una mera imitación de sus buenas cualidades. Es una unión personal con él. En esa unión nuestros pequeños esfuerzos y su gracia sin límites operan conjuntamente para ir formando nuestro nuevo ser. Por esta razón el crecer en sus virtudes nos da tanta paz interior y tantas energías nuevas.

Nuestro intento, pues, es adquirir las virtudes y actitudes de Jesús que van edificando nuestro ser verdadero; una personalidad vibrante y comprometida, convencida de ser algo muy valioso. A medida que vayas recorriendo este libro irás reconociendo más y más las características de una persona formada a imagen de Dios, la imagen en que todos nosotros hemos sido creados. Al ir entrando en las virtudes de Jesús y al ir dejando atrás, en la arena, tu ego, sentirás que estás construyendo sobre roca, precisamente porque estás creciendo en unión con Cristo.

Experiencia:

En una ocasión, visitando una parroquia en un barrio de Bogotá, me di cuenta de que en la calle vecina a la parroquia había una casa que sobresalía entre las demás. Era pequeña y sencilla como las otras, pero no era miserable ni sucia. Estaba recién pintada y su limpieza la hacía agradable. Yo comenté al párroco: "Esa familia parece tener más recursos que las otras". El me dijo: «Esa casa tenía la apariencia de las otras y la familia se peleaba y llevaba una vida sin felicidad. El esposo no practicaba su fe; pasaba los fines de semana en la taberna. Pero por alguna razón asistió a reuniones de oración y Cristo entró en su vida. Empezó a cambiar de costumbres. Ahora en lugar de beberse sus ahorros los fines de semana, emplea el dinero en arreglar la casa. Sus niños le ayudan y su esposa mantiene todo limpio. Pasan mucho tiempo juntos ahora y son una de las familias más felices de la parroquia».

**Las nuevas virtudes de su verdadero yo permitieron a Cristo
darle una vida nueva... y abundantemente.**

Temas para la Oración y la Meditación

1. Piensa qué es lo que Jesús ha venido a traerte por medio de vivir sus virtudes.
 - "Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia" (Juan 10, 10).
 - "Os dejo la paz, os doy mi paz; no os la doy como la da el mundo. No se turbe vuestro corazón ni se acobarde" (Juan 14, 27).
 - "Hasta ahora nada le habéis pedido en mi nombre. Pedid y recibiréis, para que vuestro gozo sea colmado" (Juan 16, 24).
2. San Pablo describe audazmente el proceso de crecer hacia el nuevo ser.
 - *Renovaos en la mente, y en el espíritu y revestíos de la nueva condición humana creada a imagen de Dios: justicia y santidad verdaderas* (Efesios 4, 23-24).
 - *revestíos del hombre nuevo, que se va renovando hasta alcanzar un conocimiento perfecto, según la imagen de su Creador... Revestíos, pues, como elegidos de Dios, santos y amados, de entrañas de misericordia, de bondad, humildad, mansedumbre, paciencia, soportándoos unos a otros y perdonándoos mutuamente* (Colosenses 3, 10, 12-13).
3. Jesús quiere que gocemos siendo la mejor persona que podemos llegar a ser. Por esa razón nos dice que tendamos hacia lo mejor que hay en nosotros: reflejar las mismas cualidades de Dios en nuestra propia personalidad.
 - Sed perfectos como es perfecto vuestro Padre celestial (Mateo 5,48). (Pero ¡cuidado con entender mal esta hermosa recomendación!)

Preguntas para la revisión personal o para compartirlas en el grupo

1. ¿Qué actitud especial o virtud de Jesús te gustaría adquirir?
2. ¿Alguna vez te diste cuenta de que la conciencia del amor que Dios te tiene te producía algún cambio? Describe la experiencia.
3. Describe alguna experiencia personal que consistió en cambiar de hacer las cosas por tu ego a hacerlas más por ser lo que realmente quieres ser.

2

Luchando con nuestro «Ego» (Yo Egoísta)

Cuando intentamos vivir según nuestro ser verdadero derivado de las virtudes de Jesús, nos encontramos con que existe ya un ser falso bien establecido y actuando. Lo llamamos nuestro *ego*. Es una imagen diferente de quien somos y tiene sus propias exigencias y necesidades. Opera en contra de nuestro verdadero ser, porque ambos están básicamente opuestos en cuestión de los valores sobre los cuales quieren construir nuestro valor personal y el sentido de nuestra vida.

Usamos aquí la palabra *ego* para significar el sentimiento bien enraizado en mí de que, de alguna manera, Yo soy la causa principal de lo que yo valgo. Yo soy alguien en la proporción en que Yo hago algo bueno, en que Yo creo una idea, en que Yo poseo ciertas cualidades. Mi *ego* construye su falso sentimiento de autoestima por medio de ser, en cierto modo, el que origina o contribuye a cosas que importan, o bien por la apropiación para sí mismo de títulos o méritos que realmente no tiene. Cuando vivimos a base de nuestro *ego*, nos sentimos valiosos solamente en la medida en que nos atribuimos a nosotros mismos -o conseguimos que otros nos atribuyan- algún éxito, mérito o título. Pero esto nos perturba profundamente, porque estamos fabricando una meta vital que, simplemente, no puede tener éxito. Nuestro *ego* es una imagen de sí mismo edificada en torno a sus propias afirmaciones. No hay posibilidad alguna de que se realicen plenamente, porque no reflejan la realidad. Pese a todo, nuestro *ego* se convierte fácilmente en el guía de nuestra vida.

No nos gusta tratar con gentes de un *ego* grande. El *ego* no solamente nos estorba vivir en la verdad, sino que es desagradable y agobiante. Una persona que había hablado con la Madre Teresa de Calcuta me dijo que era el ser más atractivo que jamás había encontrado. Yo le pregunté qué es lo que la hizo tan atractiva. Después de una pausa me contestó: "Es una mujer sin *ego*". Es una presencia fascinante porque no actúa a partir de su *ego*; su conducta tiene sus raíces en otro ser, en un ser más verdadero. La Madre Teresa es una persona que ha abandonado su *ego* para llevar a su plenitud su verdadero ser, hecho a imagen de Dios.

Es agobiante mantener nuestro propio *ego* (¡y los demás ciertamente no desean mantenerlo por nosotros!). Para que esté contento tenemos que alimentarlo continuamente. Inconscientemente pedimos cosas a los demás por astucia para nuestro provecho. Por ejemplo, si yo me veo como un buen padre, mi *ego* espera que mis hijos actúen de una forma que afirme esta imagen. Si soy un buen maestro, mi *ego* espera que mis estudiantes se conduzcan de una manera que lo demuestre. Si soy un buen hombre de negocios, mi *ego* espera que mis subordinados trabajen del modo que yo creo que inspiran los administradores. Mi *ego* nunca se rinde. Ya puedes imaginar el tipo de mundo que mi *ego*, creado a sí mismo, tiende a fomentar. Está condenado a fracasar, porque carece de fundamento en la realidad, con excepción de sus propias necesidades.

Desgraciadamente todos hemos construido un *ego* y en alguna medida hemos identificado nuestro yo con él. Tenemos tendencia a experimentar nuestro *ego* como lo que

realmente somos. Erróneamente fuimos formando un sentido de quién somos, frecuentemente centrado en una imagen hecha por nosotros más que en la imagen en que fuimos creados (Génesis 1, 27). San Juan nos dice que si no construimos nuestra vida sobre Dios y no desarrollamos nuestro verdadero ser, es natural que nos volvamos hacia el "mundo" como nuestra referencia. Por "mundo" no entendemos aquí el mundo creado en toda su belleza y bondad queridas por Dios. Queremos indicar todo ese centrarse en sí mismo que nos lleva a atribuirnos mérito o cualidades que pertenecen a otros. El "mundo" en este sentido se opone a cuanto no sirva a sus propios fines o no afirme su propio valor. Él formula sus propios valores y se organiza a sí mismo basándose en ellos... placer, posesiones, fama, poder (1ª Juan 2, 15).

Nuestro *ego* comienza a formarse muy pronto en nuestra existencia. No somos conscientes de lo que estaba sucediendo en aquellos primeros meses o en años tempranos, pero ya estamos construyendo una "imagen" de quien somos y de qué es lo que nos da un valor. Sin que podamos conceptualizarlo, sentimos algo cuando los otros están a gusto o se irritan con nosotros. Experimentamos de manera difusa que los otros se sientan orgullosos o se avergüencen de nosotros. Intuimos subconscientemente que estamos seguros o amenazados. Todo esto va contribuyendo a formar una imagen por la cual nos guiamos al vivir y al medir nuestra valía. Bien pensado, todos deseamos que nos acepten y queremos sentirnos estimados.

Si afortunadamente hemos tenido unos padres que nos dan la vida y nos cuidan en una atmósfera de amor, nuestro yo verdadero crece más que nuestro *ego*. Pero ni siquiera los mejores padres pueden llenar todas nuestras necesidades ni pueden mantenernos sin contacto con el "mundo", el cual tiene su propio atractivo. De manera que al ir creciendo vamos haciendo elecciones que nos conciernen, a menudo basadas simplemente en lo que nos hace sentirnos bien o en lo que responde a los reclamos de nuestra naturaleza herida. No nos damos cuenta de que estamos construyendo o nuestro yo verdadero o nuestro *ego* por medio de lo que elegimos. Cuando empezamos a percibir la sociedad que nos rodea, ampliamos la imagen de nuestra autoestima. Somos "alguien" si tenemos lo que otros no tienen, si llegamos a realizar con éxito más cosas que ellos, si somos mejores que los demás en algún aspecto... El ser ganadores en casi todo hace que nuestro *ego* crezca, mientras que al perder nos vamos para abajo. Mucho depende de lo que más nos llane la atención o lo que más nos haga afirmarnos... el tener éxito o ser débiles, estar con buena salud o enfermos, ser amables o enojarnos, etc. Poco a poco vamos construyendo una experiencia de quién somos en torno a esa clase de valores. Y ellos forman la imagen de uno mismo a base de lo que nos relaciona con los otros e incluso con nuestro yo. Junto con esta imagen desarrollamos unos cuantos hábitos para adquirir y para sostener lo que nuestro *ego* necesita.

Nuestro *ego* plantea exigencias engañosas que a menudo nos impiden sentir y actuar como nuestro verdadero ser querría hacerlo. Estas reclamaciones del *ego* pueden hacerse sentir incluso mientras estamos intentando desarrollar las virtudes de nuestro verdadero ser. A causa de nuestro *ego*, nos alteramos y turbamos cuando no queremos; no podemos vencer ciertos hábitos cuando quisiéramos hacerlo. Decimos cosas que luego lamentamos, sentimos resentimiento hacia personas que amamos. A veces sentimos una insatisfacción sin saber por qué, o nos sentimos a disgusto cuando parece que tenemos todo lo que podríamos desear. Algo nos mantiene alejados de aquella paz de corazón y de aquella libertad interior que parecería fácilmente alcanzable. A pesar de nuestros buenos propósitos y nuestros

esfuerzos sinceros, parece que no conseguimos más que una sensación de desilusión al tratar de ser quien realmente queremos ser.

El *ego* también aparece en nuestras relaciones con los demás. En cierta ocasión una joven me dijo que andaba buscando un director espiritual, pero no encontraba ninguno. Yo le pregunté: "¿Qué le parece el Padre X?" Ella me miró sorprendida: "¿Ha estado usted alguna vez en su despacho?" "No, no estuve nunca." "Bueno, pues vaya un día y usted entenderá. Tiene la pared llena de fotografías suyas y de todos los diplomas y todos los premios que ha recibido. No quiero ir a hablar con su *ego*. Para director espiritual necesito una persona".

Nuestro *ego* es enormemente inconsciente; de ordinario no nos damos cuenta de lo que reclama y de cuánta influencia ejerce sobre nosotros. Por esta razón tenemos que hacernos conscientes de ello, para poder dejarlo a un lado... Como dice San Pablo: "...despojaros, en cuanto a vuestra vida anterior... y revestiros del hombre nuevo, creado según Dios" (Efesios 4, 22, 24). Ambos esfuerzos corren parejos. No podemos revestirnos de lo nuevo sin desprendernos de lo viejo; y no podemos prescindir de nuestro *ego* sin edificar nuestro yo verdadero sobre las virtudes de Jesús.

A medida que nuestro *ego* disminuye, las virtudes de nuestro verdadero yo se van fortaleciendo. Y en esto consiste el cambio de la situación. La secretaria del presidente de una institución famosa cantaba las excelencias del nuevo presidente recién nombrado. Le pregunté por qué lo ensalzaba tanto. Y dijo: "No tengo que pasar a través de su *ego* para saber de qué se trata realmente". Como todos nosotros, ella quería tratar con una persona "real".

¿Es difícil aprender a distinguir cuándo actuamos movidos por nuestro *ego* y cuándo lo hacemos a partir de nuestro yo verdadero?

Experiencia:

Una religiosa participaba en una reunión de Renovación Familiar. Un día se topó con una niña de cuatro años que salía dando saltitos de una sesión que acababa de terminar a mediodía. Para charlar con ella la Hermana la saludó y le hizo una pregunta: "¿Qué hiciste esta mañana?"

"¡Oh... aprendimos lo del viejo ser y lo del nuevo ser."

La hermana se sorprendió al oír este vocabulario de San Pablo, de modo que preguntó: "Entonces dime qué aprendiste sobre ese tema."

"Bueno, que cuando soy egoísta, ese es el viejo ser. Y cuando amo a los demás, eso es mi nuevo ser."

Y se alejó cantando tan contenta.

"De la boca de los niños de pecho..."

Temas para la Oración y la Meditación

1. Piensa en lo que te impide tener la paz del corazón y la libertad interior que te harán gozar de todos los aspectos de tu vida diaria. ¿Es algo que estás buscando? ¿O tal vez algo que no quieres dejar?

"Porque quien quiera salvar su vida, la perderá, pero quien pierda su vida por mí la encontrará" (Mateo 16, 25).

"Que por todas esas cosas se afanan los gentiles del mundo; y ya sabe vuestro Padre que tenéis necesidad de eso. Buscad más bien su Reino, y esas cosas se os darán por añadidura" (Lucas 12, 30-31).

2. Probablemente te sonará a algo familiar la siguiente descripción: algo parecido a cuando tu propio ego actúa. Y mira qué reacciones provoca en ti.

"Realmente, mi proceder no lo comprendo; pues no hago lo que quiero, sino que hago lo que aborrezco... En efecto, querer el bien lo tengo a mi alcance, mas no el realizarlo, puesto que no hago el bien que quiero, sino que obro el mal que no quiero" (Romanos 7, 15-18).

3. Intenta captar el sentido de lo que Jesús quiere decir cuando habla del "sí mismo" que debemos negar. En este libro lo identificamos como nuestro ego.

-"Entonces, dijo Jesús a sus discípulos: 'si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame" (Mateo 16, 24).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. Piensa en algo que te cuesta mucho hacer: por ejemplo, admitir un error, presentar excusas, no presumir de un éxito que tuviste, confesar tus pecados, etc. ¿Qué es lo que tu ego se resiste a aceptar y te lo pone difícil?

2. ¿Cuáles son algunas de tus reacciones espontáneas cuando tu ego no consigue lo que quiere? (Por ejemplo, te enfureces, criticas, te entristeces, te compadeces de ti mismo, echas la culpa a otros, te excusas...)

3. Señala algo de tu "yo" que piensas que Jesús te pide que lo abandones (lo niegues) con el fin de que crezcas en tu ser verdadero.

PRIMERA PARTE

Virtudes de Preparación

Los cinco silencios

Virtud es la habilidad interior de actuar de manera recta o de hacer lo que es bueno. Es el poder de actuar de formas que conducen a la excelencia y la bondad. Sin embargo, una virtud es como un músculo: tenemos la capacidad, pero para hacerla efectiva debemos ejercitarla.

Cuando se practican las virtudes, producen buenos efectos y, como músculos espirituales, se hacen más fuertes; poco a poco actuamos con mayor facilidad y mayor gozo. Pero esto es lo importante: hay que usarlas.

Cualquier habilidad, usada con bastante frecuencia, genera un hábito. Cuando uno ha practicado la virtud de la paciencia, por ejemplo, él o ella la manifiesta porque normalmente se conduce pacientemente. La virtud como un hábito no significa que actuemos sin pensar. De hecho, si la paciencia se convierte en un hábito nuestro, actuaremos con paciencia más veces, con más facilidad y dándonos más cuenta de todo. Nuestra manera "corriente" de actuar no es innata; es el resultado de una experiencia repetida. Sería muy raro encontrar una persona "paciente" que no hubiera hecho muchos esfuerzos para llegar a serlo. Un profesor de música preguntó una vez a un muchacho si sabía tocar el violín. El chico contestó: "No sé, nunca lo intenté." Si nunca lo intentó, está claro que no sabía tocar.

Desde luego, los hábitos a su vez van haciendo que nuestras habilidades vayan tomando forma de disposiciones o actitudes. Cuando una conducta que se repite va mezclando motivos y valores y convirtiéndolos en acciones, llegamos gradualmente a estar "dispuestos" a responder o actuar de una manera determinada. Nuestras tendencias interiores están en situación de actuar de acuerdo con un patrón dado, o bien adquirimos una actitud especial para con cierta gente o ciertas cosas. Por ejemplo, hay personas que están dispuestas a conducirse con amabilidad, mientras hay otras que estarían más inclinadas a actuar con ira. Decimos que las primeras tienen una disposición "amable" y las segundas tienen una disposición "vil". Experiencias pasadas o residuos de hábitos anteriores han presionado a sus habilidades internas para actuar con bondad o con cólera, o de cualquier otra manera. La buena noticia es que es posible cambiar en nosotros esas actitudes y disposiciones que nos desagrada tener. A lo largo de este libro vamos a ir viendo cómo se hace eso.

Actitudes y disposiciones son algo más que simples reflejos; son constelaciones de ideas, imágenes, sentimientos y valores que han llegado juntos y que nos inclinan y nos dejan preparados para actuar de un modo determinado. Eso influye fuertemente en la formación de nuestra personalidad. Por eso, si queremos cultivar virtudes que cambien realmente nuestra manera de sentir y de actuar, tenemos que ir más allá de los hábitos externos y alcanzar a entrar en contacto con nuestros motivos y valores interiores. El crecimiento de las virtudes

nos va a dar una conciencia más viva de nuestro yo y de los demás. Empezamos a notar reacciones que ignorábamos. Empezamos a percibir motivos que antes operaban y estaban escondidos. De esta manera las virtudes nos llevan a un conocimiento propio que ayuda muchísimo a cambiar nuestras disposiciones y actitudes.

Tenía en mi clase de secundaria un estudiante que todo lo que decía era chiste, broma. A sus compañeros de clase les caía bien, pero no lo tomaban en serio. Pensaban que era un payaso. Era una imagen injusta de su verdadero ser interior. Un día yo le dije: "Parece que crees que todo lo que dices debe ser divertido. ¿Qué hay de esas otras cosas profundas en ti que los demás nunca ven?" Respondió: "Supongo que soy divertido. Así es la cosa." Pero cuando seguimos conversando él expresó un resentimiento de ser "un tipo divertido", y sobre todo tener que ser divertido todo el tiempo. En algún momento en edad temprana él había sentido que le aceptaban solamente cuando hacía gracia y no cuando intentaba ser serio. Cuando fue siendo más consciente de sus verdaderos sentimientos, comenzó a cambiar la imagen que tenía de sí mismo. Empezó a verse no como alguien que de todo hacía chiste, sino como una persona seria que tenía un buen sentido del humor. Para desarrollar ciertas virtudes necesitamos cambiar nuestra propia imagen. El primer paso es tomar conciencia.

El método que seguimos en este libro explicación, oración y revisión te va a ayudar dándote una visión clara sobre tu ego, así como acerca de tu verdadero yo, de manera que puedas crecer conscientemente en las virtudes de Jesús.

¿Por dónde empezamos?

Aunque finalmente queremos tener todas las virtudes de Jesús, hay algunos hábitos y disposiciones que son más básicos que otros para lo que deseamos hacer. Las llamamos virtudes de "preparación" porque desarrollan las condiciones básicas dentro de nosotros que nos dan la prontitud y preparación necesarias para vivir con plenitud, trabajar con gusto y eficacia y para incrementar nuestras relaciones con los demás y con Dios. Son como los "preparativos" que ordena un cirujano antes de una intervención importante. A fin de estar listo para realizar la operación, él necesita no sólo los conocimientos y las prácticas que aprendió en la facultad de medicina, sino también la prontitud para estar alerta, atento y confiado en su capacidad. Las virtudes de preparación nos dan la prontitud básica para que en un momento dado experimentemos y actuemos en el poder de Jesús. Pero los "preparativos" nunca acaban. A lo largo de la vida necesitamos volver a estas virtudes de preparación con el fin de reavivar y adaptar nuestra disponibilidad a cada etapa de la vida y en cada nueva situación.

Tuvimos una secretaria que era una mecanógrafa excelente. Compramos para ella un procesador de palabras con el fin de aumentar su satisfacción y hacer más eficaz su trabajo. Pero ella no lo llevó bien. Cada vez que la máquina no hacía lo que ella esperaba, decía: "Se rompió". Cuando le explicábamos que había olvidado pulsar cierta tecla o equivocado el procedimiento, su primera reacción era: "La otra máquina nunca me falló de esta manera". Ella no había tenido la preparación necesaria para trabajar a gusto con el procesador de palabras; entonces se llevó el folleto instructivo a casa por las noches, estudió sus hábitos de mecanografiar y empezó a comprender cómo trabajaba el "cerebro electrónico" de la máquina. Poco a poco fue adquiriendo la preparación necesaria para manejarla con

competencia y satisfacción. Pero tenía que mantener "al día" su preparación cuando se le encomendaban ciertas tareas.

El P. Chaminade propone las virtudes de Jesús que nos preparan a vivir en profundidad cada gracia que viene a nuestro encuentro. Su método se inicia con los Cinco silencios a través de cosas sencillas como el hablar, y avanza gradualmente hacia el núcleo de nuestra personalidad hasta que todo lo que hay en nosotros quede bien provisto para vivir plenamente la vida.

3

El silencio de las Palabras

Mi nombre es María de Nazaret. Soy la madre de Jesús. Desde el principio yo quería enseñar a Jesús a hablar siempre con amabilidad e interés por los demás. Al tratar de enseñarle, me di cuenta del amor extraordinario que él tenía a los otros. Quería tanto su bien que sus palabras siempre se ajustaban perfectamente a la ocasión. Más tarde, el evangelista Lucas resumía así la virtud de Jesús al hablar: "Y todos daban testimonio de él, y estaban admirados de las palabras llenas de gracia que salían de su boca." (Lucas 4, 22).

Ahora quiero acompañarte mientras intentas cultivar en ti la misma virtud de Jesús. Quiero ayudarte a darte cuenta de lo que se necesita para hablar con bondad, y el Espíritu Santo te dará la fortaleza que se requiere para hablar con la virtud de Jesús.

Santiago dice que el miembro de nuestro cuerpo más importante para dominarlo es nuestra lengua, porque si dominamos nuestra lengua podemos controlar el cuerpo entero. Llega incluso tan lejos como para afirmar que si no ofendemos con nuestras palabras, somos perfectos (Santiago 3, 2-5). De ahí que el hacer del hablar una virtud sea buena base para arrancar el crecimiento en las virtudes de Jesús.

El P. Chaminade emplea el término "silencio" para esta disciplina de nuestro hablar. Silencio aquí no quiere decir ausencia de palabras, sino más bien la moderación de nuestro lenguaje, de tal manera que cuanto decimos sirva a un buen fin. La disciplina que buscamos no es simplemente un control impuesto a nuestras palabras; lo que queremos es formar hábitos y actitudes que den origen precisamente a las palabras cabales para los que nos escuchan. Todos nosotros tenemos nuestras maneras de hablar, algunas buenas y otras no tan buenas. Si queremos cambiar esos hábitos, tenemos que captar qué es lo que en nosotros motiva y selecciona las palabras que salen de nuestra boca. Veamos unos ejemplos.

Hay gente habituada a hablar mucho y con frecuencia; tenemos que abrir brecha en su monólogo. De una de estas personas dijo Abraham Lincoln: "Es capaz de comprimir la mayor cantidad de palabras dentro de las ideas más pequeñas; nunca encontré un hombre como él". Otros tienen la costumbre de repetir las cosas inútilmente. Hay otros que normalmente interrumpen a los demás y pocas veces nos dejan terminar lo que estábamos diciendo. Están también aquellos que siempre quieren ser graciosos y no paran de hablar

hasta que obtienen una carcajada. Hay gente que habla demasiado poco; no sabemos lo que están pensando. Y luego están esas maravillosas personas que parecen tener justo lo que conviene decir y con el número justo de palabras. El silencio de las palabras quiere decir hablar cuando tenemos algo que vale la pena decir. Se cuenta que Platón dijo: "Las personas sabias hablan porque tienen algo que decir; los necios porque se les ocurre decir algo".

Si alguno de estos hábitos parece que nos está pintando, deberíamos examinar qué es lo que dentro de nosotros nos impulsa a actuar de esa manera. Por ejemplo, si no podemos esperar para hablar, pudiera ser que estemos pensando que lo que vamos a decir es más importante que lo que dicen los demás, o tal vez queremos llamar la atención y creemos que nos van a desconocer si no decimos algo ahora. Cuando somos repetitivos frecuentemente, quizás no respetamos la inteligencia y la apertura de los otros, o puede ser que busquemos la afirmación de lo que expresamos. Si interrumpimos a otros, ¿es porque no respetamos a la persona que está hablando? Si siempre intentamos ser graciosos tal vez queremos mantener la imagen del ego de ser un conversador inteligente. Si hablamos muy poquito, ¿tiene miedo nuestro *ego* de cometer un error o de que suene vulgar lo que decimos? Y si sabemos muchas veces lo que conviene decir, puede que estemos usando palabras nacidas de un ser verdadero, preocupado por los demás.

Cultivamos el silencio de las palabras cuando nos vamos haciendo conscientes de nuestros propios hábitos y cuando reconocemos lo que hay detrás de ellos. Entonces "silenciamos" lo que nace de nuestro *ego* y permitimos que nuestro lenguaje se guíe más y más por las actitudes de Jesús en nuestro yo verdadero.

Esta virtud nos da el poder de hablar desde nuestra verdad interior, incluso aunque al principio temamos las reacciones inmediatas de otros. Pero si no decimos nuestra verdad por miedo (o por cualquier otro movimiento represivo de nuestro ego) podríamos estar negando, a nosotros y a los demás, oportunidades de caminar de lleno en la luz de la gracia. Expresar la verdad que brota de nuestras convicciones íntimas libera a nuestro verdadero ser para fortalecerse: "la verdad os hará libres" (Juan 8, 32).

Experiencia

Un miembro de una comunidad de fe, Sandra Garant, descubrió que la verdad dicha a través de esta virtud desde luego nos hace libres: "Íbamos a reunirnos con mis suegros al día siguiente de haber leído lo del silencio de las palabras. Yo estaba decepcionada de nuestra relación con mis parientes políticos porque pensaba que no estábamos hablando honradamente con ellos. Nuestra principal intención era no herir sus sentimientos, lo cual nos llevaba a usar palabras ambiguas y algunas veces insinceras. Mi marido estaba entusiasmado con los silencios, pero yo me negué a seguir leyendo. Conversamos sobre nuestra falta de honradez y de hacer más rica nuestra comunicación con los padres de él. Luego decidimos hacer el compromiso de ser claros y honestos al día siguiente y dejar el resultado en las manos de Dios. Después de todo, una parte del silencio de las palabras es pronunciar palabras verdaderas. Al llegar a casa de mis suegros les pedimos que apagaran el televisor, que había sido un obstáculo constante durante nuestras visitas, en parte porque nosotros limitamos el tiempo de ver televisión a nuestros hijos en casa, y también porque viendo la televisión con ellos era imposible la interacción y la conversación. Casi de inmediato

se produjo una situación en la que teníamos que escoger entre afirmar nuestra autoridad de padres o pasársela a mis parientes con el fin de no herir sus sentimientos. Fuimos honestos pero amables en nuestra negativa a ver televisión con ellos. Se sorprendieron pero aceptaron nuestra respuesta. Nuestra visita transcurrió agradablemente y por primera vez en un largo tiempo todo el mundo disfrutó del rato que pasamos juntos."

Hay otro aspecto especial del "silencio de las palabras". La experiencia nos ha enseñado que no podemos convertir nuestro hablar en una virtud sin aprender a escuchar. De hecho, escuchar es el primer requisito para pronunciar palabras que ayuden. Cuanto más deseamos decir palabras llenas de sentido a otra persona, tanto más debemos empezar por comprenderla. A veces nuestras palabras no dan en el blanco porque no hemos escuchado suficientemente lo que la otra persona está diciendo.

El escuchar es más que una técnica para que nuestras palabras sean útiles al prójimo. Cuando escuchamos de veras, hacemos a las otras personas el centro de nuestra preocupación. Estamos presentes a ellas de forma conmovedora. Nuestra manera de escucharles les está diciendo que merecen ser oídas que queremos acompañarlas en lo que están experimentando... Ellas sentirán (quizás sin darse cuenta de ello) que no tienen que habérselas con las necesidades de nuestro *ego*. Eso las deja libres para experimentar su propia situación y enfocarla mejor, ya que son de hecho el centro de nuestra común atención. No se ven estorbadas por la amenaza de ser interrumpidas por nuestras ganas de corregirlas o de tener que tratar con nuestros horarios o proyectos. En la escucha auténtica no existe la competición. El que nos está hablando siente que queremos escuchar hasta comprender perfectamente. Nosotros podemos comprobar si hemos entendido repitiendo luego lo que oímos hasta conseguir que la otra persona quede convencida de que entendimos realmente.

Puede que aprecies mejor el poderoso efecto de la escucha si reflexionas sobre tu propia experiencia cuando eres escuchado por otros. Cuando alguien tiene ganas de oír lo que tienes que decir y de comprenderte, ¿no te sientes afirmado, valorado, respetado? ¿No sientes una energía creativa, una confianza en que tienes algo que decir? Y normalmente hay un sentimiento de gratitud hacia la gente que se entrega a nosotros a través de su escuchar atentamente. Las palabras que dan vida nacen de escuchar con un corazón que se preocupa de los demás, con el corazón de Jesús.

Experiencia

En una de nuestras reuniones estaba presente una moderadora cuya función era comentar la manera en que cada uno de nosotros tomaba parte, de modo que pudiéramos mejorar nuestra manera de participar. La reunión transcurrió de manera normal. Yo hice mi contribución normal, con lo cual quedé muy satisfecho. Al final de la reunión la moderadora hizo sus comentarios sobre cada uno de nosotros. Mientras hacía sus observaciones a los demás me encantaba la precisión de sus análisis, teniendo en cuenta el hecho de que apenas nos conocía. Luego llegó mi turno y ella dijo: "Yo creí que usted nunca iba a parar de hablar."

Me sentí horrorizado. Jamás me vi a mí mismo como hablando más que los otros y desde luego no como alguien que domina la reunión. Esa no era mi autoimagen. Y me di cuenta de un cierto resentimiento hacia la moderadora. Mi desilusión no me dejó y así aquella noche volví a reflexionar sobre el silencio de las palabras. Al reflexionar comencé a ver mi "hábito" tal como lo describió la moderadora. Empecé a analizar mis sentimientos profundos y mis preocupaciones para ver qué había detrás de ese hábito. Descubrí que pensaba que lo que yo decía era algo mejor que lo que otros tenían que decir. Me imaginé a mí mismo como líder en el grupo... una parte precisa de mi autoimagen que yo quería mantener. También reconocí una tendencia a hablar hasta que alguien me apoyase... o sea, buscando aprobación. Me volví a Dios en la oración y vi lo que debía hacer. Al día siguiente comencé a hacer esfuerzos por cambiar mi conducta, siguiendo la actitud que yo veía fue la de Jesús cuando escuchaba y cuando hablaba.

Temas para la Oración y la Meditación

1. San Pablo escribe a los cristianos de Éfeso acerca de su nueva vida en Cristo. Lo que les aconseja a ellos nos habla a nosotros también sobre la actitud de Cristo en lo que toca a las palabras.

"Por tanto, desechando la mentira, hablad con la verdad cada cual con su prójimo, pues somos miembros los unos de los otros... No salga de vuestra boca palabra dañosa, sino la que sea conveniente para edificar según la necesidad y hacer el bien a los que os escuchen" (Efesios 4, 25, 29).

2. Además de la necesidad de ser siempre veraces, el siguiente consejo de San Pablo para tratar a los "forasteros" se aplica muy bien a las relaciones con nuestros amigos y conocidos.

-"Portaos prudentemente con los de fuera, aprovechando bien el tiempo presente. Que vuestra conversación sea siempre amena, sazónada con sal, sabiendo responder a cada cual como conviene" (Colosenses 4, 5, 6).

3. Para adquirir la virtud del silencio de las palabras puede ser muy útil pedir a María que forme en nosotros algunas cualidades de Jesús. Las ideas que siguen, sugeridas por el P. Chaminade a un maestro de novicios, pueden guiarnos en lo que estamos buscando:

- ✓ Di solamente lo que merece ser dicho en la presencia de Dios, y de tal manera que el Espíritu Santo pueda tocar a otros sirviéndose de tus palabras.
- ✓ Desea decir solamente aquello que es útil y edificante y trata de decirlo con el tono complaciente de Jesús.
- ✓ Practica la discreción diciendo lo que puede ser bendecido por Dios para salir al encuentro de lo que necesitan los que te oyen.
- ✓ Habla prudentemente, de manera que lo que tú digas sea más valioso que tu silencio.
- ✓ Que tu hablar proceda de la virtud de Jesús en ti, eliminando la influencia de tu ego. Por consiguiente, habla con sencillez, evitando esos aires de ser el centro de la conversación.
- ✓ Humildad, excluyendo lo que acentúa tu propia importancia.
- ✓ Amabilidad, dejando a un lado lo bronco, lo chocante, lo descortés.

