

La unión con Dios

Enrique Cases

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor.

© de la presente edición, Enrique Cases, 2014
1ª edición, marzo de 2014.

Realización: Parangona Realització Editorial, s.l.
Pau Claris 119, 3º 1ª, 08009 Barcelona
info@parangona.es, www.parangona.es

Depósito Legal: B-7.947-2014
ISBN: 978-84-616-9072-5

Índice

Introducción.....	5
-------------------	---

PARTE I

La persona que reza.....	9
La oración como arte.....	11
La filiación divina.....	15
Los comienzos.....	20
Primera continuación de la vida del orante.....	23
Unidad de vida.....	31
<i>Inteligencia, afectividad y voluntad en la vida de oración</i>	35
<i>Oración y voluntad</i>	35
<i>Los sentimientos, los afectos y las pasiones</i>	38
<i>Las pasiones en santo Tomás</i>	40
<i>La mezcla de afectos</i>	42
<i>El peligro del resentimiento envidioso</i>	44
<i>Amor-odio, sentimiento de culpa, remordimiento,</i> <i>aburrimiento, vergüenza, celos</i>	46
Oración y pensamiento.....	48
Oración y cuerpo.....	49
La imaginación y la fantasía.....	53
<i>La oración y la acción del demonio</i>	55
Las meditaciones orientales.....	60
Tibieza.....	63
<i>Desenraizamiento de los pecados capitales</i>	69

PARTE II

Crecimiento en espiral.....	81
María, la perfecta orante.....	82
Etapas de la oración.....	86
Las transformaciones del orante en la homilía <i>Hacia la santidad</i>	93
Buscar a Cristo.....	98

<i>Infancia espiritual</i>	102
<i>Vida oculta</i>	105
<i>Vida pública</i>	108
<i>Jueves Santo</i>	109
<i>Viernes Santo</i>	110
<i>Sábado Santo</i>	115
<i>Resurrección</i>	115
<i>Ascensión</i>	116
<i>Pentecostés</i>	117
La vida sacramental del orante.....	117
<i>La puerta de la humildad</i>	120
Las transformaciones del orante.....	131
<i>Itinerario de la fe</i>	132
<i>Itinerario de la esperanza</i>	138
<i>Itinerario de la caridad</i>	143
Las noches del alma según san Juan de la Cruz.....	147
La purificación pasiva en san Josemaría.....	152
<i>Purificación a través del trabajo</i>	156
Cambios en algunas virtudes.....	157
La expiación.....	160
 PARTE III	
Unión entre Dios y el orante.....	169
Los dones y los frutos del Espíritu Santo en la vida del orante.....	177
La oración contemplativa en san Josemaría.....	191
La oración contemplativa en santa Teresa de Jesús, san Juan de la Cruz e Isabel de la Trinidad.....	195
 ANEXO I	
Oración ordinaria y fenómenos extraordinarios.....	205
 ANEXO II	
La gracia transforma al orante.....	211
<i>La gracia, re-creación personal</i>	212
 ANEXO III	
Orantes en el mundo.....	219
<i>El goce de la santificación en medio del mundo</i>	226

Introducción

Desde el primer Avemaría y el primer acto de fe ya existe unión con Dios. Es como una semilla pequeña que puede crecer hasta que llega a ser un árbol frondoso que da sombra y cobijo a las aves del cielo. De este crecimiento trata este libro. Trata de los caminos de los valles, fáciles, pero lleno de distracciones, de peligros de animales fieros o pequeños como los mosquitos. Al comenzar la ascensión el camino está bien marcado, pues han pasado muchos, pero sube y cansa. Es fácil, pero está cerca para desistir y volver al prado; pero hay amigos, risas, satisfacción por el esfuerzo, guías, mapas. Al llegar a las cumbres puede no haber caminos y solo los expertos se orientan; hasta el aire que se respira es diferente. La cumbre es horizonte abierto, alegría laboriosa; el descanso no es solitario y ensimismado, pues es más claro que allí está Dios que espera. En esas cimas se vive la perfecta caridad preludio del cielo. Ha valido la pena caminar.

PARTE I

La persona que reza

Las personas cambian a lo largo de la vida. También su modo de orar. Pero, siguiendo la enseñanza de los maestros de vida espiritual, la oración es siempre un trato de amistad con quien sabemos nos ama, un buscar a Dios y encontrarlo, una conversación de un hijo con su Padre Dios, una entrega de corazón que lleva a un compromiso de amor, un suspiro del corazón, una elevación de la mente a Dios, un querer seguir a Cristo y vivir como Él vivió. La oración siempre es unión amorosa con Dios, aprender en la escuela del Espíritu Santo instalada en el alma. En palabras de Benedicto XVI: “La oración es el encuentro con una persona viva a quien escuchar y con quien comunicarse; es el encuentro con Dios que renueva su lealtad inquebrantable, su «sí» al hombre, a cada uno de nosotros, para darnos su consuelo en medio de lo tormentoso de la vida y hacernos vivir, unidos a Él, una vida llena de alegría y de bien, que encontrará su plenitud en la vida eterna”.¹

Algunos de los cambios que en su vida experimenta el orante van unidos al avance de la edad y a sus circunstancias exteriores. Pero los principales son fruto de la acción de Dios en el alma, que enseña a conocer y amar con mayor profundidad.

La oración es un arte divino, más que una técnica humana. Un arte en el que el artista es Dios; y el orante, barro de alfarero, informe, pero libre. Se pueden enseñar modos de hacer oración, pero siempre se deberán adaptar a la sensibilidad y circunstancias (edad, pruebas, oportunidades, tentaciones, etc.) de cada persona.

Se puede comparar la vida de oración con el crecimiento humano: infancia, juventud, madurez. Pero la vida de oración es libre y tiene muchas excepciones. En síntesis, comienza con una conversión auténtica, que puede ser muy variada: una confesión bien hecha, un acto de entrega, una iluminación recibida, la comprensión de algún texto de la Sagrada Escritura u otras vivencias que pueden llamarse transformaciones interiores. Después viene la fase de la superación de aquello que desdice de una vida moral recta. Y luego, la purificación de todas las intenciones, por muy ocultas que estén. Y siempre, de modo eficaz y divino, una atracción de Dios y una transformación en la vida del orante: una unión creciente del orante y Dios.

1 Benedicto XVI, audiencia del 29 de mayo de 2012.

La meta es vivir en Dios, más por don divino que por esfuerzo humano. Es decir, aprender a amar y, al mismo tiempo, dejarse amar. Ser más capaz de Dios y extinguirse poco a poco las tinieblas interiores, para vivir en la Luz y en el Amor divinos con una paz activa siempre en aumento.

Veamos un buen ejemplo orante:

“Señor, me cuesta pedirte ciertas cosas porque pienso que Tú me vas a dar lo que más me conviene. Entonces tan solo sé pedirte que me des humildad para recibir tus regalos y fortaleza para recibir las pruebas que Tú me envíes. Tal vez no sé pedir, porque aún no sé dar lo suficiente. Nuestro Padre (san Josemaría) pedía mucho porque daba mucho”.²

Dos años más tarde de esta oración, escribe:

“Llenos, estamos llenos, nunca vacíos, llenos de amor a Dios, tenemos todo lo que un corazón humano puede desear: amor, justicia, la Ley de Dios, al mismo Dios y virtudes para poder luchar por llevar una vida santa. Nos ‘sabemos’ hijos de Dios. Si llevásemos un estandarte sería el del ‘Perdón’, porque es lo mismo perdonar que amar. Donde hay perdón es porque hay amor, no se puede amar sin perdonar, ni perdonar sin amar, por eso Dios donde más nos manifiesta su amor es en el perdón. Se reconcilió con su criatura. Criador y criatura creada en el Amor, unidos para siempre. ¡Qué corazones tan llenos de paz los que saben perdonar y se sienten siempre perdonados por Dios Padre! ¿Quién si no podría sentir esa paz? ¿Dónde iría un corazón humillado y contrito a buscar perdón? Si no sabe que tiene un Dios Padre que perdona siempre con la condición de verdadero arrepentimiento, ¿por quién se sentiría perdonado para encontrar la paz en su corazón? ¿Y sin paz sabrá él perdonar? ‘Sabemos’ que Dios existe, nos asiste el Espíritu Santo en nuestra debilidad y Dios hecho hombre espera a la derecha de Dios Padre el momento de juzgarnos; y no tenemos miedo, al contrario, deseamos ansiosos que llegue ese día. Vivimos una vida sobrenatural, miramos el mundo con los mismos ojos que lo mira Dios. Por eso amamos todo y a todos. Los que estamos en su gracia comemos su Cuerpo sacramentado, alimento del alma que nadie de otra forma puede alimentar, ni aunque fuese el hombre más sabio y poderoso podría alimentar nuestra alma. No esperamos que por un milagro Dios nos haga tibio el frío, ni que trabajar no nos cueste el sudor de nuestra frente, serían milagros innecesarios. Es nuestro amor por Dios lo que hace que toda carga sea ligera. Te amo tanto, Señor, que estos momentos de intimidad contigo desearía que fuesen eternos. Pero en vez de esto, son cada vez más difíciles, parece que cada vez tengo más dificultades para conseguirlos. ¡Ayúdame, Señor! Deseo dar buen ejemplo de

2 MPT, marzo de 1999.

esposa, madre de familia, mujer cristiana, católica, hacer cada momento bien mi trabajo, todo por ofrecértelo a Ti, Señor. Pero parece que no hago nada bien. Es entonces cuando, faltándome mis fuerzas, me abandono en tus brazos como una hija pequeña, y espero que me acaricies. Tú siempre lo haces y me das tu fuerza para seguir en la lucha que es vivir esta vida. Amén”.³

La oración como arte

Hay muchos modos de orar. La oración es como viajar en una autopista muy ancha, con muchos carriles, en la que circulan multitud de coches a diversas velocidades, pero todos con el mismo origen y la misma meta: el deseo de la unión con Dios y vivirla de modo pleno. En este libro consideraremos, principalmente, “el mensaje de san Josemaría, que por voluntad divina difundió entre las mujeres y los hombres: que, con la ayuda de la gracia, podemos y debemos alcanzar la santidad —es decir, la perfección de la caridad, la unión plena con Dios— a través de la realización fiel y acabada del trabajo profesional y en medio de las demás circunstancias ordinarias de la vida”,⁴ como explica monseñor Echevarría.

San Josemaría pondera ampliamente la importancia de ser alma de oración. “Quisiera que hoy, en nuestra meditación, nos persuadiésemos definitivamente de la necesidad de disponernos a ser almas contemplativas, en medio de la calle, del trabajo, con una conversación continua con nuestro Dios, que no debe decaer a lo largo del día. Si pretendemos seguir lealmente los pasos del Maestro, ese es el único camino”.⁵ Y añade: “¿Cómo hacer oración? Me atrevo a asegurar, sin temor a equivocarme, que hay muchas, infinitas maneras de orar, podría decir. Pero yo quisiera para todos nosotros la auténtica oración de los hijos de Dios, no la palabrería de los hipócritas, que han de escuchar de Jesús: *no todo el que repite: ¡Señor!, ¡Señor!, entrará en el reino de los cielos.*⁶ Los que se mueven por la hipocresía, pueden quizá lograr *el ruido de la oración* —escribía san Agustín—, *pero no su voz, porque allí falta la vida,*⁷ y está ausente el afán de cumplir la voluntad del Padre. Que nuestro clamar ‘¡Señor!’ vaya unido al deseo eficaz de convertir en realidad esas mociones interiores que el Espíritu Santo despierta en nuestra alma”.⁸

3 MPT, marzo de 2001.

4 Javier Echevarría, carta del prelado, julio de 2010.

5 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 238.

6 Mt 7, 21.

7 San Agustín, *Enarraciones in Psalmos*, 139, 10 (PL 37, 1809).

8 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 248.