- ✓ Verdad, evitando las mentiras o el lenguaje ambiguo.
- ✓ Moderación, resistiendo la comezón de hablar e interrumpir.
- ✓ Respeto, evitando las respuestas frívolas y poco serias.
- ✓ Modestia, atendiendo más a lo que se dice que a quien lo dice.

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. ¿Qué es lo que más te impresionó de lo que dijo María al principio de este capítulo?
2. Describe lo que tú crees es uno de tus hábitos al hablar. (Puede ser positivo o negativo... o algo mixto). ¿Qué actitudes o impulsos crees que alimentan ese hábito? (De nuevo pueden ser buenas, malas o mixtas).
3. ¿Qué efecto tiene este hábito sobre los demás? Y ¿qué efecto produce en ti?
4. Da un ejemplo de un cambio producido en ti cuando escuchaste con atención a otra persona (por ejemplo, una nueva manera de ver, un cambio de actitud, un sentimiento nuevo hacia el otro).
5. ¿Cómo piensas que puedes mejorar tu práctica de la virtud del silencio de las palabras?

4

El silencio de los Signos

Mi hijo Jesús tenía una personalidad notable porque comunicaba muchísimo a través de su presencia. Sólo verle le daba a uno un mensaje. En una ocasión "Zaqueo, que era jefe de publicanos, y rico, trataba de ver quién era Jesús, pero no podía a causa de la gente, porque era de pequeña estatura. Se adelantó corriendo y subió a un sicómoro para verle" (Lucas 19, 2-4). Más de una vez Jesús habló con sus ojos. Recuerdo la vez que preguntó a la gente en la sinagoga: "¿Es lícito en sábado hacer el bien en vez del mal, salvar una vida en vez de destruirla? Pero ellos callaban. Entonces, mirándoles con ira, apenado por la dureza de su corazón, dijo al hombre: Extiende la mano'. El la extendió y quedó restablecida su mano" (Marcos 3, 4, 5). En otros momentos sus ojos hablaron de su solicitud y su amor que sobrepasaban las palabras. Un joven preguntó un día a Jesús cómo ganar la vida eterna. Era un joven sincero y de limpio corazón. Antes de hablarle, "Jesús, fijando en él su mirada, le amó..." (Marcos 10, 21).

Quiero ayudarte a cultivar esta virtud de Jesús, la virtud de comunicar ayuda y atractivo por medio de tu sola presencia. Esta es la virtud que consiste en que muestres lo mejor de tu personalidad.

Es un dicho común que "las acciones son más elocuentes que las palabras". Una vez visitaba yo un jardín de niños, cuando una de las maestras entró. Una niñita me dijo al oído: "Nuestra maestra hoy está enojada". Yo dije: "¿Y cómo sabes que hoy esta enojada? Ella acaba de entrar". Mi amiguita me confesó: "ella camina enojada." Los psicólogos nos dicen que nosotros comunicamos mucho más de lo que somos por los gestos, no verbales que por nuestras palabras. Por ejemplo, ¿cómo te sientes cuando alguien bosteza en mitad de la historia que estás contando? G. K. Chesterton decía: "Un bostezo es un grito silencioso". Ciertamente comunica algo.

El aspecto de nuestros ojos, la expresión de nuestra cara, los movimientos de la cabeza, la postura que adoptamos, nuestro vestido... mil pequeños signos les dicen a los demás de qué humor estamos, qué significan para nosotros, hasta qué punto nos interesan. Nuestra presencia "habla" sin palabras y a veces con más elocuencia.

Nuestro lenguaje de "signos" o comunicación no verbal necesita la misma disciplina que nuestras palabras con la finalidad de que nuestra presencia haga llegar a los otros lo mejor de nosotros mismos. El P. Chaminade llamaba a esta disciplina el "silencio de los signos." Silencio aquí, como en el caso de las palabras, no significa suprimir la comunicación no verbal, sino más bien dominar nuestros gestos para que comuniquen lo mejor de nuestro yo. Esto apunta a la autenticidad. Normalmente nos gusta la gente cándida y directa, especialmente cuando su mensaje es positivo y nos ayuda. Eso es lo que queremos que nuestro cuerpo comunique.

Nuestra comunicación no verbal se convierte en virtud cuando de manera habitual comunica lo mejor de nosotros y lo más útil a los demás. Aunque el silencio de los signos no consiste en reprimir la expresión, hay veces en que podríamos haber retenido una primera reacción y no mostrarla. Pero esto es sólo para darnos el tiempo de criticarnos para ver si nos gusta la reacción que trata de manifestarse. Nuestros primeros impulsos o reacciones no son siempre las más sinceras ni las que más ayudan. Por ejemplo, nuestra reacción espontánea hacia alguien vestido andrajosamente o que tiene un defecto físico pudiera ser de aversión, pero cuando nos relacionamos con esa persona encontramos una vez a un leproso en el camino y su primer impulso podemos descubrir belleza y bondad. San Francisco de Asís fue de asco y repulsión. Quiso darse la vuelta y echar a correr. Pero él advirtió aquella primera reacción y decidió aceptar al leproso. Lo alzó hacia sí y lo besó. Fue un momento de profunda transformación. Su silencio de los signos se convirtió en una experiencia de gracia para ambos, el leproso y San Francisco.

Nuestro *ego* se manifiesta rápidamente en nuestro lenguaje de los signos sin que nos demos cuenta de ello. Nuestra primera reacción tendería a mostrar los intereses de nuestro *ego* o nuestros prejuicios antes que nuestro interés por los otros. Eso no es virtud, sino un hábito de nuestro *ego* y su manera de funcionar. Emprendemos la tarea de "silenciar" esos hábitos de nuestro *ego* con el fin de desarrollar las virtudes que permitan a nuestro nuevo ser expresarse en todos nuestros signos y gestos.

Las personas que tienen la virtud del silencio de los signos son normalmente gente sin complicaciones y por lo mismo da gusto tratarlas. No envían mensajes dobles: uno con sus signos y otro con sus palabras. Cuando tenemos problemas para comunicar, lo primero que tenemos que hacer es comprobar lo del doble mensaje. Recuerdo una discusión entre un padre y su hijo adolescente. El tema era la conducta del hijo. La conversación fue subiendo de tono hasta que el padre en un momento dado gritó: "¡Haz el favor de escuchar lo que te estoy diciendo!" El hijo a su vez respondió a gritos: "¡Papá, estoy intentando escuchar, pero gritas tan fuerte que no oigo tus palabras!" Cuando nos parezca que no estamos comunicando, examinemos primero el doble mensaje. Pero ¿cómo hacer esto?

Un mensaje doble indica que algo hay dentro de mí que no quiero expresar con palabras, pero no puedo evitar que aparezca en mis gestos. Incluso nuestro tono de voz es un signo, podemos decir cosas tales como "¡Claro, tienes razón!" O "Como tú quieras" con un tono que retiene algo dentro. Damos algo verbalmente a la otra persona, pero de manera no verbal lo estamos reteniendo y anulando. Un buen indicador de que estamos dando un mensaje doble es que no quedamos contentos con lo que hemos retenido; en el fondo, queremos decirlo de alguna manera. Y no estamos en paz porque estamos intentando aferrarnos en nuestro interior a mantener juntas dos posturas que son antagónicas. Ninguna deja a la otra manifestarse del todo y claramente a los demás, pero, normalmente, dos mensajes se comunican.

Mark Twain dijo una vez: "Si tú dices la verdad, no tienes que recordar nada". La máxima libertad procede de ser una misma cosa con nuestro propio yo. Esta unidad es la que da un mensaje único a los demás.

La virtud del silencio de los signos hace que las expresiones de nuestro rostro, los gestos, posturas, vestido, modales y acciones coincidan con nuestras palabras y con nuestras

circunstancias. Gradualmente vamos formando una disposición natural, una preparación en la que todo lo nuestro es una expresión auténtica de nuestro verdadero yo, al mismo tiempo que respetamos el valor y la dignidad de los otros. Todo lo que nos concierne está en armonía con nuestra situación y nuestro entorno.

**Los signos están llenos de significado...
y están dando un mensaje constante a aquellos que saben leerlos.**

Juan era un niño que, como casi todos los niños, quería muchísimo a su mamá. Pero un día sucedió algo terrible en la escuela. Los otros niños empezaron a burlarse de Juan porque su madre era fea. ¿Era verdad? Él regresó a su casa y miró a su madre. Comenzó a llorar. Su mamá le preguntó qué le pasaba. "Hoy los niños en la escuela se rieron de mí porque tú eres fea. Yo nunca antes me había dado cuenta, y esto me hace sufrir mucho". Su madre sacó de un cajón el retrato de una bella mujer. "Juan, mira esa foto. Así era yo. Cuando eras un bebé dormías en la cuna mientras yo estaba en el patio tendiendo la ropa. De pronto me di cuenta de que salía humo de la casa. Entré en ella corriendo y te envolví con una manta. Para sacarte fuera tuve que correr rodeada de las llamas, que me atacaron el rostro. Esa es la causa de que yo esté fea. No lo oculto, porque es un signo de lo mucho que te quiero". Juan abrazó con fuerza a su madre y dijo en un susurro: "Mamá, ahora te quiero el doble que antes: Una vez por ser mi madre y otra por ser fea".

Temas para la Oración y la Meditación

1. Tu presencia comunica lo que eres dando constantemente señales, como una ciudad en lo alto de una montaña. Reflexiona sobre los signos que tú envías a otros como una luz que revela cosas tuyas.

"No puede ocultarse una ciudad situada en la cima de un monte. Ni tampoco se enciende una lámpara y la ponen debajo del candelero, sino sobre el candelero, para que alumbre a todos los que están en la casa. Brille así vuestra luz delante de los hombres, para que vean vuestras buenas obras y glorifiquen a vuestro Padre que está en los cielos" (Mateo 5 13-16).

2. Se dice que la creación nos "habla" de Dios. Piensa en ejemplos concretos de signos de la naturaleza y qué es lo que te dicen a ti.

"Lo que de Dios se puede conocer está en ellos manifestado: Dios se lo manifestó. Porque lo invisible de Dios, desde la creación del mundo, se deja ver a la inteligencia a través de sus obras" (Romanos 1, 19-20).

3. ¿Sabes leer correctamente los signos que te llegan de los otros?, ¿O de Cristo? Tienes la gracia necesaria para hacerlo, pero quizás necesita desarrollarse.

- Jesús "les respondió: 'Al atardecer decís: 'Va a hacer buen tiempo, porque el cielo tiene un rojo de fuego', y a la mañana: 'Hoy habrá tormenta, porque el cielo tiene un rojo sombrío. ¡Con que sabéis discernir el aspecto del cielo y no podéis discernir las señales de los tiempos!'" (Mateo 16, 2-3).

Véase también Mateo 16, 5-12, donde Jesús intenta enseñar a sus discípulos a leer los signos sobre su persona.

Preguntas para la revisión personal y para compartir en el grupo

1. ¿De qué manera expresas tu alegría (o tu enfado) sin decir nada?
2. ¿Cómo puedes animar a otros sin pronunciar palabras? Por ejemplo, mientras alguien habla en el grupo. ¿Cómo muestras tu aprobación o tu desacuerdo?
3. El modo en que estás ahora mismo vestido ¿dice algo a los demás? ¿Qué expresa en ti mismo el orden (o desorden) en tu casa, en tu mesa, en tu entorno?
4. ¿Qué cosas te gustaría expresar acerca de ti por medio de tus "signos?"
5. ¿Cómo puedes comunicarte mejor por tu presencia -como lo hizo Jesús-, por ejemplo en una reunión cargada de tensión, o en un momento en el que se necesita reconciliación?

5

El silencio de la Mente

Jesús era un muchacho brillante; más aún, era el hijo de Dios. Enseñarle a él era una tarea que nos asustaba a José y a mí. Yo no podía darle mucha información, pero le enseñé mi propio hábito de volverme hacia la creación y su Creador como fuente de conocimiento. Le enseñé mi hábito de ponderar las cosas. Jesús tuvo que aprender como tú y yo, pero con esas disposiciones practicó un tipo de silencio de la mente que fue llenándole poco a poco de todo el conocimiento que viene de Dios y la creación.

Tiempo después, los judíos también quedaron asombrados de su conocimiento y sus ideas: “¿Cómo entiende de letras sin haber estudiado?” (Juan 7, 15). Jesús en una ocasión explicó: “Está escrito en los profetas: Serán todos enseñados por Dios. Todo el que escucha al Padre y aprende, viene a mí” (Juan 6, 45). Ese era el secreto de su inteligencia: él aprendía del Padre. Jesús compartió su secreto con los judíos: “Mi doctrina no es mía, sino del que me ha enviado” (Juan 7,16).

Ahora yo quiero ayudarte a cultivar esa misma virtud de Jesús que te facilitará llenar tu mente de toda verdad y conocimiento.

Lo que se mueve dentro de nuestras mentes llega a ser parte de nosotros mismos y nos hace ser quienes somos en gran medida. Vivimos y actuamos de acuerdo con lo que conocemos y con nuestra manera de pensar. Probablemente no existe nada que forme más nuestra personalidad y conducta que lo que se agita en nuestras mentes. Si las llenamos de mala información y de falsos principios, nuestra conducta entrará en conflicto con la verdad y la realidad. Lo que tenemos en nuestra mente tiende a ser expresado en nuestra conducta. Por ejemplo, no podemos llenar de pensamientos violentos nuestras mentes y esperar que vamos a tener unas relaciones pacíficas con los demás. Por otro lado, si llenamos nuestra mente con la verdad, "conoceréis la verdad y la verdad os hará libres" (Juan 8, 32). Una mente imbuida de la verdad ayuda a formar una personalidad creíble y encantadora... una expresión natural de nuestro verdadero yo. Si queremos que nuestra conducta cambie, normalmente tenemos que cambiar algunas de nuestras ideas. Las nuevas ideas cambian nuestra personalidad y conducta, de dentro hacia fuera. Nuestra meta es, pues, practicar la disciplina de la mente necesaria para "renovar el espíritu de vuestra mente, y revestiros del Hombre Nuevo, creado según Dios en la... santidad de la verdad" (Efesios 4, 23-24).

La virtud del silencio de la mente incluye **dos prácticas principales**: 1) **poblar** nuestras mentes de información, enseñanzas y valores que sean consistentes y coherentes con la verdad y con nuestra vocación, y 2) **excluir** de nuestras mentes todo pensamiento que daña a nuestra finalidad o es nocivo para nuestra vida. Veamos con más detalle estas dos prácticas.

1.- Llenar nuestras mentes de lo verdadero y lo bueno.

Oí cómo un pastor protestante daba este testimonio sobre el efecto de lo que tenemos en la mente. De joven él llevó una vida sin disciplina. Empezaron a irle mal las cosas; tan mal que decidió que algo debía cambiar. No podía llevar una vida en la que tantas cosas iban mal, sobre todo en sus relaciones con otras personas. Un día cayó en la cuenta de que, siendo protestante, sabía muy poco de la Biblia. Decidió aprender de memoria cada día un versículo de la Sagrada Escritura. Fue fiel a aquel esfuerzo y, sin hacer conscientemente nada más que eso, su vida empezó llenarse de sentido paulatinamente y a ser una vida más en paz y más productiva. La verdad y sabiduría de la Biblia de manera lenta y suave llenó su mente y guio su manera de pensar. Su personalidad, antes más bien desordenada y miserable en su adolescencia, fue haciéndose gradualmente atractiva y agradable.

Lo contrario es también verdad. Se han publicado recientemente estudios que muestran con claridad que la violencia en la conducta infantil aumenta en proporción a la violencia que se vierte en sus mentes por la televisión y los videos. No hay razón para pensar que el resultado será distinto en los adultos que alimentan sus mentes con la violencia merced a los mismos medios. No podemos atiborrar nuestras mentes de brutalidad y esperar que vamos a ser constructores de paz. Es un disparate pensar que podemos llenar nuestra mente de pornografía y seguir mirando a la gente con ojos inocentes. Si nutrimos la mente de lujuria, excluimos de nuestra experiencia la mirada limpia que ve a Dios (Mateo 5, 8).

¿Quién decide lo que hay en nuestras mentes? Si practicamos el silencio de la mente, nosotros lo decidimos y hacernos esfuerzos conscientes para controlar lo que entra, de acuerdo con nuestras metas y el mayor bien de los demás. Hace poco tiempo realicé un viaje de 24 horas por autobús en Europa. Durante el viaje ofrecieron tres películas a los pasajeros... las tres estaban llenas de violencia personal. La tarde siguiente a mi llegada a destino mi espíritu estaba molesto por imágenes de violencia y sentimientos agresivos que surgían dentro de mí. No podía pensar con calma en el trabajo que venía a realizar. No parecía capaz de atender a medias a quienes me salieron a recibir. Una semana después regresaba a casa en el mismo autobús, con otros tres videos de violencia. Pero esta vez no seguí las películas y dirigí mi mente a otras cosas. Para lograrlo tuve que resistir conscientemente la fascinación del suspense. Me alegré de haberlo hecho porque me sentí más feliz y más agradable que al final del primer viaje. Aquella noche pensé: ¡Qué diferente hubiera sido el viaje si los videos hubieran alimentado nuestras mentes con historias sanas y buena información! Hay material muy abundante, bueno y malo, con el cual llenar nuestras mentes. Pero tenemos que controlar lo que ingerimos. Es una disciplina valiosa buscar lo verdadero y lo bueno.

2.- Excluir de nuestras mentes la basura que perjudica nuestros propósitos o es nociva para nuestra vida.

Los discípulos que compartieron la última cena con Jesús eran sinceros al querer dar continuidad a su misión. Sin embargo, en su mente había ideas falsas sobre la grandeza que su *ego* estaba formando y que obstaculizaban el camino de su meta como discípulos. "Jesús les dijo: Los reyes dominan a sus naciones como señores absolutos, y los que ejercen el poder sobre ellas se hacen llamar bienhechores; pero vosotros no haced eso, sino que el mayor entre vosotros sea como el menor y el que gobierna como el que sirve" (Lucas 22, 25-

26). Los discípulos tenían que abandonar su idea egocéntrica del poder para que la idea de Jesús pudiera desarrollar su yo verdadero como discípulos suyos.

El silencio de la mente incluye el estar atento a aquellas ideas que nos confunden y distorsionan la verdad. Nuestro yo verdadero aspira a edificarse sobre la verdad y, por lo tanto, debe ver claramente la verdad. De ordinario apreciamos a la gente que en una conversación seria o en una reunión se atiene al tema. Querer juntar ideas inconexas bajo un mismo título lleva normalmente a la confusión; querer conseguir la mezcla de valores contradictorios en un proyecto es algo inútil y condenado a fracasar. El silencio de la mente nos ayuda a reconocer el momento en que ideas y valores están en conflicto o sin nexo alguno, de manera que podamos adoptar aquellas que fomentan nuestro crecimiento en la verdad y consiguen nuestros propósitos reales.

Cuenta una leyenda que un santo hombre tenía fama de hacer milagros, pero jamás alguien le había visto realizar uno. Alguien preguntó a uno de los discípulos más cercanos al santo si era verdad que hacía milagros. El discípulo dijo que así era "Pero ¿por qué no hace alguno de esos milagros en público?" El discípulo explicó que el santo hombre quería que la gente pensara en el amor de Dios y en su bondad para con ellos. Si la idea de los milagros llena sus mentes, ya no querrían aprender más sobre Dios sin milagros. Este santo varón comprendía la doble acción del silencio de la mente: dejar de lado pensamientos que crean confusión y conflicto a nuestro verdadero yo, y nutrir nuestras mentes con lo bueno y lo útil considerando nuestra vocación. Esta virtud arroja de nuestras mentes lo que sirve solamente a los reclamos de nuestro ego o nuestra sensualidad, y alimenta nuestro yo verdadero con la verdad.

Experiencia:

El Hermano John Soehnel era un buen amigo mío en la Compañía de María. En el momento de este incidente tenía él 75 años. Tenía muy buena vista de joven, pero sus ojos poco a poco perdieron visión y durante los 31 años anteriores había vivido en total oscuridad.

A pesar de ello el Hermano John era un hombre feliz y entusiasta. A muchas personas esto les parecía una contradicción asombrosa. Un día, durante una reflexión en común sobre el Evangelio, el Hermano John nos confió su secreto. "En el momento que me quedé sin vista, acepté la ceguera como una privación y la consideré como una cruz. Así viví 16 años, abrumado y deprimido. Más tarde recibí la gracia de considerar la ceguera como un don. La acepté como tal y desde entonces he vivido en medio de la alegría y la gratitud".

Una nueva idea sobre la ceguera produjo en el Hermano John un cambio profundo. Sacó a flote su verdadero yo con todas sus consecuencias. Lo que yo vi en el Hermano John es lo que San Pablo quería dar a entender con las palabras "transformaos mediante la renovación de vuestra mente" (Romanos 12, 2).

Temas para la Oración y la Meditación

1. La falta de silencio de la mente produce ignorancia o pensamiento distorsionado, el cual a su vez lleva a tristes consecuencias.

"Pero todo esto os lo harán por causa de mi nombre, porque no conocen al que me ha enviado" (Juan 15, 21).

"Os expulsarán de las sinagogas. E incluso llegará la hora en que todo el que os mate piense que da culto a Dios. Y esto lo harán porque no han conocido ni al Padre ni a mí" (Juan 16, 2-3).

"Y como no tuvieron a bien guardar el verdadero conocimiento de Dios, Dios los entregó a su mente insensata, para que hicieran lo que no conviene" (Romanos 1, 28).

2. Considera las ventajas de llenar tu mente con la verdad y el pensamiento correcto, especialmente cómo afecta esto a tu entera personalidad.

"No os acomodéis al mundo presente, antes bien transformaos mediante la renovación de vuestra mente, de forma que podáis distinguir cuál es la voluntad de Dios: lo bueno, lo agradable, lo perfecto" (Romanos 12, 2). "Si, pues, tu cuerpo está enteramente luminoso, no teniendo parte alguna oscura, estará tan enteramente luminoso como cuando la lámpara te ilumina con su fulgor" (Lucas 11, 36).

3. Dios está deseoso de llenar nuestras mentes de conocimiento, sabiduría y entendimiento. Pero él necesita que estemos abiertos y que ejercitemos el silencio de la mente para que esto se realice.

"Tu palabra es antorcha para mis pies, luz para mi sendero (Salmo 119, 105).

"Jesús les habla otra vez diciendo: Yo soy la luz del mundo; el que me siga no caminará en la oscuridad, sino que tendrá la luz de la vida" (Juan 8, 12). "Yo, la luz, he venido al mundo para que todo el que crea en mí no siga en las tinieblas" (Juan 12, 46).

"El Paráclito, el Espíritu Santo que el Padre enviará en mi nombre, os lo enseñará todo y os recordará todo lo que yo os he dicho" (Juan 14, 26).

4. Jesús nos da un ejemplo de cómo ir a la mejor de las fuentes para llenar nuestras mentes con lo bueno y lo verdadero. Y lo que resulta es beneficioso para nosotros mismos y para los demás.

"Yo no puedo hacer nada por mi cuenta; juzgo según lo que oigo; y mi juicio es justo, porque no busco mi voluntad, sino la voluntad del que me ha enviado" (Juan 5, 30).

"Yo no he hablado por mi cuenta, sino que el Padre que me ha enviado me ha mandado lo que tengo que decir y hablar, y yo sé que su mandato es vida eterna; por eso, lo que yo hablo lo hablo como el Padre me lo ha dicho a mí" (Juan 12, 49-50).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. Di lo que lees regularmente. ¿Qué programas televisivos que ves con frecuencia. ¿Que ves en internet, YouTube, o en las redes? ¿Cómo te ayudan o te impiden aplicar tu mente a Cristo?
2. Da un ejemplo preciso de cosas que te alteran hasta el punto de no poder "pensar rectamente". ¿Qué puedes hacer para poner en orden tus ideas y ser capaz de pensar con calma?
3. Da un ejemplo de cómo una idea que tú tienes sobre la gente, sobre Dios o sobre ti mismo, afecta tu manera de actuar en relación con ellos.
4. ¿Cómo puedes llenar tu mente de la misma fuente que Jesús lo hizo, y así "adoptar la mente de Cristo"?
5. ¿Cuáles son algunos métodos prácticos para ir creando el hábito de "meditar cuidadosamente las cosas en tu corazón", como hizo María, para darte tiempo de transformar tus pensamientos y sentimientos antes de formular tus respuestas?

6

El silencio de las Pasiones

Mi hijo Jesús tenía pasión por lo justo, lo que es bueno para los demás. Aun siendo pequeño, amaba intensamente a la gente. Ponía todo su corazón en lo que pretendía. Más tarde yo le oí decir a sus seguidores: "He venido a arrojar un fuego sobre la tierra y ¿cuánto desearía que ya estuviera encendido!" (Lucas 12, 49). Deseaba ardientemente llevar a cumplimiento aquello para lo cual había sido enviado: "Con un bautismo tengo que ser bautizado y ¡qué angustiado estoy hasta que se cumpla!" (Lucas 12, 50). Cuando yo le observaba creciendo en edad y en gracia, se fue haciendo más clara en mí la certeza de que crecía en su pasión por lo que es bueno, recto y justo. No gastaba energía alguna para su propio ego o sus propios intereses. Cuando más tarde hubo gente que le acusó de tener un celo equivocado, él los desafió: "¿Quién de vosotros puede probar que soy pecador?" (Juan 8, 46). Nadie pudo señalar en Jesús una emoción desequilibrada.

Siendo su madre, me complacía mucho ver a Jesús apasionarse por el bien a medida que crecía en humanidad, y yo le ayudé de la manera que una madre puede hacerlo. Ahora me gustaría hacer lo mismo por ti. Permíteme acompañarte mientras trabajas por cultivar el silencio de las pasiones.

Las emociones son el motor de nuestras acciones. Ellas espolean nuestras energías psíquicas de modo que nos movamos a actuar de formas determinadas. Nuestras emociones son importantes, ya que nos incitan a vivir y trabajar. Además, dan espíritu y entonan nuestra personalidad.

Dios ha dado a casi todos nosotros un buen caudal de energía emocional, pero canalizar esa energía es la tarea de cada uno. Por sí misma nuestra energía emocional no se dirige hacia un objetivo o finalidad determinada. Los psicólogos hablan de energía "libre". Sin embargo, la energía flotando libremente no es efectiva; solamente nos pone "nerviosos". Necesita adherirse a algún objetivo deseado o escogido, o bien unido a una idea o un proyecto. Entonces sí, nos mueve a producir algo. A esta energía emocional canalizada la llamamos una "pasión". Una pasión es energía emocional que se une fuertemente a una finalidad, a un objetivo. Las pasiones hacen de nosotros personas llenas de vida y de recursos.

Ya ves que es vital que esta energía se ponga al servicio de objetivos que merezcan la pena, como las grandes metas de nuestra vida, una carrera que elegir, o los valores que sostenemos. Si nos proponemos una meta sin enlazarla con ninguna fuerza emocional, nunca la alcanzaremos. Las pasiones nos proveen de todo para una acción eficaz.

Un muchachito abandonó la escuela en Port Huron (Michigan) apenas unos meses después de haber iniciado el curso. Su profesor calificó al chico como mentalmente confuso e incapaz de ser enseñado. Pero la madre veía en su hijo una ardiente curiosidad, una pasión

por algo. Así que ella continuó enseñándole en casa. Le gustaba jugar con la química en el sótano con una energía que parecía mal dirigida, pero su madre le animaba. A los doce años se puso a vender con el fin de sacar dinero y comprar productos químicos y aparatos. A los veintidós se fue a Nueva York dispuesto a ganarse la vida como inventor. Durante toda su vida patentó más de mil inventos. Ese hombre fue Thomas Edison, el maestro de la energía eléctrica, que hizo todo "con pasión". Como su madre. Ambos se propusieron un fin noble y canalizaron sus emociones para conseguirlo.

Las pasiones nos dan la fuerza directora hacia conseguir las metas o el éxito. No obstante, si nuestras pasiones ponen la mirada en objetivos o metas erróneas, nos llevarán a un mal fin o nos dejarán en la desgracia. Un hombre se encontraba hablando a su amigo de algo que sucedió veinte años antes. "Se me estropea el día cada vez que pienso en lo que aquel canalla me hizo. Me tuvo en su poder y nunca ha hecho nada por reparar mi herida". "¿Por qué, en vez de eso, no le perdonas? Eso sanaría tu herida y podrías vivir en paz", dijo su amigo. "Jamás haré eso" "En ese caso," contestó el amigo, "seguirás estando bajo su malévolos influencia". Las pasiones son buenas o malas, no según lo que sintamos, sino según el objetivo o la conducta hacia la cual nos impelen.

El P. Chaminade reconocía la importancia de las pasiones sanas, y de ahí la necesidad de ponerlas en orden. Para él, el silencio de las pasiones significaba dirigir los sentimientos hacia lo bueno y lo útil, restringiendo las que buscan objetivos indeseables o nocivos. Esto es lo que él veía en Jesús.

La práctica del silencio de las pasiones la podemos desglosar en **cinco pasos** sencillos.

1) El primer paso es **ser conscientes de nuestros sentimientos**. Esto puede empezar por darnos cuenta sencillamente de que nos sentimos incómodos sobre algo, de que nuestro corazón acelera los latidos, de que nos nace un vivo deseo de levantar la voz... Nuestras energías emocionales nos están poniendo en marcha para hacer algo. ¿Es para algo bueno o para algo indeseable?

2) Para tener plena conciencia de cómo nuestros sentimientos afectan a nuestra conducta es importante **identificarlos correctamente como propios**. ¿Siento agradecimiento, dolor, compasión, rabia, alegría, envidia? Dar nombre exacto a un sentimiento que nos ayuda a comprender algo de nosotros, de los demás, y la situación que lo provocó. Este entendimiento nos facilita el aceptar el sentimiento como algo propio, de manera que podamos hacer algo positivo con él. Cuando negamos ciertos sentimientos por vergüenza o por decepción en nosotros mismos, perdemos las oportunidades de usarlos para nuestro crecimiento y para conseguir nuestras metas. Recuerda que todos nuestros sentimientos son energía que puede servir para construir algo en favor de nuestro crecimiento personal y nuestra misión.

3) Ser conscientes de nuestros sentimientos y darles el nombre correcto como cosa nuestra nos ayuda a **reconocer la conducta o la meta hacia la cual nos empujan**. Recuerda que la acción o el objetivo pueden ser cualquier cosa: hacer el bien a alguien, corregir a una persona para poder confiar en ella, expresar gratitud, criticar, ser alegre, amohinarse, felicitar, hacer que alguien pague sus errores.

4) Cuando conocemos nuestros sentimientos, los calificamos como nuestros y advertimos hacia dónde nos impulsan, **somos capaces de describir nuestras pasiones**, o sea, de reconocer poco a poco el patrón que siguen nuestros sentimientos en ciertas circunstancias, o hacia ciertas personas o metas. Una pasión es energía adherida a sentimientos con vistas a un objetivo o finalidad dados. Si ponemos mucha energía al contar a los demás nuestros triunfos, puede que la pasión sea el deseo de alabanzas. Si nos sentimos movidos a ayudar cada vez que vemos a alguien necesitado, nuestra pasión podría ser misericordia y compasión. Y así podríamos seguir. Unos amigos míos tenían un hijo de cinco años que siempre estaba dando cosas a niños de su misma edad para hacerlos felices. Ya a la edad de cinco años su pasión dominante era el amor a los otros.

5) Cuando ponemos atención al tipo de pasiones que funcionan en nosotros, empezamos a advertir de qué manera ejercen influencia en nuestra conducta y si nos ayudan o no a ser el yo verdadero. ¿Son pasiones buenas o perjudiciales? **Fomentamos las pasiones que nos inclinan al bien e impedimos aquellas que tienen como fin nuestro ego**. La virtud del silencio de las pasiones desarrolla pasiones enfocadas a lo bueno y endereza las pasiones enfocadas a lo perjudicial. Nuestras pasiones van poco a poco formando un esquema disciplinado de energía emocional dirigida hacia el pleno crecimiento en nuestro yo verdadero y a ayudar a otros a hacer lo mismo. Esta es la virtud del silencio de las pasiones.

Tal vez pudiéramos añadir algo más sobre cómo determinar si una pasión es buena o perjudicial. Tenemos que cuidar especialmente para que los sentimientos negativos no nos confundan. Por ejemplo, podemos sentirnos mal con nosotros mismos porque somos criticados por perdonar a alguien, pero tras ese sentimiento hay un hermoso acto de perdón. Podríamos sentir una ira justa ante una injusticia hecha a otro, pero detrás de esa cólera hay un deseo honrado de justicia para todos. Tal vez ocurra que nos duela la falta de gratitud de alguien a quien ayudamos, pero ese dolor está indicando un acto de bondad que no se pierde. ¿Cuál es la finalidad básica que nuestros sentimientos intentan conseguir? Eso es lo que hace una pasión buena o mala. San Juan nos da **tres criterios para detectar las pasiones dañinas y egocéntricas; son estos: 1) Buscar el placer por el placer; 2) Ansiar tener cosas por sí mismas; 3) Tener posición social, títulos o ascensos que nos den una imagen a los ojos de los demás** (cf. 1ª Juan, 2, 16). Las pasiones que persiguen estos falsos valores toman muchas formas: celos, envidia, odio, cobardía, arrogancia y otras. Necesitan ser controladas y dirigidas a otros fines. La Escritura nos da también unos **criterios para reconocer las pasiones de nuestro verdadero yo. Toman la forma de "amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, dominio de sí; contra tales cosas no hay ley"** (Gálatas 5, 22-24).