Ante la multitud de consejos sobre los modos de hacer oración opta por la sencillez: “Hay mil maneras de orar, os digo de nuevo. Los hijos de Dios no necesitan un método, cuadriculado y artificial, para dirigirse a su Padre. El amor es inventivo, industrioso; si amamos, sabremos descubrir caminos personales, íntimos, que nos lleven a este diálogo continuo con el Señor”.⁹ Es decir, entre los muchos modos de orar que existen en la Iglesia, muestra un camino amplio que se debe recorrer con libertad, en diálogo continuo con Dios en medio del mundo.

La contemplación es un don de Dios. El cielo es un don de Dios. La fe, la esperanza y la caridad son dones de Dios. Quien aspira a la unión con Dios entra en la dinámica del don: abrirse, cada vez con mayor amplitud para que la divinidad entre en su interior. Pero algunos erraron al entender ese don, por el que Dios habita en nosotros. Por un lado, quienes piensan que nada se debe hacer, pues todo lo hace Dios: es la teoría del quietismo y del iluminismo, de un dejarse llevar inactivo ante el don divino. Y en el otro extremo, quienes ven la oración solo como una lucha humana. Ambas actitudes estaban presentes en la Antigüedad, por ejemplo en el budismo y el hinduismo, en parte seguidos por algunos cristianos. Estas posturas no entienden la acción conjunta de la libertad humana y la libertad divina, nada fácil de explicar si no se recurre a la metafísica. Un gran problema entre los autores de espiritualidad es el olvido de la dogmática, en concreto, del tratado sobre la gracia¹⁰ y las iluminantes polémicas sobre las relaciones entre la libertad divina y la humana. La libertad puede dar lugar a estudios psicológicos o a observaciones de la experiencia de la mística, pero estos enfoques son limitados, no son capaces de explicar la misteriosa y rica relación entre el orante y Dios.

Benedicto XVI explica de modo magistral lo esencial de la oración cristiana: “Un primer elemento que el apóstol nos quiere hacer entender es que la oración no tiene que ser vista como una simple obra buena realizada por nosotros hacia Dios, una acción nuestra. Es sobre todo un don, fruto de la presencia viva, vivificante del Padre y de Jesucristo en nosotros. En la carta a los Romanos escribe: «Del mismo modo también el Espíritu viene para ayudar a nuestra debilidad: no sabemos de hecho cómo rezar de manera adecuada, pero el Espíritu mismo intercede con gemidos inexpresables» (8, 26). Y sabemos cuán verdad es lo que dice el apóstol: «No sabemos cómo rezar de manera conveniente». Queremos rezar pero Dios está lejos, no tenemos las palabras, el lenguaje para hablar con Dios, ni siquiera el pensamiento [...]. Solamente podemos abrirnos, poner nuestro tiempo a disposición de

9 *Ibíd.* n. 255.

10 Véase el Anexo II.

Dios, esperar que Él nos ayude a entrar en el verdadero diálogo. El apóstol dice: justamente esta falta de palabras, esta ausencia de palabras, o este deseo de entrar en contacto con Dios es oración que el Espíritu Santo no solo entiende, pero lleva, interpreta hacia Dios. Justamente esta debilidad nuestra se vuelve —gracias al Espíritu Santo—, verdadera oración, verdadero contacto con Dios. El Espíritu Santo es casi el intérprete que nos hace entender a nosotros mismos y a Dios qué es lo que queremos decirle [...]. En la oración nosotros experimentamos más que en otras dimensiones de la existencia nuestra debilidad, nuestra pobreza, el ser creaturas, pues somos puestos delante de la omnipotencia y la trascendencia de Dios. Y cuanto más progresamos en el escuchar y dialogar con Dios —de manera que la oración se vuelve la respiración cotidiana de nuestra alma—, tanto más percibimos también el sentido de nuestro límite, no solamente delante de las situaciones concretas de cada día, pero también en la misma relación con el Señor. Crece entonces en nosotros la necesidad de confiar, de confiarnos siempre a Él; entendemos que «no sabemos cómo rezar de manera conveniente» (Rm. 8, 26). Y es el Espíritu Santo que ayuda nuestra incapacidad, ilumina nuestra mente y calienta nuestro corazón, guiando nuestro dirigirse a Dios. Para san Pablo la oración es sobre todo el operar del Espíritu en nuestra humanidad, para hacerse cargo de nuestra debilidad y transformarnos de hombres atados a la realidad material, a hombres espirituales”.¹¹

El orante se coloca ante Dios y el Espíritu actúa con libertad divina. Entonces, “cuando dejamos operar en nosotros al espíritu de Cristo, la relación con Dios se vuelve tan profunda que no puede ser afectada por ninguna realidad o situación”.¹² Para comprender mejor el misterio de la unión con Dios, es necesario empezar por explicar qué es la gracia y cómo actúa en combinación con la libertad humana. Si no se entiende bien este punto de partida, no es posible describir la unión íntima entre Dios y el hombre. Y es que, si se insiste solo en la acción divina, se llega a una especie de panteísmo en el que el hombre desaparece en Dios. La unión sería absorción plena o quietismo, como ya hemos visto. Y si se atiende solo a la acción humana, se llega a un naturalismo o pelagianismo como enseñaba Pelagio en el siglo IV, por el que la unión con Dios es fruto de las fuerzas humanas y no un don de Dios que eleva. Frente a él, san Agustín, llamado el doctor de la gracia, defiende la primacía del don de Dios.

La gracia antecede, acompaña y consume la acción humana.

Antecede de muchas formas. Primero sustenta el ser del hombre. Todo ser participa del *Esse* divino. El acto de ser personal humano, también. Y

11 Benedicto XVI, audiencia general del 16 de mayo de 2012.

12 *Ibíd.*

recibe de Dios la Luz transparente que le caracteriza, la libertad como don de apertura y la donabilidad que lleva a dar. Estos dones llegan al alma y se transmiten a sus potencias que, desde su centro más profundo, actúan en unidad.

Dios es libre y cuida a los hombres. Y con su divina Providencia mueve interiormente a cada uno para que pueda orar, tener fe, confiar y amar de un modo más elevado. Ningún hombre o mujer es un ser abandonado, sino que ante Dios es alguien al que Dios cuida como Padre.

Un paso más de ese acompañamiento es el inicio de la fe —fruto de la gracia y de un acto plenamente humano—. Dios da la fe, ilumina la inteligencia, enciende el corazón y mueve a la voluntad. La respuesta humana es toda humana y, a la vez, toda divina. La vida de fe es un continuo ir y volver en esa doble acción. La entrega, vencer las tentaciones, decidirse a orar con continuidad, etc., son fruto de la gracia y de la respuesta humana. Todo de Dios y todo del ser humano.

Para entender mejor la conjunción de las dos libertades, veamos cómo actúan a la vez la Causa primera y las causas segundas. Por ejemplo, un conductor lleva un automóvil y el movimiento es tanto del conductor, como del automóvil, cada uno según su naturaleza. Otro ejemplo: el maestro enseña su sabiduría al discípulo, quien la asimila y la recoge en un libro. Ese libro es del maestro y del discípulo, resultado de una acción conjunta de ambos. En la vida del alma, la clave está en atisbar cómo se relaciona la gracia y la libertad. En el anexo final esta relación se trata de modo más extenso.

La vida mística para el gran teólogo Arintero “es la íntima vida que experimentan las almas justas, como animadas y poseídas del espíritu de Jesús, recibiendo cada vez mejor y sintiendo a veces claramente sus influjos —sabrosos y dolorosos— y con ellos creciendo y progresando en unión y conformidad con el que es Cabeza, hasta quedar en él transformadas”.¹³ Por evolución mística entiende todo el proceso de formación, desarrollo y expansión de esa vida prodigiosa, “hasta que se forme Cristo en nosotros», y «nos transformemos en su divina imagen”.¹⁴ Esa vida puede vivirse inconscientemente, como es el caso de quienes comienzan a recorrer este camino por las sendas de la ascesis. Pero puede vivirse también conscientemente, con cierta experiencia íntima de la misteriosa presencia vivificadora del Espíritu Santo. Es el caso de los místicos o contemplativos. Son místicos por la experiencia que tienen de los misterios de Dios; son contemplativos porque su modo de oración habitual suele ser la contemplación que el

13 Arintero, *Evolución mística*, Madrid, 1952, p. 17.

14 *Ibíd.*

mismo Dios infunde amorosamente a quien quiere, cuando quiere y como quiere.¹⁵

Ya en el siglo XVI santa Teresa no cesaba de lamentarse de la escasez de buenos directores que, conociendo las vías del espíritu, fuesen capaces de enseñarlas, alentar y no estorbar el aprovechamiento, y de la abundancia de aquellos que en todo lo espiritual ponían miedos y no veían más que peligros, mientras no querían verlos en el camino ancho. También san Juan de la Cruz, cuyos libros fueron objeto de duras críticas, decía que son innumerables los que por ignorancia apartan a la gente de la contemplación a la que Dios invita, y la obligan a resistir a la acción delicada del Espíritu Santo.

Esta desconfianza hacia la mística fue poco a poco aumentando y generalizándose casi en todas partes, sin distinción de órdenes religiosas ni de escuelas. Los divulgadores de estas desconfianzas estaban preocupados únicamente de reaccionar contra los excesos del quietismo.

De ahí los lamentos de tantas personas por ver tan olvidados, abandonados y despreciados los caminos del Espíritu y tan combatida la oración contemplativa precisamente por aquellas personas que deberían recomendarla.

En el siglo XVIII los prejuicios contra la contemplación eran tan comunes que se llegó a evitar el término. Es la época del cartesianismo, del ontologismo, del galicanismo y del rigorismo; una época de oscurecimiento. Y por eso —dice Arintero— escasearon también los verdaderos santos.

San Josemaría abre el camino de la mística y la contemplación no solo con la renovación de la llamada universal a la santidad, sino también proporcionando los medios para hacer efectiva esa llamada.

La filiación divina

Cada persona participa de modo diverso en la vida de cada una de las Personas divinas: Padre, Hijo y Espíritu Santo. Pero esto no significa que las relaciones que mantiene con cada Persona divina sean independientes entre sí.

En este sentido, la filiación es, ante todo, la relación con el Padre. Se trata de una introducción en la paternidad divina que engendra al hijo adoptado, recreando al nuevo hijo. El Padre realiza una nueva creación en la que el ser natural del hombre es elevado a ser sobrenatural. Pero la filiación también es una relación con el Hijo. Al redimir al creyente, la hace hijo en el Hijo. Y al creer en el Hijo se introduce en su filiación y llega al Padre como “otro hijo”, “otro Cristo”, “el mismo Cristo”, “amado del Padre”, “engendrado en

15 *Ibíd.*, pp. 17-18.

la Luz”. La filiación es también relación con el Espíritu Santo, quien llena de su amor al Padre y al Hijo, llevándole de uno a otro. Ese amor activo en el centro de su alma le hace ser y sentirse hijo del Padre; y cumplir su voluntad imitando la obediencia y el amor del Hijo. En la persona dócil se da una transformación por la que es Amante, Amado y Amador, al modo divino; y al mismo tiempo le humaniza y hace mejor persona. Se puede decir que es una filiación al Padre en el Hijo por el Espíritu Santo. Dicho de otro modo, es una filiación de hijos en el Hijo realizada por el Espíritu Santo.

La fe es la luz del Verbo que llega a la inteligencia humana y la llena de sabiduría y verdad, según su nueva capacidad elevada. La Esperanza es fruto de la acción del Padre que atrae a la voluntad humana con el Bien que captan sus nuevas luces y con el fuerte deseo que suscita poseer ese Bien-Amor; acción divina que llena de certeza, pues ya ve posible alcanzar ese Bien que, con conciencia humilde y verdadera, sabe que con sus solas fuerzas naturales le resulta imposible conseguir.

La caridad es el fuego encendido por el Espíritu Santo —alma del alma— en la intimidad más profunda del hombre que llamamos corazón. Y en intimidad profunda de la persona se unen inteligencia, voluntad y sentimientos; como luz, fuego y vida, unidas y distintas como es la unidad trinitaria. En ese profundo centro arde la llama de amor vivo.