Nuestras pasiones determinan en gran medida nuestra paz interior, nuestra felicidad, así como cuán buenos somos para los demás. La mayor parte de los acontecimientos no ejercen su efecto en nosotros por sí mismos. El mismo suceso puede invitar al amor a una persona y a otra persona al odio, deseo en una y aversión en otra, valor en uno y miedo en otro, esperanza en un caso y desesperación en otro, o enfado o reconciliación. ¿Por qué? Su efecto en nosotros depende en gran parte de las pasiones que hayamos desarrollado. Como un ejemplo concreto te doy el siguiente testimonio de Keith y Kim Kearney:

«Nuestro hijo Eric murió de un cáncer cerebral el 7 de julio de 1990, días antes de su quinto cumpleaños. Fue una pérdida y un dolor terribles. Nuestros sentimientos podían haberse explayado comentando lo injusto de todo aquello o con la acusación de “por qué él” o la crueldad con el inocente. En vez de eso, por el silencio de las pasiones, actualmente reflexionamos sobre los siete meses de sufrimiento y la muerte de nuestro hijo de la misma manera que pensamos en lo que sufrió en su Pasión y muerte Cristo. Vemos el sufrimiento de nuestro hijo como su pasión por nosotros y nuestra familia. Sucedieron muchas cosas que nos dejaron parados de asombro por nuestro niño. Él es realmente un regalo de Dios. Vemos su pasión de amor y sacrificio por otros, evocando en nosotros una pasión por ir creciendo más cerca de Dios. Sentimos el poder de motivación de esta verdad. Somos incapaces de contemplar a Jesús sin contemplar a Eric. Los dos han fusionado el mensaje y el sentido de sus vidas. Cuando miramos a Cristo pendiente de la cruz, podemos ver a nuestro hijo; y no es una fuente de dolor, sino un manantial de esperanza y de gozo. A causa de nuestro intenso amor a Eric y a causa de su sufrimiento apasionado, entendemos ahora nuestro amor a Jesús y a su sufrimiento... Dios nos concedió una visión que nos permitió tomar un evento trágico y encontrar en él la pasión por el bien que hay en él, y multiplicarlo más y más. La virtud de Jesús estaba obrando en nuestras vidas por medio del ejemplo de nuestro hijo, la virtud de su silencio de las pasiones. Ahora comprenderás por qué el silencio de las pasiones es tan precioso para nosotros».

Experiencia:

"Cierta día la secretaria de mi jefe estaba enfadada conmigo porque no acerté a seguir el método correcto al evaluar a un subordinado mío. Dos días antes ella me había dicho que rellenara el formulario de evaluación de una cierta manera. Pensé haber entendido y procedí a rellenar la hoja siguiendo una muestra que yo tenía.

Dos días después cuando entré en su despacho, ella me echó en cara a gritos mi falta de interés por mi subordinado. Dijo que ella misma redactaría el documento si eso es lo que pretendía. Esto ocurría en presencia de otras personas.

Mantuve mi lengua quieta mientras ella hablaba (silencio de las palabras) y me esforcé en no decir nada que empeorase una situación ya de por sí agitada. Me impedí a mí mismo sentir rabia hacia ella (silencio de las pasiones), porque vi que era más importante conseguir la evaluación correctamente hecha. Entonces conversamos con calma y encontramos que el modelo que yo estaba siguiendo para evaluar era incorrecto. Lo cual llevó a la secretaria a descubrir que toda la organización estaba manejando el proceso de evaluación de manera incorrecta. Al no haber yo dejado saltar mi lengua o mi rabia, habíamos podido resolver un problema real, en parte como colaboradores amistosos en el trabajo, y obtener una evaluación correcta de mi subordinado."

Dale Guy

Temas para la Oración y la Meditación

1. La Escritura se refiere a la sede de nuestras emociones y sentimientos como el "corazón". Considera los efectos nocivos que resultan cuando nuestro "corazón" va extraviado.

"Porque del corazón salen las intenciones malas, asesinatos, adulterios, fornicaciones, robos, falsos testimonios, injurias. Eso es lo que contamina al hombre" (Mateo 15, 19-20).

"¿De dónde proceden las guerras y las contiendas entre vosotros? ¿No es de vuestras pasiones que luchan en vuestros miembros?" (Santiago 4, 1-2).

2. Jesús señala la importancia de desarrollar las pasiones buenas, esto es, adherir nuestros sentimientos a lo bueno y lo justo.

"Amontonad más bien tesoros en el cielo, donde no hay polilla ni herrumbre que corroan, ni ladrones que socaven y roben. Porque donde esté tu tesoro, allí estará también tu corazón" (Mateo 6, 19-21).

"Buscad primero su Reino y su justicia, y todas esas cosas se os darán por añadidura" (Mateo 6, 33).

3. Jesús desea compartir con nosotros su propia pasión por una vida cuyas metas merecen nuestra plena dedicación.

"Él le dijo: 'Amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente. Este es el mayor y el primer mandamiento. El segundo es semejante a éste: Amarás a tu prójimo como a ti mismo'" (Mateo 22, 37-39).

"El reino de los cielos es semejante a un tesoro escondido en un campo que, al encontrarlo un hombre, vuelve a esconderlo y, por la alegría que le da, va, vende todo lo que tiene y compra aquel campo. También es semejante el reino de los cielos a un mercader que anda buscando perlas finas, y que, al encontrar una perla de gran valor, va, vende todo lo que tiene y la compra" (Mateo 13, 44-46).

4. El P. Chaminade recomendaba que nos apasionáramos por adquirir las virtudes de Jesús.

"Este es el gran proyecto al que hemos dedicado nuestras vidas, con todo nuestro tiempo y todas nuestras fuerzas... Apliquémonos pues a ello seriamente con todas nuestras facultades. Pongamos todo el empeño de que somos capaces y estemos convencidos de que algo tan importante lo merece".

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. Describe una pasión tuya: por ejemplo, un deseo de conseguir alguna meta o de trabajar en un proyecto determinado, que te da una gran energía. ¿Qué puedes hacer para desarrollar esta pasión?
2. Describe alguna emoción que te turba o algún sentimiento que te sientes inclinado a evitar. ¿Cómo puedes tratar este sentimiento negativo en forma positiva pasando a través de estas etapas: reconocimiento-aceptación-crecimiento?

Ya que se trata de una cuestión difícil, me permito insertar aquí la experiencia de una pareja que deseaba fuertemente tener nietos pero no tenían ninguno. La esposa cuenta la historia: "Estábamos en Estes Park con mi hermano y su esposa, más mi hermana y su marido. Estaban comprando regalos de bebé para sus nietos. Mi esposo y yo nos miramos el uno al otro y nos sentimos lastimados y tristes en nuestra vida sin nietecitos, sabiendo que probablemente nunca los tendríamos. No hicimos por suprimir la pena o minimizarla. Nos abrazamos mutuamente y sentimos cómo la energía del sufrimiento se volvía alegría con los otros en su compra de juguetes de bebé. Todavía nos acordamos de aquel momento, porque fue un fuerte entendimiento del silencio de las pasiones y de cómo esta virtud puede de veras ayudar en situaciones de la vida diaria".

3. ¿Cuáles son las pasiones que ayudan a construir tu verdadero yo? ¿Qué ejemplos puedes dar de pasiones que favorecen tu ego y necesitan cambiar de dirección?
4. ¿Qué pasiones puedes encontrar en Jesús a partir del evangelio? ¿Cómo podrías tú vivir esas mismas pasiones en tu vida?

7

El silencio de la Imaginación

Al ir creciendo Jesús, muchas veces me quedaba asombrada de su imaginación creadora. Las madres suelen lamentarse de que sus hijos poseen una imaginación viva y no distinguen la fantasía de la realidad. Pero la imaginación de Jesús siempre parecía estar dentro del reino de la verdad y de las posibilidades reales. Él podía imaginar campos dormidos que se llenaban de vida o árboles secos que daban fruto abundante. Imaginaba gente enferma que era curada y personas perezosas que se volvían laboriosas.

Cuando Jesús comenzó su ministerio público yo vi cómo su imaginación estaba al servicio de su misión. A la gente le daba la imagen del Reino de los cielos en forma de parábolas. Intentaba que los demás imaginaran el verdadero sentido de la vida y no se dejaran desviar por falsas imágenes. "No (imaginéis) que he venido a abolir, sino a dar cumplimiento" (Mateo 5, 17). Intentó ayudar a la gente a imaginar cosas en las que nunca había pensado antes. "¿O piensas que no puedo yo rogar a mi Padre, que pondría al punto a mi disposición más de doce legiones de ángeles?" (Mateo 26, 53).

Yo vi a Jesús emplear su imaginación para descubrir formas ingeniosas de amar a la gente y hacerles el bien, de vencer el mal y dar nueva vida. Más tarde, al pie de la cruz, me di cuenta de mi necesidad de tener un corazón creativo lleno de amor y recursos para seguir adelante, junto con el discípulo amado, dando continuidad a lo que Jesús nos había encomendado.

Me gustaría ahora enseñarte el amor lleno de imaginación de Jesús y su ingeniosidad para hacer el bien. Te invito a permanecer en mi presencia mientras trabajas este capítulo.

La imaginación es un poder maravilloso. Es la habilidad de formar imágenes mentales de lo que no está presente realmente, y de verse estimulado por las imágenes como si fueran la realidad. Nuestra imaginación puede crear imágenes mentales de algo nunca experimentado, o puede crear nuevas imágenes e ideas combinando experiencias anteriores. Esta es una habilidad notable, porque nuestra psique reacciona frente a las imágenes como si fueran la realidad. De esta manera, la imaginación nos da una gran visión de cosas que podrían existir, para que podamos trabajar en realizarlas. Nos da posibles soluciones para poder escoger la mejor de ellas. Es la aptitud para poder ser creativos e inventivos. Para la mayoría de la gente las imágenes mueven más que las ideas. Se dice que "una imagen vale por mil palabras". Imágenes que de algún modo reflejan la realidad, incluso simbólicamente, o imágenes que presentan posibilidades reales, son una agradable bendición. De otra parte, si nuestras imágenes son erróneas o nos impulsan a falsos valores, nos llevarán a la desgracia y la ruina. La imaginación puede incluso conducirnos a reaccionar a cosas inexistentes.

Un cuento popular chino ilustra el impacto de nuestra imaginación sobre la manera en que reaccionamos ante las cosas. Un hombre había perdido un hacha. La primera imagen que le vino a la mente fue que el hijo de su vecina la había robado. Cuando vio pasar al

muchacho, seguramente parecía un muchacho que había robado un hacha. Cuando el chico hablaba, sonaba como alguien que ha robado un hacha. Todas sus acciones y modales eran los de un muchacho que robó un hacha. Un poco más tarde, al cavar una zanja, el hombre descubrió el hacha perdida. Al día siguiente volvió a ver al hijo de su vecino, pero nada en él indicaba a un chico que había robado un hacha.

Jesús se imaginó a sí mismo como un pastor bueno, que se preocupaba tanto de sus ovejas que iría a buscarlas afuera cuando se perdieran, vendaría sus heridas si se lastimaban, incluso daría la vida por ellas ante el peligro. Era una imagen que Jesús vivió por completo, y dio su vida en abundancia para todos.

La virtud del silencio de la imaginación cultiva nuestra fantasía para que sirva a nuestros mejores propósitos. Necesitamos imaginación para resolver nuevos problemas, para encontrar con creatividad formas de ayudar a los otros, descubrir maneras de mejorar unas relaciones. Pero para hacer esto debemos disciplinar nuestra imaginación cuando tiende a alimentarse de nuestro *ego*. Para la disciplina de la imaginación hay dos cosas importantes. La primera, cuando tenemos reacciones que nos trastornan, deberíamos enseguida comprobar qué imágenes están operando en nosotros ("lo hizo a propósito", "ella está intentando quitarme mi trabajo", "creen que yo se lo dije al jefe", "soy el único que trabaja aquí"). ¿Qué te mueve a hacer la imagen? Si te mueve hacia algo bueno, hacia una virtud de tu verdadero yo, ello te dará paz. Pero si descubres que te impulsa a la represalia, los celos, el rechazo, las quejas y cosas así, tú sabes que la imagen procede de reclamos falsos de tu *ego*. Es mejor imaginar el resultado positivo que quieres conseguir y la virtud y el apoyo de la virtud que desees practicar. En segundo lugar, abstenerse de actuar hasta recobrar la calma y la paz interior. No actúes mientras estás alterado. Esta restricción te ayudará a evitar muchas faltas estúpidas, arrebatos que luego lamentas e inútiles angustias. Quedarse sin actuar un momento te da tiempo para que las falsas imágenes nacidas de tu *ego* se evaporen o sufran corrección antes de actuar sobre ellas.

Un grupo que se reunía para practicar las virtudes decidió dedicar varias sesiones al silencio de la imaginación. Algunos de sus miembros tenían dificultad para evitar que su imaginación se alocara cuando estaban frente a situaciones difíciles en sus relaciones. Todos se sintieron ayudados cuando uno de ellos les contó la siguiente experiencia. «Una señora del lugar donde trabajo hizo una cosa que yo vi como una infracción contra mis responsabilidades. Ella había invadido mi 'territorio'. Mi reacción normal en tales situaciones es que mi imaginación se dispara. Empiezo a juzgar los motivos de la persona, me pinto a mí mismo como un ser ignorado, etc. Esta vez, sin embargo, me acordé de la virtud, me aparté en el rincón sagrado de silencio y me pregunté a mí mismo: ¿Qué quiere Jesús de mí en esta situación? La respuesta vino de la virtud misma: mi imaginación se serenó, y todo lo que yo necesitaba era "dejar estar las cosas". Sentí una gran paz respecto a aquella persona. ¡La gracia de aquel momento fue que cambió mi actitud hacia ella y en realidad descubrí nuevas cosas buenas en ella!».

Las imágenes tienden por naturaleza a llevarnos a la acción. Por ejemplo, imágenes de vivir las virtudes de Jesús al servir a otros, nos pueden impulsar con fuerza al bien. Imágenes de pecado, de otro lado, implantan ya una cierta inclinación al mal. Jesús habló de la imaginación como "pensar en tu corazón". En una ocasión, cuando perdonó los pecados al paralítico, "los escribas y fariseos empezaron a pensar: "¿Quién es éste que dice blasfemias?

¿Quién puede perdonar pecados sino sólo Dios?". Conociendo Jesús sus pensamientos, les dijo: ¿Qué estáis pensando en vuestros corazones?" (Lucas 5, 21, 22). Jesús quería que los escribas y fariseos se dieran cuenta de cómo su imaginación les impedía comprender lo que Jesús estaba haciendo realmente.

Jesús tuvo que enseñar a sus discípulos el silencio de la imaginación para que pudieran verdaderamente confiar en él. "Estaban hablando de estas cosas, cuando él se presentó en medio de ellos y les dijo: ¿Por qué os turbáis y por qué se suscitan dudas en vuestro corazón?" (Lucas 24, 36-38). Lo que diseñamos en nuestra imaginación tendemos a verlo en la realidad y a inclinar a ello nuestra conducta. Si queremos llevarnos mejor con nuestros compañeros de trabajo, nos ayudamos imaginando una buena relación con ellos. Si queremos hacer con empeño un trabajo hasta el final, nos vemos a nosotros mismos haciendo precisamente eso. Si queremos perdonar a alguien, nos ayuda realizar ese acto con la persona, primero en nuestra imaginación.

Una imaginación mal disciplinada nos trastorna, turba nuestra paz interior, nos precipita a acciones disparatadas. En cambio, una imaginación bien ordenada nos da amplios recursos para experiencias nuevas o insólitas. El silencio de la imaginación da energía a las mejores miras y finalidades de nuestra vida.

**La imaginación puede trazar metas aún no alcanzadas, pero deseadas con ardor.
Al ir en busca de la meta imaginada,
nos fortalecemos en las virtudes del yo verdadero.**

Una polilla joven e impresionable se enamoró una vez de una estrella. Habló de ello a su mamá y ella le aconsejó que en vez de eso pusiera su corazón en un farol. "No se puede uno colgar de las estrellas", dijo ella: "los faroles sirven para colgarse de ellos". El padre dijo: "De esa manera puedes ir a algún sitio. No vas a ninguna parte cazando estrellas". Pero la polilla no hizo caso a ninguno de los dos. Todas las tardes, al anochecer, cuando salía la estrella se ponía a volar hacia ella, y todas las mañanas, a la aurora, regresaba arrastrándose a casa, agotada por su inútil empeño. Un día le dijo su papá: "Tú no has quemado un ala desde hace varios meses, y me parece que nunca lo vas a hacer. Todos tus hermanos han tenido buenas quemaduras volando alrededor de las farolas de la calle y todas tus hermanitas se chamuscaron terriblemente volando en torno a las lámparas de las casas. Vamos, ahora, levántate y ve a que te abrasen. ¡Un moscón como tú sin una sola marca!"

La polilla abandonó la casa paterna, pero no voló en torno a los faroles de la calle ni las lámparas caseras. Se puso justamente a intentar llegar a la estrella, la cual estaba a cuatro y medio años luz, o veinticinco trillones de kilómetros de distancia. La polilla pensó estar atrapada en las ramas más altas de un olmo. Nunca alcanzó la estrella, pero tuvo razón al intentarlo, noche tras noche, y cuando era una polilla muy, pero muy viejita, ella empezó a pensar que en realidad había alcanzado la estrella: iba por ahí contándolo. Lo cual le produjo un hondo y duradero placer, y vivió muchísimos años. Sus padres, sus hermanos, y hermanas, todos habían muerto de quemaduras cuando eran jóvenes.

"La Polilla y la Estrella (James Thurber)

Temas para la Oración y la Meditación

1. Piensa cómo nos anima Jesús a emplear nuestra imaginación para el bien. San Pablo repite la misma recomendación.

"Mirad que yo os envío como ovejas en medio de lobos. Sed, pues, prudentes como las serpientes, y sencillos como las palomas." (Mateo 10, 16).

"Vuestra obediencia se ha divulgado por todas partes; por lo cual, me alegro de vosotros. Pero quiero que sean ingeniosos para el bien e inocentes para el mal" (Romanos 16, 19).

2. Toma un capítulo de uno de los evangelios y reflexiona sobre cómo usaba Jesús su imaginación para el bien y cómo algunos personajes de los que habla dejaron a su imaginación conducirlos al mal.

Se recomienda leer: Mateo 18 o Lucas 16.

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. ¿Qué relación ves tú entre el cuento de la polilla y tu andadura espiritual? ¿Hacia qué estrella vuelas tú? ¿Cuán lejos te parece que está?

2. Explica una situación en la que usaste tu imaginación para resolver un problema o para algo bueno.

3. Da un ejemplo de tu imaginación impidiendo algo bueno o llevándote a decir o hacer algo que luego lamentaste.

4. Describe las imágenes que te vienen a la mente cuando te sientes incomprendido, se aprovechan de ti, te tratan injustamente. ¿Cómo puedes habértelas con ellas para practicar el silencio de la imaginación?

5. ¿Cuáles son algunos de esos "modos ingeniosos" de amar a la gente que tenía Jesús y la beneficiaba?

Epílogo a los Cinco Silencios

En una personalidad formada a semejanza de Jesús, los cinco silencios operan armónicamente para poner en marcha lo mejor que hay en nosotros. La siguiente narración, como una intuición, puede que sea más que una fantasía. Es en todo caso una ilustración de los cinco silencios operando armónicamente como una sola pieza. Mira si puedes reconocer cada silencio ejerciendo su influjo en esta confesión de María.

Durante el proceso que se hizo a Jesús, mi Hijo, se me dijo que había sido negado por su discípulo en quien más confiaba, Pedro. Mi corazón se retorció de dolor con una pena indescriptible. Yo amaba a Pedro igual que Jesús. Al pie de la cruz yo había vivido los sentimientos de Jesús para con Pedro.

El sábado antes de la aurora se abrió de golpe la puerta de mi casa y allí estaba Pedro, retorcido de inmensa pena, remordimientos y amargura. Yo podía ver su herida en cada partecita de su cuerpo y en cada rincón de su alma. Cuando dirigió su mirada hacia mí, con toda su corpulencia sacudida por la angustia, sus ojos suplicaban entre las lágrimas encontrar una salida para volver a la gracia de su Señor. En aquel momento me di cuenta perfecta de que el único camino para que él volviera a Jesús era mi aceptación. Yo necesitaba ser para Pedro una primera experiencia de los sentimientos que él encontraría después en Jesús.

Dejé de lado mis expresiones de dolor y de echar la culpa y me levanté para recibir a Pedro, le hice seña de acercarse y abrí mis brazos para acoger a aquel hombre trastornado. Él sintió en mi abrazo la misericordia de Jesús, el deseo de mi Hijo de tenerle de nuevo con él. Antes de pronunciar yo una sola palabra él leyó los signos de perdón y de unidad que Jesús iba a hacerle llegar. Escogí con gran cuidado mis palabras a Pedro. Yo quería pronunciar palabras de consuelo venidas del corazón de Jesús, las palabras del amor sin condiciones y la aceptación de mi Hijo. Así que hablé en un tono tranquilo, consolador, asegurando a Pedro que Jesús le amaba, que ya le había perdonado y que contaba con él para dirigir su Iglesia. Expliqué que su mirada intensa a los ojos de Pedro cuando cantó el gallo, fue un signo de su comprensión de la fragilidad de la naturaleza humana, no un gesto de condena.

Mientras hablaba con Pedro eliminé todos los pensamientos de mi propia aflicción, de todo lo que había yo pasado, de todo lo que Jesús había sufrido tan injustamente. Puse toda mi mente en la necesidad que Pedro tenía de mí, para poder estar totalmente dedicada a él como madre, consoladora y amiga. Toda mi atención estaba centrada en Pedro, como sabía que hubiera estado Jesús. Me daba perfecta cuenta de los sentimientos que todavía tenía dentro de mí, que querían prolongar lo que sentí al ver a mi Hijo traicionado, abandonado por sus mejores y escogidos amigos, viéndole torturado y burlado. Especialmente me daba cuenta de que podría justificar mi decepción de Pedro, el apóstol elegido por Jesús como la

Roca. Pero en aquel momento, en presencia de Pedro humillado y arrepentido, yo empleé toda mi fuerza emocional en favor de este hombre contrito. Me vi fortalecida al recordar la pasión de mi propio Hijo, aceptada sólo por lo más noble y justo.

Cuando dirigí mi mirada a los ojos consumidos por las lágrimas de Pedro, pude leer la desesperada pregunta: "¿Qué hago yo ahora?" Me imaginé la acogida y el perdón de mi Hijo ante la presencia de Pedro y ante su misión. Podía describir el celo completamente nuevo de Pedro, ya perdonado y convertido. Por lo mismo, pude ayudar a que Pedro imaginase su primer encuentro con mi Hijo resucitado. Una esperanza y un valor nuevos surgieron en este apóstol escogido, que un día pasaría a su vez por la pasión de Jesús.

Sentí que Pedro necesitaba hablar; por eso le pregunté sencillamente: "Pedro, ¿qué es lo que te trajo a mí?" Pedro me dirigió la mirada y llorando ahora con dulces lágrimas de consuelo, me dijo: "Cuando las palabras negando al Señor salieron de mis labios oí al gallo cantar anunciando el nuevo día. El interrogatorio de mi Maestro había concluido y lo sacaron al patio. En ese momento el Señor se dio la vuelta, me miró directamente. Horrorizado, salí corriendo a la luz del día. No podía estar después de que el Señor me mirara directamente a los ojos. No podía quedarme allí en el recuerdo espantoso de aquella hora de haber renegado de él. Me sentía destrozado por algo tan abominable como negar a mi amado Maestro. Lloré amargamente. Cuando me tambaleaba por las calles de Jerusalén la profunda desesperación chocaba con un deseo dentro de mí de correr hacia ti... Yo recordaba la mirada de Jesús, una mirada tierna y penetrante que parecía decirme: "¡Ve con mi Madre, Pedro! ¡Ve a mi Madre!" No había otra esperanza para mí, en ninguna parte podía yo escaparme de la desesperación y mi perdición.

Así que me fui directamente a la única persona que podía ayudarme; vine corriendo a ti.

Los dos nos vimos envueltos en el abrazo de las virtudes de Jesús, y ambos supimos que todo iría bien.

Melba Fisher

8

El Recogimiento

Jesús crecía, y mientras tanto mi corazón maternal se llenaba a menudo de gozo al escuchar a vecinos y amigos hablar de mi Hijo. Estaban llenos de admiración y asombro. Se veían atraídos hacia él por algo en su personalidad que probablemente llamarías armonía... La gente sentía en su personalidad una consonancia de sentimientos, ideas, intereses, acciones... a cualquier cosa que dirigiera su atención, se veía ayudada por el conjunto de sus habilidades espirituales.

A veces nuestros vecinos notaban que Jesús nunca parecía distraído. Yo sonreía porque sentía en él aquella bella armonía que el Creador quiso para cada uno de nosotros, pero que el pecado confundió. La armonía interior de Jesús me recordaba continuamente que él había venido para restaurar en cada uno de ellos aquella misma paz interior y coherencia; y yo me alegraba de ver su perfecta integración.

Quiero ahora ayudarte a crecer en esa misma armonía interior de Jesús, de modo que experimentes en ti mismo una totalidad por la cual tus fuerzas internas operen juntas en favor de lo mejor para ti y para los demás.

El recogimiento es cuestión de enfoque. Esta virtud dirige todas nuestras energías a conseguir vivir plenamente el momento presente. Es un alivio tratar con personas que nunca dan impresión de estar distraídas. Sea conversando con nosotros, sea trabajando en un viaje o leyendo un libro, parecen presentes intensamente y atentos a lo que están haciendo en su momento. Toda la energía se concentra en la situación que están manejando. Hay algo bello y algo que nos da seguridad en ello.

En los capítulos anteriores hemos desarrollado cinco diferentes poderes o habilidades de nuestra personalidad... saber hablar, saber comunicar con signos, pensar, sentir e imaginar. Este esfuerzo nos ayudó a canalizar nuestras energías psíquicas en la buena dirección. Ahora queremos llevar esas virtudes a enfocarse a un solo interés y no permitir que nos arrastren en diferentes direcciones disipando nuestras energías. La distracción disipa el esfuerzo y hace que nos sintamos inciertos. La virtud del recogimiento nos ayuda a estar presentes del todo en cada momento, procurando una atención indivisa a lo que traemos entre manos.

El recogimiento da cohesión a nuestra vida de modo que podamos vivir intensamente lo que estamos haciendo. **Enfocarnos de verdad hacia algo bueno** supone realmente una rara destreza en nuestra cultura que reclama nuestra atención con su bombardeo de ruidos, imágenes y choque de sensaciones. Por ejemplo, el ver la televisión con todos sus anuncios comerciales e interrupciones no se presta por sí mismo a que nos enfoquemos de veras al fondo de lo que estamos mirando. Necesitamos **una virtud que nos recoja a nosotros mismos** en medio de un mundo que se entremete y desbarata todo.

Para **dedicar toda nuestra atención** a una situación dada, necesitamos la disciplina de todos los silencios para evitar que sea el ego quien nos dirija hacia sus propios antojos. Dale Guy me contó cómo afectó el recogimiento a un episodio de su vida.

«Iba conduciendo el coche hacia mi casa una mañana. Un vehículo delante del mío me hizo una señal de virar a la derecha. Al ver esto, me preparé mentalmente a adelantarlo por la izquierda. Pero en ese instante el conductor que había señalado a la derecha dio vuelta a la izquierda; ¡hacia el estacionamiento de una primaria! Yo frené, evité un posible choque y continué mi camino a casa. A eso de un kilómetro o dos de mi recorrido me di cuenta de que no tenía resentimiento alguno por el incidente o contra el conductor del otro coche. Anteriormente yo habría soltado juramentos contra el chofer, habría estado enojado por media hora y llegado a mi casa visiblemente trastornado. Con la práctica de los silencios a la vez y de una manera recogida tuve una experiencia más al estilo de Cristo, lo cual me ayudó física y mentalmente».

Cuando nos esforzamos por dar nuestra atención y energía a muchas cosas al mismo tiempo, solemos terminar haciendo muy poco, cometiendo errores y sintiéndonos frustrados.

La gente distraída frecuentemente está descontenta de sí misma y no inspira en otros mucha confianza. Como seres humanos estamos limitados en el número de cosas que podemos hacer a un mismo tiempo. Casi todos tenemos que limitarnos a una cosa cada vez, si queremos hacerla bien. Por consiguiente, tenemos que decidir qué es lo importante y enfocar nuestra energía hacia eso, excluyendo otros intereses o proyectos mientras tanto. A casi nadie le encanta un dentista que está escuchando emocionado un partido de fútbol de su equipo mientras está trabajando con nuestra dentadura. Nos gustaría más recogimiento de su parte.

Hay muchas cosas buenas que se disputan simultáneamente para atraer nuestra atención y nuestras energías. Como resultado, nos distraemos normalmente si no disciplinamos nuestras energías enfocándolas conscientemente a la tarea emprendida. Lo mismo que los rayos del sol se vuelven más potentes cuando se enfocan a un solo punto, nuestras energías se vuelven más productivas al enfocarse a un objetivo singular en un momento dado. **El recogimiento permite a la gracia del momento presente producir todo su efecto. La distracción produce perder oportunidades.**

Solemos apreciar a la gente que da toda su atención a una cosa cada vez. Es molesto viajar con un conductor que discute acaloradamente con alguien en el asiento de atrás. Es desalentador, en una reunión de un comité, advertir que una persona que va a colaborar contigo se pone a leer un informe. La atención dividida no da mucha en un proyecto a punto de discutirse, seguridad ni ánimo a los demás.

Aplicando el recogimiento a la oración el P. Chaminade decía que las noticias del mundo, nuestros triunfos, las cosas buenas leídas, las buenas historias escuchadas, eran todas cosas buenas en sí, pero se convierten en obstáculos cuando queremos **darnos enteramente a la presencia de Dios en la oración**. Debemos poner aparte esas otras cosas buenas durante el tiempo de la oración.

Personas "distruidas" son gente que dejan que cosas inconexas ocupen su atención al mismo tiempo. Son como las cinco cabras que un campesino ató todas juntas para que no

se escaparan. Y decía que nunca caminaban en la misma dirección lo bastante para ir muy lejos.

Cuando deseamos darnos de lleno a lo que entonces nos interesa, ¿qué hacemos con los otros intereses que reclaman nuestra atención... disgustos, conversaciones interrumpidas, situaciones no definidas, expectativas de los otros? Lo primero de todo, decidamos en qué queremos concentrarnos de verdad en este momento. Si alguna preocupación o interés nos sigue distrayendo, tal vez necesitamos hablar con alguien sobre ello. A veces tendríamos que "dejar (tu) ofrenda allí, delante del altar, y vete primero a reconciliarte con (tu) hermano; luego vuelves (completamente recogido) y presentas tu ofrenda" (Mateo 5, 24).

El P. Chaminade sugiere que, **para dar total atención** a lo que estamos haciendo, deberíamos **confiar a la providencia de Dios** las demás preocupaciones. Lo que hemos confiado a su providencia quedará al cuidado de Dios hasta que volvamos a recogerlo en el momento providencial. **Aquello que no podemos nosotros atender en el momento, será guardado por la providencia de Dios hasta la hora** en que lo manejemos. Dejar que persista una preocupación predominante en nuestra mente o en nuestras emociones mientras queremos atender a otra cosa cualquiera, nos arrebatara la serenidad interior. Se dice que Winston Churchill afirmó: "Cuando miro hacia atrás a todas esas preocupaciones, recuerdo el cuento del viejo que decía en su lecho mortuario que había tenido un montón de problemas en su vida, la mayor parte de los cuales nunca sucedieron". Más le hubiera valido al anciano confiar al cuidado de Dios aquellas preocupaciones y gozar de la paz en el recogimiento.

Por medio de nuestros esfuerzos para recogernos vamos detectando el tipo de cosas que tienden a distraernos. Al empeñarnos en estar recogidos y permanecer bien enfocados, sabremos cuál de los cinco silencios es todavía débil y necesita más atención. Por ejemplo, quizás mi *ego* no deja a mi mente en paz a causa de un error que cometí o un partido que perdí. Tal vez mi imaginación sigue reviviendo una discusión que tuve con mi esposa y en la cual creo que salí perdiendo. O posiblemente se trata de un sentimiento de dolor que persiste por algo que me dijeron, o el sentirme aturdido por algo que dije a otra persona. Estos ejemplos revelan alguna exigencia de mi *ego* que desvía mi energía y atención. Cuando una de nuestras virtudes es débil tiende a quitar la energía de las otras virtudes que operan. Cuando todos los silencios trabajan en armonía, sentimos todo el potencial para enfocarnos a la situación presente.

El P. Chaminade sugiere que usemos nuestras facultades más disciplinadas para ayudar a desarrollar las más débiles y llevarlas a un esfuerzo singular y unido. Por ejemplo, un esfuerzo intenso de la mente puede llegar a apaciguar un fuerte disgusto. El ejercicio físico ayuda a calmar el desasosiego emocional. Las ocupaciones favoritas, los "hobbies", pueden calmar brotes de imaginación desenfrenada. En otras palabras, la disciplina conseguida en un área puede colaborar al desarrollo de lo que aún falta en otra. En este caminar, todas nuestras facultades se van uniendo para trabajar armoniosamente hacia una meta única.

Recogimiento no significa que nos concentremos tanto en una sola cosa que nos hacemos insensibles a todo lo demás. La gente recogida no es gente negligente. De hecho, lo que es verdad es lo contrario. Un padre de familia puede trabajar en su despacho bien enfocado a la tarea que tiene entre manos y ser aún más sensible a su familia. Hay gente que

puede estar preparando una cena y al mismo tiempo tener muy presentes a las personas para quienes está cocinando... El verdadero recogimiento acrecienta nuestra presencia a los demás en lugar de disminuirla. En este sentido, nos da la capacidad de realizar nuestras tareas humanas bien y a gusto; y al mismo tiempo sucede que las hacemos todas ellas más conscientes de los otros... y de Dios.

Por fin, el recogimiento tiene un efecto apaciguador y calmante sobre nuestro espíritu. Cierta persona que asistía a una reunión espiritual sobre el recogimiento dijo lo que sigue: "Hoy aprendí algo nuevo sobre la virtud del recogimiento. Mientras escuchaba el compartir, comprobé la simple verdad de que yo no tengo que ser una "super mujer" en la oficina que trata inútilmente de dar satisfacción a las necesidades inmediatas de cada persona. No tengo que resolver el problema de cada individuo. No tengo que responder a todas las peticiones que me hacen. Cuando lo he intentado, me encuentro yendo en direcciones opuestas al mismo tiempo y acabo frustrada y frenética. Sólo tengo que ser yo misma para todo el que acude a mí en la oficina, en este mi rincón del mundo. En esta virtud de Jesús puedo estar totalmente presente y dedicada, y confiar todo lo demás a Dios".

Experiencia:

Siempre he tenido respeto a los médicos, especialmente a los cirujanos, por los conocimientos y la habilidad que deben adquirir para ejercer su profesión. Mi admiración aumentó cuando seguí con atención los estudios de un estudiante de medicina que conocí. Él me explicaba alguna de las materias que estudiaba, pero sobre todo me hablaba de los laboratorios en que empezaba a hacer las prácticas que un cirujano necesita. Se graduó, se mudó a otra ciudad y se convirtió en un cirujano sobresaliente. Años más tarde me encontré con él de nuevo. Le pregunté: "De todo lo que tuviste que aprender para ser un buen cirujano, ¿qué consideras es lo más importante?" Sin dudarlo respondió: "Enfocar todo mi conocimiento, habilidad, emociones y energía a la operación que estoy llevando a cabo".

Una buena definición del recogimiento sin emplear la palabra.

Temas para la Oración y la Meditación

1. Reflexiona sobre cómo sugería Jesús que lo hiciéramos todo con gran recogimiento, concentrando todas nuestras energías en lo que estamos haciendo.

"(Jesús) respondió: 'Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma, con todas tus fuerzas y con toda tu mente: y a tu prójimo como a ti mismo' (Lucas 10, 27).

"Pedro se vuelve y ve, siguiéndolos detrás, al discípulo a quien Jesús amaba... Viéndole Pedro, dice a Jesús: 'Señor, y éste, ¿qué? Jesús le respondió: 'Si quiero que se quede hasta que yo venga, ¿qué te importa? Tú sígueme' (Juan 21, 20-22).

2. Cuando te concentras en lo más importante, realmente no pierdes lo que dejas de lado. Queda en manos de la providencia de Dios.

"Buscad primero el reino y su justicia, y todas esas cosas se os darán por añadidura" (Mateo 6, 33).

3. Quizás Jesús advirtió a Marta por su falta de recogimiento y por su preocupación por muchas cosas al mismo tiempo:

"Yendo ellos de camino, entró en un pueblo; y una mujer, llamada Marta, le recibió en su casa. Tenía ella una hermana llamada María, que, sentada a los pies del Señor, escuchaba su palabra, mientras Marta estaba atareada en muchos quehaceres. Acercándose, pues, dijo: 'Señor, ¿no te importa que mi hermana me deje sola en el trabajo? Dile, pues, que me ayude.' Le respondió el Señor: Marta, Marta, te preocupas y te agitas por muchas cosas; y hay necesidad de pocas, o mejor, de una sola. María ha elegido la parte buena, que no le será quitada" (Lucas 10, 38-42).

Preguntas para la revisión personal y para compartir en el grupo

1. Presenta y explica una situación en la que normalmente te mantienes recogido y di lo que experimentas como resultado. ¿Qué haces en especial para estar recogido así?
2. Describe una situación en la que te faltó recogimiento. ¿Qué cosas fueron las que atrajeron tu atención al mismo tiempo? ¿Qué es lo que en este capítulo te ayudaría a enfocar tu atención y estar de lleno en lo que haces?
3. Examina de qué manera, recogiendo los cinco silencios para fijarte en lo que haces, te procura armonía interior y una sensación de plenitud en tu vida.
4. Recuerda una escena del Evangelio en que aparece Jesús completamente recogido. ¿Qué efecto observas en él a causa de su atención bien enfocada?

9

La Obediencia de preparación

Los niños obedientes son una alegría para cualquier padre o madre. Desde su infancia Jesús era esa alegría: parecía tan deseoso de hacer lo que José y yo queríamos. Aunque a veces me dejó perpleja. Me daba la impresión de que al mismo tiempo que quería hacer nuestra voluntad, deseaba también responder a los anhelos, necesidades y proyectos de sus compañeros e, incluso, de los extraños. A veces me preguntaba yo si alguna vez hacía algo sólo para sí mismo... Su actitud de mirar siempre por los demás me hacía meditar el misterio que había en mi niño.

El misterio me asombró especialmente cuando Jesús tuvo doce años. Como familia nos fuimos a Jerusalén para la fiesta de la Pascua. Pasados los días festivos, José y yo emprendimos el camino de regreso a casa, pero Jesús se quedó en Jerusalén. Pensamos que venía en la caravana con otros muchachos. Al advertir la primera noche que él no estaba con nosotros, mi corazón se llenó de angustia. José también estaba destrozado. Los dos nos sentimos padres descuidados. Imagínate todo lo que pasaba por nuestras mentes y corazones mientras corríamos de vuelta a Jerusalén. Cuando finalmente encontramos a Jesús, estaba tranquilamente sentado entre los doctores del Templo, escuchándolos y haciéndoles preguntas. ¡Imagínate! Yo estaba tan preocupada que me precipité a Jesús y dije: "Hijo, ¿por qué nos has hecho esto? Tu padre y yo te andábamos buscando angustiados". No entendí su respuesta entonces: "¿Por qué me buscabais? ¿No sabíais que yo debía estar en las cosas de mi Padre?". Pero tuve la sensación de que, de alguna manera, se trataba de hacer la voluntad de otro. Pudo ser realmente la voluntad de su Padre del cielo? Medité todo esto en mi corazón cuando estuvimos de vuelta en Nazaret. Allí continuó Jesús sorprendiéndonos con su anhelo de cumplir todos nuestros deseos.

Años más tarde, durante la vida pública de Jesús, llegué a captar cómo estaba el dando cumplimiento a la profecía del salmista: "Heme aquí que vengo. Se me ha prescrito en el rollo del libro hacer tu voluntad. Oh Dios mío, en tu ley me complazco en el fondo de mí ser" (Salmo 40, 8-9). Comencé a entender de qué manera total se había Jesús entregado a la voluntad de su Padre.

La obediencia consiste en hacer la voluntad de otros. Así de sencillo. Va contra la tendencia natural de nuestro ego; por eso tendemos a menospreciar a quienes deben "obedecer". Pero la virtud tal como Jesús la practicó tiene una extensa aplicación en nuestra vida y cultiva cualidades dignas de alabanza en nuestra personalidad. Sin embargo, es preciso comprender exactamente lo que significa la obediencia. Hay muchas ideas deformadas sobre ella en el mundo que nos rodea.

Ante todo, importa no tener de la obediencia una idea demasiado estrecha. Muchos limitan la obediencia a las órdenes formales de personas que tienen alguna autoridad sobre ellos. Esas coacciones tienen su importancia y generalmente están muy claras, pero son muy

limitadas. La voluntad de otros, de hecho, con mayor frecuencia no se expresa en una orden. Normalmente es simplemente un ansia, una necesidad, un gran deseo o anhelo; pero todas estas son expresiones de la voluntad de uno; "obedecer" quiere decir reconocer las necesidades o propósitos (voluntad) de otra persona e intentar darles cumplimiento. La palabra obedecer viene de ob-audire, que quiere decir "escuchar con atención", "escuchar dirigido el oído hacia" o "totalmente", leer bien el deseo, la necesidad o la intención de otro. La primera habilidad a desarrollar, pues, en la obediencia de preparación es la de leer bien la voluntad de otro y captar lo que realmente quiere o necesita en el fondo.

Una mujer nos contó esta sencilla experiencia de la obediencia de preparación. Una noche después de cenar, su esposo se hallaba sentado en el sillón leyendo el periódico, y ella se disponía a terminar un trabajo que se había traído de la oficina a casa. Preparó para ambos una taza de café. Al ir de pasada a trabajar en lo suyo, atravesó el cuarto y le dio a su marido su taza de café. "Aquí está, cariño", dijo. "Pensé que te gustaría una taza de café mientras lees el diario." Cuando él vio que ella iba a pasar a la otra habitación, la sonrisa de su rostro desapareció. En su expresión ella captó su deseo, su "voluntad". Entonces rectificó, puso aparte sus papeles y dijo: "Querido, creo que me voy a tomar mi café aquí contigo". No hubo orden ninguna, pero ¡qué acto de obediencia tan delicado! Provocó un rato de conversación hermoso; luego, él leyó el periódico y ella pudo acabar su tarea.

La obediencia como actitud o disposición quiere decir que estamos más resueltos a hacer lo que otros quieren, que a hacer nuestra voluntad propia. Esto no es ser ingenuo, ya que uno sabe leer con precisión las necesidades más hondas y los deseos de los otros. Ni es una tontería, porque uno llega a ser totalmente consciente de los demás. Un auténtico "sí" compromete todo nuestro ser que entra en la voluntad de otro. Crea unión, porque nos unifica en un único deseo. Un "sí" sincero crea algo nuevo, porque nos impulsa a dar cumplimiento a la voluntad de otro como una sola cosa, a fin de ser uno con el otro viviendo la realización de la voluntad del otro como una sola cosa.

No nos debe sorprender que nuestro *ego* se resista firmemente a que se le ponga en segundo lugar, bajo la voluntad de alguien diferente. "Me hace sentirme inútil", "él siempre se sale con la suya", "ella se aprovecha de mi buen carácter", "debería ser mitad-mitad", y cosas así. Aquí nuestro *ego* lucha por su propia vida; no quiere poner a otros por delante de él. Nuestro *ego* se resiste porque la obediencia preparatoria ignora al *ego* y está edificando el nuevo yo que empieza a vivir en nuestra personalidad. Una parte de la práctica de esta virtud consiste en reconocer las razones de nuestro *ego* contra la obediencia, para luego canalizar esas razones al servicio de los otros en lugar de que sirvan a nuestro yo.

Lo que nos proponemos es formar en nosotros una disposición a estar prestos a servir más que a ser servidos. Cuando yo decidí adquirir una actitud de servicio, mi director espiritual me dijo que empezara a hacer la voluntad de otros en cosas pequeñas. Entonces comencé a obedecer todas las leyes de tráfico. ¡Me sorprendió ver cómo se rebelaba mi *ego*! Pero luego descubrí que si podía obedecer las señales de tráfico, estaba más dispuesto a responder a otras expectativas que la gente tiene.

Habrás advertido que llamamos a esta virtud obediencia "de preparación" o preparatoria. ¿Por qué este término "preparación"? Se debe a que este tipo de obediencia forma en nosotros una actitud o disposición que nos deja preparados para oír y responder a

la voluntad más profunda de hacer el bien en el mundo. Nos da la presteza para reconocer la voluntad benéfica de Dios de cualquier manera que se nos manifieste, y nos da la preparación necesaria para decir "sí" a esa voluntad. Aunque todas las virtudes de la primera parte de este libro son virtudes preparatorias, la diligencia básica que nos procura la obediencia virtuosa es profundamente significativa de nuestra madurez espiritual.

La verdadera obediencia no es una sumisión servil; es la identificación querida por nuestra voluntad con la voluntad de otro. Para hacer de la voluntad del otro la nuestra, debemos ser capaces de responder a las condiciones y necesidades de otros. Podría considerarse "sumisión" solamente en el sentido de que dejamos nuestra voluntad en segundo lugar. Y esto es madurez. Jesús puso su empeño en enseñarnos la fuerza que se necesita para este aspecto de sumisión. El mismo fue perfectamente dócil al Espíritu Santo. "Jesús, lleno de Espíritu Santo, se volvió del Jordán, y era conducido por el Espíritu en el desierto" (Lucas 4, 1). "Jesús volvió a Galilea por la fuerza del Espíritu, y su fama se extendió por la región" (Lucas 4, 14). Hace falta una voluntad fuerte para ceder y someterse al bien de otros. Jesús no tenía planes personales buscando su propio bien; lo que tenía era una voluntad poderosa para ser el perfecto "Siervo" de Yahvéh. Él obedeció con una elección bien definida, nacida del amor, y por eso su obediencia era una fuente de vida y energía. "Mi alimento es hacer la voluntad del que me ha enviado y llevar a cabo su obra" (Juan 4, 34).

Jesús era también nuestro servidor en cuanto que se sometió a nuestras necesidades y se hizo uno con nosotros en nuestra humana condición. Dios "oyó" nuestro grito silencioso para liberarnos de ese mal que nos oprime. Dios sabía que nosotros como humanos no podríamos liberarnos de todos los efectos de nuestros pecados. Como un acto supremo de obediencia y sumisión a nuestra indigencia, Jesús se unió a nosotros, asumió la responsabilidad de nuestros pecados y se convirtió en la víctima por ellos ocupando nuestro lugar. De este modo nos ha hecho libres para una vida nueva, si tenemos la voluntad de ser una cosa con él. Esta actitud de Jesús es la actitud de todo hombre o mujer que quiere ayudar a liberar a otros de sus propios pecados. Esta es la virtud que queremos desarrollar: obedecer a esa profunda necesidad de otros de ser puestos en libertad y tener una vida en plenitud... Podemos empezar con cosas pequeñas. "El mayor entre vosotros se ha de hacer como el menor y el que gobierna como el que sirve" (Lucas 22, 26).

La obediencia de preparación nos provee de las cualidades necesarias para ser un verdadero servidor-líder. El estar presto a responder con integridad y solicitud a las necesidades de otros, crea confianza y da firmeza; una persona en la que se confía puede dar forma a los destinos de otras gentes yendo adelante para mostrar el camino.

La obediencia de preparación, pues, nos hace conscientes de la voluntad de otros y capaces de responder. Nos abre, también, cada vez más a las mociones de la voluntad de Dios en nosotros. Nos hace sensibles a esas inspiraciones que son la "voluntad" de Dios para con nosotros. Nos dispone para que veamos la sabiduría y la guía de Dios obrando a través de las autoridades humanas. Prepara todo nuestro ser para que el Espíritu Santo actúe sin trabas dentro de nosotros. Esta obediencia forma en nosotros aquella actitud servidora de Jesús que nos da un nuevo poder para el bien. La obediencia preparatoria modela en nosotros la prontitud para servir en vez de ser servidos. A fin de cuentas, hacemos mucho más bien en la vida sirviendo que siendo servidos, y nuestra presencia es más positiva por medio de la disposición a hacer su voluntad que por insistir en que se haga la nuestra.

La obediencia supone muchas veces el ejercicio de la discreción y el discernimiento. A veces tenemos que decidir a quién obedecer como podemos ver en la siguiente historia.

"Una familia tomó asiento en un restaurante para cenar. La empleada fue apuntando los pedidos de las personas mayores y luego se volvió al niño de siete años. «¿Qué vas a comer?», preguntó. El niño miró tímidamente a toda la mesa y dijo: «Me gustaría un perrito caliente». Antes de que ella escribiera el pedido, la mamá interrumpió: «Perrito caliente, no. Tráigale un bistec con patatas y zanahorias». La camarera no le hizo caso. «¿Quieres catchup o mostaza con tu perrito caliente?», preguntó al niño. «Catchup». «Vengo al instante» dijo dirigiéndose a la cocina. Siguió un silencio de estupefacción cuando ella se fue. Finalmente el niño miró a todos los presentes y dijo: «¿Sabéis qué es lo que pasa? ¡Ella piensa que soy de verdad!»².

La camarera tuvo que decidir a quién obedecer. Su obediencia tuvo su propia sabiduría.

Experiencia:

En su novela "Viaje al Oriente" Hermann Hesse describe un grupo de gente en el cual cada uno y cada una tenía su proyecto de vida propio. Anduvieron juntos y formaron un grupo con la esperanza de ayudarse mutuamente para alcanzar sus metas personales. Lo asombroso fue que, sin haber nombrado un jefe, había una notable cohesión en el grupo. Las cosas iban lisa y llanamente y las necesidades de cada cual fueron cubiertas. La presencia más penetrante en el campamento era un sirviente llamado Leo. Él preparaba las comidas, retiraba la basura, ponía todo en orden y hacía los recados necesarios. Cada vez que el grupo se encontraba atascado o empantanado, Leo soltaba una sugerencia o daba una idea que ponía las cosas en marcha de nuevo. El grupo avanzaba y cada cual parecía ir progresando hacia la meta escogida.

Una mañana Leo ya no estaba en el campamento. Había desaparecido tranquilamente sin que nadie se diese cuenta. A nadie incomodó realmente su ausencia, pero poco a poco el grupo comenzó a desintegrarse. Sus miembros parecían distraídos y preocupados de pequeños detalles que no tenían nada que ver con sus metas. Surgieron pequeñas querellas que luego terminaban en grandes disputas. Casi de manera imperceptible, el transcurrir suave de las cosas empezó a venirse abajo. El grupo se fue disolviendo gradualmente y sus proyectos y sueños quedaron hechos pedazos. Fue solamente más tarde cuando alguien del grupo supo que Leo era un gran líder cuya influencia se manifestó a través de su presencia como sirviente en medio de ellos.

**¿Quién verdaderamente es el más grande entre nosotros:
los que sirven o los que se hacen servir?**

² De Mello, Anthony: The Heart of the Enlightened, Collins. London, 1989, p.45.

Temas para la Oración y la Meditación

1. Jesús no pensó que obedecer a las necesidades de otros es una debilidad, sino más bien una fuente del poder más grande. Por eso él escogió ser obediente hasta el extremo.

"Yo no puedo hacer nada por mi cuenta; juzgo según lo que oigo; y mi juicio es justo, porque no busco mi voluntad, sino la voluntad del que me ha enviado" (Juan 5, 30).

"He bajado del cielo, no para hacer mi voluntad, sino la voluntad del que me ha enviado" (Juan 6, 38).

"Mi alimento es hacer la voluntad del que me ha enviado", "y llevar a cabo su obra" (Juan 4, 34).

2. Jesús decía a sus discípulos que obedecieran incluso cuando las autoridades no merecían ser obedecidas. Reflexiona sobre, hecho de que la obediencia para legitimar una autoridad podría tener un impacto en el orden civil de las comunidades.

"En la cátedra de Moisés se han sentado los escribas y los fariseos. Haced, pues, y observad todo lo que os digan; pero no imitéis su conducta, porque dicen y no hacen" (Mateo 23, 2-3).

3. Jesús enseñó a sus discípulos a tener la disposición de ser servidores, y aprender a responder a las necesidades de los demás como un servicio de liderazgo.

"Mas Jesús los llamó y dijo: 'Sabéis que los jefes dominan sus naciones como señores absolutos, y los grandes las oprimen con su poder. No ha de ser así entre vosotros, sino que el que quiera llegar a ser grande entre vosotros, será vuestro servidor'" (Mateo 20, 25-27).

Preguntas para la revisión personal y para compartir en el grupo

1. Explica la virtud de la obediencia de preparación tal como tú la entiendes.
2. Pon un ejemplo de haber respondido de manera no egoísta porque te diste cuenta de la voluntad (deseo, necesidad, proyecto) de otra persona.
3. ¿Cuál es, dada tu experiencia, tu mayor obstáculo para aplicar la virtud de la obediencia preparatoria?
4. Si Jesús nos llama a responder al prójimo anteponiendo sus necesidades a nuestra propia voluntad, ¿cómo puedes tú, como padre o madre, esposo o esposa, miembro de un grupo de fe o de formación, en una comunidad parroquial, en el trabajo, etc., usar de esta virtud:
 - ✓ para hacer algo significativo,
 - ✓ para dar testimonio del valor evangélico del líder servidor,
 - ✓ para crecer más "a su semejanza"?

10

Soportar la Mortificación

Es normal que los niños lloren y se quejen cuando les sucede algo desagradable. Imagínate cuántas veces me maravillé de Jesús al verle aceptar cosas desagradables, incluso dolorosas, sin quejarse. Cada vez que yo esperaba que llorara o se quejara, era como si él viera algo más grande, que hacía que aquel dolor valiera la pena.

Algo entendía yo, pues José y yo soportamos algunos inconvenientes graves... como el viaje a Belén cuando yo iba a dar a luz, o salir hasta Egipto para salvar la vida del niño. Nosotros aceptamos el sufrimiento para el bien de nuestro hijo Jesús y para obedecer la voluntad de Dios.

Años más tarde observé en Jesús esta misma capacidad de soportar la mortificación con vistas a una gran finalidad, en realidad por tu bien. En su firme determinación yo le veía a él viviendo las palabras de Isaías: "Pues que Yahvéh habría de ayudarme para que no fuese insultado, por eso puse mi cara como el pedernal, a sabiendas de que no quedaría avergonzado" (Isaías 50, 7). Cuando se cumplió el tiempo para sufrir la muerte, él se decidió con resolución a viajar a Jerusalén, como dice el evangelista Lucas (9, 51). Él dijo a los Doce con toda claridad que quería pasar todo aquel sufrimiento para llevar a término su misión. Una vez "Tomando consigo a los Doce, les dijo: 'Mirad que subimos a Jerusalén, y se cumplirá todo lo que los profetas escribieron del Hijo del hombre; pues será entregado a los gentiles, y será objeto de burlas, insultado y escupido; y después de azotarle le matarán, y al tercer día resucitará" (Lucas 18, 31-33). Yo sé que tú también tendrás que sufrir muchas cosas para conseguir tus metas. Quiero ayudarte a desarrollar en ti la misma virtud de Jesús para sobrellevar todo tipo de penalidades con vistas a realizar tus proyectos de vida.

En la vida hay momentos desagradables y dolorosos para todos nosotros. Son inevitables... Nos "mortifican" en el sentido de que nos irritan, nos desconciertan o nos hacen sufrir. Algunas personas reaccionan ante esto con lamentaciones, rechazo, incluso amargura. Se sienten infelices, pierden la paz interior y a veces abandonan el bien que están haciendo. Otros saben cómo aceptar la mortificación con compostura y aplomo, saben poner término a sus apuros; pero, aún algo más importante, no se dejan vencer por las circunstancias. Mantienen su punto de vista y siguen su marcha incluso cuando el estrés, los conflictos que vienen o las presiones del trabajo amenazan con abrumarlos. La virtud de soportar la mortificación desarrolla la reciedumbre espiritual necesaria para dominar las circunstancias y seguir adelante con todo aquello que merece la pena en esta vida.

Por mortificaciones no queremos decir penitencia o sacrificios que nos imponemos a nosotros mismos, como el ayuno o sacrificios buscados por nosotros. Soportar la mortificación es la capacidad de encajar, con compostura y perseverancia, todas las cosas dolorosas y desagradables que nos suceden en la vida o en el trabajo. Soportar tales adversidades va

creando en nosotros una fortaleza espiritual que hace que ninguna dificultad nos impida llevar a cabo con éxito lo mejor de nosotros, o alcanzar las metas que nos proponemos.

Un invierno, mientras paseaba por un parque en Saint Louis, llegué a una pista de patinaje. Me paré para mirar. Un chico se sentó y se ajustó un par de patines nuevos. Cuando intentó patinar se vio muy claro que era su primera vez. Se cayó tan fuertemente y tantas veces que una mujer sentada en un banco y mirándole, le dijo: "Niño, te estás haciendo daño. Quítate los patines y siéntate a mi lado. Vamos a ver a los otros patinando. Así no te lastimarás", "Señora, -dijo el chico-, no vine hasta aquí para echarme atrás", y volvió a intentar patinar. Esto es soportar la mortificación.

El ejemplo de este niño ilustra de manera dinámica cómo nuestra actitud interior es lo que nos permite crecer a través de las adversidades y no dejarnos vencer por ellas. Las mortificaciones pueden venirnos de muchos lados... de nuestro temperamento, de nuestro entorno físico, de reclamos de nuestros supervisores o compañeros de trabajo, de lo que espera de nosotros nuestra familia, o incluso del estado del tiempo. El enfado podría venir de una excesiva susceptibilidad a los comentarios que otros nos hacen o de una situación que nos "mortifica". Oportunidades perdidas, fallos, malentendidos, el carecer de cosas que necesitamos... todas estas mortificaciones que pueden trastornarnos y desanimarnos, o que podrían soportarse de manera que funcionaran a favor nuestro. Nuestra primera reacción es sentirnos molestos, lamentarnos y buscar cómo librarnos de lo que nos mortifica. Podríamos incluso abandonarlo todo. "¡Yo no necesito eso!". Pero la virtud de soportar las mortificaciones nos da una fuerza de carácter para enfrentar las dificultades de modo que nos da una nueva visión y sentido, nos robustece para hacer el bien y nos procura una satisfacción más honda. Más que nada, esta virtud nos conduce a la meta y nos ayuda a señorear las circunstancias de nuestra vida.

San Pablo ve como algo importante el soportar las pruebas y las mortificaciones es algo incluso necesario para vivir plenamente la vida que Dios nos ofrece. San Pablo dice: "Más aún, nos gloriamos hasta en las tribulaciones, sabiendo que la tribulación engendra la paciencia; la paciencia, virtud probada; la virtud probada, esperanza" (Romanos 5, 3-4).

Aunque nadie desea o busca las mortificaciones, ellas son parte de nuestra condición humana, y esta virtud nos prepara para acogerlas y lograr que trabajen a nuestro favor, en vez de dejarlas vencernos. San Pablo las ve como capaces de producir un carácter vigoroso y una esperanza firme.

El P. Chaminade hacía notar que hay **dos grados en este soportar las mortificaciones**. El **primer grado es aguantar la aflicción** sin lamentarse aparentemente o rebelarse con furia; pero esto se consigue por imposición de nuestra voluntad, **sin aceptarlo interiormente**. Decidimos hacer frente al sufrimiento, pero por dentro no lo aprobamos. En consecuencia, podríamos todavía ceder a la tristeza, compadecernos a nosotros mismos, echar la culpa a otros porque no hicieron nada. Sin embargo es un paso importante el soportar por una clara decisión de voluntad, incluso aunque interiormente aún permitamos que la mortificación nos haga infelices o nos lleve a sentirnos sin ayuda de nadie. El P. Chaminade, no obstante, no se detiene aquí.

El **segundo grado** de esta virtud es **soportar y aceptar la mortificación como un camino de la providencia de Dios** para crecer en la virtud, conseguir ser más fuertes para hacer el bien y descubrir un sentido más profundo de lo que queremos ser y realizar con éxito.

En el desarrollo de esta virtud es de gran ayuda un **tercer paso identificar las causas de nuestras mortificaciones**. ¿Se trata solamente del estado del tiempo o de una enfermedad? ¿O es cuestión de nuestro ego herido... que nos hace sentirnos desconcertados, ignorados, incomprendidos, y cosas por el estilo? Para ser dueños de la situación necesitamos reconocer la mortificación, decir sí a sufrirla y dar gracias a Dios de que "todo es para bien de aquellos que aman a Dios" (Romanos 8, 28). **Estos tres pasos nos llevan a un cuarto paso: responder a la gracia de Dios, que nos puede conducir a dar pasos concretos para dominar las situaciones** que nos mortifican. Por ejemplo, podríamos sentirnos movidos a perdonar a otros, a perdonarnos a nosotros; podríamos decidir que algo debe ser cambiado en nuestras vidas o que necesitamos cambiar alguna situación. Reconocer, aceptar, agradecer y responder a la gracia: eso es la virtud de soportar las mortificaciones. Este proceso es más eficaz cuando la mortificación viene de nuestro propio ego. Identificamos el grito de nuestro ego, aceptamos el dolor, agradecemos a Dios que nuestro ego sufre y permanecemos abiertos a distanciarnos de nuestro ego para entrar en nuestro yo verdadero.

Los cuatro pasos del párrafo precedente son los que marcan la diferencia entre soportar la mortificación y la manera estoica de encajar el sufrimiento diciendo que no nos duele. "Soportar" quiere decir que estamos vivos y conscientes del sufrimiento, pero lo tratamos de manera positiva. Por ejemplo, supongamos que nos vemos abrumados por intentar responder a la vida familiar, a las actividades de nuestros hijos, a las actividades de padres y mantener relaciones sociales con parientes y amigos. Llegamos a dominar las circunstancias reconociendo que tenemos estrés y estamos en tensión, aceptando hacer frente a todo ello con toda la calma posible, y decidiendo fijar unas prioridades y adhiriéndonos a ellas tranquilamente. Si la mortificación proviene de la acumulación de peticiones que nos caen encima, reconocemos la sobrecarga que se nos amontonó, decimos sí a soportarla con la mayor calma posible, damos gracias y determinamos hacer lo que podemos hacer bien, sin intentar dar contento a todo el mundo. A veces hay reclamos que provienen de los egos de otras gentes; debemos ignorar esos egos lo mismo que ignoramos el nuestro. La práctica de las virtudes de Jesús se convierte en nuestra guía más que las circunstancias que otros nos imponen.

Jesús hizo que sus sufrimientos sirvieran para bien... para nuestro bien. Unidas a Cristo, nuestras mortificaciones servirán para bien nuestro y para bien de los demás. "... y completo en mi carne lo que falta a las tribulaciones de Cristo, y en favor de su Cuerpo, que es la Iglesia" (Colosenses 1, 24). No es solamente un pensamiento piadoso; se convierte en una realidad dinámica.

Las mortificaciones siguen siendo desagradables y dolorosas, pero el soportarlas positivamente nos hace ser señores de ellas en vez de sus víctimas. Sufriendo las adversidades con la fuerza de esta virtud de Jesús nos ayuda a mantenernos alegres en medio de la decepción y a conservar nuestra meta verdadera a la vista cuando las cosas se ponen mal. Cuando vemos el bien que nos produce el soportar esta adversidad, nos animamos. Más aún: "Nos gloriamos hasta en las tribulaciones" (Romanos 5, 3), sabiendo

que ellas están trabajando en transformar nuestra vida y a y en ayudar a los otros. Esta virtud nos ayuda de varias agobiados por lo que maneras. En vez de sentirnos molestos o nos mortifica, aumenta nuestra esperanza y nuestra determinación. En lugar de rendirnos o de echar la culpa a los demás, nos vamos haciendo fuertes en la paciencia y la perseverancia para hacer el bien. En vez de dejarnos vencer por la desgracia, nos convertimos en ayuda a los demás en sus adversidades. Eso es precisamente lo que Jesús hace por nosotros: "Venid a mi todos los que estáis fatigados y agobiados, y yo os aliviaré" (Mateo 11, 28). De él aprendemos a dominar las circunstancias molestas y a seguir nuestro camino con una fuerza y valor renovados en nuestro verdadero yo.

Experiencia:

Algo que mi hijo Eric dijo a su madre cuando sufría de un cáncer será siempre, para mi esposa Kim y para mí, una fuente de energía. Cuando pienso en este incidente siempre reflexionaré sobre la virtud de soportar la mortificación.

Mi hijo vivía con una gran paciencia su sufrimiento y su posible muerte. Unos cuatro meses después de su diagnóstico, después de un tratamiento de radioterapia, un montón de medicinas y análisis, con un dolor fuerte e incomodidad -todo soportado sin una sola palabra de queja-, se encontraba un día en la cocina diciendo a su madre: "Mamá, te quiero". Ella respondió: "Yo también te quiero, mi niño". Un minuto después preguntó cómo se había puesto enfermo. Mi esposa dijo: "Yo no sé cómo te enfermaste. Sólo te pusiste malito". Él dijo luego: "¿Hay muchos niños que se ponen enfermos como yo?" Ella contestó: "Algunos sí, pero la mayoría de ellos nunca se enferman así". "Eso está bien", dijo. Y luego observó: "Pero está muy bien, ¡porque yo tengo suerte!" Su madre dijo: "¿Por qué crees que tienes suerte, Eric?" Y mi hijo respondió: "Porque casi toda mi vida yo no he estado enfermo". Eric tenía entonces cuatro años y murió tres meses después, diez días antes de cumplir los cinco. Su paciencia y aguante y su valor frente a los intensos sufrimientos serán siempre una fuente de inspiración y ánimo para Kim y para mí cuando intentamos construir la virtud de la paciencia y el valor, de modo que nada impida la obra de Jesús en nosotros.

Keith Kearney

Temas para la Oración y la Meditación

1. Con toda claridad Jesús enseñó que la perseverancia (aguantar las penalidades al hacer el bien) es necesaria para las personas buenas que quieran llevar a cabo algo que valga la pena.

"El grano que cayó en tierra buena es el que, después de haber oído, conserva la Palabra con corazón bueno y recto, y fructifica con perseverancia" (Lucas 8, 15).