La fe es luz viva y encendida. La esperanza es luminosa y racional, nunca irracional, aunque pueda llamarse transracional, que desea el misterio vivo e infinito de Dios. Y la caridad es vida, práctica. Y si no, no existe, pues la caridad sabe de amor y saborea el amor. Crece al aumentar en ella la luz y el fuego divinos; y lleva a crecer también a la fe y la esperanza y a la visión de Dios cara a cara, al descanso de la unión total con Dios, ya poseída en una caridad perfecta, en la que la fe y la esperanza ya desaparecen.

El Espíritu Santo actúa en el interior moldeando al santo cristiano según el modelo del Verbo encarnado: desde su intimidad más profunda, hasta las acciones más menudas, que nunca son indiferentes. Y en la medida en que esa acción va superando obstáculos, el cristiano actúa con más libertad, con la libertad verdadera, la de amar sin egoísmo, con perdón, generosidad... Entonces, la riqueza de sus sentimientos y acciones se asemeja a la de Cristo antes y después de la Resurrección.

La fe, la esperanza y la caridad se desarrollan. La fe pasa de tener una visión tenue de Dios, a recibir luces intensas que no deslumbran. Esta visión luminosa puede ser ordinaria o extraordinaria, y en este sentido, las luces pueden ser internas (mociones e inspiraciones) o externas (visiones, locuciones y profecías). La esperanza se hace firme con actos que se manifiestan, ante todo, en la perseverancia y la fidelidad ante las circunstancias cambiantes, y que incluso pueden llevar al martirio.

El ser humano cambia, y su mundo exterior también. Con lo que son necesarios nuevos juicios y decisiones, adaptándose a la realidad. Es notorio cada vez más que esta prudencia tiene su origen en el don del Espíritu Santo.

Estos actos amorosos y esperanzados son, en su origen y su finalidad, plenamente humanos y totalmente divinos. La caridad es más divina que humana. Se ama con el amor divino en un proceso lleno de luces y oscuridades. El plan de oración será el mismo en el alma contemplativa que en el principiante, pero más divinizado. Por ejemplo, en la lectura pueden entenderse cosas que antes pasaban inadvertidas. La oración alterna lo vocal con lo mental y lo afectivo. Lo mental puede ser hablando, o callando y escuchando, aunque el paso de la meditación al silencio de escuchar o estar con el Amado pueda parecer un retroceso. Este estar en presencia de Dios puede ser al modo del niño que se sabe seguro balbuceando, pues es consciente de que poco tiene que decir; o el de la persona que se sabe en la cruz, o en el trabajo, o en el silencio del Sábado Santo. Estos estados pueden alternarse o predominar uno de ellos, según el querer divino, que suele utilizar las preferencias humanas, no siendo fácil distinguirlo más que en los frutos interiores y exteriores.

Para entenderlo mejor sirve observar el cauce de un río y el agua que lleva. El cauce es importante —el plan de vida que garantiza la superación del capricho y favorece la obediencia—, pero lo esencial es el agua que puede ser abundante, limpia, viva o encharcada, mansa o casi inexistente. Por los frutos se conoce la calidad del río, más que por el cuidado del cumplimiento, tan proclive a la tentación farisaica de la hipocresía.

La filiación divina se concreta, ante todo, en el trato con el Hijo presente en la Eucaristía. Es cuando la Santísima Trinidad llama y se le abre. Y convierte un corazón duro en un corazón tierno (sin sensiblerías innecesarias); un corazón malvado y depravado, en justo y casto. Es lo que tiró del caballo a Saulo, lo que convirtió a san Agustín, lo que a tantos y tantas de quienes no tenemos noticias ha cambiado sus vidas radicalmente.

“Te amo igual en tus preceptos, que en el Tabernáculo, que en el pesebre, que en Betania, que en Tabor, que en Pentecostés, que en tu Iglesia, que en el Pan blanco, que en el Sagrario, que en la Trinidad Beatísima, que en tu pobreza, que en tu dolor, que en tu alegría, que en tu paz, que en tu amor, que en tu aridez, que en tu dulzura por mí conocida, que en tu Rostro por mí desconocido, que en tu Majestad, que en tu humillación, que en tu Evangelio. Te amo, pero, ¿por qué hay tantos que no te aman? ¿Por qué mi hijo parece que no te ama? ¿Por qué llevan la semilla de amor y parece que no la dejan fructificar? Llevan tu Sopro divino en el corazón y no lo descubren. ¿Qué puedo hacer yo para que lo descubran y te amen?”

Si fueses un objeto, te daría como cuando era pequeña di mi más querida muñeca a una niña gitana que pedía limosna en la calle. No lo recuerdo bien, pero seguro que me proporcionó más felicidad el dar felicidad que la querida muñeca, pues si no hubiese sido así, no me hubiese desprendido de ella. Pero Tú no eres un objeto, ni me quiero quedar sin Ti. Formo parte de Ti y Tú de mí. Me haces comprender, Señor, que doy a Ti cuando me doy yo.

¡Ahora entiendo las ansias que tengo de entregarme, de dar mi vida por Ti! Dándome a los hombres por tu amor a Ti, a Ti te estoy dando.

Cuando un mártir pierde la vida por tu amor, muchos de su alrededor reciben tu Espíritu Santo en su interior, se abren a Él.

Puedo darme también sin morirme, dar mi vida viviendo tan solo para Ti, que noten que ya mi vida no me pertenece, que vivo solo para Ti y eres Tú quien vive en Mí.

Sin quitarme la libertad, porque me da la gana, entrego mi libertad a tu amor y la Trinidad Beatísima habitará en mí. Entonces podré decir: “Te amo porque he entrado en comunión contigo, Trinidad Beatísima”, que es la forma verdadera de amar.

Los que dicen que te aman solo de palabra, son como los que dicen que tienen mucho dinero y no lo tienen, engañan y se engañan lastimosamente.

Tú me buscaste, me enseñaste dónde se encuentra la verdadera felicidad para el hombre. Yo lo entendí, Señor, y sin hacer cálculos, nunca salen las cuentas a los ojos humanos. Y al principio calcular con los ojos del espíritu no siempre es posible, hay que entregarse sin pensar si se pierde o se gana, aunque interiormente hay el convencimiento de la ganancia que es estar al lado de Dios. Luego cuando más entregas, más recibes, teniendo así más que entregar, en un continuo intercambio de amor. También sucede al contrario: si te retraes en la entrega, merma también la ganancia que es tu gracia, tu vida divina; y si no vigilas, te puedes quedar en menos que cuando empezaste.

Tú, Dios mío, has querido que te conozca como eres y yo no he puesto ningún impedimento que me privase de tu visión. He puesto también mi voluntad en verte, tal cual te me muestras Tú me ayudas constantemente. Si no lo hubiese hecho así, miles de obstáculos me privarían de ver tu verdad, hubieses quedado tal vez tan disimulado que te confundiría con todo lo que no eres Tú.

Ahora, aunque sigues estando oculto, misteriosamente me eres cada vez más cercano, formo parte de Ti. Eres el desconocido que más se ha dado a conocer: no conozco a nadie como te conozco a Ti, Dios mío.

Eterno Amor desconocido, el que más se ha dado a conocer, eres el absoluto conocedor de todo y de todos. Amén”.¹⁶

16 MPT, 2001.

Los Padres de la Iglesia insistieron con fuerza en la deificación del alma cristiana. Y para referirse a ella se servían del término de *teiosis*, que se puede traducir como “endiosamiento”. Veamos algunos ejemplos de su fe audaz. Por ejemplo, san Ireneo, alrededor del año 200, dijo: “La razón por la cual el Verbo de Dios ha venido a ser hombre y el Hijo de Dios ha venido a ser Hijo del hombre es para que el hombre unido al Verbo de Dios y recibiendo la filiación venga a ser Dios”.¹⁷ Y Orígenes, en el tratado *De oratione*, enseña que igual que cuando los ojos de la mente se sacuden las cosas materiales, el alma “elevada que sigue al Espíritu, segregada del cuerpo, no solamente le sigue, sino que es transformada en él. ¿Por qué, descargada la naturaleza de su espíritu, no va a hacerse espiritual?”.¹⁸ O san Basilio, quien enumerando los dones del Espíritu, explica que “de esta comunión con el Espíritu proviene la permanencia en la vida divina. De ahí el ser semejante a Dios, de aquí finalmente lo más sublime que se puede desear: que el hombre llegue a ser como Dios”.¹⁹ Pero más atrevida aún es su expresión “engendrado en Dios”, e incluso otra en la que llega a decir algo que podría interpretarse mal: “[...] con Cristo soy sepultado y con Cristo debo resucitar; estoy llamado a ser coheredero con Cristo e hijo de Dios, llegaré incluso a ser Dios mismo”.²⁰

Estos textos son suficientemente significativos de la fe vivida desde los principios del cristianismo. Y esta es la fe que a lo largo de la historia ha ido superando las tentaciones panteístas sin perder su fuerza original. Los Padres sabían muy bien que el pecado de Adán y Eva fue querer ser como Dios con solo sus fuerzas humanas. Sin embargo, no dejan de mostrar que, precisamente, este es nuestro fin, pero alcanzándolo por el camino de la fe y la humildad.

San Josemaría lo expresa así: “Vamos a considerar por unos instantes los textos de esta misa del martes de Pasión, para que sepamos distinguir el endiosamiento bueno del endiosamiento malo. Vamos a hablar de humildad, porque esa es la virtud que nos ayuda a conocer, simultáneamente, nuestra miseria y nuestra grandeza”.²¹ Conscientes de la dificultad, pues, “¿... qué es lo que impide esta humildad, este *endiosamiento bueno*? La soberbia. Ese es el pecado capital que conduce al *endiosamiento malo*. La soberbia lleva a seguir, quizá en las cuestiones más menudas, la insinuación que Satanás presentó a nuestros primeros padres: *se abrirán*

17 San Ireneo, *Adv haereses* 3, v 19, 1 PG 7, 939b.

18 Orígenes, PG 11, 444C.

19 San Basilio, *Sobre el Espíritu Santo*, 9, 23. PG 32, 109a.

20 San Gregorio Nacienceno, *Sermones* 7, 23 PG 35, 1084c.

21 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 94.

*vuestros ojos y seréis como Dios, conocedores del bien y del mal.*²² Se lee también en la Escritura que el *principio de la soberbia es apartarse de Dios.*²³ Porque este vicio, una vez arraigado, influye en toda la existencia del hombre, hasta convertirse en lo que san Juan llama *superbia vitæ*,²⁴ soberbia de la vida”.²⁵ Y añade: “¿Cómo nos hemos de comportar para adquirir ese *endiosamiento bueno*? En el Evangelio leemos que Jesús *no quería ir a Judea, porque los judíos le buscaban para matarle.*²⁶ Él, que con un deseo de su voluntad podría eliminar a sus enemigos, ponía también los medios humanos. Él, que era Dios y le bastaba una decisión suya para cambiar las circunstancias, nos ha dejado una lección encantadora: no fue a Judea. *Sus parientes le dijeron: aléjate de este país y ve a Judea, para que tus discípulos admiren también tus obras.*²⁷ Pretendían que hiciese espectáculo. ¿Lo veis? ¿Veis que es una lección de *endiosamiento bueno* y *endiosamiento malo*? *Endiosamiento bueno: esperen en Ti* —canta el ofertorio— *todos los que conocen tu nombre, Señor, porque nunca abandonas a los que te buscan.*²⁸ Y viene el regocijo de este barro lleno de lañas, *porque no se ha olvidado de las oraciones de los pobres,*²⁹ de los humildes”.³⁰

Los comienzos

Volvamos a los comienzos del orante. Cada persona tiene su historia de oración, original y única. El Catecismo de la Iglesia Católica lo enseña así: “La entrada en la contemplación es análoga a la de la liturgia eucarística: ‘recoger’ el corazón, recoger todo nuestro ser bajo la moción del Espíritu Santo, habitar la morada del Señor que somos nosotros mismos, despertar la fe para entrar en la presencia de Aquel que nos espera, hacer que caigan nuestras máscaras y volver nuestro corazón hacia el Señor que nos ama, para ponernos en sus manos como una ofrenda que hay que purificar y transformar”.³¹ Este inicio puede consistir en oraciones vocales, en un impulso interior algo difuso, en decidirse a hacer oración mental utilizando

22 Gen 3, 5.

23 Ecclo 10, 14.

24 1 Jn 2, 16.