2. Jesús también enseñó que, aunque los sufrimientos son inevitables, no deben perjudicarnos ni apartarnos de conseguir nuestras metas.

"Pero, antes de todo esto, os echarán mano y os perseguirán, entregándoos a las sinagogas y cárceles y llevándoos ante reyes y gobernadores por mi nombre; esto os sucederá para que deis testimonio... yo os daré una elocuencia y una sabiduría a la que no podrán resistir ni contradecir todos vuestros adversarios. Seréis entregados por padres, hermanos, parientes y amigos, y matarán a algunos de vosotros, y seréis odiados de todos por causa de mi nombre. Pero no perecerá ni un cabello de vuestra cabeza. Con vuestra perseverancia salvaréis vuestras almas" (Lucas 21, 12-19).

3. Lo que más nos ayuda a soportar las mortificaciones es el recordar que Jesús está viviendo con nosotros esa experiencia. De modo que soportamos la dificultad con su fuerza, y "corremos con fortaleza la prueba que se nos propone, fijos los ojos en Jesús, el que inicia y consume la fe. el cual, en lugar del gozo que se le proponía, soportó la cruz sin miedo a la ignominia, y está sentado a la diestra del trono de Dios" (Hebreos 12, 1-2).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. Narra una experiencia en la cual dejaste que alguna mortificación te apartara de tu finalidad o te llevara a abandonar una obra buena o una meta propuesta.
2. ¿Qué es lo que la virtud de la mortificación te da capacidad de hacer cuando aparecen las dificultades?
3. ¿Cómo reaccionas normalmente cuando hieren tus sentimientos? Y ¿cómo sería tu reacción con la virtud de soportar la mortificación?
4. Al practicar esta virtud ¿qué cualidades del carácter o de la personalidad se desarrollan?

SEGUNDA PARTE

La Obra de Purificación

En esta segunda parte del libro vamos a considerar la virtud a un nivel diferente. En el nivel de preparación nos esforzamos para adquirir la virtud por medio de la disciplina, del trabajo duro y de la práctica. Sabemos qué virtud deseamos; luego nos esforzamos por practicarla hasta que se convierte en un hábito. Trabajamos intensamente en controlar cualesquiera reacciones de nuestro interior que podrían dificultar la práctica de la virtud. Al esforzarnos por adquirir una virtud de preparación nos proponemos como meta llegar a conseguir el control; en este nivel de preparación tenemos éxito en la medida en que lleguemos a ser conscientes de nuestras deficiencias y nuestros obstáculos con el fin de controlarlos y guiarlos. Es algo parecido a la conducción de un coche: cuanto más conscientes estamos del estado de la carretera y de nuestro dominio del vehículo, tanto mejor podemos conducir.

Pero hay algunos obstáculos a la virtud que escapan a nuestro control para disciplinar o corregir. Vienen de fuentes inaccesibles a nuestra conciencia (como los impulsos de nuestro *ego*), o no están sujetos a nuestro dominio (como las decisiones de otros que nos afectan). Sean los que fueran los problemas que tengamos, tenemos que seguir viviendo con nosotros mismos y en el mundo tal como lo encontramos. La buena noticia es que podemos aprender a hacer eso con las disposiciones de Jesús. La influencia de nuestras propias deficiencias, de las relaciones difíciles, las situaciones familiares, las presiones en el lugar de trabajo y en toda clase de situaciones en una comunidad, son a menudo inevitables. Mediante el trabajo de depuración de esta segunda parte podemos purificarnos de esas influencias y seguir avanzando hacia aquella plenitud de vida para la que fuimos creados. Es otro nivel de virtud. Hay algunas molestias y dolores de los que nos podemos librar, como el tomar una aspirina para el dolor de cabeza; pero existen otras dificultades tales que si nos libramos de ellas destruimos al mismo tiempo la posibilidad de crecer en madurez o de alcanzar una meta. Si nos estamos ahogando a causa del aire contaminado, la solución no es quitar el aire y crear un vacío. La solución es purificar el aire y respirar mejor.

Es importante **comprender la diferencia entre preparación y purificación**: en la preparación dominamos los obstáculos o nos libramos de ellos; en la purificación vivimos en medio de ellos y crecemos hacia una vida nueva y un resultado exitoso. Tratar de deshacerse de obstáculos que son inevitables acaba en frustración o en ceder a la derrota. La obra de purificación acepta los obstáculos, pero los despoja de su influencia negativa y, de hecho, los hace trabajar en bien nuestro. Un número de un boletín parroquial captaba bien este espíritu: "No reces por vidas fáciles; reza para ser gente más fuerte. No reces por tareas iguales a tu capacidad; reza para que tu capacidad iguale a tus tareas". Como dice una canción espiritual de la Guerra Civil americana: "No muevas la montaña, Señor; enséñame a subirla". La purificación se decide a estar de nuestra parte. Cuesta, pero es una oportunidad de ir más allá de la mediocridad, de salir del sentimiento de autosatisfacción, de desechar hábitos y actitudes que nos mantienen ajenos a la verdadera profundidad de nuestra vida espiritual, y de entusiasmarnos en la búsqueda de nuestros ideales. El viaje de las virtudes de preparación nos lleva a una bifurcación en el camino: podemos asentarnos complaciéndonos en lo que hemos obtenido, seguir a gusto donde estamos y permanecer allí; o podemos seguir adelante

a través de las dificultades y obstáculos para un nuevo crecimiento y plenitud. ¡La nueva gracia y la energía espiritual valen ese precio! Todas las espiritualidades clásicas contienen alguna dinámica de purificación. En cualquier crecimiento hacia la plena madurez espiritual debemos pasar por una limpieza de todo lo que empeora o daña nuestras capacidades y energías. Y ya que hay influencias dentro y fuera de nosotros que escapan a nuestro directo control, la purificación nos llega de un poder más alto... por la acción del Espíritu Santo. A nosotros nos toca someternos a dicha acción y cooperar con ella. La obra de purificación es sencillamente las maneras en que cedemos a la acción purificadora de Dios y cooperamos con ella.

Para cada obstáculo inevitable que encontremos existe una manera de vivir pasando por otra situación de forma que nos purifique de su influencia negativa y nos guíe más profundamente hasta la fuerza de la propia virtud de Cristo. De resultas, nos vamos liberando gradualmente de los obstáculos que no podemos evitar y de las fuerzas que nos desvían en nuestra vida. La virtud y el poder de Jesús en nosotros se va liberando en forma creciente, y la gracia de Dios se va haciendo más dinámica. El P. Chaminade nos da un método que apunta a **seis obstáculos inevitables que amenazan** detenernos o desanimarnos en el camino a nuestra meta. **Tres son limitaciones que proceden de nuestro interior:** limitaciones, tendencias al mal, dudas; **y tres nos llegan de fuera:** oposición, sugerencias de rendirse, tentaciones. Para cada obstáculo el Padre Chaminade propone una manera de tratar la dificultad de modo que a través de la purificación podamos crecer a una fe más honda, una esperanza más firme y un amor más fuerte. Todas ellas, cualidades de una mayor semejanza con Jesús.

En los próximos capítulos vamos a tratar de esos seis obstáculos y de las correspondientes virtudes de purificación.

Tres Imágenes de Purificación

1) *“Yahveh, nuestro Dios, nos habló así en el Horeb: Ya habéis estado bastante tiempo en esta montaña. ¡En marcha!... Yo he puesto esa tierra ante vosotros; id a tomar posesión” (Deuteronomio 1, 6-8).* El pueblo de Dios había acampado cerca del Monte Horeb y estaban satisfechos de quedarse donde estaban. Comenzaban a sentirse en casa allí. Pero Dios tenía preparadas cosas más grandes para ellos, las cuales ellos conseguirían solamente **moviéndose...** a través de una purificación. Dios no quería que ellos se estableciesen por “algo más pequeño”.

2) *“Todo sarmiento que en mí no da fruto, lo corta, y todo el que da fruto lo poda para que dé más fruto” (Juan 15, 2).* Cuando ya estamos dando fruto por las virtudes de preparación, nuestra naturaleza pone obstáculos a la **necesidad de que se nos pode...** ¡Ya estamos haciendo bastante!

3) El **Padre Chaminade** nos da esta imagen de él mismo siendo purificado: se compara con **un arroyo que, al encontrar un obstáculo, no hace ningún esfuerzo por apartarlo o dominarlo. El mismo obstáculo hace que la corriente se ensanche y ahonde hasta que rebosa por encima del obstáculo y sigue su curso con más fuerza y calando más hondo**³.

³ Este autorretrato del fundador es obra de Juan Bautista Lalanne sm, publicado en el *Diccionario de las Órdenes religiosas*, 1858.

11

La Debilidad y las Limitaciones

Desde mi muy temprana infancia quedé llena de una confianza absoluta en el amor total de Dios por mí. Cuando fui adolescente, pensé que no podría tener una confianza mayor en Dios. Pero, cada vez que experimentaba mis limitaciones en una forma diferente, era conducida a nuevas profundidades de confianza en Dios. Cuando Dios envió un ángel a decirme que sería la madre de Jesús el Salvador, yo me sentí indigna de tan inmensa gracia. Pero yo había recibido ya una gracia purificante para confiar en el poder de Dios de una manera nunca antes experimentada. Fui capaz de decir "SI" a la voluntad de Dios, abandonándome incondicionalmente a que el Espíritu Santo descendiera sobre mí, y así mi indignidad se convirtió en receptáculo del asombroso poder de Dios en mí. Otra vez en Belén, en Egipto, en Caná, y especialmente en el Calvario, experimenté mis limitaciones de maneras diferentes, y cada vez fui agraciada con más pura y profunda confianza en el poder de Dios trabajando en mí.

Mientras veía crecer a Jesús, confirmé con frecuencia que se adjudicaba a sí mismo nuestras limitaciones humanas. Después de todo, el ángel me dijo: "Será grande, se llamará Hijo del Altísimo, el Señor Dios le dará el trono de David su padre; reinará sobre la casa de Jacob por siempre, y su reino no tendrá fin" (Lucas 1, 32-33). Pero aprendí que, como ser humano, su experiencia de debilidad y limitaciones lo llevaron a una confianza sin límites en su Padre. En la última cena con sus discípulos, antes de que muriera, "sabiendo que el Padre había puesto todo en sus manos y que venía de Dios y a Dios volvía", vivió las limitaciones de un siervo. Él sabía que debía ser el poder de Dios el que nos salvaría y no solamente el valor o la competencia humana. Sabía que tenía que pasar por esta purificación humana para manifestar el poder total de Dios en la resurrección.

Ahora quiero acompañarte en algunas experiencias de tu debilidad para conducirte a una confianza más profunda en Dios. Esa confianza resultará en nuevas formas del poder de Dios en ti.

El estrés y las tensiones son algunas veces tan grandes que nuestros recursos humanos simplemente no son adecuados para luchar con ellos. En el mejor de los casos, nuestro mayor poder se siente como nuestra total debilidad. Cuando eso sucede, tenemos dos caminos: podemos cambiar nuestro rumbo para evitar sentir nuestras limitaciones, o podemos decidir confiarnos en algún poder mayor que el nuestro. Otra manera de decirlo es que podemos escoger entre permanecer en la seguridad de nuestros propios medios, o arriesgarnos a llegar más allá de nuestros propios medios apoyándonos en la fortaleza de otro. Cuando los discípulos de Jesús tenían que alimentar a una multitud hambrienta, unas cinco mil personas, sus mejores recursos fueron totalmente inadecuados. Su primera reacción fue despedir a la gente para evitar una situación en la cual ellos sentían con agudeza sus límites frente a una clara necesidad. Jesús les dejó sentir su debilidad y, entonces, los invitó a aceptarla y transformarla en una fuerza mayor.

Cuando fui niño, asistí a una pequeña escuela primaria en un área rural. Había diez estudiantes en mi clase, y yo tenía las más altas calificaciones del grupo sin mucho esfuerzo. Me volví orgulloso porque no había experimentado debilidad o limitación en mis habilidades académicas. Cuando me gradué (el más brillante de mi pequeña clase) y fui a una escuela secundaria católica de calidad, pronto me encontré en una crisis de ansiedad y desesperación. Mis esfuerzos y habilidades no fueron nada adecuados para ser el número uno entre mis brillantes compañeros. Mi primer impulso fue salirme y encontrar una pequeña escuela de ciudad donde no pudiera sentir mis limitaciones, pero esa no fue una opción aceptada en mi familia y fui forzado a buscar más allá de mis propios y soberbios límites.

Como resultado empecé a descubrir otros valores más importantes que ser el primero en la clase: valores que nunca hubiera encontrado sin la experiencia de mi debilidad.

En el trabajo de preparación, adquirimos un número de cualidades y desarrollamos sólo algunas fortalezas. Ellas nos dan una mayor confianza y una buena imagen de nosotros mismos. Pero nuestro *ego* puede debilitar esas virtudes para apropiárselas.

Nuestro *ego*, trabajando fuera de nuestro control, se adjudica las virtudes de Jesús en nosotros. Ciertamente que nos esforzamos por vivir las virtudes de Jesús, pero a nuestro modo. El P. Chaminade dice que la virtud que se basa solamente en nuestra propia confianza es una virtud débil, porque hace a nuestro *ego* la fuente de nuestra fortaleza. Esa fuerza es muy limitada en comparación con la virtud que se apoya en Dios para su fortaleza.

Nuestro *ego* es sabio al adjudicarse lo bueno a sí mismo. Podemos ser celosos de practicar virtudes y hacer el bien... y entonces, echar a perder todo haciéndonos su objeto de aprobación y merecimiento. Nuestro *ego* confina la virtud a nuestros propios recursos, los cuales limitan el poder de Dios en nosotros. Jesús nos dijo: "Tened cuidado de hacer obras buenas para que la gente pueda verlos" (Mateo, 6, 11). Tal virtud mueve solamente el limitado poder de nuestro *ego*. Aun la oración es débil cuando la hacemos sólo con nuestros recursos: "Cuando oréis, no seáis como los hipócritas a quienes les gusta ponerse de pie y orar en las sinagogas y en las esquinas de las calles para que los demás puedan verlos" (Mateo, 6, 5).

¿Qué tenemos que hacer para ser purificados de los efectos negativos de nuestra debilidad o limitaciones? Primero, debemos sentir lo inadecuado de nuestros propios recursos en ciertas situaciones y aceptar esos sentimientos. Por ejemplo, podemos experimentar fracaso después de hacer nuestro mejor esfuerzo. O debido a una enfermedad, podemos no sentir la fuerza que pensamos necesitamos para hacer algún trabajo. Podemos pensar que no tenemos la educación o el equipo necesario para triunfar. Todas estas situaciones nos hacen sentir debilidad ante la meta a alcanzar. No atacamos los sentimientos; nos permitimos sentir nuestras debilidades dentro de nosotros. Segundo, cuando sentimos nuestra debilidad, deliberadamente nos quedamos con la experiencia y aceptamos nuestras limitaciones. No huimos o evitamos la situación, ni culpamos a nadie más o caemos en pesimismo o depresión. Admitimos que no somos adecuados para ser el centro de una solución. Tercero, dejamos ir la seguridad de nuestra confianza personal y alcanzamos más docilidad que nunca antes en nuestra confianza en Dios.

Purificados de los intereses de nuestro *ego*, la confianza en Dios es la virtud que hace a nuestra debilidad un vehículo del poder de Dios. El sentido de ser débiles por nosotros mismos no desaparece y no tiene ya mayor importancia; sabemos que hay un poder mayor

trabajando en nosotros. Actuamos como gente responsable y usamos todos nuestros recursos personales, pero ahora ofrecemos nuestros pocos panes y peces al multiplicador poder de Dios.

¿Qué indicaciones pueden mostrarnos que nuestra virtud no está aún purificada lo suficiente y que todavía confiamos demasiado en nuestra propia fuerza y muy poco en Dios?

El P. Chaminade nos da estas:

- Nos deprimimos cuando alguna aspiración es bloqueada.
- No lo intentamos de nuevo después de un fracaso.
- Nos castigamos por errores o culpamos a otros por ellos.
- Nos descorazonamos cuando nuestros talentos no son reconocidos.
- Nos molestamos cuando no recibimos suficientes créditos.
- Acudimos a Dios sólo como un último recurso.

¿Cuáles son algunos signos de que la experiencia de nuestros límites y debilidades esté actualmente purificando y fortaleciendo nuestra virtud? Las siguientes son algunas buenas indicaciones:

- Creemos que la gracia de Dios está realmente trabajando en nosotros a través de la experiencia de la debilidad.
- Reconocemos que Jesús está presente en la oscuridad de nuestra debilidad, tal y como lo prometió.
- No sentimos nunca más vergüenza de nuestra debilidad, puesto que es un medio del poder de Dios en nosotros.
- Empezamos a sentir confianza en Dios en situaciones de debilidad y reconocemos algunos de los buenos efectos.

Quizás tu experiencia sea la misma de un amigo mío. "Después de leer una vez este capítulo, yo sólo quería arrastrarme dentro de una cueva y quedarme ahí; parecía demasiado cobarde. Cuando aprendí que la promesa de Dios es real 'Mi gracia te basta', descubrí cuán hermosa es esta virtud".

Experiencia:

La oración más efectiva que conozco para aumentar mi confianza en Dios, es simplemente decir: "Sí, Señor". Cuando lo digo en circunstancias que me hacen sentir mal, acepto la situación de cualquier manera, algo molesta o bendiciéndola. Algunas veces tengo que apretar los dientes para que las palabras salgan, pero más tarde termino con una confianza más profunda y con gozo.

Cuando mi madre me llamó para decirme que mi abuela se estaba volviendo incapaz de cuidarse por sí sola, sentí una profunda ansiedad. Mi madre iba a tener que enfrentar a mi abuela con este problema y hacer cambios difíciles, pero necesarios. Me sentí tan mal que nunca hubiera querido escuchar a mi madre esta noticia; quería escapar de toda esta realidad. Fue tiempo del "Sí, Señor". Dios no quitó el problema, pero me llenó de la confianza

en que Él fortalecería a mi madre para manejarlo con serenidad. Mi madre nunca antes me había pedido orar por ella, pero en mi momento de debilidad lo hizo. Ninguna de nosotras quedó lastimada.

Sandra Garant

Temas para la Oración y la Meditación

1. Considera que puedes hacer muy poco con tus propios recursos a menos que estén llenos del poder de Dios.

- "Así como una rama no puede dar frutos por sí sola a menos que permanezca unida a la vid, así no podrás tú, a menos que permanezcas en mí" (Juan 15, 4).

- Como hombre, Jesús vivió esta misma experiencia de debilidad:

"no puedo hacer nada por mí mismo" (Juan 5, 30 y Juan 5, 19-20).

2. Reflexiona en cómo a través de la purificación, la experiencia de la debilidad puede conducir a mayor fuerza en Dios: a mayor debilidad, mayor confianza en Dios; a más confianza en Dios, una gracia mayor trabaja en nosotros.

- La espina en la carne de Pablo: "tres veces supliqué a Dios que lo apartara de mí, pero él me dijo: "Te basta mi gracia, la fuerza se realiza en la debilidad". Más bien, prefiero jactarme de mi debilidad para que el poder de Cristo pueda habitar en mí. Por lo tanto, estoy contento con mi debilidad, ultrajes, privaciones, persecuciones, encierros, todo por Cristo; porque cuando soy débil, entonces soy fuerte" (2 Corintios, 12, 8-10).

- La edad de Isabel y la esterilidad: "Y mira a Isabel tu pariente, también ha concebido un hijo en su ancianidad, y este es ya el sexto mes de aquella que llamaban estéril; puesto que nada es imposible para Dios" (Lucas 1, 36-37)

- Sobre las cosas imposibles, Jesús dijo a sus discípulos: "Ellos estaban completamente sorprendidos y se dijeron 'entonces, ¿quién se salvará? Jesús los miró y dijo: Para los hombres es imposible, pero no para Dios. Todo es posible para Dios" (Mateo, 10, 26-27).

3. Hay una gran reserva de poder para nosotros en Jesús, acogemos aquel poder por una confianza purificada en Dios.

- "Quien crea en mí hará las cosas que hago, y hará mayores que éstas... Si pides algo (Juan 14, 12-14). en mi nombre, lo haré"

"Todo lo puedo en Aquel que me conforta" (Filipenses 4, 13).

Preguntas para revisión personal o diálogo grupal

1. Describe alguna situación que encaraste en la cual te sentiste inadecuado para resolverla con tus propios recursos. ¿Cuál fue tu sentimiento y tu primera tendencia en esta situación?
2. ¿Qué puedes hacer para aprovechar más el poder de Dios? ¿Cómo aumenta esto tu confianza y esperanza?
3. Purificación significa dejar atrás algo de tu viejo yo para dejar entrar algo más grande en tu nuevo yo. Cuenta tal experiencia purificadora en tu vida: ¿qué dejaste atrás y qué ganaste?
4. Explica lo que entendiste de la afirmación de San Pablo: "cuando soy débil, entonces soy más fuerte" (2 Corintios, 13, 10).
5. Describe alguna de las limitaciones con las cuales Jesús vivió y sirvió, y cómo puedes explicar su ejemplo en tu vida, con tu familia, con amigos, con compañeros en el trabajo.

12

Las Tendencias al Mal

Cuando nosotras, las madres judías, hablábamos de la educación de nuestros hijos, me di cuenta de que mi tarea era diferente en cierto modo. Por ejemplo, otras mamás hablaban muchísimo de lo que hacían para corregir ciertas tendencias en sus niños... tales como la propensión de decir "no" a todo, a negar aquello que les podía acarrear un castigo, a ponerse a llorar para conseguir lo que querían. Cuando esos niños fueron mayores, se trataba de su impulso a beber demasiado vino, de su falta de respeto a los demás, o de sus deseos de venganza al ser maltratados. Yo nunca observé esas tendencias en Jesús, lo cual me dio una conciencia aguda de su conducta.

Incluso aunque Jesús no manifestaba estas tendencias, él se identificaba tanto con los sentimientos de sus compañeros que parecía sentirlos en sí mismo. Era como si él sintiera las tendencias, pero de alguna manera no tenían poder alguno sobre su conducta. Sentía lo que otros sentían con el fin de identificarse con ellos, pero la excitación al mal estaba como purificada de su control sobre él.

Más tarde, en la vida pública de Jesús, él aceptaba con compasión las tendencias al mal en otros, pero sufría hondamente al ver a la gente seguir esas tendencias. Le atormentaba ver a hombres y mujeres de una conducta externa correcta que luego se entregaban a las malas tendencias interiores. A veces incluso él se enfurecía: "¡Ay de vosotros, escribas y fariseos hipócritas, que purificáis por fuera la copa y el plato, mientras por dentro están llenos de rapiña e intemperancia!" (Mateo 23, 25). Por intemperancia él quería decir el no purificarse de las tendencias al mal. Se afligía a causa de la gente que pensaba que sus propios impulsos eran más correctos que la enseñanza de su Padre que él les ofrecía. Algunas de sus parábolas las dirigió a aquellas personas que se creían virtuosas y por ello despreciaban a todos los demás (Lucas 18, 9). De manera especial le entristecían los que seguían sus impulsos, que les llevaban lejos de la verdad y de la plenitud de la vida (Juan 6, 66).

Quiero estar presente cuando aprendas cómo despojar a las tendencias al mal de su poder sobre tu conducta. Era una virtud fascinante en Jesús, que yo meditaba profundamente.

Mi hermano dejó de fumar después de haber sido adicto a la nicotina gran parte de su vida. Ocho años después de fumar su último cigarrillo, le dije: "¿Cuánto tiempo te llevó el llegar a no desear un cigarrillo?" Me sorprendió su respuesta: "El deseo nunca ha desaparecido. Después de cada comida, me muero por un cigarrillo".

Incluso aunque seamos capaces de vencer defectos y poner fin a malos hábitos, no podemos eliminar las tendencias que, por dentro, nos llevan a ellos. Podemos adquirir algunas virtudes de preparación y tener las tendencias que van en su contra. Este capítulo se propone enseñar cómo podemos cooperar en la purificación de esas tendencias para evitar su influjo negativo en nosotros.

Yo crecí en mi casa con un niño que vivió con nuestra familia hasta los seis años. Entonces, su padre volvió a casarse y, naturalmente, él se fue a vivir con su padre y su madrastra. Él vivía muy lejos ahora, pero aún estábamos juntos en la escuela. Acabado el tercer curso, nos separamos y nuestras vidas siguieron caminos distintos. Él se casó y yo entré en la vida religiosa. Años más tarde oí que estaba arruinando su vida por la bebida y que de vez en cuando iba a parar a la cárcel. Su esposa le abandonó. Después, un día, nos dio la sorpresa de visitarnos con su segunda mujer y sus dos hijitas adoptadas. Había dejado la bebida y estaba llevando una nueva vida. Él me dijo: "No puedo creer lo diferente que es ahora la vida. Llegué a la conclusión de que estaba perjudicando a demasiada gente, incluido yo mismo, y entonces dejé la bebida. Ahora todo aquello pasó y nunca querré una gota de licor". Varios años más tarde oí que su segunda mujer lo abandonó por haber recaído en la bebida... y de vez en cuando estaba en la cárcel. Él había detenido el hábito por un tiempo, pero la tendencia todavía estaba allí. Nunca consiguió purificarla. Pienso muchas veces cómo pudo ser diferente su vida de haber tenido la oportunidad de crecer en la purificación ayudado por un grupo que comparte su fe.

Algo que da fuerza al movimiento de AA para recuperar a alcohólicos es que ellos no se presentan nunca como ex alcohólicos. Jamás les oirás decir: "Yo fui alcohólico". Se llaman asímismos alcohólicos en recuperación. Lo cual significa que reconocen tener en su interior una tendencia que, si de nuevo llega a controlar su actitud o su conducta, los empujará hacia atrás al mismo sitio de donde partieron. De hecho, sucede a veces que "el final de aquel hombre viene a ser peor que al principio" (Lucas 11, 26). Los miembros de AA aceptan el hecho de que pueden hacer parar al hábito pero no pueden parar la tendencia. Sólo pueden someter su vida a un poder más alto e impedir que la tendencia los domine por un día cada vez.

Visité en cierta ocasión a un hombre que estaba en una institución siguiendo un programa de tres meses para adelgazar. Había cumplido muy bien el programa y se veía estupendo. Al acabar la visita me dijo: "Me quedan solamente diez días para irme. Estoy impaciente por salir de aquí". "¿Por qué?,- le pregunté-, parece un lugar muy agradable y creo que el programa es excelente". Me contestó: "No aguanto más las ganas de volver a casa y poder comer. ¡Aquí me están matando de hambre!" Este hombre había vencido su mal hábito mientras estaba en el programa, pero ya estaba dispuesto a dejarse dominar por la tendencia tan pronto regresara a su casa.

Una tendencia es un potencial con un impulso añadido. Si todas nuestras tendencias fueran dirigidas solamente hacia el bien, nunca tendríamos que escoger entre el bien y el mal. No habría fuerzas destructivas en nuestra vida y podríamos seguir cada impulso sin reflexionar. Pero el hecho es que todos nosotros experimentamos impulsos hacia el bien y hacia el mal, impulsos hacia la creatividad y hacia la destrucción, un anhelo de ser felices y un arrimarnos al desaliento o a los sufrimientos. Como vemos, necesitamos alguna purificación en este punto.

Llamamos malas a las tendencias al alcoholismo, a la gula, al fumar convulsivo, en el sentido de que llevan a una conducta que es causa de un daño o a la infelicidad. Estos ejemplos son todos de hábitos de salud física. El P.Chaminade se preocupaba más de las tendencias espirituales al mal, porque tienen consecuencias más desastrosas. Por ejemplo, yo podría dejarme llevar por la tendencia a exagerar mis cualidades, una forma de egoísmo. Tendencias

de este tipo son más sutiles, porque no las reconozco como inclinaciones al mal. No veo el mal que hacen. La peor de todas las actitudes es la de creer que no tengo serias tendencias al mal.

La purificación es la incómoda experiencia de despojar a una mala tendencia de su dominio sobre nuestra conducta. Nuestro *ego* se aferra por sí mismo a las tendencias. Es, por lo tanto, algo doloroso para nuestro *ego* verse retado por las ideas que recibimos y desposeído a causa de las elecciones que hacemos en el proceso de purificación. Un alcohólico en recuperación me decía: "Es increíble cuánto tiempo negué que tenía un problema. Era demasiado humillante admitirlo, incluso frente a mí mismo". Pero al anular el dominio de las inclinaciones al mal damos libertad a nuestros impulsos hacia el bien, hacia la plenitud y la felicidad para obrar sin impedimentos.

¿Qué parte nos toca en la purificación de estas tendencias? Recordemos que la purificación se realiza por la gracia de Dios que opera en nosotros. Con las tendencias al mal no podemos actuar directamente, sino cooperando al dejar que la gracia de Dios produzca su efecto de limpiar. Hay aquí **tres cosas específicas que podemos hacer**.

1) Admitir que tenemos tendencias al mal como parte de nuestra condición humana. Una vez reconocido esto, nos quedamos vigilantes para cuando aparezcan. Y debemos estar más atentos a las tendencias de carácter más espiritual. Las físicas son más fáciles de detectar, aunque tal vez no son más fáciles de admitir. Por lo regular nuestras tendencias al mal nos las muestran los demás de una u otra manera. Un buen amigo mío me hizo una vez un favor muy cariñoso pero muy doloroso. Me dijo que le era difícil trabajar conmigo porque yo siempre entremetía algún comentario sobre cualquier situación. Mis observaciones le daban a él (y probablemente a los otros) la impresión de que yo creía estúpidas sus ideas o que eran sin importancia comparadas con las mías. Me quedé sorprendido y turbado, porque no era consciente de tal tendencia; no era parte de la imagen que yo me hacía de mí mismo. Acepté su reparo y me dispuse a probarle que no tenía razón. Pero empecé a notar exactamente lo que él había señalado. Yo hablaba con seguridad de lo que sentía la gente, de lo que el gobierno debería hacer, del mejor modo de mantener la salud, de los efectos de la computadora en la vida espiritual de la gente... Mi *ego* escocía, pero me fui haciendo consciente de esta tendencia, y pude decir sí a la purificación que se estaba iniciando.

2) Convertirnos en vigilantes de una tendencia reconocida como tal, tal, y cada vez que nos sorprendamos obrando a sus impulsos, **usar nuestras virtudes** de preparación para dominarla: silencio de las palabras, soportar mortificaciones, obediencia de preparación, etc.

3) Lo más importante de todo es admitir que no somos capaces de hacer nada directamente sobre la tendencia. No confiarnos nada en nuestra habilidad para despojar a la tendencia de su dominio sobre nuestra conducta. Ni fiarnos de la tendencia si ella prometiera algo bueno. Al contrario, **nos sometemos al poder de Dios** y le pedimos con sinceridad que la gracia purificadora le arrebatase su influencia sobre nosotros. Deliberadamente practicamos una espera confiada en que Dios está actuando en esta situación. Confiamos en que Dios aleje la tendencia hasta un lugar en que no pueda dañarnos, mientras caminamos guiados providencialmente por él.

La virtud que cultivamos es el hábito de confiarlo todo a Dios y esto con una creciente confianza en él como guía y fortaleza de nuestra vida. Va aumentando la experiencia de que

la presencia y el poder de Jesús vienen a llenar el vacío de las cosas a que renunciamos por la purificación de nuestro *ego*.

Experiencia:

Yo siempre creía ser una persona entusiasta y simpática cuya presencia agradaba a los otros. Pero a veces caía en un estado de abatimiento y humor crítico, incluso con mis mejores amigos. A mí no me gustaba estar de esta forma, pero no parecía que yo pudiera hacer nada al respecto.

Un día acudí a un sacerdote amigo mío y le hablé de mis frecuentes caídas en este estado de desánimo y crítica. No era mi Yo verdadero, pero ¿qué podía hacer? Mi amigo me escuchó atentamente y tuvimos una buena conversación. Finalmente dije: "Creo que lo que pasa es que tengo una mala tendencia hacia ese estado de abatimiento". Replicó mi amigo: "No creo que una tendencia a desanimarse sea mala. La vida tiene momentos en que uno se siente aburrido y molesto. No podemos estar siempre en lo alto. Deberíamos vivir esos momentos y vivirlos plenamente. No obstante, yo observo una tendencia en ti cuando te sientes bajo de ánimo. Tiendes a esperar que los demás te hagan sentir a gusto. Y creo que esta es una tendencia de tu yo falso y de que necesita purificarse".

Tenía razón mi amigo. Era algo normal que yo me sintiera bajo de ánimo cuando estaba sobrecargado, cansado, o cuando las cosas se ponían mal; pero no era realista esperar que todo el mundo en derredor mío me hiciera sentir bien en esas circunstancias. Una vez que fui consciente de esta tendencia, pude aceptar momentos de decir "¡uff!" como parte normal del ritmo de la vida sin echar discursos a mi mujer, sin regañar a mis hijos ni criticar a mis colegas. Comencé a aprender cómo vivir mis malos momentos en la armonía de la providencia de Dios, sabiendo que esos ratos también trabajaban en bien de mi persona.

Temas para la Oración y la Meditación

1. En cada uno de nosotros, nuestros deseos de hacer el bien se ven mezclados con inclinaciones (deseos, impulsos) al mal. Las buenas intenciones están a menudo entrelazadas con tendencias opuestas.

- "Pues la carne tiene apetencias contrarias al espíritu, y el espíritu contrarias a la carne, como que son entre sí antagónicos, de forma que no hacéis lo que quisierais" (Gálatas 5, 17).