25 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 99.

26 Jn 7, 1.

27 Jn 7, 3.

28 Ps 9, 11.

29 Ps 9, 13.

30 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 107.

31 CEC 2711.

lecturas o sin ellas. Pero también puede comenzar con una irrupción intensa de Dios en el alma, veamos un ejemplo:³²

“En esta Cuaresma deseaba ofrecer al Señor además del ayuno un verdadero sacrificio, algo que de verdad me costase y fuese agradable para Él, no sabía bien qué podía hacer. Coincidió en estos días, en que mi marido compró un libro sobre los sacramentos (era muy aficionado a comprar libros, los compraba para él, y a mí me hacían un gran provecho, hasta he llegado a pensar que no ha sido casualidad, sobre todo ahora que me regaló para Reyes la vida de Santa Teresa). Pues al leer este libro sobre los sacramentos, todo lo que decía del sacramento de la penitencia, me dije: «qué de bueno puedo ofrecer al Señor si antes no limpio mi corazón». Fue como si Él me lo pidiese. También tenía presente en la memoria lo que dice el profeta Isaías, y me pareció que mis confesiones anteriores no habían estado hechas como Dios me pedía. Me pregunté si sería capaz de hacer una confesión general repasando uno por uno los Mandamientos de la Ley de Dios. Me dije que tenía que ser valiente y, aunque me costase más, por tener que confesarme con un sacerdote al que conocía, si no lo hacía, nada de lo que pudiese hacer tendría valor para Dios. Repasé los Mandamientos, casi los tenía olvidados, y me confesé el 18 de febrero de 1999 pidiendo perdón a Dios [...]. Aparentemente nada había cambiado, pero empezó en mi alma un proceso de purificación. No sé si fue entonces cuando tuve esa sensación de que Dios me había cogido, cual pelota, y me había lanzado hacia no sé donde para purificarme y volver a Él. Sentí realizada en mí la parábola del Hijo pródigo y hasta compré un sencillo anillo que llevo desde entonces que me hace recordar el perdón y el amor de Dios hacia mí. También me lo compré con el propósito de que me recordase que no tenía que tener respetos humanos y que debía decir siempre la verdad. Después de mi confesión general, sobre todo en la Santa Misa, suplicaba al Señor que me ayudase a conocerme para mejorar. Un día le ofrecí poner en la patena mi cerebro al que yo consideraba que estaba desestructurado para que Él lo volviese a estructurar según su justicia. Yo misma me sorprendí de mi ofrecimiento y petición, pero era consecuencia del deseo tan grande que tenía de mejorar y agradar a Dios. Sentí que Dios estaba por unos momentos encima de mí.

Un día de cada día, no recuerdo exactamente cuándo fue, pero lo que sí recuerdo es que habían pasado muy pocos días desde mi confesión general, me pasó que inmediatamente después de recibir al Señor, me vino a la memoria una melodía que años atrás escuchábamos con mi marido cuando íbamos en coche: se trataba de un cassette que nos habían grabado y nos lo habían regalado.

No ponía ni el título de las canciones que contenía, de eso hacía unos ocho años. Después de asistir a Misa tenía que ir a casa. Estaba sola y lo primero que hice fue buscar el cassette, pensaba que no lo encontraría después de tanto tiempo. Pero enseguida lo encontré. Lo puse. Primero sonaron unas canciones y, cuando llegó a la que yo había recordado después de comulgar, me vino a la memoria el sagrario y sentí la presencia de Dios de tal forma que no fue suficiente arrojarme, pegué mi frente contra el suelo y durante 2 ó 3 minutos que dura la canción, seguí sintiendo de una manera inexplicable (solo ahora que he leído la explicación que da Santa Teresa puedo explicar lo que viví) la presencia de Dios justo por encima de mí. Solo tenía conocimiento para pedir perdón y llorar. No percibí que Dios me dijese nada, de la misma forma que noté su presencia, la fui dejando de notar. No me moví del suelo, el cassette seguía sonando y vi en mi mente, si me lo imaginé, no hice nada por imaginármelo (vino solo), vi una gran multitud de personas vestidas de blanco y yo iba delante de ellas guiándolas, no sé hacia dónde. No vi nada más”.³³

Otro ejemplo de vida orante en medio del mundo es el siguiente:

“En momentos de inquietud y con una sensación de tibieza, pide al Señor que cambie su corazón por el de Jesús. Era enero de 1995, se despierta con sobresalto, siente que el corazón le late de un modo diverso, más intenso; experimenta calor. Se levanta, se mira al espejo... y siente que algo ha cambiado intensamente en su interior, que su petición se ha hecho realidad y vibra de amor a Dios como nunca, la experiencia se alarga un tiempo, permaneciendo solo en el recuerdo al pasar el tiempo”.³⁴

Aunque este hecho es muy poco habitual, algo semejante se da un todo el que de verdad se decide a seguir a Dios y entregarse plenamente. Una poesía de la orante es especialmente expresiva de este hecho: “Te encontré. Tu corazón me diste. / Y a solas, y en silencio, / quiero reír y cantarte mis amores. / Soy feliz. Tan feliz que ya no vivo. Solo miro por tus ojos que no veo”.

Los comienzos de la oración son muy variados porque es algo personal. Y a la buena voluntad siempre sigue una irrupción de la divinidad: de modo interno silencioso o, excepcionalmente, externo sonoro. Luego vendrá la práctica de los inicios.³⁵

33 MPT.

34 IS.

35 MPT, abril de 1999: “Venero tu inmensa Majestad, te respeto por todo tu poder sobre el universo, adoro tu Divinidad. Tú permites que te llame Padre, Hermano, Amigo, que te llame familiarmente Jesús. Que te explique mis aflicciones, mis alegrías, que

Primera continuación de la vida del orante

Vamos a mostrar la oración de “contemplativos en medio del mundo”. Las transformaciones del alma corriente son muy similares a las experiencias místicas en todos los tiempos. La mayoría de las descripciones contenidas en los libros de espiritualidad corresponden a religiosos o religiosas que han decidido cumplir la voluntad de Dios apartándose del mundo. De modo no querido, pero real, se percibe entre los buenos cristianos que las cumbres de la santidad requieren apartarse del mundo y alejarse de la realidad en la que viven la mayoría.

El padre Arintero, en sus muchos escritos hasta 1925, tiene claro que debemos desearla y aspirar ardientemente a ella porque es necesaria no solo para alcanzar esa perfección evangélica a la que todos estamos llamados, sino también para cumplir fielmente el primer mandamiento de la ley de Dios, que consiste en amarle con todo el corazón, con toda el alma y con todas nuestras fuerzas y facultades.

Quien de veras ama a Dios con un amor así muestra que está lleno de los dones y de los frutos del Espíritu Santo y que vive en la más alta contemplación. Pues la perfecta caridad solo se alcanza por la contemplación enseñada por los teólogos místicos. De ahí que todos no solo podemos sino que debemos aspirar a ese único medio de amar a Dios perfectamente.

Arintero identifica la vida mística con la margarita preciosa del evangelio, o con el verdadero tesoro escondido en el campo de nuestros corazones

te pida consuelo, que me abandone en tus brazos, que te pida perdón, que te suplique misericordia, que me des tu Espíritu Santo, así no te veo inalcanzable, una quimera, te has hecho accesible a nosotros los hombres. ¿Por qué hay quién no te entiende? No nos quites la libertad en nuestras decisiones, no nos quites el libre albedrío, pero, Señor, envía vientos llenos de Espíritu Santo, vientos que soplen en el oído de los hombres y así se les ilumine el entendimiento y te abran el corazón.

Señor, no nos abandones. Señor, que los hombres se hagan permeables. Nos domina el amor propio de tal forma que aún en tu presencia nos acompaña. No nos abandona y nos ofusca y confunde no dejándonos tener la paz que Tú nos diste, Señor.

Se disfraza constantemente y desde siempre se ha disfrazado sobre todo de nosotros mismos tan bien que casi es imposible detectarlo. Solo con tu ayuda y con este deseo tan grande que tengo de llegar a ser solo lo que Tú has querido que fuese podré descubrirme.

Unidad de vida es también para mí: conocerse a sí mismo, aceptar lo que Dios ha elegido para nosotros y enmendar lo que se aparta de su Amor y de sus preceptos, todo por amor a El y al prójimo por Él. Cuando se llega a esta unidad de vida se empieza a ser uno mismo en Dios y para Dios con la paz que Él nos da y con el amor que siempre será mutuo, siendo el nuestro infinitamente inferior al de Él”.

(Mt 13, 44-46) por el que hay que cambiar todos los bienes, o con la misteriosa piedra blanca, o el inapreciable maná escondido del que habla el libro del Apocalipsis (2, 17). La mística es lo único necesario, es decir, el bien indispensable para alcanzar la unión con Dios a la que todos estamos llamados. La contemplación consiste en el trato íntimo con Dios. Es un sabrosísimo conocimiento experimental de las tres divinas personas, que es como un anticipo de la vida eterna. Dice abiertamente que la contemplación no es un carisma. Por tanto, no está reservada a un pequeño grupo de personas, sino que es una gracia necesaria para la propia santificación. Tampoco es un obstáculo para la vida apostólica, al contrario, es el mayor estímulo y la ayuda más poderosa de la acción cristiana más verdadera y eficaz.

No obstante ser tan claro esta realidad se pregunta: *¿Por qué hay tan pocos contemplativos? Y, ¿son místicos todos los santos?* Para Arintero es claro que no hay ni puede haber verdaderos santos que no sean místicos.

Concluye que la perfección de la vida cristiana se mide por el grado de caridad. La pregunta de *¿Por qué tan pocos?*, queda en el aire.

En 1928 el Espíritu Santo irrumpe en la vida de san Josemaría haciéndole ver que la llamada universal a la santidad para los que viven en medio del mundo es posible; a lo largo de su vida desarrolla, con la ayuda divina, el camino nuevo de hacer realidad la vida contemplativa a todos los cristianos. La homilía “Hacia la santidad” recogida en el libro *Amigos de Dios* es paradigmática de este espíritu. En ella se advierte la experiencia personal —tantas veces difícil de expresar— y la pedagogía del maestro de oración, que con sencillez enseña esta realidad, a la vez, humana y divina, ardua y atrayente.

El comienzo de la contemplación es la oración vocal, que es un don de Dios, como lo es la fe: “Empezamos con oraciones vocales... se va hacia Dios, como el hierro atraído por el imán. Se comienza a amar a Jesús de forma más eficaz, con un dulce sobresalto”.³⁶ Así, el inicio del amor en la vida de fe y de la gracia, bien lo podemos llamar conversión.

Después, tras esta homilía, viene el desarrollo del amor que empieza con la purificación interior. San Josemaría usa una expresión rotunda, bíblica y poética: “Nos libramos de la esclavitud”: esta es la primera purificación. No especifica si se da en lo sentidos externos, o en la imaginación, la inteligencia y la voluntad. Pero la esclavitud no puede ser más que del pecado, aunque a continuación san Josemaría la concreta en la falta de generosidad. Y añade: “se acepta la necesidad de trabajar en este mundo, durante muchos años... de gastarnos”.³⁷ En sus

36 San Josemaría, *Amigos de Dios*, homilía “Hacia la santidad”, n. 296.

37 *Ibíd.*

escritos se extenderá en la pedagogía de esta primera fase de liberación. Por ejemplo, *Camino*, *Surco* y *Forja*, tres de sus libros constituidos por breves pensamientos suyos, abundan en esa línea. Es significativo que ya en los inicios de la oración destaca la presencia del trabajo que, si Dios lo quiere así, acabará convirtiéndose en verdadera contemplación.

Seleccionamos algunas citas de *Camino* sobre los inicios en la vida de la vida de oración:

- 82 Primero, oración; después, expiación; en tercer lugar, muy en “tercer lugar”, acción.
- 83 La oración es el cimiento del edificio espiritual. —La oración es omnipotente.
- 84 “Domine, doce nos orare” —¡Señor, enséñanos a orar!—. Y el Señor respondió: cuando os pongáis a orar, habéis de decir: “Pater noster, qui es in caelis...” —Padre nuestro, que estás en los cielos...—. ¡Cómo no hemos de tener en mucho la oración vocal!
- 85 Despacio. —Mira qué dices, quién lo dice y a quién. —Porque ese hablar deprisa, sin lugar para la consideración, es ruido, golpeteo de latas. Y te diré con Santa Teresa, que no lo llamo oración, aunque mucho menees los labios.
- 89 “María escogió la mejor parte”, se lee en el Santo Evangelio. —Allí está ella, bebiendo las palabras del Maestro. En aparente inactividad, ora y ama. —Después, acompaña a Jesús en sus predicaciones por ciudades y aldeas. Sin oración, ¡qué difícil es acompañarle!

En todos, san Josemaría encarece la oración como una necesidad. En cuanto a los inicios de la oración, son muy claros los siguientes puntos:

- 90 ¿Que no sabes orar? —Ponte en la presencia de Dios, y en cuanto comiences a decir: “Señor, ¡que no sé hacer oración!...”, está seguro de que has empezado a hacerla.
- 91 Me has escrito: “orar es hablar con Dios. Pero, ¿de qué?” —¿De qué? De Él, de ti: alegrías, tristezas, éxitos y fracasos, ambiciones nobles, preocupaciones diarias..., ¡flaquezas! y hacimientos de gracias y peticiones: y amor y desagravio. En dos palabras: conocerle y concertarle: “¡tratarse!”.
- 92 “Et in meditatione mea exardescit ignis” —Y, en mi meditación, se enciende el fuego. —A eso vas a la oración: a hacerte una hoguera, lumbre viva, que dé calor y luz. Por eso cuando no sepas ir adelante, cuando sientas que te apagas, si no puedes echar en el fuego troncos olorosos, echa las ramas y la hojarasca de pequeñas oraciones vocales, de jaculatorias, que sigan alimentando la hoguera. —Y habrás aprovechado el tiempo.
- 93 Te ves tan miserable que te reconoces indigno de que Dios te oiga... Pero, ¿y los méritos de María? ¿Y las llagas de tu Señor? Y... ¿acaso no

eres hijo de Dios? Además, Él te escucha “quoniam bonus..., quoniam in sæculum misericordia ejus”: porque es bueno, porque su misericordia permanece siempre.

- 94 Se ha hecho tan pequeño —ya ves: ¡un Niño!— para que te le acerques con confianza.
- 95 “In te, Domine, speravi”: en ti, Señor, esperé. —Y puse, con los medios humanos, mi oración y mi cruz. —Y mi esperanza no fue vana, ni jamás lo será: “non confundar in æternum”!
- 96 Habla Jesús: “Así os digo yo: pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis; llamad, y se os abrirá”. Haz oración. ¿En qué negocio humano te pueden dar más seguridades de éxito?
- 103 Esas palabras, que te han herido en la oración, grábalas en tu memoria y recítalas pausadamente muchas veces durante el día.
- 104 “Pernoctans in oratione Dei” —pasó la noche en oración. —Esto nos dice San Lucas del Señor. Tú, ¿cuántas veces has perseverado así? —Entonces...

Junto a la actitud del orante, también añade consejos prácticos:

- 97 No sabes qué decir al Señor en la oración. No te acuerdas de nada, y, sin embargo, querrías consultarle muchas cosas. —Mira: toma algunas notas durante el día de las cuestiones que desees considerar en la presencia de Dios. Y ve con esa nota luego a orar.

Sobre la rectitud de intención y los sentimientos en la oración dice:

- 99 Cuando vayas a orar, que sea este un firme propósito: ni más tiempo por consolación, ni menos por aridez.
- 100 No digas a Jesús que quieres consuelo en la oración. —Si te lo da, agrádecésete. —Dile siempre que quieres perseverancia.
- 101 Persevera en la oración. —Persevera, aunque tu labor parezca estéril. —La oración es siempre fecunda.
- 102 Tu inteligencia está torpe, inactiva: haces esfuerzos inútiles para coordinar las ideas en la presencia del Señor: ¡un verdadero atontamiento! No te esfuerces ni te preocupes. —Óyeme bien: es la hora del corazón.
- 110 Me has dicho alguna vez que pareces un reloj descompuesto, que sueña a destiempo: estás frío, seco y árido a la hora de tu oración; y, en cambio, cuando menos era de esperar, en la calle, entre los afanes de cada día, en medio del barullo y alboroto de la ciudad, o en la quietud laboriosa de tu trabajo profesional, te sorprendes orando... ¿A destiempo? Bueno; pero no desaproveches esas campanadas de tu reloj. —El espíritu sopla donde quiere.

De un modo menos sintético indica cómo iniciar la oración y perseverar en la vida interior. “Cuando veo cómo algunos plantean la vida de

piEDAD, el trato de un cristiano con su Señor, y me presentan esa imagen desagradable, teórica, formularia, plagada de cantilenas sin alma, que más favorecen el anonimato que la conversación personal, de tú a Tú, con Nuestro Padre Dios —la auténtica oración vocal jamás supone anonimato—, me acuerdo de aquel consejo del Señor: *en la oración no afectéis hablar mucho, como hacen los gentiles, que se imaginan haber de ser oídos a fuerza de palabras. No queráis, pues, imitarles, que bien sabe vuestro Padre lo que habéis menester, antes de pedirselo.*³⁸ Y comenta un Padre de la Iglesia: *pienso que Cristo nos manda que evitemos las largas oraciones; pero larga, no en cuanto al tiempo, sino por la multitud inacabable de palabras... El Señor mismo nos puso el ejemplo de la viuda que, a fuerza de súplicas, venció la resistencia del juez inicuo; y el otro de aquel inoportuno que llegó a deshora en la noche y, por su tozudez más que por la amistad, logró que se levantara de la cama el amigo* (cfr. Lc 11, 5-8; 18, 1-8). *Con esos dos ejemplos, nos manda que pidamos constantemente, pero no componiendo oraciones interminables, sino contándole con sencillez nuestras necesidades.*³⁹ De todos modos, si al iniciar vuestra meditación no lográis concentrar vuestra atención para conversar con Dios, os encontraréis secos y la cabeza parece que no es capaz de expresar ni una idea, o vuestros afectos permanecen insensibles, os aconsejo lo que yo he procurado practicar siempre en esas circunstancias: poneos en presencia de vuestro Padre, y manifestadle al menos: ‘¡Señor, que no sé rezar, que no se me ocurre nada para contarte!... Y estad seguros de que en ese mismo instante habéis comenzado a hacer oración’.⁴⁰

Santa Teresa de Jesús muestra el inicio del camino de la oración usando imágenes para describir su experiencia interior. Describe el alma como un castillo de un diamante o un muy claro cristal. Los sentidos son la gente que en ellos vive y las pasiones son los mayordomos. El camino de entrada es la oración y en ese castillo hay siete moradas cada vez más perfectas. Para los inicios de la oración citaremos solamente las dos primeras.

En las primeras moradas el alma está en gracia, pero “tantas cosas malas de culebras y víboras y cosas ponzoñosas rondan a su alrededor que no distingue la luz que emana de la estancia del Rey”. Solo escapará perseverando en la oración, en el conocimiento propio y confiando en la bondad del Rey. Se prepara a entrar en las segundas librándose de los negocios no indispensables a su estado.

Y en las segundas moradas el alma ya es fiel a la oración. Dios llama dulcemente, pero ella es débil, tiene miedo y frío, las tentaciones le asaltan

38 Mt 6, 7-8.

39 San Juan Crisóstomo, *In Matthæum bomiliae*, 19, 4 (PG 57, 278).

40 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 145.

como reptiles venenosos. Somete su voluntad a Dios y comienza a recogerse “no a fuerza de brazos sino con suavidad”.

San Juan de la Cruz muestra el comienzo de la vida de oración como el de alguien que ya ha comenzado, pero necesita limpiar el propio interior para que se oiga la voz de Dios. Por eso describe una primera purificación o noche de los sentidos: “Para que una alma llegue al estado de perfección, ordinariamente ha de pasar primero por dos maneras principales de noches, que los espirituales llaman purgaciones o purificaciones del alma [...]. Esta primera noche pertenece a los principiantes, al tiempo que Dios los comienza a poner en el estado de contemplación, de la cual también participa el espíritu, según diremos a su tiempo” [...]. “Es la privación y la purgación de todos sus apetitos sensuales acerca de todas las cosas exteriores del mundo y de las que eran deleitables a su carne, y también de los gustos de su voluntad. Lo cual todo se hace en esta purgación del sentido. Y, por eso, dice que salía, estando ya su casa sosegada, que es la parte sensitiva”.

Más adelante concreta, una a una, la purificación de las tendencias naturales: “Estas imperfecciones habituales son: como una común costumbre de hablar mucho, un asimiento a alguna cosa que nunca acaba de querer vencer, así como a persona, a vestido, a libro, celda, tal manera de comida y otras conversacioncillas y gustillos en querer gustar de las cosas, saber y oír, y otras semejantes. Cualquiera de estas imperfecciones en que tenga el alma asimiento y hábito, es tanto daño para poder crecer e ir adelante en virtud, que, si cayese cada día en otras muchas imperfecciones y pecados veniales sueltos, que no proceden de ordinaria costumbre de alguna mala propiedad ordinaria, no le impedirán tanto cuanto el tener el alma asimiento a alguna cosa. Porque, en tanto que le tuviere, excusado es que pueda ir el alma adelante en perfección, aunque la imperfección sea muy mínima. Porque eso me da que una ave esté asida a un hilo delgado que a uno grueso, porque, aunque sea delgado, tan asida se estará a él como al grueso, en tanto que no le quebrare para volar. Verdad es que el delgado es más fácil de quebrar; pero, por fácil que es, si no le quiebra, no volará. Y así es el alma que tiene asimiento en alguna cosa, que, aunque más virtud tenga, no llegará a la libertad de la divina unión. Porque el apetito y asimiento del alma tienen la propiedad que dicen tiene la rémora con la nao, que, con ser un pece muy pequeño, si acierta a pegarse a la nao, la tiene tan queda, que no la deja llegar al puerto ni navegar. Y así es lástima ver algunas almas como unas ricas naos cargadas de riquezas, y obras, y ejercicios espirituales, y virtudes, y mercedes que Dios las hace, y por no tener ánimo para acabar con algún gustillo, o asimiento, o afición —que todo es uno—, nunca van adelante, ni llegan al puerto de la perfección, que no estaba en más que dar un buen

vuelo y acabar de quebrar aquel hilo de asimiento o quitar aquella pegada rémora, de apetito”.⁴¹

Luego añade: “El alma ordinariamente entra en esta noche sensitiva en dos maneras: la una es activa; la otra, pasiva. Activa es lo que el alma puede hacer y hace de su parte para entrar en ella, de lo cual ahora trataremos en los avisos siguientes. Pasiva es en que el alma no hace nada, sino Dios la obra en ella, y ella se ha como paciente”.⁴²

Los ejercicios activos sirven “para mortificar y apaciguar las cuatro pasiones naturales, que son *gozo, esperanza, temor y dolor*, de cuya concordia y pacificación salen estos y los demás bienes, es total remedio lo que se sigue, y de gran merecimiento y causa de grandes virtudes. Procure siempre inclinarse: no a lo más fácil, sino a lo más dificultoso; / no a lo más sabroso, sino a lo más desabrido; / no a lo más gustoso, sino antes a lo que da menos gusto; / no a lo que es descanso, sino a lo trabajoso; / no a lo que es consuelo, sino antes al desconsuelo; / no a lo más, sino a lo menos; / no a lo más alto y precioso, sino a lo más bajo y despreciado; / no a lo que es querer algo, sino a no querer nada; / no andar buscando lo mejor de las cosas temporales, sino lo peor, / y desear entrar en toda desnudez y vacío y pobreza por Cristo de todo cuanto hay en el mundo. Y estas obras conviene las abrace de corazón y procure allanar la voluntad en ellas. Porque, si de corazón las obra, muy en breve vendrá a hallar en ellas gran deleite y consuelo, obrando ordenada y discretamente”.⁴³

Otra purificación hace referencia a los gustos y consolaciones espirituales: “No consiste, pues, en recreaciones y gustos, y sentimientos espirituales, sino en una viva muerte de cruz sensitiva y espiritual, esto es, interior y exterior. No me quiero alargar más en esto, aunque no quisiera acabar de hablar en ello, porque veo es muy poco conocido Cristo de los que se tienen por sus amigos. Pues los vemos andar buscando en él sus gustos y consolaciones, amándose mucho a sí, mas no sus amarguras y muertes, amándole mucho a él”.⁴⁴

Es bastante importante comenzar por la purificación de los sentidos: “Primeramente, del gozo de las cosas visibles, no negándole para ir a Dios, se le puede seguir derechamente vanidad de ánimo y distracción de la mente, codicia desordenada, deshonestidad, descompostura interior y exterior, impureza de pensamientos y envidia. Del gozo en oír cosas inútiles, derechamente nace distracción de la imaginación, parlería, envidia, juicios inciertos

41 San Juan de la Cruz, *Subida al Monte Carmelo*, cap. 11, 4.

42 *Ibíd.* cap. 13, 1.