2. Somos purificados de nuestras inclinaciones al mal confiando más en Dios y menos en nosotros mismos solos.

- "Así que, hermanos míos, no somos deudores de la carne para vivir según la carne, pues si vivís según la carne, moriréis. Pero si con el Espíritu hacéis morir las obras del cuerpo, viviréis" (Romanos 8, 12-13).

3. Viviendo crecientemente en unión con Jesús, nos vemos purificados de las tendencias que nos tiran hacia el mal.

"Ahora bien, las obras de la carne son conocidas: fornicación, impureza, libertinaje, idolatría, hechicería, odios, discordia, celos, iras, rencillas, divisiones, disensiones, envidias, embriagueces, orgías y cosas semejantes. En cambio el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, templanza; contra tales cosas no hay ley. Pues los que son de Cristo Jesús, han crucificado la carne con sus pasiones y sus apetencias" (Gálatas, 5, 19-24).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. ¿Qué tendencias crees que Jesús pudo experimentar como ser humano y que se negó a seguir?
2. Cuenta una situación en tu vida en la que tus buenas intenciones parecieron chocar con algún impulso opuesto dentro de ti.
(Podría ser un ejemplo tuyo añadido a la lista de Mateo 6, 1-8.)
3. ¿Qué actitud o práctica ha sido de ayuda para ti, o creíste que sería de ayuda, para purificar las tendencias de su influencia en tu conducta? ¿Qué gracia interior crees que Jesús te envió para protegerte del influjo del amor propio o la venganza?
4. Cada una de las Bienaventuranzas es una disposición que nos purifica de alguna tendencia al mal. Podrías tomar una de ellas y comprobar, junto con otros, que esto es así.
(Ver Mateo 5, 3-12.).

13

Las Dudas y la Incertidumbre

Después de que se me dijo que iba a ser madre, empecé pronto a darme cuenta de que mi hijo no sería como los otros niños. El ángel Gabriel dijo: "Él será grande y será llamado hijo del Altísimo" (Lucas 1, 32). A pesar de que no hubo niño más naturalmente e íntimamente unido a su mamá que Jesús lo fue conmigo, yo siempre sentí que había otra relación presente que escapaba a mi comprensión. Dios era su verdadero padre y Jesús vivió esa relación incluso más profundamente cuando creció. Hasta los doce años no habló de ello directamente. Cuando José y yo lo encontramos en el templo, él nos dijo: "Y ¿por qué me buscabais? ¿No sabíais que yo debía estar en las cosas de mi Padre?" (Lucas 2, 49). Nosotros no entendimos lo que quería decir, pero me fui dando cuenta cada vez más de esta relación con Dios su Padre y de que su misión se refería a la obra de su Padre. Su cercanía a Dios se manifestaba en su compostura y su aplomo. Jamás vi una huella de inseguridad o duda tocante a sus decisiones.

Cuando su seguridad y confianza me maravillaban yo recordaba cómo recobré y profundicé mi equilibrio después de la fuerte sacudida del anuncio de que iba a ser madre de Dios. Al expresar mis inquietudes, el ángel me dijo: "El Espíritu Santo vendrá sobre ti y el poder del Altísimo te cubrirá con su sombra" (Lucas, 1, 35). Ya no tuve más dudas o vacilaciones. Sabía que Dios se cuidaría de todo.

Yo comencé a comprender que la notable confianza y seguridad en sí mismo de Jesús venía de su Padre. Más tarde él intentó explicar esto a los judíos. "El Hijo no puede hacer nada por su cuenta, sino lo que ve hacer al Padre; lo que hace él, eso también lo hace igualmente el Hijo. Porque el Padre quiere al Hijo y le muestra todo lo que él hace. Y le mostrará obras aún mayores que éstas y vosotros os asombraréis" (Juan 5, 19-20). Antes de llamar a Lázaro de la tumba, Jesús oró: "Padre, te doy gracias por haberme escuchado. Yo sabía que tú siempre me escuchas" (Juan 11, 41-42). ¡Qué gran confianza y seguridad sacaba Jesús de esta relación con el Padre!

Ahora quiero ayudarte a llegar a esta misma confianza y seguridad en tus decisiones y en tu conducta. Te invito a que leas y pienses este capítulo en mi presencia.

Dudas e incertidumbres pueden abrumarnos. Pueden hacer de cada decisión una agonía, y a veces pueden impedirnos toda decisión. Pueden causar sentimientos de inseguridad y dejarnos carentes de seguridad en nosotros mismos. "No puedo tomar una decisión", "¿estoy haciendo lo correcto?", "¿qué pasa si esto acaba mal?", "¿podría hacer algo más importante?" Recuerdo a un guapo soltero donde yo vivía, que salía con muchas jovencitas. Sus amigos bromeaban diciéndole: "Jorge, ¿cuándo vas a pedirle a una que se case contigo?" Y Jorge contestaba con toda sinceridad: "Cuando esté seguro de que ella es la acertada". Jorge nunca se casó.

Es natural que todos busquemos certeza. Nos gustaría estar seguros de nuestras decisiones, sobre todo cuando implican cambios difíciles o sufrimientos. Algunas dudas

podemos resolverlas con mayor información, pero muchas elecciones que debemos hacer implican, por su misma naturaleza, un riesgo. Me acuerdo de que una vez en un estacionamiento de coches hubo gente que preguntaba una dirección a mi padre. "¿Nos lleva esta carretera al parque regional?" "Sí, así es" dijo mi padre. "¿Es un sitio bonito? ¿Nos gustará si vamos allá?" Mi padre contestó: "No sé si alguien puede asegurarle eso". En la purificación no se trata de dudas que puedan disiparse con información como "¿Lleva esta carretera al parque regional?" Eso lo podemos hacer con facilidad. Pero hablamos más bien de incertidumbres sobre una decisión que lleva consigo algún riesgo. La purificación no suprime las dudas e incertidumbres, pero alivia la ansiedad e inseguridad que ellas nos causan.

Si queremos llevar una vida plena y feliz tenemos que ir más allá de la indecisión, la ansiedad y la duda sobre uno mismo. De lo contrario siempre nos quedaremos más acá de lo que podríamos ser, o de lo que se espera que realicemos. Deberías recordar la fábula clásica del burro que se murió de hambre en medio de dos montones de paja por no decidir cuál de ellos comerse primero.

El P. Chaminade daba este ejemplo de un religioso estudiante lleno de dudas "no purificadas": El estudiante tenía una tarde libre en la que podía hacer lo que él escogiera. Tenía varios libros por terminar, así que se puso a leer. Sin embargo, no estaba tranquilo. Le gustaba mucho ir de excursión y esta era la única oportunidad que tenía de dar un largo paseo; entonces cerró sus libros y emprendió la marcha. Al cabo de poco tiempo se sintió desasosegado de nuevo. Caminar era cosa buena, pero sería mucho mejor dedicar este tiempo a la oración; entonces dio media vuelta y entró en la capilla. Otra vez sintió inquietud y no podía rezar. Siguió pensando que debía haber otra cosa diferente que él debería estar haciendo. Y terminó el día frustrado, con el sentimiento de no haber hecho nada. ¿Qué otra cosa pudo haber obtenido?

El estudiante pudo haberse sentido aliviado de sus dudas e incertidumbres por medio de la práctica de la virtud que implica *los tres pasos siguientes*:

Primero, con la información de que disponemos, nos ponemos a buscar el consejo que esté razonablemente a nuestro alcance.

El recurrir a pedir consejo nos procura ideas u opiniones de otra persona, lo cual aumenta nuestras posibilidades de tomar una buena decisión. Normalmente no necesitamos tener el consejo de un experto. Un colega prudente o un amigo en quien confiamos puede ser de gran ayuda. "Pepe, estoy pensando cambiar de trabajo. ¿Te parece esto una locura?"

Necesitamos confiar en Dios para que esa información que tenemos a mano y ese consejo nos sean suficientes. De otra manera nuestra inseguridad y ansiedad nunca se calmarán. Pedimos consejo de aquella persona que la Providencia ha puesto a nuestro alcance. El consejo no es cosa nuestra. Dios puede servirse de cualquier persona para ayudarnos. Y así confiamos lo que nos pasa a un amigo de quien nos fiamos o a alguien cuya opinión nos merece respeto.

Segundo, tomamos una decisión. No esperamos que la decisión sea tomada en lugar nuestro, ni esperamos que desaparezca toda duda y riesgo. La acción de purificación se produce porque nos desprendemos de nuestra necesidad de sentirnos asegurados, de nuestro miedo

a equivocarnos, de nuestro rechazo a ser responsables. Avanzamos más allá de estas urgencias al tomar una decisión basada en las mejores ideas que en ese momento tenemos.

Tercero, la decisión la tomamos como un acto de confianza en Dios. En esa confianza procedemos en paz para llevar a término esa decisión. Creemos, por la fe, que si hemos llevado a cabo los dos primeros pasos, Dios va a trabajar con nosotros para hacer que las cosas en conexión con nuestra decisión sucedan a favor y en bien de nosotros. Incluso si cometimos un error o nuestra decisión fracasa, se seguirán beneficios. "Sabemos que en todas las cosas interviene Dios para bien de los que le aman" (Romanos 8, 28). Nuestra paz y nuestro ánimo no vienen de estar seguros de que hicimos una decisión infalible, sino de creer que nuestra decisión la hicimos en el contexto de la Providencia Divina. Al interior de esa Providencia las cosas buenas sucederán. Mantenemos firme nuestra fe en que la gracia de Dios está actuando en nuestras decisiones personales.

Practicar estos tres pasos de la virtud en cualquier momento en que nos asalten las dudas e incertidumbres, va formando nuestro juicio de manera que podamos adoptar decisiones con la sabiduría de Jesús y llevarlas a término con serenidad. Las decisiones tomadas en el contexto del cuidado providencial de Dios nos mueven suavemente a superar la parálisis del miedo, la ansiedad y el sentimiento de dudar de nosotros mismos.

Experiencia

Una vez dos buenas personas me dieron su parecer contradictorio. Esto me llenó de ansiedad: ¿Qué hacer? Esta virtud me enseñó a presentar la situación a Dios en la oración, a confiar y luego tomar la mejor decisión posible, basándome en el mejor consejo que yo pudiera requerir en ese momento. Descubrí que no era importante para mí el tener certeza, sino más bien el haberme atrevido a hacer la mejor decisión que yo podía confiando en que Dios me ayudaría a sacar un bien de esa decisión. Esto me produjo paz y una sorprendente audacia para ir adelante.

No olvides que en la purificación no intentamos suprimir las dudas, sino que purificamos a las mismas de su poder de alterarnos.

Temas para la Oración y la Meditación

1. Dios no quiere que caminemos en la tiniebla y la duda. La gracia de Dios se propone llevarnos a la luz.

- "Jesús les habló otra vez diciendo: 'Yo soy la luz del mundo; el que me siga no caminará en la tinieblas, sino que tendrá la luz de la vida' (Juan 8, 12).

2. Considera cuál era la actitud de Jesús hacia los que se permitían quedar inmóviles ante sus dudas y temores.

- "Vino el otro y dijo: 'Señor, aquí tienes tu mina, que he tenido guardada en un pañuelo, pues tenía miedo de ti, que eres un hombre duro'... Le dice: Por tu propia boca te juzgo...

¿por qué no colocaste mi dinero en el banco? Y así, al volver yo, lo hubiera cobrado con los intereses' " (Lucas 19, 20-23).

3. Frecuentemente Dios nos guía con su sabiduría divina a través del consejo de otras personas.

- "El que os escucha a vosotros, a mí me escucha; y el que os rechaza, a mí me rechaza; y el que me rechaza a mí, rechaza al que me ha enviado" (Lucas 10, 16.)

- "Él (Saulo) respondió: ¿Quién eres, Señor?' Y él: Yo soy Jesús, a quien tú persigues. Pero levántate, entra en la ciudad y se te dirá lo que debes hacer" (Hechos 9, 5-6).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. Habla de una decisión que debes tomar y que por naturaleza implica incertidumbre acerca del resultado. ¿Qué es lo que en este capítulo te puede ayudar a vivir con esa incertidumbre en paz y confianza?

2. ¿Crees que entre las posibilidades que tienes a tu alcance hay siempre una decisión que es "la mejor"? Explica tu razonamiento contestando esta pregunta.

3. Explica cómo, al llevar a cabo decisiones, la confianza en Jesús puede poco a poco ir reemplazando tu necesidad de estar seguro de haber tomado la decisión correcta.

4. En la vida de María ¿qué situaciones causaron dudas o inseguridades, y cómo ella las purificó?

14

La Oposición y las Contrariedades

Cuando José y yo llevamos a Jesús al templo para presentarlo al Señor, nos quedamos asombrados de las cosas que el santo varón Simeón decía de él. Luego cuando Simeón nos bendijo y yo estaba mirando los ojitos de mi niño, mi corazón fue traspasado por una angustia terrible al recibir estas palabras dirigidas a mí: "Este está puesto para caída y elevación de muchos en Israel, y para ser señal de contradicción y a ti misma una espada te atravesará el alma" (Lucas 2, 34-35). ¿Puedes imaginar lo duro que fue para mí figurarme a este niño en mis brazos siendo objeto de contradicción, de oposición, incluso despreciado? Luego yo recordé lo que el profeta Isaías había dicho: "Despreciable y desecho de hombres, varón de dolores y sabedor de dolencias, como ante quien se oculta el rostro, despreciable, y no le tuvimos en cuenta" (Isaías 53, 3). Mi corazón era un dolor.

Desde su primera edad Jesús crecía en paciencia. Rara vez rechazó a sus compañeros de juego que le criticaban o golpeaban. Yo meditaba en su conducta; parecía que hubiera algo más grande que hacer que el defenderse a sí mismo. Parecía que ya se estaba preparando a lo que Isaías había añadido: "¡Y con todo, eran nuestras dolencias las que él llevaba y nuestros dolores los que soportaba! Nosotros le tuvimos por azotado, herido por Dios y humillado. Él ha sido herido por nuestras rebeldías, molido por nuestras culpas. Él soportó el castigo que nos trae la paz, y con sus cardenales hemos sido curados" (Isaías, 53, 4-5). Como puedes ver, Isaías me dio mucho que pensar. Empecé a entender por qué Jesús quiso aprender a aceptar la oposición y la contradicción. Era la única vía para que él trajera una vida nueva y una libertad interior a los demás.

En el Calvario, al asir yo los pies clavados en la cruz de mi hijo que agonizaba, caí en la cuenta de que me estaba pidiendo ayudar a su discípulo amado, Juan, a crecer en esta misma virtud. Esto sería indispensable para seguir realizando la obra de llevar vida nueva y libertad interior a tantas gentes. Ahora quiero yo ayudarte a ti, otro discípulo amado de Jesús, a crecer en esa misma fortaleza interior.

Todos sabemos que la vida no es un lecho de rosas, y prevemos que encontraremos algunas dificultades. En el capítulo diez intentamos desarrollar una cierta tenacidad para enfrentar problemas y sufrimientos. Es de esperar que incluso aprendimos a no quedarnos desanimados por las dificultades. Ahora, en la etapa de la purificación, queremos tratar más a fondo un tipo especial de sufrimiento... el que nos produce la oposición y las dificultades cuando estamos intentando obrar bien. Cuando la gente se opone a nuestras mejores intenciones, nos pone difíciles las cosas e incluso coloca obstáculos en el camino de hacer el bien, nos vemos inclinados a decir: "Esto no es necesario" y a abandonar nuestros esfuerzos. Cuando no vemos el valor de este tipo de sufrimiento nos llega una especial tentación de detener la plena madurez que nos corresponde como personas, o de dejar de realizar una meta importante.

Tuve el privilegio de trabajar en una organización cuya finalidad era ayudar a distribuir excedentes alimenticios de la Comunidad Europea entre las regiones más necesitadas del

mundo. Un miembro del comité ejecutivo de aquella organización me dijo en varias ocasiones: "Es increíble cuánta oposición existe para hacer el bien. Simplemente no lo entiendo". A pesar de esto, continuó trabajando a pesar de las dificultades, haciendo todo lo que podía para distribuir alimentos a los pueblos con hambre.

El comentario de este hombre "Simplemente no lo entiendo"- toca a una necesidad común de conseguir que el sufrimiento tenga sentido. Intentamos con tanta fuerza dar sentido al sufrimiento para que no parezca innecesario o inútil. Por lo menos si alguien es censurado, podemos entender el sufrimiento en su causa. Cuando no encontramos la razón de un sufrimiento terrible nos quedamos en: "Es la voluntad de Dios". Cuántas veces oímos a la gente decir, al morir algún joven de enfermedad incurable, o a causa de la violencia o de un trágico accidente: "Bueno, era la voluntad de Dios. Era su momento, así que Dios lo recogió". Es una idea falsa, desde luego, y estas nociones deben ser purificadas. El deseo de dar sentido continuará, pero a través de la purificación somos capaces de vivir con un sufrimiento inevitable como un misterio que puede desembocar en nueva vida. Cuanto más seguimos a Jesús pasando sus pruebas más duras, tanto más nos damos cuenta de que él no explica su sufrimiento en conceptos humanos, sino que lo vive de manera que ayude a él y a nosotros a traer una vida plena y duradera.

Leí una vez una carta imaginada de Dios a una compañía de seguros. Dios alababa la buena obra de la compañía al prevenir tragedias que arruinasen económicamente a las familias. Sin embargo, al clasificar terremotos destructores, incendios desastrosos e inundaciones catastróficas como "actos de Dios" estaban calificando muy mal a Dios, dándole muy mala fama. Aún más, esto no era verdad. Dios no tiene nada que ver con la causa de tales desastres. ¿Podría, por favor, la compañía corregir sus folletos de publicidad?

Cuando encontramos oposición y queremos que nuestra respuesta sea virtuosa nos debemos someter a ser purificados de la necesidad de echar la culpa a alguien, especialmente de vituperar a Dios. En lugar de eso, tratamos de adoptar la actitud de Jesús. Él vino para hacer la voluntad de su Padre, o sea, llevar a cabo el gran deseo de Dios de salvar a la gente de las consecuencias de sus propios pecados. "Entonces (Jesús) dijo: ¡'He aquí que vengo -pues de mí está escrito en el rollo del libro a hacer, oh Dios, tu voluntad!' " (Hebreos 10, 7). Su finalidad era ayudarnos a todos nosotros, de la manera más extrema posible, a expulsar el pecado y sus consecuencias de nuestras vidas. Él haría cualquier cosa para salvarnos del pecado y darnos nueva vida. Pero para realizar esto Jesús tenía que pasar a través de ese mismo pecado y sufrimiento por nosotros, llevándonos con él en su amor hasta que alcanzase la plenitud de vida más allá del sufrimiento. El pecado agota su energía en forma de oposición y contrariedades, tal como el P. Chaminade las describe. Cuando se ha acabado su energía y se encuentra abrazado por la voluntad de Dios para redimir y dar vida, se ve transformado por la bondad de Jesús siempre presente y siempre amándonos. Jesús absorbe toda la furia del pecado para destruir su poder de hacer mal y transformarlo en energía para el bien.

¿No haces tú lo mismo algunas veces en pequeña escala? Imagina lo siguiente: estás encargado de un comité que debe buscar cómo escoger alguien para un puesto directivo. Y decides hacer un favor a los miembros del comité preparando antes de la reunión un proceso para examinar más de cien solicitudes. Después de muchas horas y de trabajar duro tienes un método a punto para presentarlo en la primera reunión. Tú sabes que es un método bueno,

pero cuando lo presentas al comité una persona se enoja, otra dice que no le gusta y un tercero simplemente lo rechaza. Te sientes ofendido por el enfado, la crítica y el desprecio, pero mantienes tu postura de ser útil y servicial para los miembros del comité. Tú te liberas de tu enojo, de tu "derecho" a censurarlos, de tu deseo de justificarte. Puesto el comité a trabajar para ponerse de acuerdo sobre un método, al final adoptan uno casi igual a tu plan original con algunas mejoras. De hecho, tu decisión de buena gana de amortiguar el enfado, la crítica y el desprecio de ellos, los dejó libres para meterse en la tarea que tenían entre manos. Más aún, tu trabajo fue una gran ayuda a la hora de empezar y tu actitud creó un clima favorable para trabajar armoniosamente. Pero tuviste que encontrarte indefenso frente a la oposición y a la ofensa para llegar a un resultado alentador.

En la escena que acabamos de describir tu actitud es la de la virtud que el Padre Chaminade llama paciencia aguantadora. Tú soportas la oposición o el sufrimiento, al mismo tiempo que mantienes tu actitud de cuidar a los otros (actitud de Jesús) hasta que se consigue un resultado que anima. Si perseveras firme en las disposiciones de Jesús, la paciencia y la bondad de Jesús vencerán finalmente cualquier oposición de orgullo, egoísmo, inmadurez e incluso odio. Es la fuerza de su resurrección obrando suavemente en ti.

En cierto sentido Jesús estuvo sin defensa frente al mal y, con todo, él lo destruyó. Él no impidió experimentar en sí mismo toda la furia del mal. Más bien lo asumió y vivió en medio de sus consecuencias hasta resucitar a una nueva vida. "Estar sin defensa" en este sentido no quiere decir ni que perdona la maldad ni que la ataca. Es el camino de la no-violencia que lleva toda la energía de la resurrección a la gente desesperada y desvalida.

En las contrariedades y en la oposición aprendemos a obtener de Jesús nuestra paciencia manteniéndonos firmes en sus disposiciones. Las dificultades se convierten en encuentros con los efectos del pecado, más allá del cual están una nueva vida y una felicidad nueva. Nuestra paciencia de soportar en las disposiciones de Jesús da a los demás una oportunidad gratuita de nueva vida y felicidad.

Experiencia:

Mi esposa tuvo una infancia llena de carencias. Para atraer la atención y el cariño que como niña necesitaba, ella aparecía como desvalida, exageraba sus penalidades y su necesidad de tener padres. Después de que nos casamos estas mismas maneras de atraer mi atención y afecto surgieron, aunque siendo ella inconsciente de lo que pasaba. Al principio yo reaccioné con rabia, e incluso algo de rechazo hacia ella. Lo cual empeoró las cosas. En el curso de una reunión sobre las virtudes de purificación una idea iluminó repentinamente mi mente. ¿Podría ser que los trucos inmaduros de mi esposa para obtener cariño fueran una "oposición" al amor maduro que debíamos compartir? Y ¿necesitaba yo purificarme de mis reacciones para ir más allá de nuestras tensiones actuales? ¿Cuál fue la reacción de Jesús cuando la gente quería llamar su atención por medio de expresiones de auxilio falsas? Tuve otra bonita idea: Creo que Jesús trataría de mostrar a estas personas el bien verdadero en ellas que atrae su afecto.

De manera que empecé a responder a las invitaciones de mi mujer para quererla dándole todo mi afecto, diciéndole por qué yo realmente la amaba. Le dije que no eran simuladas

necesidades sino algo más real y precioso en ella lo que despertaba mi amor profundo. Poco a poco ella descubrió las respuestas de afecto y la atención a su ser verdadero, incluso de otras personas distintas a mí. La acción purificadora de abandonar mi enojo y rechazo, y por su parte abandonar sus mañas de infancia, nos condujeron a los dos a una madurez y felicidad más plenas.

Temas para la Oración y la Meditación

1. Piensa en cómo Jesús perseveró en sufrir tus pecados y la oposición contra él, hasta poder darte su propia vida abundantemente.

- "La vida que vivo al presente en la carne, la vivo en la fe del Hijo de Dios que me amó y se entregó a sí mismo por mí (Gálatas 2, 20).

- "Antes de la fiesta de la Pascua, sabiendo Jesús que había llegado su hora de pasar de este mundo al Padre, habiendo amado a los suyos que estaban en el mundo, los amó hasta el extremo" (Juan 13, 1).

2. La purificación de las reacciones de tu ego a la oposición que otros te hacen permite que las virtudes de Jesús crezcan en ti; la paciencia perseverante te da la fuerza del mismo Jesús.

- "... para que viváis de una manera digna del Señor... confortados con toda fortaleza por el poder de su gloria, para toda constancia en el sufrimiento y paciencia; dando con alegría gracias al Padre que os ha hecho aptos para participar en la herencia de los santos en la luz" (Colosenses 1, 11-12).

3. El P. Chaminade enseñaba que las obras de Dios están destinadas a encontrar resistencia de parte de las criaturas, y la oposición es más violenta y obstinada cuanto más sublime e importante es la obra. El pecado se resiste a ser reemplazado por el bien.

"Hijo, si te llegas a servir al Señor, prepara tu alma para la prueba" (Eclesiástico 2, 1).

- "Si el mundo os odia, sabed que a mí me ha odiado antes que a vosotros" (Juan 15, 18).

- "Y todos los que quieran vivir piadosamente en Cristo Jesús, sufrirán persecuciones" (2 Timoteo 3, 12).

4. Medita en las actitudes expresadas en las siguientes Bienaventuranzas y piensa cómo te purifican para vivir el Reino de Jesús ahora.

- "Bienaventurados los que buscan la paz, porque ellos serán llamados hijos de Dios" (Mateo 5, 9).

- "Bienaventurados los perseguidos por causa de la justicia, porque de ellos es el Reino de los Cielos" (Mateo 5, 10).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. Cuenta una situación en la que te viste ante la oposición de una o varias personas. ¿Cuáles fueron tus reacciones?
2. ¿Qué es lo que debe ser purificado en tus reacciones? ¿Y cuáles son las disposiciones de Jesús que puedes vivir y así presentarlas a los que se te oponen?
3. Cuando llegan la oposición y las contrariedades ¿qué es lo que más te ayuda a decidir sufrirlas y seguir con tu buena obra?
4. ¿Cuál fue la oposición que María enfrentó para traer vida nueva a otros?

15

Las Sugerencias de Rendirse

Cuando mi hijo comenzó su ministerio público mi corazón temblaba al verle ir en contra de nuestra cultura y sus expectativas. Su manera de enseñar ha quedado grabada por San Mateo: "Habéis oído que se dijo a los antepasados... pues yo os digo..." La ley de Dios había llegado a ser parte de nuestra cultura de manera que había perdido su verdadera relación con Dios. Yo sabía que Jesús estaba en la verdad y empecé a ver que su resistencia a algunas prácticas culturales era un esfuerzo para que la gente descubriera los valores inapreciables que la cultura había enterrado. Él insistía: "No penséis que he venido a abolir la Ley y los Profetas. No he venido a abolir, sino a dar cumplimiento" (Mateo 5, 17). Yo admiraba tanto a mi Hijo, a pesar de que mi corazón sabía lo que suele suceder a quienes se oponen a lo que la cultura espera.

Incluso cuando temía por él, yo sentía una profunda paz por saber que él se oponía a los deseos del mundo porque seguía la verdad que aprendió directamente del Padre.

Cuando quiera que él se sentía presionado para seguir los principios de nuestro mundo cerrado en sí mismo, él se volvía inmediatamente hacia lo que había recibido del Padre. Incluso su sucesor escogido intentó darle un consejo mundano al oír que Jesús iba a sufrir de manera extrema, iba a morir y resucitar al tercer día. "Tomándole aparte Pedro, se puso a reprenderle diciendo: '¡Lejos de ti, Señor! ¡De ningún modo te sucederá eso!' Pero él, volviéndose, dijo a Pedro: '¡Quítate de mi vida, Satanás! ¡Eres tropiezo para mí, porque tus pensamientos no son los de Dios, sino los de los hombres!'" (Mateo 16, 22-23).

Jesús nunca permitió que sugerencias engañosas sin embargo hechas con buena intención-le apartaran de pensar como piensa el Padre.

En este capítulo me propongo ayudarte a formar en ti el hábito que Jesús tuvo de afirmar los valores del evangelio, cuando escuches sugerencias insidiosas de abandonar una obra buena o un compromiso serio.

Una mamá primeriza contaba en su grupo de fe su experiencia cuando decidió dar el pecho a su niño. La decisión le parecía tan correcta, y sin embargo se presentaban mil "sugerencias" sutiles de no hacerlo y dedicar su tiempo a otros intereses. Pero ella encontró una gran paz y sentido al alimentar su recién nacido con sus pechos. Exigía de ella su atención total en ese momento. Tenía que dejar de lado la idea, la sugestión de hacer otras cosas con su tiempo, con el fin de poder tener a su bebé en brazos y amamantarlo. Esta joven mamá nos dio una bonita descripción de cómo se puede vencer una sugerencia de abandonar algo bueno.

Estas ideas de abandonar algo bueno y dedicarnos a cualquier otra cosa pueden asaltarnos en todo momento. Pero si nos encuentran en un estado de gran cansancio o

frustración, sobre todo por intentar una obra buena frente a la resistencia de otros, entonces nuestra naturaleza desea vivamente un alivio.

En esos momentos especialmente nuestro *ego* expresa sugerencias atractivas de compadecernos a nosotros mismos y liberarnos de esa carga, que es algo bueno, o de romper un compromiso que habíamos hecho. Este mismo tipo de sugerencias nos puede llegar de parte de amigos bien intencionados o que simpatizan con nosotros. "¿A qué viene eso de matarte trabajando cuando ningún otro lo hace?" "Tú mereces mejor trato." "¿Crees que todo eso es necesario?" "Eres tonto exigiéndote tanto." Además del grito de nuestra naturaleza y de las insidiosas sugerencias de los amigos, estamos constantemente presionados por nuestra cultura para que nos cuidemos de las necesidades de nuestro propio *ego*, antes que ser fieles a compromisos adquiridos o a obras buenas en marcha.

Los valores y la bondad que nos movieron a hacer un compromiso o emprender una obra buena en primer lugar, siguen estando en nosotros; lo que pasa es que están oscurecidos y debilitados por el cansancio y la frustración. Si hacemos caso a las sugerencias de rendirnos a abandonar lo bueno iniciado, aquellos valores superiores quedan enterrados e inertes en nosotros. Necesitamos purificarnos de tales sugerencias para que nuestras buenas decisiones y compromisos se desarrollen plenamente. Cuántas veces, casi sin darnos cuenta de ello, estamos recibiendo sugerencias para cortar de una vez con lo que la vida podía ser para nosotros.

La purificación consiste en negarse a seguir esas sugerencias afirmando al mismo tiempo los valores que nos movieron a caminar por la senda de la bondad en primer lugar. La renovación de nuestros compromisos o buenas decisiones es la virtud que nos libera de la influencia de esas ideas que nos sugieren ser menos de lo que podemos ser. Jesús nos advirtió de las consecuencias de vivir sus enseñanzas con entusiasmo, pero como el grano que cae en terreno duro, sin ahondar las raíces lo suficiente en nuestro espíritu. "El que fue sembrado en pedregal, es el que oye la Palabra, y al punto la recibe con alegría; pero no tiene raíz en sí mismo, sino que es inconstante y, cuando se presenta una tribulación o persecución por causa de la Palabra, sucumbe enseguida" (Mateo 13, 20-21). ¡Qué fácil es abandonar una buena causa cuando el primer fervor y entusiasmo languidecen o desaparecen!

La purificación de las sugerencias de rendirse es otra manera de describir la perseverancia. Desde luego, aquí no se trata de una perseverancia basada en pura testarudez u orgullo, sino en la fe, en las enseñanzas y promesas de Jesús, porque él dijo: "El que persevere hasta el fin, ése se salvará" (Mateo 24, 13). Las sugerencias para abandonar son parte normal de la vida. ¡Cuántas veces el pueblo escogido de Dios sugirió, los unos a los otros o a Moisés, que dejaran de lado su proyecto de caminar a la tierra prometida y regresarse a Egipto! Se cuenta que Harry Truman dijo una vez: "¿Hasta dónde hubiera llegado Moisés si hubiera seguido los resultados de una encuesta en Egipto?"

Los fuertes principios de la verdad se arraigan más en nosotros cuando pasamos por la purificación de esas sugerencias de rendirnos, y vamos entendiendo más y más y acariciando el verdadero sentido de las enseñanzas de Jesús. A medida que los valores del evangelio aparecen con más claridad en nosotros, aprendemos a distinguir sus voces de las muchas otras que nos llaman a gritos por todos lados. Nuestra meta es realizar las

enseñanzas de Jesús, tan firmemente asidas a nuestro corazón y nuestra voluntad que las seducciones de otras voces no sean capaces de arrancarnos de nuestra conducta.

**Para perseverar frente a las sugerencias de abandono,
fija tu mirada en tus motivos y tu meta.**

Un anciano caminaba por la playa al amanecer cuando descubrió a un joven que delante de él iba recogiendo estrellas de mar y tirándolas al mar. Finalmente alcanzó al joven y le preguntó por qué hacía eso. La respuesta fue que las estrellas marinas encalladas en la arena morirían si se las dejaba hasta que apareciera el sol mañanero. "Pero la playa sigue varios kilómetros y hay miles de esas estrellas", respondió el viejo. "¿De qué sirve tu pequeño esfuerzo?" El muchacho miró la estrella que tenía en su mano y luego la arrojó a la seguridad de las olas. "¡A esta sí le sirve de algo!", dijo.

Temas para la Oración y la Meditación

1. Piensa cómo el amor que Dios nos tiene y su deseo de salvarnos no se desvía a causa de ninguna otra finalidad.

-"El Señor es bueno, su misericordia es eterna, su fidelidad por todas las edades" (Salmo 99, 5).

-"¿Acaso olvida una mujer a su niño de pecho, sin compadecerse del hijo de sus entrañas? Pues aunque éstas lo llegaran a olvidar, yo no te olvido" (Isaías 49, 15).