43 *Ibíd.* cap. 13, 5-7.

44 *Ibid.*, cap. 12, segunda canción.

y variedad de pensamientos, y de estos otros muchos y perniciosos daños. De gozarse en olores suaves le nace asco de los pobres, que es contra la doctrina de Cristo, enemistad a la servidumbre, poco rendimiento de corazón en las cosas humildes e insensibilidad espiritual, por lo menos según la proporción de su apetito. Del gozo en el sabor de los manjares, derechamente nace gula y embriaguez, ira, discordia y falta de caridad con los prójimos y pobres, como tuvo con Lázaro aquel epulón que comía cada día espléndidamente (Lc 16, 19). De ahí nace el destemple corporal, las enfermedades; nacen los malos movimientos, porque crecen los incentivos de la lujuria. Críase derechamente gran torpeza en el espíritu y estrágase el apetito de las cosas espirituales, de manera que no pueda gustar de ellas, ni aun estar en ellas ni tratar de ellas. Nace también de este gozo distracción de los demás sentidos y del corazón y descontento acerca de muchas cosas. Del gozo acerca del tacto en cosas suaves, muchos más daños y más perniciosos nacen, y que más en breve trasvierten el sentido al espíritu y apagan su fuerza y vigor. De aquí nace el abominable vicio de la molicie o incentivos para ella, según la proporción del gozo de este género; críase la lujuria, hace al ánimo afeminado y tímido y al sentido halagüeño y melifluo y dispuesto para pecar y hacer daño; infunde vana alegría y gozo en el corazón, y cría soltura de lengua y libertad de ojos y a los demás sentidos embelesa y embota, según la cantidad del tal apetito, empacha el juicio, sustentándole en insipiencia y necedad espiritual, y moralmente cría cobardía e inconstancia; y, con tiniebla en el ánimo y flaqueza de corazón, hace temer aun donde no hay que temer; cría este gozo espíritu de confusión algunas veces e insensibilidad acerca de la conciencia y del espíritu, por cuanto debilita mucho la razón y la pone de suerte que ni sepa tomar buen consejo ni darle, y queda incapaz para los bienes espirituales y morales, inútil como un vaso quebrado (Ecli 21, 17). Todos estos daños se causan de este género de gozo, en unos más intensamente, según la intención del tal gozo y según también la facilidad o flaqueza o inconstancia del sujeto en que cae; porque naturales hay que de pequeña ocasión recibirán más detrimentos que otros de muchas. Finalmente, de este género de gozo en el tacto se puede caer en tantos males y daños, como habemos dicho, acerca de los bienes naturales, que, por estar allí ya dichos, aquí no los refiero, como tampoco digo otros muchos daños que hace, como son mengua en los ejercicios espirituales y penitencia corporal, y tibieza e indevoción acerca del uso de los sacramentos de la Penitencia y Eucaristía”.⁴⁵

45 San Juan de la Cruz, *Subida al Monte Carmelo*, III, cap. 25.

Las virtudes son necesarias para que no decaiga el esfuerzo y la oración, pero también deben ser purificadas. “Para enderezar, pues, el gozo a Dios en los bienes morales ha de advertir el cristiano que el valor de sus buenas obras, ayunos, limosnas, penitencias, (oraciones), etc., que no se funda tanto en la cantidad y cualidad de ellas, sino en el amor de Dios que él lleva en ellas; y que entonces van tanto más calificadas, cuanto con más puro y entero amor de Dios van hechas y menos él quiere interesar acá y allá de ellas, de gozo, gusto, consuelo, alabanza”.⁴⁶

Además de los sentidos y apetitos, se debe purificar la mente, por la fe; y la voluntad y el afecto, por el amor. “Cuando hablamos de unión del alma con Dios, no hablamos de esta sustancial, que siempre está hecha, sino de la unión y transformación del alma con Dios, que no está siempre hecha, sino solo cuando viene a haber semejanza de amor. Y, por tanto, esta se llamará unión de semejanza, así como aquella, unión esencial o sustancial; aquella, natural; esta, sobrenatural; la cual es cuando las dos voluntades, conviene a saber, la del alma y la de Dios, están en uno conformes, no habiendo en la una cosa que repugne a la otra. Y así, cuando el alma quitare de sí totalmente lo que repugna y no conforma con la voluntad divina, quedará transformada en Dios por amor”.⁴⁷

Se advierte en estos tres santos varias constantes: sencillez, purificación de los sentidos y de los defectos, así como insistir en la perseverancia en esta primera etapa de la oración, sea cual sea el estado de ánimo del que se dispone a rezar. Es decir, hablar con Dios, escucharle y acallar lo que impide el diálogo orante.

Unidad de vida

El cristiano corriente dedica buena parte de su tiempo a trabajar. Y el modo de conseguir que el trabajo se convierta en oración consiste en alcanzar la unidad de vida. La meta es alcanzar una unidad entre trabajo, oración y vida apostólica, que son como las tres patas de un taburete que se caería si faltase una sola de ellas.

San Josemaría, maestro de santidad en medio del mundo, expresa así este camino: “Lo he enseñado constantemente con palabras de la Escritura Santa: el mundo no es malo, porque ha salido de las manos de Dios, porque es criatura suya, porque Yahvé lo miró y vio que era bueno.”⁴⁸ Somos los

46 *Ibíd.*, III, cap. 27.

47 *Ibíd.*, cap. 28

48 Cfr. Gen 1, 7 y ss.

hombres los que lo hacemos malo y feo, con nuestros pecados y nuestras infidelidades. No lo dudéis, hijos míos: cualquier modo de evasión de las honestas realidades diarias es para vosotros, hombres y mujeres del mundo, cosa opuesta a la voluntad de Dios. Por el contrario, debéis comprender ahora —con una nueva claridad— que Dios os llama a servirle *en y desde* las tareas civiles, materiales, seculares de la vida humana: en un laboratorio, en el quirófano de un hospital, en el cuartel, en la cátedra universitaria, en la fábrica, en el taller, en el campo, en el hogar de familia y en todo el inmenso panorama del trabajo, Dios nos espera cada día. Sabedlo bien: hay *un algo* santo, divino, escondido en las situaciones más comunes, que toca a cada uno de vosotros descubrir. Yo solía decir a aquellos universitarios y a aquellos obreros que venían junto a mí por los años treinta, que tenían que saber *materializar* la vida espiritual. Quería apartarlos así de la tentación, tan frecuente entonces y ahora, de llevar como una doble vida: la vida interior, la vida de relación con Dios, de una parte; y de otra, distinta y separada, la vida familiar, profesional y social, plena de pequeñas realidades terrenas. ¡Que no, hijos míos! Que no puede haber una doble vida, que no podemos ser como esquizofrénicos, si queremos ser cristianos: que hay una única vida, hecha de carne y espíritu, y esa es la que tiene que ser —en el alma y en el cuerpo— santa y llena de Dios: a ese Dios invisible, lo encontramos en las cosas más visibles y materiales. No hay otro camino, hijos míos: o sabemos encontrar en nuestra vida ordinaria al Señor, o no lo encontraremos nunca. Por eso puedo deciros que necesita nuestra época devolver —a la materia y a las situaciones que parecen más vulgares— su noble y original sentido, ponerlas al servicio del Reino de Dios, espiritualizarlas, haciendo de ellas medio y ocasión de nuestro encuentro continuo con Jesucristo”.⁴⁹ La unidad del orante debe superar la “doble vida”.

La unidad de vida tiene varios aspectos. El más obvio es superar una vida de piedad más o menos intensa que no influya en la vida profesional y social. Otro es entender esta unidad de vida como coherencia entre lo que se piensa, lo que se cree y cómo se actúa en el trabajo, en la familia y en la vida social y política. Un tercer aspecto de esa unidad es la unión interna entre lo humano y lo divino, tener un solo corazón que late en lo espiritual y en lo humano. Y si se profundiza un poco más, se llega a procurar, con la gracia de Dios, la unidad que se da entre las Tres Personas divinas. Veamos este último aspecto de la unidad de vida espiritual.

En Dios coexisten Tres Personas: el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. El Padre es el origen de la divinidad. El Hijo es la imagen perfecta del Padre, consubstancial a Él. El Espíritu Santo es el amor espirado por el Padre y

⁴⁹ San Josemaría, *Conversaciones*, n. 114.

el Hijo que los une en vínculo eterno. El Padre es el amante, el Hijo es el amado, el Espíritu Santo es el éxtasis de amor del Padre y el Hijo. El Padre como perfecto Padre engendra al Hijo dando toda su vida al Hijo de modo que son iguales, salvo que el Padre engendra como eterno amante y como silencio eterno, y el Hijo es engendrado como amado eterno y es la Palabra que surge del silencio. El Espíritu Santo es, principalmente, el amor del Padre que se entrega plenamente al Hijo entregando su Amor —el Espíritu Santo— al Hijo, acción que también realiza el Hijo, de modo que se entregan mutuamente su amor. El Espíritu Santo es el don de Dios a Dios, su vínculo eterno. Las tres personas están unidas espiritualmente en una muy estrecha comunión, llamada *pericóresis*, por la que están cada una totalmente en las otras dos. El Padre está totalmente unido en el interior del Hijo y del Espíritu Santo. El Hijo igual en el Padre y el Espíritu Santo. El Espíritu Santo igual en el Padre y el Hijo de los que procede. Esta unión de amor espiritual es tan intensa que son un solo Dios, un único Dios en tres personas. Dios es Amor porque es la unión de tres personas que se aman con su diversa personalidad.

La unidad de vida del orante debe reflejar la unidad divina en su riqueza tripersonal. Si se mira la relación de la Trinidad con la Creación podemos extraer las siguientes relaciones. Al Padre le apropiamos la Creación: crea el mundo teniendo como modelo a su imagen que es el Hijo; y especialmente crea al hombre a imagen y semejanza suya. El acto creador lo realiza en virtud del Espíritu creador como un acto de amor inteligente. El hombre participa en la creación de muchos modos, pero, principalmente, con su trabajo. Ese trabajo debe ser santificado, cooperando el hombre libremente en esa creación inicial. El Hijo se encarna en Jesucristo y su persona sustenta la humanidad de Jesús que realiza la Redención y envía a los que creen en Él a todo el mundo a continuar esa redención. A ese envío o misión le llamamos apostolado. El Espíritu es enviado por el Padre y el Hijo para guiar a los creyentes y a todos los hombres a la verdad completa y al amor divino. Esta misión es llamada santificación, y se participa en ella a través de la oración.

En resumen, el hombre orante participa en la unidad de Dios de un modo diverso según su relación con cada persona divina. El trabajo le une principalmente con el Padre; el apostolado con el Hijo, que también es el modelo de su transformación interior; la oración contemplativa refleja la unión con el Espíritu que actúa en su interior como Maestro y Modelador.