2. Jesús nos anima a perseverar para que no perdamos la plenitud de vida que él vino a traernos.

-"Nadie que pone la mano en el arado y mira hacia atrás es apto para el Reino de Dios" (Lucas 9, 62) pero él que persevere hasta el fin, ése se salvará" (Mateo 10, 22).

"Pronto vendré, mantén con firmeza lo que tienes, para que nadie te arrebatte tu corona" (Apocalipsis 3, 11).

3. El P. Chaminade afirma que las seducciones para rendirse y abandonar el bien se vencen en la medida en que ponemos nuestra motivación y entusiasmo en Dios: "Lo tenebroso de estas sugerencias se elimina fácilmente por parte de aquel que está dispuesto a encontrar su fuerza en sólo Dios, y nunca en sí o en otros".

-También San Pablo halló su guía en el Señor, y su fuerza para perseverar: "Sé andar escaso y sobrado. Estoy avezado a todo y en todo: a la saciedad y al hambre; a la abundancia y a la privación. Todo lo puedo en Aquel que me conforta" (Filipenses 4, 12-13).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. En el cuento de las estrellas de mar ¿cuál era la "sugerencia" de dejar de hacer un bien? ¿De dónde procedía? ¿Cómo se purificó el joven de ella?
2. Cuenta o describe una situación en la que encuentras sugerencias para abandonar algo bueno. ¿Qué hay en este capítulo que te podría ayudar en esas ocasiones?
3. ¿Cuáles crees que fueron algunas de las sugerencias que Jesús tuvo que resistir para llevar a cabo su misión para bien nuestro? ¿De dónde sacaba él la fuerza?
4. ¿Cómo puedes robustecer tu hábito de volverte hacia Dios como fuente de tu perseverancia para ser bueno, para hacer el bien?

16

Las Tentaciones

Los temores más terribles que yo sufrí por mi hijo Jesús, fueron causados por su inevitable choque frontal con Satanás. Yo sabía que él había venido a salvar a la gente de su pecado, lo cual significaba arrebatarse a Satanás su único medio de someter la gente bajo su poder. Sería una feroz confrontación de espíritus. Sabía que Jesús triunfaría, pero me espantaba lo que yo me imaginaba que iba a tener que sufrir. Cuando Jesús creció, planteaba varias preguntas sobre el mal y "el maligno" en las Escrituras, aunque incluso parecía entender más sobre este tema que los doctores de la ley. Frecuentemente volvió al tema de la tentación de Eva y Adán en el paraíso. Sabía que su enfrentamiento personal con Satanás tendría lugar en tentaciones de ese tipo. De hecho, él empezó su ministerio yéndose al desierto para librar batalla con el maligno. Dice su evangelista Lucas: "Jesús, lleno del Espíritu Santo, se volvió del Jordán, y fue llevado por el Espíritu al desierto, donde fue tentado por el diablo" (Lucas 4, 1-2). Jesús debía derrotar a Satanás precisamente en su arma insidiosa antes de poder encadenar la influencia del maligno sobre tu vida.

Jesús pedía ardientemente al Padre que te evitara tal confrontación con Satanás. San Juan conserva esta oración: "(Padre) No te pido que los retires del mundo, sino que los guardes del Maligno" (Juan 17, 15). Guardarnos no quiere decir estar libres de la tentación, sino plantar cara con éxito a la tentación y salir vencedor. Cuánto se alegró Jesús al ver que el mal había sido vencido por sus discípulos. "Regresaron los setenta y dos alegres, diciendo: 'Señor, hasta los demonios se nos someten en tu nombre'. Él les dijo: Yo veía a Satanás caer del cielo como un rayo" (Lucas 10, 17-18). Jesús se complació al ver vencido a Satanás precisamente en sus más engañosas tentaciones, porque sabía que era su última plaza fuerte contra los pequeños de Dios.

Jesús enseñó a sus primeros discípulos a vencer las tentaciones y mantenerse firmes en la virtud de Dios. En este capítulo quiero ayudarte a robustecerte en la virtud a través de esta misma purificación.

Es tentación cualquier impulso o inducción a hacer algo que de alguna manera perjudica a los demás o a uno mismo. La llamamos "tentación" porque lo que se nos incita a hacer no nos parece malo. De hecho, normalmente parece algo justificado, y casi siempre parece sentirse que está bien... al menos al principio. Las tentaciones están realmente implícitas en todos los obstáculos que hemos ido describiendo en los capítulos sobre la purificación. Aún más, en las virtudes de preparación el fallo ocurre cuando caemos en una tentación contraria. Entonces, ya hemos estado tratando de las tentaciones a lo largo de este libro ¿por qué este capítulo sobre las tentaciones? Aquí queremos estudiar un tipo especial de tentación, la que nace directamente del puro mal. Son comprensibles las tentaciones de vengarnos cuando nos ofendieron, de impacientarnos por estar cansados, de una conducta sexual inmorale cuando estamos bajo una atracción intensa, de comer excesivamente al tener hambre o sentirnos frustrados. Podemos explicar todas estas tentaciones sin Satanás. Sabemos que son tentaciones, pero vemos decisiones que podrían remediarlas. Sin embargo, existen otras

tentaciones que parecen no venir de ningún lado y que, al parecer, no dejan escoger otra alternativa. Se nos aparecen como un destino definitivo.

Permitidme un ejemplo. Se me pidió en cierta ocasión hablar con un hermano religioso eminente, que pasaba por una agonía espiritual. Se esperaba que yo pudiera darle algún consuelo. Hacía varios años que yo lo conocía. Era admirado por ser un hombre de fe y de virtud. Era un gran religioso educador. Había ocupado altos cargos de autoridad en su congregación. Muy respetado y amado de quienes me dijeron haberle conocido. Cuando comencé a conversar con él lo encontré en medio de un tormento espiritual, en desolación. Nada en su vida justificaba esta situación. Me explicó lo siguiente: "De pronto siento con fuerza que Dios no existe. No hay nada. Todo cuanto creí en mi vida es mentira. La Eucaristía es una superchería. La Biblia ya no me dice nada. Dios está ausente porque probablemente no existe. Estoy atrapado por estos sentimientos". Esto es típico del "test" o prueba que Satanás provoca: ataca la mera existencia de Dios, o su misericordia, o su presencia en nosotros. Una vez que la persona siente o ve las cosas de esta manera, parece que no hay salida. En otro religioso, que siempre se veía positivo y optimista, vi cómo era atacado en su esperanza. En el año jubilar de su profesión religiosa me dijo: "Siento que mi vida ha sido un despilfarro inútil. Sé con mi cabeza que esto no es verdad, pero experimento un sentimiento tan fuerte que se ha convertido en una convicción. Mi vida religiosa no vale nada. Todo lo que ofrecí a Dios carece de valor. Y cuando recurro a la oración pienso que no hay Dios en quién esperar". Otro "test" típico de Satanás.

¿Cómo podemos hacer frente a tales tentaciones? ¿Cómo podemos purificarnos de su influjo? Lo primero es reconocerlas como tentaciones; de lo contrario, creemos que expresan las cosas como deben ser. Pero cuando las reconocemos como lo que ellas son, entonces practicamos la virtud que el P. Chaminade describe así: **"Con corazón sincero, suplica a Dios que te ayude y luego realiza actos opuestos al objeto de la tentación"**.

1.- *"Con sincero corazón"*... nuestro corazón debe ser honesto y abierto a Dios, presto a recibir lo que Dios quiere darnos. Las tentaciones de este tipo normalmente guardan su fuerza porque nos hacen tercos, obstinados.

2.- *"Suplica a Dios que te ayude"*... extiende tus manos a Dios. Tendrás que hacer esto en una fe oscura porque te estás volviendo hacia el Dios que en tu tentación "no está allí", el Dios que en tu "test" "no existe". Pero si te tornas a Dios en pura fe, con el tiempo experimentarás a Dios y a ti mismo bajo una luz nueva.

3.- *"Realiza actos opuestos al objeto de la tentación"*.... Cuando estás abrumado por la idea de que Dios no existe, haz actos de fe en la existencia de Dios, en su presencia dentro de ti. Cuando te tientes a abandonar toda esperanza, haz actos de esperanza en ese Dios tuyo misericordioso lleno de cuidado por ti, y así sucesivamente. Cada vez que nos vemos tentados tenemos la disyuntiva de seguir tras ella o **emplear la misma tentación** -como sugiere el P. Chaminade- **para producir justamente el bien opuesto**⁴. Cuando lo hacemos así Jesús "ve a Satanás caer del cielo como un rayo".

⁴ "de la misma manera es propio del enemigo enflaquecerse y perder ánimo, dando huída sus tentaciones, quando la persona que se exercita en las cosas spirituales **pone mucho rostro contra las tentaciones del enemigo haciendo el oppósito per diametrum**; y por el contrario, si la persona que se exercita comienza a tener temor y perder ánimo en sufrir las tentaciones, no hay bestia tan fiera sobre la haz de la tierra como el enemigo de natura humana, en prosecución de su dañada intención con tan crecida malicia" (San Ignacio de Loyola. *Ejercicios*. Reglas de discernimiento nº 12.

Esta forma ignaciana de “contestar” al mal espíritu se sitúa en la línea de aquella famosa **sentencia de los padres del desierto** en que un mal pensamiento sobre la duración de la vida, le molestaba y deprimía a un eremita. Fue a pedir consejo espiritual a otro ermitaño con sabiduría de discernimiento, que le dijo:

«Dile al demonio: "Añade o quita años si quieres, pero ¿puedes asegurarme que viviré siquiera completo el día de hoy? Si no puedes garantizarme ni un solo día, ¿para qué me desalientas con la duración de mi vida?". Lo dijo en su corazón, y en ese instante, desapareció la tentación».

Experiencia:

He encontrado un sistema que me ayuda en todo género de tentaciones. Cuando me veo tentado, pido a Dios la gracia de pensar inmediatamente en una necesidad que alguien tiene. Cuando la persona necesitada acude a mi mente, hago enseguida algo para ayudarla. Esto me aparta de la tentación y me hace mirar hacia algo bueno. A menudo la tentación desaparece, pero si debo sufrirla de nuevo, me encuentro con la mente más clara y una voluntad más fuerte para escoger precisamente lo opuesto a la tentación.

Contado por una persona en su grupo de fe

Temas para la Oración y la Meditación

1. Si estamos tentados suficientemente por nuestra naturaleza, por la cultura ambiente o por otras personas, Satanás no necesita atacarnos directamente. Pero si Satanás se ve a punto de perder definitivamente su influencia sobre nosotros, podemos esperar tentaciones durísimas.

"Vuestro adversario, el Diablo, ronda como león rugiente, buscando a quién devorar. Resistidle firmes en la fe" (1 Pedro 5, 8-9).

"¡Simón, Simón! Mira que Satanás ha solicitado el poder cribaros como trigo; pero yo he rogado por ti, para que tu fe no desfallezca. Y tú, cuando te hayas repuesto, confirma a tus hermanos" (Lucas 22, 31-32).

2. Las tentaciones del puro mal pueden a veces evitarse por medio de la oración sincera.

-Jesús nos insta a pedir al Padre que nos libere: " ... y no nos dejes caer en tentación, más líbranos del mal" (Mateo 6, 13).

-Jesús además rezó para que se nos evitaran tales pruebas: "No te pido que los retires del mundo, sino que los guardes del Maligno" (Juan 17, 15).

-Jesús dijo que él sujetaría a Satanás por nosotros: "Nadie puede entrar en la casa del fuerte y saquear su ajuar, si no ata primero al fuerte; entonces podrá saquear su casa" (Marcos 3, 27). Obviamente Jesús es quien ata al "hombre fuerte".

3. Personas buenas serán tentadas, pero por medio de su fe se verán robustecidas.

- "Fiel es Dios que no permitirá seáis tentados sobre vuestras fuerzas. Antes bien, con la tentación os dará modo de poderla resistir con éxito" (1 Corintios 10, 13).

- "No se turbe vuestro corazón. Creéis en Dios, creed también en mí" (Juan 14, 1).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. ¿A qué fuerza espiritual acudía Jesús, según tu parecer, cuando se veía frente a la tentación?
2. Pon algunos ejemplos de tentaciones especiales y de los actos opuestos que ayudarían a vencerlas.
3. ¿De qué manera las tentaciones resistidas con actos opuestos de virtud te ayudan a crecer?
4. ¿Cuál te parece una buena oración para decirla frente a una tentación?
5. ¿Qué tentaciones crees que María tuvo que vencer? ¿Cuál fue su fuerza principal al hacer esto?



Liberación

Como punto final en lo tocante a la obra de purificación parece oportuno decir una palabra sobre su efecto liberador.

Cuando pasamos por una experiencia de purificación, que consiste en "desprendernos" de muchas cosas que nos tienen sujetos y sin libertad, el Espíritu Santo tiene una mayor libertad para obrar en nuestra vida. Experimentamos una creciente actividad del Espíritu en forma de liberación interior y de libertad en nosotros mismos.

Nos vamos haciendo más y más capaces de distinguir qué tendencias nacen de nuestro yo egocéntrico y qué impulsos provienen del Espíritu de Jesús en nosotros. A través de la obra de purificación nos "desprendemos" de nuestro yo egocéntrico y nos "agarramos" a Jesucristo. Comenzamos a ver con mayor claridad cómo realmente **nuestro ego nos ata** y cómo **la vida en Jesús nos libera**.

Junto con este "dejar ir" o "desprenderse" de las reclamaciones de nuestro *ego*, la obra purificadora es un ejercicio continuo de profundizar nuestra fe en Jesús y de reforzar nuestra confianza en Dios. Como consecuencia, empezamos a experimentar una alegría espiritual que antes no conocíamos. De hecho, la purificación es una condición para gozar del fruto del Espíritu Santo citado por San Pablo: "amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, templanza" (Gálatas 5, 22). Contra estas cosas no hay restricciones; somos completamente libres. Son el resultado de la acción del Espíritu en una persona purificada.

Tal vez te has dado cuenta de que al practicar las virtudes de preparación ibas siendo más consciente de tus propios esfuerzos y eras más sensible a los aspectos humanos de las virtudes. Esto es importante para las virtudes de preparación. Pero ¿te has fijado en que al trabajar con las virtudes de purificación te vas haciendo más sensible a la obra de gracia (el Espíritu Santo) en ti? Vas conociendo más y más que las virtudes funcionan realmente. Al ir progresando en la experiencia de purificación, te entregas intuitivamente más a la dirección del Espíritu.

Resumiendo, la obra de purificación por la que pasas, hace de ti un discípulo más auténtico de Jesús en tu vida diaria. Vives su palabra viviendo sus virtudes. Y entonces Jesús te dice a ti lo que decía a los judíos que creyeron en él: "Si os mantenéis fieles a mi Palabra, seréis verdaderamente mis discípulos, y conoceréis la verdad y la verdad os hará libres" (Juan, 8, 31-32).

TERCERA PARTE

Las Virtudes de Consumación

Consumar es lo mismo que llevar a plenitud o cumplimiento. Las virtudes de consumación son las que llevan a su realización plena el proyecto que asumimos al comienzo de este libro, o sea, dejar de lado el viejo manojo de hábitos que forman y mantienen nuestro *ego* y dedicarnos a las virtudes y actitudes de Jesús que constituyen en nosotros un nuevo ser: una personalidad atractiva y simpática. Las virtudes de preparación forman en nosotros una nueva conciencia de nosotros mismos y de Dios, una autodisciplina, docilidad a la gracia y una nueva valentía que antes nunca tuvimos. Las virtudes de purificación disuelven los apegos viciosos, ahondan nuestra unión con Jesús por la fe y la confianza en Dios, y dan una mayor libertad al Espíritu Santo para obrar en nosotros.

Ahora queremos introducirnos en aquellas virtudes de Jesús que excluyen por completo la influencia del *ego* en nuestra conducta. Las virtudes de consumación nos proveen de lo necesario para **actuar habitualmente con la fe, la esperanza y el amor del mismo Jesús**. Después de todo, esta es nuestra finalidad al vivir las virtudes ascéticas o morales que hemos analizado y compartido: **llegar a las virtudes teologales.**

Dice el P. Chaminade que nos hacemos una idea justa de las virtudes de consumación si recordamos la expresión con la que Jesús resumió su vida entera: "Todo está cumplido" (en algunas otras traducciones "terminado" o "consumado") (Juan 19, 30). El "todo está" se refiere, por supuesto, a la misión a la cual él fue enviado para dar cumplimiento. "Mi alimento es hacer la voluntad del que me ha enviado y llevar a cabo su obra" (Juan 4, 34). Llevar a cabo su obra significaba el sacrificio completo de su propia vida por nosotros para introducirnos en una vida totalmente nueva en la resurrección. "... doy mi vida para recobrarla de nuevo. Nadie me la quita; yo la doy voluntariamente. Tengo poder para darla y poder para recobrarla de nuevo; esta es la orden que he recibido de mi Padre" (Juan 10, 17-18). El sacrificio voluntario de Jesús dando su vida es una imagen del sacrificio de nuestro *ego* para alcanzar nueva vida en las virtudes de Jesús. Acercándose al fin, Jesús sabía que había vivido su vida hasta el punto de la consumación: "Yo te he glorificado (Padre) en la tierra, llevando a cabo la obra que me encomendaste realizar" (Juan 17, 4).

El P. Chaminade ve como la "obra" consumada por Jesús, no solamente la labor de predicar, sanar, perdonar y formar a sus discípulos, sino, aún más, el vivir todas las virtudes necesarias para nuestra salvación hasta el punto de la consumación. Esta es la imagen que utilizamos para guiarnos en la práctica de las virtudes de consumación: vivir las virtudes de manera tan plena que el influjo de nuestro egoísmo sea eliminado y **nuestra vida se vea siempre motivada y caracterizada por la fe, la esperanza y la caridad.**

Existe el peligro de que nos aproximemos a las virtudes de consumación de la misma forma que lo hicimos con la preparación y purificación. Esto nos confundiría y nos desviaría de llegar a la plenitud de vida que las virtudes de Jesús prometen. Las virtudes de

consumación constituyen una nueva vocación, una invitación de parte de Dios para que nuestra vida espiritual pase a otro nivel nuevo. Tal vez una comparación ayudará a entender esta nueva llamada.

Imagina tu vida como una habitación. En dicho cuarto vive tu viejo yo egocéntrico intentando controlarlo todo; y tu nuevo ser está tratando de vivir las virtudes de Jesús. Al principio el que domina es tu *ego* y el nuevo yo tiene que luchar para poder justamente quedarse en la habitación. Poco a poco, a través de las virtudes de preparación, tu nuevo ser tiene más que decir, pero tu *ego* es aún robusto y se siente en casa dentro del cuarto. Avarizando en las virtudes de preparación y sobre todo en las de purificación, incluso a pesar de que tu *ego* todavía dirige a veces tu vida, las ocasiones se hacen más y más raras. Sin embargo, tú todavía resides con tu *ego* y alguna que otra vez le dejas actuar a su gusto. Pero un día decides acabar con tu *ego* para siempre y lo pones en la puerta. Tu acción es decisiva y tu nuevo ser es ahora el que manda. Esto es la consumación. Tu *ego* aún quiere volver a entrar y golpea la puerta, alega por su causa desde la ventana y hasta intenta entrar a hurtadillas de nuevo. Pero no hay lugar para que el *ego* retorne, porque la habitación está llena de vida de tu nuevo ser practicando las virtudes de consumación de la humildad, la modestia, la negación del hombre viejo y el desprendimiento de los bienes del "mundo".

El paso importante es la decisión definitiva de sacar a nuestro *ego*. Cuando vives una virtud en esta postura, no te limitas a adquirir poco a poco un hábito o disposición, como en los estadios anteriores; lo que intentas es practicar la virtud de manera tan consumada que mantenga fuera constantemente al *ego* y tú puedas gozar viviendo tu nueva vida en Cristo. Será importante que retengas esto en tu memoria cuando entres en las cuatro virtudes de consumación. Recuérдалo: es posible tratar estas virtudes como lo hiciste con las otras, pero ello no te llevará a la alegría y a la plenitud de la consumación.

Ya que la consumación es un nuevo nivel de vida espiritual, **¿cómo sabemos que estamos prestos o somos capaces de vivirlo? He aquí unas preguntas** que nos pueden ayudar a discernir bien.

1) ¿Cómo era yo al empezar a trabajar en las virtudes? ¿Qué hábitos o disposiciones en aquel momento me quitaban la paz interior y la alegría, o perturbaban mis relaciones con los demás?

2) ¿Qué cosas hago hoy que entonces no podía hacer? ¿Qué experiencias he tenido que me demuestran esto?

3) ¿En qué virtudes he crecido que me ayudan a relacionarme mejor con Dios y con los demás? Pon ejemplos.

4) ¿Cuáles eran los obstáculos, interiores o exteriores, que me solían estorbar e impedir y que ahora ya no me perturban ni frustran (debilidades, inclinaciones, dudas, oposiciones, sugerencias, tentaciones)?

Incluso si tú sientes que no estás en la etapa de vivir las virtudes presentadas en esta Tercera Parte, es bueno sin embargo recordarlas y tener una idea de adónde estás siendo llamado. Tú ya practicas estas virtudes en algunos momentos de alguna que otra forma. No es aún la consumación, pero estás en el camino correcto.

Habla María:

Es esta la última vez que voy a hablar contigo de cómo mi Hijo Jesús vivió las virtudes. En las de consumación, el mismo Jesús hablará a tu corazón sirviéndose de tu experiencia al vivir estas hermosas virtudes con él. Él te va a dar su Espíritu, y su Espíritu "os guiará hasta la verdad completa; pues no hablará por su cuenta, sino que hablará de lo que oiga... porque recibirá de lo mío y os lo comunicará a vosotros" (Juan 16, 13-14).

Queridos hijos míos, por medio de las virtudes ya estáis viviendo la vida del hombre nuevo en Jesús, y las virtudes de consumación os ayudan a gozar de esa vida y a repeler lo que viene de vuestro ego, del mundo o de Satanás y que pudiera empañar o manchar esa vida en vosotros. En ella viviréis más plenamente la unión con Jesús que ya desarrollasteis con las virtudes de preparación y purificación. El discípulo amado de mi Hijo -un hijo muy especial para mi- comprendía esto bien cuando escribía:

"Y en cuanto a vosotros, la unción que de él habéis recibido permanece en vosotros y no necesitáis que nadie os enseñe... según os enseñó, permaneced en él" (1ª Juan 2, 27).

Aunque ya no vas a leer más palabras mías en estas páginas, yo estaré junto a ti realmente presente, ayudándote a formar tu persona más y más parecida a mi Hijo. Es la mejor manera de mostrarte mi amor, pues no hay un don más grande que yo pueda darte.

Continúa viviendo en mi presencia al tiempo que caminas en las virtudes de consumación.

17

La Humildad

La humildad es la virtud que ve exactamente lo que en nosotros viene de Dios y lo que procede de nosotros mismos. Se llama humildad porque cuanto más nos acercamos a Dios tanto más vemos que casi todo viene de él y que, comparándolo, muy poco es lo que nosotros ponemos. Nuestro hombre nuevo se alegra de saber esto, porque comprende cuánto nos regala Dios de su propia grandeza. Nuestro *ego*, no obstante, se lamenta y da gritos, porque menos y menos se puede atribuir a él nada. Nuestra nueva creatura prospera y se deleita atribuyendo a Dios todo el bien que hemos recibido; nuestro *ego* se marchita y se queja al ver que la cercanía de Dios hace palidecer su sombra.

Algo de esto podemos comprender con la historia del zorro que cuenta Kahlil Gibran en su libro "El Loco": "Un zorro miró su sombra a la salida del sol y se dijo; "Hoy me comeré un camello". Y se pasó toda la mañana buscando camellos. Pero al mediodía contempló otra vez su sombra... y dijo: "un ratón bastará".

Cuanto más nos acercamos a Dios mejor comprendemos que nuestra importancia reside en primer lugar en los dones que hemos recibido de Dios, y en parte mínima depende de lo que nosotros conseguimos realizar. Incluso nuestros logros serían imposibles sin las habilidades para llevarlos a cabo... que son todas regalos de Dios.

En un cierto momento de mi vida contraje el hábito de quejarme al levantarme por la mañana ¿Por qué tenía yo que sentirme cansado? ¿Por qué tengo yo que aguantar tantos problemas hoy? ¿Por qué tomar tantas decisiones? ¿Por qué yo?

Sucedió un día que un buen amigo mío sufrió un ataque. No podía levantarse de la cama por las mañanas. Si hubiera podido moverse, habría saltado de la cama, habría dado gracias a Dios por su estado de salud y mirado a los desafíos que prometía su jornada. La pregunta "¿por qué yo?" de pronto tomó otro sentido. ¿Por qué yo podía levantarme y mi amigo no? Al día siguiente me sorprendí a mí mismo por la mañana dando gracias a Dios por concederme un día más y darme la capacidad de salir de la cama y emprender las tareas del día.

¿Ves lo que pasa cuando llevas la humildad a su culminación? Cuando entras en la vía de la consumación arrojas tu *ego* fuera del centro de tu vivir. Cada vez que él trata de entrar de nuevo intentando hacer suyo algo bueno, la humildad dice: "¿Quién es el que te da superioridad, distinción? ¿Qué tienes que no hayas recibido? Pero, si lo has recibido, ¿por qué te vanaglorias como si no lo recibiste?" (1 Corintios 4, 7). La humildad llega a un nivel de consumación cuando nunca permite al *ego* apropiarse de algo que es un don de Dios.

La humildad de Jesús era "humildad de consumación", esto es, todo cuanto hacía se distinguía por esta extraordinaria humildad. "En verdad, en verdad os digo: el Hijo no puede hacer nada por su cuenta, sino lo que ve hacer al Padre: lo que hace Él eso también lo hace igualmente el Hijo" (Juan 15, 19). Pero la humildad de Jesús estaba llena también de alegría

y confianza: "Porque el Padre ama al Hijo y le muestra todo lo que él hace. Y le mostrará obras aún mayores que éstas, y vosotros os asombraréis" (Juan 5, 20). La humildad de consumación se deleita al conocer el amor sin límites de Dios y su infinita bondad en sus dones.

El mayor signo de humildad de consumación es la gratitud. Por reconocer la humildad la bondad de Dios que continuamente nos regala, nuestra actitud en la vía de consumación es la de constante acción de gracias. ¡Qué delicia es tratar con gentes agradables! Son tan conscientes de las bendiciones recibidas en la vida de su nuevo ser que a su ego no le queda espacio para quejarse (recuerda que el ego lo pusiste fuera de la habitación; sólo puede quejarse detrás de la puerta). Cuando somos incapaces de decir gracias es porque permitimos al ego reclamar algo para sí de nuevo... aprobación, reconocer sus méritos, estima, condescendencia. **El orgullo no da las gracias;** se ve más bien en sí mismo como un gran favor para los demás.

La humildad de consumación nos procura una nueva experiencia del amor que Dios nos tiene. De conocer la bondad de Dios que nos regala constantemente, surge una típica alegría. La humildad nos hace deseosos de conocer nuestras limitaciones, nuestra falta de poder, nuestra fragilidad, ya que al sentir todo esto sentimos de una manera más pura la bondad personal de Dios para con nosotros. Atribuirnos a nosotros los dones de Dios nos impide esta experiencia profunda de la bondad divina. Tal soberbia tiene todas las características de una miserable idolatría; no sólo ocupamos el primer puesto en el banquete, sino que nos colocamos en el lugar de aquel que nos invitó. Nuestro nuevo ser se siente feliz siendo el beneficiario sin méritos de las bendiciones de Dios; nuestro yo egocéntrico quisiera hacer de nosotros los merecedores de recibirlas.

En la humildad de consumación la experiencia de la grandeza de un Dios que da y de nuestra pequeñez al recibir son cosas que van de la mano. La una enaltece a la otra y las dos nos llenan de una pacífica y nueva alegría. El Señor dijo a San Pablo que la gracia le bastaba porque el poder de los dones de Dios se manifiesta mejor en la humana debilidad. Pablo se complacía en ello. "... con sumo gusto seguiré gloriándome sobre todo en mis flaquezas, para que habite en mí la fuerza de Cristo. Por eso me complazco en mis flaquezas, en las injurias, en las necesidades, en las persecuciones y las angustias sufridas por Cristo; pues cuando estoy débil, entonces es cuando estoy fuerte" (2ª Corintios 12, 9-10). Si miramos sólo a nuestra pequeñez o solamente a la grandeza de Dios podemos quedar aplastados y desanimados. Pero ambas cosas juntas dan una nueva dimensión a nuestra vida.

El crecimiento en la humildad de consumación lo hacemos dando pequeños pasos. Una persona contó en su grupo esta experiencia: "Entendí mejor el sentido de la humildad cuando empecé a comprender que podía vivir sin que los demás me dijeran "gracias". Cuando siento la ausencia de la gratitud, la humildad me recuerda dónde está mi verdadera bendición... en el don de Dios por el cual yo espero que me den las gracias. Amo esta virtud porque ella me enseña que todo eso son ilusiones a no ser que las una con el Dios que me da los dones". Las personas humildes son fuertes porque se ven obsequiadas con los atributos de Dios.

La oración de un Trapense

Enséñame, Señor, a vivir esta oración, Que pueda darte las gracias todos los días por todas las cosas.

A veces te doy gracias por lo que parece bueno: Por la salud, el éxito; por el amor y por lo que gano; por todo lo que agrada.

Y sin embargo qué insensato ciego soy al no darte las gracias por lo que es realmente bueno:

Por el dolor, la falta de amabilidad, la censura, la acusación; Por cuanto daño me produce una persona, o un lugar o un trabajo.

Por medio de estos afilados instrumentos tú, médico divino, eliminas los tumores dañinos del yo para dar nueva vida -tu verdadera vida y paz en abundancia.

Pero yo estoy ciego... no veo tu mano amorosa. Luego resisto, sufro más y echo a perder tu obra.

Si hubiera aceptado todo con agradecimiento, podría hace tiempo ser santo, ser feliz... un corazón agradecido no puede ser de otra manera.

Perdona, pues, Señor, mi ceguera y mi vida malgastada, Y dame la gracia, el día de hoy, para ver tu mano purificadora en todas mis heridas... y para no echar la culpa a tus instrumentos;

La gracia de abrazar cada cruz que me purifica y luego Darte gracias de todo corazón.

Temas para la Oración y la Meditación

1. Jesús es nuestro ejemplo más notable de humildad de consumación.

__ "Yo no puedo hacer nada por mi cuenta: juzgo según lo que oigo: y mi juicio es justo, porque no busco mi voluntad, sino la voluntad del que me ha enviado" (Juan 5, 30).

La dependencia del Padre es una bendición sin límites: "Porque como el Padre resucita a los muertos y les da la vida, así también el Hijo da la vida a los que quiere. Porque el Padre no juzga a nadie; sino que todo el juicio lo ha entregado al Hijo, para que todos honren al Hijo como honran al Padre" (Juan 5, 21-23).

2. Nuestro orgullo deja el alma cerrada a Dios de manera que no podemos recibir los dones que él desea acumular sobre nosotros. Y el resultado es que nos falten muchas cosas necesarias.

-"Más aún, da una gracia mayor; por eso dice: 'Dios resiste a los soberbios y da su gracia a los humildes' " (Santiago 4, 6).

-María repite esta idea en su cántico del Magnificat: "Desplegó la fuerza de su brazo, dispersó a los que son soberbios en su propio corazón. Derribó a los potentados de sus tronos y exaltó a los humildes" (Lucas 1, 51-52).

3. No hay quien experimente más el amor de Dios que la persona humilde.

- "Humillaos, pues, bajo la poderosa mano de Dios para que, llegada la ocasión, os ensalce; confiadle todas vuestras preocupaciones, pues él cuida de vosotros" (1ª Pedro 5, 6-7).

4. La gratitud es la respuesta a la continua gracia de Dios.

- "Bendice a Yahvéh, alma mía, del fondo de mi ser, su santo nombre; bendice a Yahvéh, alma mía, no olvides sus muchos beneficios" (Salmo 103, 1-2).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. Menciona alguna cosa de tu vida que claramente viene de Dios y algo que proviene de ti mismo. ¿Qué diferencias ves entre ambas cosas?
2. ¿Por qué piensas que una persona verdaderamente humilde es una persona naturalmente agradecida?
3. ¿Cómo logra la humildad como virtud de consumación evitar que tu *ego* sea quien dirija tu vida? Da un ejemplo.
4. ¿Qué experiencias has tenido que te convencen de que la humildad añade riqueza y fortaleza a tu personalidad?
5. ¿Hay algo que te ayuda a darte cuenta de los dones que Dios te da? ¿Qué te ayuda a una gratitud permanente?
6. Cita algunas manifestaciones de la humildad de Jesús.

18

La Modestia

Cuando tenemos un regalo precioso, tendemos a protegerlo de todas las formas posibles. Este es el papel de la modestia en la vida espiritual. Cuando era niño mi papá compró una vieja camioneta. Servía a nuestros fines, pero no hicimos mucho para protegerla. Ni siquiera teníamos llaves para ella; tenía una llave de encendido incorporada. Cualquiera pudo conducirla y llevársela, pero nadie lo hizo. Luego compramos un automóvil nuevo, precioso a nuestros ojos. Recuerdo cómo le dimos protección, estacionado en el garaje y con las puertas cerradas, mantenido aparte del mal tiempo, lavado y encerado. Por el cuidado y la protección podías deducir cuánto apreciábamos el nuevo coche, mucho más que la vieja camioneta.