Si la oración, el trabajo y el apostolado no van unidos, se da una doble o triple vida. Si están unidas, las tres actividades reflejan la unidad del Dios tripersonal. Cabe que estén algo unidos, pero no muy armónicamente. Entonces se debe luchar por equilibrar estas tres fuertes fuerzas para que actúen al unísono. Por así decir, se trata de equilibrar un taburete de tres

patas. Si falla una, por exceso o por defecto, todo se cae. Es el caso de un exceso de oración que impida cumplir con las obligaciones profesionales o que no fructifica en apostolado: debe corregirse ese exceso, como debe corregirse la poca piedad. El trabajo es bueno y fuente de virtudes, pero si es excesivo y no permite un plan de vida piadoso, se convierte en arma del diablo que lleva al orgullo, a la codicia o a la anemia espiritual. Evidentemente, la pereza nunca podrá coordinarse con la piedad ni con el apostolado. Si el apostolado degenera en activismo apostólico, impide un trabajo bien hecho, o bien, la oración —raíz y la fuente de la eficacia— será un desorden que no nace de la rectitud de intención de dar gloria a Dios. El trato con Dios, el examen de conciencia y una idea clara de adónde se va permitirán esa unidad sencilla y fuerte que refleja la riquísima unidad divina.

La siguiente oración refleja admirablemente la unidad de vida:

“Venero tu inmensa Majestad, te respeto por todo tu poder sobre el universo, adoro tu Divinidad. Tú permites que te llame Padre, Hermano, Amigo, que te llame familiarmente Jesús. Que te explique mis aflicciones, mis alegrías, que te pida consuelo, que me abandone en tus brazos, que te pida perdón, que te suplique misericordia, que me des tu Espíritu Santo. Así no te veo inalcanzable, una quimera. Te has hecho accesible a nosotros los hombres. ¿Por qué hay quien no te entiende? No nos quites la libertad en nuestras decisiones, no nos quites el libre albedrío, pero, Señor, envía vientos llenos de Espíritu Santo, vientos que soplen en el oído de los hombres y así se les ilumine el entendimiento y te abran el corazón.

Señor, no nos abandones. Señor, que los hombres se hagan permeables. Nos domina el amor propio de tal forma que aún en tu presencia nos acompaña. No nos abandona y nos ofusca y confunde no dejándonos tener la paz que Tú nos diste, Señor. Se disfraza constantemente y desde siempre se ha disfrazado sobre todo de nosotros mismos tan bien que casi es imposible detectarlo. Solo con tu ayuda y con este deseo tan grande que tengo de llegar a ser solo lo que Tú has querido que fuese podré descubrirme.

Unidad de vida es también para mí: conocerse a sí mismo, aceptar lo que Dios ha elegido para nosotros y enmendar lo que se aparta de su Amor y de sus preceptos, todo por amor a Él y al prójimo por Él. Cuando se llega a esta unidad de vida se empieza a ser uno mismo en Dios y para Dios, con la paz que Él nos da y con el amor que siempre será mutuo, siendo el nuestro infinitamente inferior al de Él”.⁵⁰

Inteligencia, afectividad y voluntad en la vida de oración

El ser humano está compuesto de alma y cuerpo. El alma es principio de vida del cuerpo organizado. También se puede explicar diciendo que el alma es la forma substancial del cuerpo que tiene dos potencias: la inteligencia y la voluntad. Este es el esquema aristotélico-tomista. En este libro, sin descuidar lo anterior, vamos a seguir la triple distinción de mente, corazón y voluntad, o dicho de otro modo: entendimiento, afectividad y querer. Esta distinción permite incluir la afectividad que tiene niveles puramente espirituales y otros casi totalmente corporales. Este criterio ayuda a dar luz sobre los modos de orar porque incluyen los sentimientos y las emociones, además de la meditación intelectual y del querer voluntario.

En los anexos finales se estudia la acción de Dios en la intimidad más profunda constituida por el acto de ser que constituye la persona.

Oración y voluntad

La voluntad es necesaria en todas las transformaciones de la vida del orante, pero especialmente en la primera fase. El fin de la oración es amar, que también se llama querer, en el doble sentido de amar y decidir. Edith Stein dice que “la actividad de la voluntad implica el sometimiento de nuestra fuerza a una gran tensión. Lo que la voluntad logra es dar a la fuerza una determinada dirección. La voluntad aporta cuanto sea necesario para la actividad de que se trate en cada caso, y en esa misma medida retira energía de otras actividades posibles”.⁵¹ Santa Teresa de Jesús enseña la importancia de “la determinada determinación” en quien quiera seguir la senda de la oración. San Josemaría se plantea tener una “voluntad de hierro” en los comienzos de su vocación cuando ve el camino que le espera y que no puede flaquear. Todos los santos explican, de mil modos, que no es suficiente la buena voluntad, pues sin la gracia de Dios es imposible ser santo, pero sin voluntad, tampoco: la fuerza de voluntad es indispensable. En este sentido, el quietismo o la fragilidad delicuescente hacen imposible incluso comenzar a ser alma de oración.

Vale la pena analizar los actos voluntarios para conocer mejor la voluntad. Tomás de Aquino distingue, respecto al fin, tres actos de la voluntad: *querer, intención y fruición*; y respecto a los medios, otros tres: *elección, consentimiento y uso*.⁵²

El acto voluntario humano empieza con la elección de los medios. El primero es el *consentimiento*: por él la voluntad asiente a los medios sobre

51 Edith Stein, *La estructura de la persona humana*, ed. Monte Carmelo, p. 89.

52 Cfr. *Suma Teológica*, I-II, qq. 11-16.

los que ha deliberado. Es la buena voluntad de comenzar, es decir, querer interiormente. Tras la buena voluntad, viene la *elección* de los medios (por ejemplo, entrar en un oratorio, pedir consejo, tomar un libro, elevar el corazón, ponerse de rodillas etc.). Luego vendrá el *uso* de esos medios, con constancia, lo que requiere un acto de *querer* eficaz más allá del gusto o las ganas; y aunque todavía no se tenga la facilidad del experto o del virtuoso y se sea solo un principiante. En esta sucesión de actos voluntarios se fortalece la *intención* primera. Pero el último acto de la voluntad es la *fruición*, el gozo del bien deseado y ya poseído. En este acto la voluntad descansa en el bien poseído;⁵³ por eso se llama también *quietud, delectación o gozo*.⁵⁴ Ya veremos cómo a lo largo de la vida se pueden dar altibajos en el alma y el cuerpo, hasta llegar a alcanzar el gozo y la paz de la unión con Dios propia de la contemplación.

En la formación de la vida espiritual del principiante es muy importante atender a la voluntad, pues en el aprendiz cuentan mucho las apetencias o gustos, aunque sean pequeños. Se trata de tener una voluntad fuerte que persevere, aunque aún no haya alcanzado un grado suficiente de virtud. Esta forja de la voluntad debe atender a controlar la dispersión interior, a controlar los sentidos externos e internos, especialmente la imaginación y la fantasía. Es la fuerza para ser reflexivo controlando las emociones y sentimientos, rechazando con prontitud las tentaciones y las ocasiones de pecar, al menos, la pereza para ponerse en oración. Voluntad en poner los medios más adecuados para iniciar la vida de oración (plan de vida espiritual).

En los principios, cuando la voluntad es débil, se requiere mucho esfuerzo personal, insustituible, aunque el buen ambiente externo ayuda mucho.

Con el tiempo, la lucha y la ayuda de la gracia, la voluntad se fortalece y, entonces, es más fácil rezar; y en lo que antes era costoso y difícil, se experimenta fruición o gozo. También suele ocurrir que en los inicios se dé un entusiasmo similar al de Pedro, Juan y Santiago en el Tabor, durante la Transfiguración.

Pero lo normal es que este gusto se termine más o menos pronto y se deba continuar sin esas primeras emociones, es decir, con un poco de cruz de cada día. Se suele decir que los que empiezan parecen santos, pero no lo son. Al cabo de un tiempo, ni lo parecen ni lo son. Al paso de más tiempo, no lo parecen, pero sí lo son. Es una simplificación que, aunque no es exacta, refleja algo la realidad.

Hay un dato que no conviene olvidar: la voluntad está herida en su origen. Es frecuente que se dé por supuesta la buena voluntad de los que comienzan a

53 “No se descansa *simpliciter* a no ser en el último” (*Suma Teológica*, I-II, q. 11, a. 4 c).

54 Cfr. *De Veritate*, q. 23, a. 1, ad 8; *Suma Teológica*, I-II, q. 25, a. 2 c.

vivir una vida espiritual. Pero la realidad es que, desde el inicio, la voluntad está sujeta a errores y presiones. También existe una mala voluntad inicial llamada malicia. La perversión no es total, pero sin este dato es imposible avanzar en la oración. La oscuridad de la inteligencia, el desorden en los sentidos y afectos explica mucho, pero no todo. La voluntad herida explica la rebelión absurda, la elección contra razón, el odio, la ausencia de perdón, la desviación al vicio, una enseñanza insuficiente que se dirige solo a la inteligencia, la tozudez ante lo evidente, la crueldad, las acciones antinaturales y bestiales.

En la educación es necesario tener en cuenta este factor para no caer en angelismos ni en diabolismos. La persona no es ni ángel ni diablo: es un buen sujeto, herido en lo más hondo, que necesita cura adecuada. Curiosamente, el pesimismo surge por creer que no se puede alcanzar la meta. Y sí se puede. El optimismo cristiano se basa en que Dios es Padre y cuida a sus hijos; que envió al Hijo Unigénito para salvarnos; y que continuamente envía al Espíritu Santo para que, con su ayuda, siempre podamos vencer en las luchas. Dios tiene misericordia del hombre; cura sus heridas, originales o personales; y mejora la buena-mala voluntad haciéndola capaz de enderezarse hasta el heroísmo en el mundo real. San Agustín reza así: “Haz lo que puedas, pide lo que no puedas y Dios hará que puedas”. La gracia opera una auténtica regeneración del hombre en todos sus niveles. No somos inocentes, pero tampoco somos tan culpables que sea imposible ser buenos. La salvación es posible.⁵⁵

Así pues, la buena voluntad del principiante en la vida de oración no puede hacer olvidar que tiene posos de mala voluntad, más o menos escondidos. Saberlo lleva a buscar la fortaleza humana y sobrenatural infundida por el Espíritu Santo. También, en el examen de conciencia, a estar atentos a las motivaciones maliciosas que pueden revestirse de mil disfraces.

En la vida de oración es necesario querer, en el sentido de desear, amar y actuar con voluntad. También, como decía san Josemaría, “querer querer”,

55 Denz 804: Nadie, empero, por más que esté justificado, debe considerarse libre de la observancia de los mandamientos [Can. 20]; nadie debe usar de aquella voz temeraria y por los Padres prohibida bajo anatema, que los mandamientos de Dios son imposibles de guardar para el hombre justificado [Can. 18 y 22; cfr. n. 200]. Porque Dios no manda cosas imposibles, sino que al mandar avisa que hagas lo que puedas y pidas lo que no puedas y ayuda para que puedas; sus mandamientos no son pesados [1 Jn. 5, 3], su yugo es suave y su carga ligera [Mt 11, 30]. Porque los que son hijos de Dios aman a Cristo y los que le aman, como Él mismo atestigüa, guardan sus palabras [Jn. 14, 23]; cosa que, con el auxilio divino, pueden ciertamente hacer. Pues, por más que en esta vida mortal, aun los santos y justos, caigan alguna vez en pecados, por lo menos, leves y cotidianos, que se llaman también veniales [Can. 23], no por eso dejan de ser justos.

como un acto de fidelidad cuando los afectos, el cuerpo o el intelecto no actúan a favor; o cuando las circunstancias son adversas, como puede ser en persecuciones, incomprensiones (familiares, profesionales...), un ambiente hostil u otras.