La modestia tiene un sentido especial como virtud de consumación: **es una amorosa protección para preservar los dones de Dios** contra cualquier cosa que podría dañarlos o disminuirlos. En la vía de la consumación la humildad nos hace más conscientes de esos dones; la modestia los pone a salvo y los protege. La humildad asimismo nos da a conocer nuestra pequeñez y pobreza al recibir dones de Dios; la modestia nos confirma en nuestra condición de pequeñez y pobreza como el estado más bendito posible para gozar de los dones de Dios. Y así la modestia va de la mano de la humildad. La una reconoce los dones y los agradece; la otra los protege y los goza. De hecho, la modestia y la humildad están tan íntimamente relacionadas que a veces tomamos a la una por la otra. La modestia es la más sutil y bella de todas las virtudes. Es una expresión de humildad, porque sin ella no reconocemos los dones que Dios nos ha dado. La modestia, como virtud de consumación, se da cuenta de que nuestra unión con Jesús en sus virtudes puede sufrir deterioro si nos agarramos a las alabanzas bien merecidas, al elogio y la estima. Es natural que nos agrade ponernos al sol y dejarnos acariciar por el aprecio y la gratitud merecida. Sin embargo, el centrar la atención en nuestros propios méritos nos limita a quedar en la dimensión de nuestro *ego*; mientras que si nos complacemos en la bondad de Jesús en nosotros, nos abrimos a la grandeza de Dios. Por esto practicamos la modestia para proteger nuestras virtudes y dones contra la decepción y la desilusión que se siguen de nuestro atribuir a nosotros mismos el mérito. La modestia monta la guardia sobre la belleza de nuestras buenas cualidades como algo enraizado en las virtudes de Jesús, y las aumenta hasta la máxima medida.

De nuevo vemos cómo la consumación impide a nuestro *ego* dirigir nuestra vida reclamando para él lo que tiene su origen en Dios. La modestia es necesaria porque con los dones de Dios nosotros hacemos mucho, y mejoramos nuestras personas. ¿Cómo podemos admitir que tenemos buenas cualidades y éxitos sin caer en el orgullo y tergiversar la bondad de Dios? Por medio de la modestia sencillamente **gozamos** de nuestras buenas cualidades y realizaciones, sin dejar de proclamarlas, y **centramos la atención en su fuente**: la bondad y el amor de Dios. De resultas, la modestia nos da una sencillez encantadora, nos da espontaneidad. Una vez cierta mujer explicó su experiencia de modestia de esta manera: "Cuando más intento practicar la modestia, más me viene a mi mente una imagen del polvo de talco. Una acepta los elogios o cumplidos o incluso las 'gracias' de otras personas como polvo de talco que cae suavemente, produce bienestar y se queda por un momento antes de que lo echemos a volar con un ligero soplo".

El P. Chaminade dice que la modestia llega a la consumación por cuatro cualidades.

1) Ante todo, es muy rápida de movimientos. La modestia nos sintoniza tanto con los dones de Dios que intenta reaccionar para preservarlos intactos antes de que nuestro *ego* se mueva para apoderarse de ellos. En su estado de consumación la modestia es el primer movimiento que espontáneamente surge de nuestro interior cuando aparece cualquier riesgo de autoexaltación. Nuestra primera reacción a cualquier emoción egocéntrica es proteger los dones de Dios de la tergiversación de nuestro *ego*. En una ocasión le dije a la directora de un coro qué bonita voz tenía. Su respuesta cándida y espontánea fue: "Gracias. Dios es bueno". Fue una contestación rápida y espontánea, sensible al don que ella tenía y a la bondad de Dios por dárselo.

2) La modestia se hace sensible para percibir el más ligero movimiento de nuestro ego colocándose en el centro. Como virtud de consumación, la modestia ni siquiera considera el quedarse en un elogio o éxito. Tan pronto como siente el aplauso o la admiración, los deja simplemente de lado para mirar al Dador de todos los dones.

3) La modestia está pronta a defender nuestra virtud y otros dones interiores **rechazando** cualquier adulación o elogio **que pudiera arrancarnos de nuestro centro, que es Jesús.** No expresa esta desaprobación protestando y diciendo que es inmerecido. Eso puede ser una forma sutil de buscar más alabanzas. Pero así como el sonrojarse puede ser una reacción física para proteger la castidad, así también el rechazo interior de la adulación o los cumplidos es una defensa contra el centrarnos en nosotros mismos.

4) El criterio de la modestia es la excelencia de los dones de Dios implicados en nuestra realización exitosa o en el elogio recibido de los demás. **Atesora** por encima de todo **la presencia de Jesús y defiende la pureza de los dones espirituales** de Dios con una constante y cariñosa vigilancia.

La modestia es la virtud de María. Su cántico es un modelo de modestia consumada (Lucas 1, 46-55). Podemos seguir los movimientos de modestia en el alma de María a través de su Magnificat. Ella pronunció dicho cántico como respuesta a un cumplido extraordinario: "Bendita tú entre las mujeres y bendito el fruto de tu vientre; y ¿quién soy yo para que me visite la madre de mi Señor?" (Lucas, 1, 42-43). La rápida y espontánea respuesta de María se enfoca a la grandeza del Señor. "Engrandece mi alma al Señor." Y ella se complace en esta grandeza: "mi espíritu se alegra en Dios mi salvador". Inmediatamente se da cuenta de su pequeñez y bajeza al recibir los dones de Dios, pero esto favorece su propia grandeza: "porque ha puesto los ojos en la humildad de su esclava; por eso desde ahora todas las generaciones me llamarán bienaventurada". Incluso cuando reconoce su propia grandeza, ella se vuelve hacia el Dios que es su causa por su bondad y su amor: "porque ha hecho en mi favor maravillas el Poderoso, santo es su nombre". La modestia de María no se cierra en sí misma. Sabe que el Dios de amor que la escogió para bendecirla con exceso, es también el Dios de amor para todas las personas que se abran a Él: "y su misericordia alcanza de generación en generación a los que le temen".

Sí, la modestia consumada de María se deleita en los dones de Dios, desaprueba cualquier mérito de su *ego* y lo centra todo en el Dios que la bendice. De esta manera María era plenamente libre para vivir en la imagen de su yo verdadero, "creado según Dios, en la

justicia y santidad de la verdad" (Efesios 4, 24). Era capaz de vivir las virtudes de Jesús hasta el grado de consumación durante toda su vida.

Llevada a consumación, la modestia brilla en nuestro corazón y en nuestro rostro, en nuestras actitudes y en nuestra conducta, protegiendo nuestra bondad en el Señor con vigilancia constante, con deleite y acción de gracias.

Para vivir plenamente las virtudes de Jesús es esencial la complacencia agradecida por los dones de Dios. El siguiente cuento hasídico nos enseña cómo este aspecto de la modestia promueve la belleza de otras virtudes.

Un hombre rico fue a ver al gran Maestro de Mezerith para que le bendijera.

"¿Cómo vive usted y qué come cada día", le preguntó el Rabino.

"Aunque no me falta riqueza alguna, vivo en un estilo de vida sencillo y sólo como papas con pan y sal", contestó el hombre rico.

"Bien, de ahora en adelante le ordeno que coma un poco de carne, pescado y vino, como conviene a un hombre rico", respondió el Rabino.

Cuando el hombre rico se hubo ido, los discípulos del maestro le preguntaron: "¿Qué le importa a usted lo que él come, si es pan con sal o carne con vino?"

El Rabino contestó: "A mí sí me importa mucho. Si él se abre al placer y su comida consiste en finos manjares, entonces tal vez entenderá que los pobres tienen necesidad de pan y papas; pero si alguien que es rico renuncia a las delicias de la vida, va a creer que a los pobres les basta con comer piedras".

Temas para la Oración y la Meditación

1. Considera cómo el deleitarnos en los dones de Dios en la modestia nos abre a recibir más talentos y capacidades; lo contrario es también verdadero.

"Un hombre que se iba de viaje llamó a sus siervos y les encomendó su hacienda: a uno dio cinco talentos, a otro dos y a otro uno, a cada cual según su capacidad; después se marchó. Enseguida, el que había recibido cinco talentos se puso a negociar con ellos y ganó otros cinco. Igualmente el que había recibido dos ganó otros dos. En cambio el que había recibido uno se fue, cavó un hoyo en la tierra y escondió el dinero de su señor. Al cabo de mucho tiempo, vuelve el señor de aquellos siervos y ajusta cuentas con ellos. Llegándose el que

había recibido cinco talentos, presentó otros cinco... Le dijo su señor: '¡Bien, siervo bueno y fiel, has sido fiel en lo poco, te pondré por eso al frente de lo mucho; entra en el gozo de tu señor'. Se acercó también el de los dos talentos y dijo: 'Señor, dos talentos me entregaste; aquí tienes otros dos que he ganado'. Le dijo su señor: 'bien, siervo bueno y fiel; has sido fiel en lo poco, te pondré por eso al frente de lo mucho; entra en el gozo de tu señor'. Se acercó por fin también el que había recibido un talento y dijo: 'Señor me dio miedo, y fui y escondí en tierra tu talento. Mira, aquí tienes lo que es tuyo'. Mas su señor le respondió: 'Siervo malo y perezoso... debías haber entregado mi dinero a los banqueros. Y así, al volver yo, hubiese recobrado lo mío con los intereses. Quitadle, por tanto, su talento y dádsele al que tiene diez. Porque a todo el que tenga, se le dará y le sobrará; pero al que no tenga, aun lo que tiene se le quitará' (Mateo 25, 14-29).

2. La modestia hace que se muestren nuestro talento y bondad, pero de manera que reflejen nuestro nuevo ser en Dios y no nuestro hombre viejo en el ego.

"Vosotros sois la luz del mundo. No puede estar oculta una ciudad situada en la cima de un monte. Ni tampoco se enciende una lámpara para ponerla debajo del cántaro de semillas, sino sobre el candelero, para que alumbre a todos los que están en la casa. Brille así vuestra luz delante de los hombres, para que vean vuestras buenas obras y glorifiquen a vuestro Padre que está en los cielos" (Mateo 5, 14-16).

3. María es nuestro modelo supremo de modestia de consumación.

-Ella se alegraba de los dones que Dios le había dado. "Mi espíritu se alegra en Dios mi Salvador" (Lucas 1, 47).

-Ella veía sus talentos enraizados en Dios: "Engrandece mi alma al Señor... ha hecho en mí maravillas el Poderoso, santo es su nombre" (Lucas 1, 46, 49).

-María dejó a la Providencia la revelación de su grandeza, mejor que hacerlo ella misma: "María, por su parte, guardaba todas estas cosas y las meditaba en su corazón" (Lucas 2, 19).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. Aplícate a ti mismo la parábola de los talentos, y describe: a) los dones de personalidad que has recibido, b) lo que has hecho con ellos, c) cómo ellos son una invitación para vivir con más alegría. ¿Cuál es tu relación con el señor de la parábola?

2. Da un ejemplo en que se vea cómo el depender del elogio o los cumplidos te impide crecer en otras virtudes.

3. Cuenta tu reacción por dentro a alguna situación en que se veía aplaudida tu propia importancia.

4. Di cómo ves la virtud de la modestia consumada en María.

19

La Abnegación total del Viejo Yo

Abnegación viene del latín *abnegare*, que quiere decir "negar y separar de". A través de este libro tú has estado podando al viejo yo, negándote a que hinchase tu *ego* y separando tu nuevo ser de él lo más posible. Eso es abnegación, una condición necesaria para construir el hombre nuevo de las virtudes de Jesús. La abnegación total es vaciarse del hombre viejo y llevar a plenitud el nuevo ser.

Una persona que conocí en Roma era de carácter tranquilo y nada presuntuoso. Fui descubriendo poco a poco las cosas, muchas y extraordinarias, que esta persona hacía para ayudar a otros, especialmente a los pobres. Sus realizaciones me daban ánimo. Un día le pregunte por qué no hablaba más de lo que realizaba tan bien. Y me dijo: "Eso sirve para alimentar mi *ego*, por eso no hablo de estas cosas". Pero yo contesté que el escuchar sus actividades era de gran ayuda para mí y para otras personas. "Cuando se trata de eso, yo sí hablo." Este hombre sabía muy bien lo que nutría su *ego* y lo que ayudaba a la gente. Hizo morir a su *ego*, pero alimentó el verdadero ser relacionado con otros. Esto es la abnegación de nuestro falso yo para vivir plenamente en Cristo.

La abnegación llega a la consumación cuando incluye todo aquello a lo cual se puede creer con derecho el *ego*. Es abandonarse totalmente a Dios, lo cual elimina del todo al *ego*. La humildad y la modestia ayudan a desarrollar la disposición necesaria para esta vida inmersa del todo en la bondad de Dios. La total abnegación de nuestro hombre viejo es simplemente la consumación de la experiencia bautismal de morir a nuestro *ego* (pecado) al crecer más plenamente en la vida de Jesús. San Pablo lo dice así: "¿O es que ignoráis que cuantos fuimos bautizados en Cristo Jesús, fuimos bautizados en su muerte? Fuimos, pues, con él sepultados por el bautismo en la muerte... así también nosotros vivamos una vida nueva... su muerte fue morir al pecado, de una vez para siempre; pero su vida, es un vivir para Dios. Así también vosotros, consideraos como muertos al pecado y vivos para Dios en Cristo Jesús" (Romanos 6, 3, 4, 10, 11).

¿A qué apuntamos especialmente en la consumación de la virtud de abnegación del hombre viejo? Nuestra atención se dirige especialmente a lo que San Juan llama "vida jactanciosa", cuando reclama alguna distinción, importancia, honor, excelencia que hincha la imagen de su propia valía. En Jesús, la virtud es su propia recompensa; en la vida pretenciosa, la virtud busca la afirmación de los otros.

En los años de mi escuela en Missouri nuestra casa distaba siete kilómetros del edificio escolar. Yo caminaba kilómetro y medio hasta el cruce en que los vecinos me llevaban en un coche junto con sus niños. Una mañana de invierno la temperatura era de 20 grados bajo cero, pero yo no me daba cuenta de que hacía tanto frío. Yo agarré mi mochila y caminé hasta el cruce. Esperé una hora y nadie apareció. Decidí que ya estaba en el camino de la escuela y, por eso, hice lo que faltaba. Cuando a las 10:30 llegué a la escuela, la maestra me alabó de manera superlativa por haber recorrido aquella distancia para ir a la escuela, y algunos compañeritos expresaron su admiración. Entonces mi *ego* aceptó todo esto. Hasta aquel momento yo no había pensado haber hecho algo especial... incluso una locura. Pero una vez que escuché las alabanzas, empecé a aprovechar cualquier ocasión para contar mi

hazaña... esperando ser elogiado por ellos. Mi *ego* estaba creciendo, hasta que una vez saqué mi relato de manera intempestiva en una conversación y uno de mis amigos me dijo: "La verdad es que estás pescando cumplidos". Entonces mi *ego* se sintió golpeado, pero aquella noche pensé en todo ello. Si yo era bueno porque caminé hasta la escuela, ese bien seguiría siendo un bien aunque nadie lo notara. El contarle a los demás y reclamar alabanzas sólo alimentaba mi *ego* y al mismo tiempo disminuía la virtud que me llevó a hacer aquella caminata con frío. Y más tarde me di cuenta de que mi *ego* a menudo reclamaba que se conociese mi virtud, y así la arruinaba.

La abnegación significa que no le digo a la gente qué estupendo soy; ellos lo descubrirán sin ayuda de mi *ego*. También significa que no le digo a la gente qué malo soy; se van a dar cuenta de ello sin ayuda mía. A veces mi *ego* cuenta lo malo que soy, buscando una respuesta de protesta y alabanza de parte del que me escucha. "Yo aquí soy un don nadie": ¡oh no!, eso no es verdad; ¡No podemos prescindir de ti! Proclamando su virtud o su vicio, el *ego* busca alabanza, adulación... todo lo que haga más grande la imagen de su propia importancia.

El secreto de la abnegación total es el **enfocarnos del todo a Jesús**. Es incluso **peligroso practicar la abnegación de sí mismo sin estar abiertos a Jesús** y unidos en alguna medida con él. Es importante sentirnos amados, que valemos para algo, que se nos reconoce. Si negamos estas cosas a nuestro *ego*, lo hacemos para encontrarlas, en alguna forma completamente diferente, en Jesús y en su espíritu. La abnegación practicada en la consumación no aplasta o destruye nuestras preferencias naturales, nuestro deseo de hacernos notar, de servir de algo, de ser alguien. Es simplemente renunciar a esas necesidades en relación con nuestro *ego*, y dejar que Jesús las satisfaga. El crecer en las virtudes de Jesús nos produce un tipo de afirmación enteramente nuevo, un nuevo valor y dignidad: "El fruto del Espíritu (de Jesús) es amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, templanza" (Gálatas 5, 22-23). La abnegación nos libera de nuestro *ego* para que esos frutos del Espíritu actúen en nosotros, nos colmen de lo mejor de la vida. Es entonces cuando gozamos de aquella plenitud en la que se espera que nos asentemos.

Experiencia:

Solía pensar que mi mérito, mi honor y mis realizaciones eran todas mi propia actividad. Era pesado tener que buscar continuamente la confirmación y la seguridad que necesitaba para mi *ego*. Pero no sabía otra manera de sentirme valioso. Más tarde el grupo comenzó a trabajar sobre la abnegación de sí mismo para vivir un nuevo ser en Jesús. El cambio que se produjo en mí fue como una alegoría que yo había leído, de autor desconocido. Era como si yo estuviese montado en una bicicleta tandem. Mi *ego* iba adelante, pero Jesús iba detrás de mí tranquilamente ayudándome a pedalear. Finalmente me di cuenta de que estaba Jesús y, sin saber cómo ni cuándo, me encontré poco a poco en el sillín de atrás. Esto dejó mi *ego* afuera, pero mi nuevo yo empezó a vivir en Jesús. Cuando Jesús tomó el mando, él conocía nuevos caminos deliciosos y yo comencé a experimentar un valor e integridad nunca conocidas cuando vivía para mi *ego*. Incluso aunque a veces yo dudaba y mi *ego* gritaba, Jesús decía "¡Pedalea!" Yo me inquietaba y angustiaba, y pregunté "¿A dónde me llevas?" Él se rio y no me contestó; y yo aprendí a confiar. Si yo decía "tengo miedo", sentía el toque de su presencia. Cada vez que yo pensaba que iba a hacer algo para satisfacer los lamentos de mi

ego, él decía: "Niégalo y sígueme". Ahora me encuentro aprendiendo a estar tranquilo y pedalea en los sitios más extraños y cada vez lo gozo más y más. A veces la ruta es más empinada y cuando me convengo de que no puedo hacer nada más, Jesús solamente sonríe y dice: "Pedalea!"

Temas para la Oración y la Meditación

1. A Jesús no le interesa tanto nuestra abnegación como el que compartamos su vida. La abnegación es simplemente una condición necesaria para sacar a nuestro ego fuera.

- "Si alguno quiere venir en pos de mí, que se niegue a sí mismo, tome su cruz cada día, y me siga" (Lucas 9, 23).

- Si intentamos que nuestra vida dependa de los méritos, honores, éxitos, eso termina inevitablemente en la pérdida de todo. "Porque quien quiera salvar su vida, la perderá; pero quien pierda su vida por mí, ése la salvará" (Lucas 9, 24).

- Lo que perdemos al negar nuestro ego es menos que lo que ganamos al vivir las virtudes de Jesús.

- "Pedro se puso a decirle: Ya lo ves, nosotros lo hemos dejado todo y te hemos seguido'. Jesús respondió: 'Yo os aseguro: nadie que haya dejado casa, hermanos, hermanas, madre, padre, hijos o hacienda por mí y por el Evangelio, quedará sin recibir el ciento por uno... y en el tiempo venidero, vida eterna'" (Marcos 10, 28-30).

- "Porque estimo que los sufrimientos del tiempo presente no son comparables con la gloria que se ha de manifestar en nosotros" (Romanos 8, 18).

"Lo que era para mí ganancia, lo he juzgado una pérdida a causa de Cristo. Y más aún: juzgo que todo es pérdida ante la sublimidad del conocimiento de Cristo Jesús, mi Señor, por quien perdí todas las cosas, y las tengo por basura para ganar a Cristo y ser hallado en él" (Filipenses 3, 7-9).

3. La liberación del influjo de nuestro ego permite a los frutos del Espíritu prosperar en nosotros.

- "En cambio, el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, templanza" (Gálatas 5, 22-23).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. Di qué piensas que es "vivir en el Espíritu" y "seguir al Espíritu" (ver Gálatas 5, 25).
2. ¿Cuáles son las cosas en las que es más probable que tu ego se coloque en el centro?
¿Qué haces en estos casos para negar tu viejo ser?
3. Cuando le niegas a tu ego la aprobación y afirmación que busca, ¿de dónde sacas tu autoestima e importancia?
4. ¿Qué experiencia has tenido de alguno de los frutos del Espíritu reseñados arriba?
5. ¿Qué ves en Jesús que sea un buen ejemplo de total abnegación de sí mismo?

El Desprendimiento completo de los Bienes de este Mundo

El apego a los bienes de este mundo quiere decir estar atado a las cosas que afectan a nuestra paz interior, nuestro sentimiento de felicidad y de autoestima. Nuestros afectos y deseos pueden ligarnos a las cosas de tal manera que se conviertan en parte de nuestro bienestar. Ahí es donde nuestro *ego* trata de retornar nuevamente al centro de nuestra vida, hinchando su propia importancia con el apego a los bienes de este mundo. Pero recuerda: en las virtudes de consumación hemos puesto al *ego* al otro lado de la puerta de nuestra vida. En la virtud de desprendimiento lo mantenemos definitivamente fuera.

El sentido de desprendimiento llegó a instalarse en mí gracias al siguiente incidente. Oí un terrible estrépito en la calle, afuera de la casa de nuestra comunidad religiosa. Me lancé a la ventana y vi que un precioso Cadillac había embestido a cuatro coches estacionados en el otro lado de la calzada. Cuando uno de mis hermanos bajó las escaleras y se asomó a la ventana, dije con cierto sentimiento de emoción y regocijo: "Ese borracho acaba de arruinar su hermoso Cadillac negro y los coches de cuatro personas más". El Hermano dijo: "¡Uuuy!, anoche estacioné nuestro carro en la acera de enfrente". ¡El alma se me cayó a los pies! Mi regocijo se convirtió en pánico y consternación. Yo estaba apegado a nuestro coche, pero completamente desapegado de los otros cinco.

El apego a las cosas quiere decir que de alguna manera llevamos siempre estas cosas en torno a nosotros, dentro de nosotros. Nos tienen limitados al terreno de su propia importancia. No podemos ir a donde ellas no pueden ir. Nos obligan a vivir dentro de los confines de su reino. Un amigo mío, muy apegado a su perro, se ve limitado en sus viajes por la idea de a dónde puede ir el can. El apego a cualquier cosa nos impone restricciones. Y cuanto más desapegados estamos, tanto más libres interiormente nos sentimos para vivir sin limitaciones. Como dice San Pablo acerca de vivir los frutos del Espíritu Santo: "Contra tales cosas no hay ley" (Gálatas 5, 23).

Desprendimiento es igual a desatar nuestro deseo, nuestros anhelos y afectos de los bienes de este mundo. Estar desatado de ellos no quiere decir que no poseemos cosas o que no gozamos de ellas; significa que no estamos fundidos con ellas por la emoción o el deseo de tal modo que al perderlas nos quedamos sin paz, sin el deseo de ayudar a otros, etc.... El desprendimiento nos deja libres de los límites en que el apego nos encierra. Somos libres y podemos vivir plenamente todos los dones del Espíritu que acompañan al vivir las virtudes de Jesús.

Dios ha creado un mundo lleno de bienes para nosotros y quiere que usemos de ellos y los gocemos. El secreto del desprendimiento está en utilizar las cosas agradablemente y no permitir que nos controlen o nos limiten de ninguna forma. Desprendimiento no es necesariamente ser pobre en el sentido de no tener lo necesario, sino ser pobre en el sentido de que nuestros sentimientos, afectos y deseos no reclaman nada como necesario para nuestra felicidad completa, nuestra realización.

La finalidad del desprendimiento de los bienes de este mundo es quedar libre para adherirse a Dios y a las cosas de Dios. Sólo podemos seguir a Jesús en la medida en que nos vemos desprendidos de todas las cosas que nos echaban para atrás. Jesús nos promete todo de

una manera nueva: nueva vida, nuevo reino, nueva creación. Pero para recibir completamente el cumplimiento de dicha promesa, necesitamos estar desprendidos completamente de las cosas de este mundo. Las usamos y las gozamos con la mayor libertad interior de forma que podamos vivir del todo en la bondad de Dios. Jesús dice con toda claridad: "No andéis preocupados por vuestra vida, qué comeréis, ni por vuestro cuerpo, con qué os vestiréis; porque la vida vale más que el alimento, y el cuerpo más que el vestido... Por todas esas cosas se afanan los gentiles del mundo; y ya sabe vuestro Padre que tenéis necesidad de ellas. Buscad más bien su reino, y esas cosas se os darán por añadidura" (Lucas 12, 22-23, 30-31).

Una canción de moda en los años 60 decía: "Libertad es sólo otra palabra para decir: no tener nada más que perder". Desprendimiento y libertad corren parejas. Cierta amigo mío, que era generosísimo para hacer algo por los demás, estaba tan encariñado con su camión que nadie podía tocarlo. Un día apareció una mujer pidiéndole prestado el camión para preparar un festival benéfico. Era algo bueno, pero él no podía acompañarla conduciendo el camión. Hasta ese día él siempre había dicho no, a causa de su apego, pero se sentía siempre mal al decir no. Entonces decidió dejar que esta mujer condujera el camión. Cuando ella salió de la entrada de los vehículos, se lanzó sobre una curva y golpeó el camión con un gran estrépito. Aquel ruido le llegó a mi amigo como si látigos de hierro desgarraran su corazón. Él sufría una enorme pena cada vez que recordaba aquel accidente. Posteriormente, adquirió la virtud del desprendimiento. Y le pregunté qué haría ahora si aquella mujer le pidiera utilizar su camión. Me contestó: "Le diría que tuviese cuidado con la curva al salir hacia atrás, y me encantaría que usase mi camión".

Experiencia:

En un congreso en Roma en 1984 Piet Derksen nos narró así su vida. Cuando él y su esposa Trude se casaron pidieron que Dios los hiciera ricos y poder así hacer mucho bien y difundir el Evangelio. Piet entró en un negocio de barcos transatlánticos. Ganó millones de dólares y acabó apegado al dinero y a la buena vida que le procuraba. Olvidó a Dios, olvidó la oración de sus primeros años de casado. Pero su mujer no olvidó. Continuó rezando por la conversión de su esposo para poder los dos cumplir su promesa. Piet cayó gravemente enfermo y los doctores calificaron su dolencia de incurable. Él se volvió a Dios y prometió que si sanaba ellos emplearían todo su dinero para los demás. Se puso bueno. De modo que él y Trude colocaron sus millones de dólares en una fundación benéfica. Vendieron su mansión de millonarios, despidieron a sus sirvientes y se mudaron a un apartamento.

Ellos vendieron sus tesoros artísticos y el dinero lo metieron a la fundación. La esposa de Piet, finalmente, tomó la firme resolución de vender lo último que poseían, aparte de sus vestidos y muebles, su automóvil. Pero ellos adquirieron un coche más modesto para poder moverse. Piet y Trude, los dos, dijeron que ahora estaban viviendo los años más felices de su vida.

Temas para la Oración y la Meditación

1. Piensa en cómo el estar apegados nos impide entrar plenamente en la vida y los dones de Jesús.

-Los posibles seguidores de Jesús: "Mientras iban caminando, uno le dijo: "Te seguiré a donde quiera que vayas'. Jesús le dijo: Las zorras tienen guaridas, y las aves del cielo nidos; pero el hijo del hombre no tiene dónde reclinar la cabeza'. A otro dijo: 'Sígueme'. Él respondió: 'Déjame ir primero a enterrar a mi padre'. Le respondió: 'Deja que los muertos entierren a sus muertos; tú vete a anunciar el Reino de Dios'. Otro le dijo: "Te seguiré, Señor, pero déjame antes despedirme de mi casa'. Le dijo Jesús: 'Nadie que pone la mano en el arado y mira hacia atrás es apto para el Reino de Dios'" (Lucas 9, 57-62). -"Pues, de igual manera, cualquiera de vosotros que no renuncia a todos sus bienes no puede ser discípulo mío" (Lucas 14, 33).

2. En tiempos de Jesús la puerta de las aduanas en la muralla de una ciudad era del tamaño justo de un camello. Pero el camello no podía entrar por ella si iba cargado. Las posesiones tenían que descargarse antes, el camello pasaba y luego era vuelto a ser cargado. De esta manera los funcionarios de la aduana podían controlar más fácilmente las mercancías que entraban. Hay quienes interpretan las palabras de Jesús con esta imagen.

-"Os lo repito, es más fácil que un camello entre por el ojo de una aguja, que el que un rico entre en el Reino de los Cielos" (Mateo, 19, 24).

3. Nosotros nos vaciamos de apegos a los bienes de este mundo para llenarnos de la vida y los dones de Dios.

-"Buscad primero su Reino y su justicia, y todas esas cosas se os darán por añadidura" (Mateo 6, 33).

"Bienaventurados los pobres de espíritu, porque de ellos es el Reino de los Cielos" (Mateo 5, 3).

Preguntas para la revisión personal o para compartir en el grupo

1. ¿Qué cosas podrías perder sin que te quitasen la paz interior y la felicidad? ¿Qué cosas te disgustarían enormemente si las perdieras?

2. Explica con un ejemplo concreto lo que tú saliste ganando cuando te desprendiste de un fuerte apego a alguna cosa especial.

3. ¿Hay cosas que te encanta "ceder" para poder vivir más plenamente los dones del Espíritu de Jesús?

4. En la vida de Jesús, ¿qué ejemplos nos muestran su desprendimiento consumado de los bienes de este mundo?

Conclusión

El proyecto que has emprendido de crecer en las virtudes de Jesús, con el tiempo elimina la influencia de tu yo egocéntrico sobre tu vida, y da origen a un yo transformado por el poder de Jesús. Es un viaje en la vida espiritual que finalmente transforma tu vida entera. El método presentado en este libro forma parte de la espiritualidad marianista enseñada por el P. Chaminade. Unos cuantos principios básicos de esa espiritualidad podrían serte útiles a ti cuando continúes tu viaje por las virtudes de Jesús.

1) Tu mera presencia ya sirve y tiene influencia incluso aunque no "hagas" nada. La calidad de tu presencia se ve enaltecida notablemente por las virtudes de Jesús en ti.

2) El cambio radical que las virtudes operan en ti es gradual y progresivo. Raramente sucede repentinamente, y nunca de manera violenta. Es el estilo de María para formarte en las virtudes de Jesús.

3) Vivir las virtudes de Jesús es siempre una colaboración entre la acción de la gracia y tus propios esfuerzos. Haz tu parte al cien por ciento.

4) Crecer en las virtudes de Jesús siempre exige una acción doble y simultánea:

- Un morir y un nacer a una nueva vida.
- Negar el viejo yo egoísta y desarrollar el nuevo ser verdadero en Cristo.
- Eliminar los malos hábitos y crear los buenos.

5) Las virtudes están todas relacionadas entre sí; el practicar una, ayuda a practicar la otra. Finalmente, cuando te encuentres frente a una elección entre tu viejo ser, tu ego y tu nueva conciencia según Jesús, responderás normalmente con varias virtudes al mismo tiempo.

6) Las virtudes en los tres niveles nunca están terminadas, en el sentido de que cada vez que las trabajas de nuevo, descubrirás nuevas ideas, nuevos dones y un nuevo crecimiento.

7) Las virtudes de Jesús en ti te dan la capacidad de hacer las obras de Jesús. "Yo os aseguro: el que crea en mí, hará él también las obras que yo hago, y hará mayores aún, porque yo voy al Padre" (Juan 14, 12). Jesús tiene todavía obra que hacer en el mundo, y la hace a través de aquellos que viven en unión con él en el poder de sus virtudes. En este sentido, todos sois misioneros.

Estoy "firmemente convencido de que quien inició en vosotros la buena obra, la irá consumando hasta el Día de Cristo Jesús" (Filipenses 1, 6).

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

1. FORMAR EL YO VERDADERO
2. LUCHANDO CON NUESTRO YO EGOÍSTA

PRIMERA PARTE: LAS VIRTUDES DE PREPARACIÓN

LOS CINCO SILENCIOS

3. EL SILENCIO DE LAS PALABRAS
4. EL SILENCIO DE LOS SIGNOS
5. EL SILENCIO DE LA MENTE
6. EL SILENCIO DE LAS PASIONES
7. EL SILENCIO DE LA IMAGINACIÓN
- EPÍLOGO A LOS CINCO SILENCIOS

8. EL RECOGIMIENTO
9. LA OBEDIENCIA DE PREPARACIÓN
10. SOPORTAR LA MORTIFICACIÓN

SEGUNDA PARTE: LA OBRA DE LA PURIFICACIÓN

11. DEBILIDAD - LIMITACIONES
12. LAS TENDENCIAS AL MAL
13. DUDAS, INCERTIDUMBRE
14. OPOSICIÓN, CONTRARIEDADES
15. SUGERENCIAS DE RENDIRSE
16. LAS TENTACIONES

TERCERA PARTE: LAS VIRTUDES DE CONSUMACIÓN

Hacia las virtudes teologales de Jesús: FE, ESPERANZA Y AMOR

17. LA HUMILDAD
18. LA MODESTIA
19. LA ABNEGACIÓN TOTAL DEL VIEJO YO
20. DESPRENDIMIENTO COMPLETO DE LOS BIENES DE ESTE MUNDO

CONCLUSIÓN