Los sentimientos, los afectos y las pasiones

Los sentimientos, los afectos y las pasiones residen en los distintos niveles de la personalidad: desde la intimidad más o menos profunda, hasta el cuerpo. El demonio solo puede alterar lo sensible, pero al estar muy unido a lo espiritual parece que llegue también al interior. Santo Tomás dice: “Es provocado también el apetito sensitivo a algunas pasiones por determinados movimientos del corazón y de los espíritus. Por tanto, también a esto puede cooperar el diablo”.⁵⁶

Es bien conocido por los autores espirituales el *desorden de las pasiones*. Este desorden puede provenir de los sentidos, por vicios; de la imaginación, por imágenes provocadoras recibidas; de la mala voluntad pecadora no superada; y también, de la acción del diablo. El pecado original también es causa de posibles desórdenes. Y hay que contar con que el bautizado siempre tendrá que luchar contra el desorden provocado por el diablo desde fuera.

Sin embargo, las pasiones, los sentimientos y las emociones, de por sí, no son negativos, sino indiferentes. Y bien educados, ayudan mucho en la vida de oración. Sería excesivo aquí detallar los efectos que los sentimientos producen en el orante, pero se debe estar atento a ellos, pues tienen gran influencia. Basta la enumeración de los sentimientos en una persona sana, para considerar su poder: amor, odio, temor, tristeza, gozo, esperanza, desesperación, ira, etc. Por ejemplo, estar enamorado, alegre, triste, temeroso o desanimado repercute enormemente tanto en el cuerpo, como en la voluntad y en la inteligencia. La clave para fomentarlos o rechazarlos es identificar su objeto. Por ejemplo, odiar el pecado es un sentimiento positivo; entristecerse por el mal de otros, también; pero la tristeza por el bien de otros es envidia y es un mal. Del mismo modo, alegrarse por amar a Dios o por un pecado sensual: el primer sentimiento es bueno y el otro no.

Estos afectos o pasiones se mezclan y dan sentimientos complejos como el de culpa, el resentimiento, la vergüenza, los celos, el amor-odio y otros. De ahí que el mundo sentimental sea tan importante para la vida de oración.

Orar con todo el sentimiento es muy positivo, si se tiene prudencia y es a Dios a quién se dirige. En cambio, el sentimentalismo del corazón por

56 Santo Tomás de Aquino. *Suma teológica* II, II q. 80, a. 2 respondeo.

encima de la razón, lleva con facilidad a faltas de fe, al egoísmo o el pecado. Actuar sin pasión es inhumano, hasta el punto de que la impasibilidad total es un grave defecto o, incluso, una enfermedad. El desorden en los sentimientos es fácil, pues son poco controlables por la voluntad y la inteligencia. Solo con la petición a Dios y la lucha indirecta en la voluntad, la razón y el cuerpo se pueden controlar.

Observemos con más detalle el mundo sentimental. Hay mayor penetración para entender la vida cuando mueve el amor o la alegría, que cuando faltan. El asco o la tristeza frenan la acción debilitando todas las facultades del alma. “El hombre es más grande y más profundo que las cosas que puede controlar su voluntad libre; su ser alcanza profundidades misteriosas que van mucho más allá de lo que él puede engendrar o crear”.⁵⁷ Esto es así porque “en la esfera moral, es la voluntad quien posee la última palabra: por encima de todo, cuenta nuestro centro espiritual libre. El verdadero yo lo encontramos primariamente en la voluntad.

En este sentido, en muchos otros terrenos, el corazón, más que la voluntad o el intelecto, es el que constituye la parte más íntima de la persona, su núcleo, el yo real. Esto sucede así en el amor humano: el amor conyugal, la amistad, el amor filial y el paterno. Y también, en el amor espiritual de la oración. Aquí el corazón es el verdadero “yo”, no solo porque el amor es esencialmente una voz del corazón; lo es también en la medida en que el amor apunta directamente al corazón del amado, quiere tocar su corazón y llenarlo de felicidad. Solo entonces sentirá que ha logrado llegar al verdadero yo de su amado”.⁵⁸ Orar es una relación de corazón a Corazón, del hombre con Dios.

El diálogo con Dios se hace, sobre todo, en este nivel: la “oración mental es ese diálogo con Dios, de corazón a corazón”.⁵⁹ En la práctica no es fácil distinguir entre sentimientos y querer. La expresión “de corazón a corazón” incluye voluntad, inteligencia y sentimientos, unidos e interrelacionados en la intimidad de la persona que irradia su modo de ser en todo su actuar humano. Es poco correcto decir que existen dos amores, el sobrenatural y el humano, o el afectivo y el de la voluntad. Esta disociación equivale a romper la unidad humana. “Hemos de amar a Dios con el mismo corazón con el que queremos a nuestros padres, a nuestros hermanos, a los otros

57 Dietrich von Hildebrand, *El corazón*, ed. Palabra, Madrid, 1996, p. 137. Las respuestas afectivas espirituales incluyen siempre una cooperación del intelecto con el corazón. El intelecto coopera en la medida en que se trata de un acto cognitivo en el que captamos el objeto de nuestra alegría, pena, admiración o amor.

58 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, p. 137.

59 *Ibíd.*, n. 119.

miembros de nuestra familia, a nuestros amigos o amigas: no tenemos otro corazón”.⁶⁰ La unidad de la persona en su querer y amar humano evita el dualismo de separar lo espiritual y lo humano. Lo sobrenatural perfecciona lo humano. Y desde lo humano se percibe mejor la ayuda divina. Como dice el Concilio Vaticano II: “El hombre tiene una ley escrita por Dios en su corazón, en cuya obediencia consiste la dignidad humana y por la cual será juzgado personalmente. La conciencia es el núcleo más secreto y el sagrario del hombre, en el que este se siente a solas con Dios, cuya voz resuena en el recinto más íntimo de aquella”.⁶¹

Ya veremos que la intimidad de la persona se constituye por el acto de ser con el que participa de la divinidad. En ese acto de ser íntimo se dan tres transcendentales: la inteligibilidad, la donabilidad y la libertad, agrupadas todas por la intimidad de la intimidad que da lo que de modo impreciso llamamos corazón.

Las pasiones en santo Tomás

Santo Tomás ordena los sentimientos, que llama pasiones, en la cuestión 25 de la I-II de la *Suma Teológica*: “Todas las pasiones son causadas por el amor”⁶² y cita a san Agustín: “El amor, ansiando poseer el objeto amado, es el deseo; y poseyéndolo y gozando de él es la alegría”.⁶³ Por eso nos vamos a detener más en este afecto, que es más espiritual que lo que la palabra pasión podría hacer pensar. El núcleo de la afectividad es el *amor*, que mueve el deseo de quien aún no está unido con el amado y el gozo del que experimenta la unión. Esto se da en la vida humana. Y también en la vida mística con Dios. Se comienza por un amor aún no poseído y deseado; luego, quiere querer; y así, paso a paso, se asciende hasta que la unión total: el amor de comunión. Hablar de *tristeza*, *miedo*, *temor* o *desespero* son reacciones de los sentimientos al no conseguir su objeto: el gozo amoroso. La alegría nace del amor vivido.

No poseer la plenitud del amor y desearlo de modo confiado es la *esperanza*. Santo Tomás da el antiguo (y desacreditado) nombre de *ira* a la fuerza que lleva al amado a superar los obstáculos que le separan de su objeto. La *esperanza* es más cercana al amor, pues ya posee el objeto amado en el deseo, es fuerza para caminar, es ardor en el vivir. Si falta, todo decae. Respecto a la *ira* se la podría llamar con otros nombres menos ligados a la furia: *fuerza* o *valentía*, o *audacia*. De hecho, santo Tomás dice que “la audacia sigue a la

60 *Ibíd.*, n. 140.

61 *Gaudium et spes*, n. 16.

62 *Suma teológica* I-II q. 25 a.2.

63 San Agustín, *De civitate Dei*, XIV.

esperanza de la victoria; y el temor, a la desesperación de vencer. La ira es consecuencia de la audacia”.⁶⁴ La intensidad con que la audacia y la valentía mueven el pensamiento y la voluntad es evidente. También cómo intensifican las fuerzas físicas y la resistencia al dolor.

Las pasiones positivas —amor, deseo, gozo, esperanza— preceden a las negativas —odio, aversión, tristeza, desesperación—. Así se configuran las ocho pasiones clásicas que, en la vida de la persona humana, se entremezclan y relacionan, resultando, en la práctica, muchas variantes.

Es muy interesante la distinción que santo Tomás hace del amor como pasión. Señalar diversos grados: el primero es el natural, que precede a la percepción y al entender. El segundo es el sensitivo que, por su cercanía a la razón, participa en algo de la libertad. El tercero es el amor de voluntad que procede de la aprehensión, según su libre juicio.⁶⁵ Se darán así unas diferencias de amor que se suelen confundir, aunque, como vimos, los griegos y los místicos supieron distinguir bien. El mismo santo Tomás distingue entre amor y dilección: “Hay cuatro nombres de algún modo significativos de una misma realidad, a saber: amor, dilección, caridad y amistad. [...] Toda dilección es amor, pero no todo amor es dilección que añade la elección precedente como su nombre indica, y no se encuentra en el concupiscible (los sentidos) sino en la voluntad y únicamente en la naturaleza racional. La caridad, a su vez, añade al amor una cierta perfección de este, en cuanto el objeto amado se estima en mucho, como da a entender el nombre”.⁶⁶ Las palabras latinas utilizadas por el Angélico son *amor*, *dilectio*, *caritas* y *amicitia* que tienen semejanzas y diferencias con las griegas *eros* (deseo, admiración por indigencia de lo que gusta y no se tiene), *agapé* (querer el bien del otro por superabundancia de amor), y *filia* (enseñar a amar a otro). Es más perfecto amar con corazón, que querer solo con la voluntad, siempre que el objeto sea bueno, por supuesto.

Estas diferencias en la terminología y el contenido del amor quedarían mejor resueltas partiendo de que el afecto del corazón reside en la persona y, según su modo de ser, redundan en el alma y en el cuerpo. En la Antigüedad queda como irresuelto si es del espíritu o del cuerpo o de su interrelación. En la actualidad, la neurociencia ofrece en este terreno interesantes avances, pero se desencamina si no cuenta con un buen enfoque antropológico. Hoy en día prima el mundo emocional sobre el racional, cuando en el pasado predominaba la tendencia a reprimir los sentimientos. Los desórdenes sentimentales no pueden llevar a condenar en bloque el mundo afectivo, pues

64 *Suma teológica*, I-II q. 25 a.3.

65 Cfr. *Suma teológica*, I-II q. 26. a.1 respondeo.

66 *Ibíd.*, a.3 respondeo.

son evidentes sus efectos positivos. Una represión irreflexiva es nociva pues no armoniza, amar lo positivo y dominar lo negativo. A la persona le es bueno amar con el sentimiento y no solo como acto de voluntad. Necesita gozo, pues en la tristeza y el aburrimiento se empequeñece y debilita. Todo ser humano necesita deseo, esperanza, para convertirse en un luchador confiado, sin ingenuidad. También situados en el corazón están los afectos aparentemente negativos: el *odio*, la *tristeza* y la *desesperación*. En el odio y la tristeza podemos distinguir una doble vertiente. Serán positivos si son reacciones ante un mal verdadero: pecado, hambre, privación de bienes, daños, guerra, muerte, etc. Y negativos, si son la respuesta ante un bien que, por malicia culpable, se considera un mal, por ejemplo, ante rezar, estudiar, ser casto, o ante personas buenas, triunfadoras, etc. La desesperación no tiene nunca versión positiva y tendríamos que separarla de los demás sentimientos: una persona mentalmente sana nunca debería caer en ella, pues le llevaría a dejarse morir o a vivir en el infierno.

Todo lo que acabamos de ver corresponde a la moral clásica, pero es válido para todos los estadios de la vida espiritual, incluso los más elevados. Se trata de amar apasionadamente, aunque no se sienta nada. También, de odiar el pecado sin odiar al pecador. En cuanto a la esperanza, es parte integrante del caminante que aún no ha llegado a puerto; y, en quien, aunque existan en él desánimos, por una cierta presencia del egoísmo aún no purificado, no hay desesperación. Y respecto al miedo, puede presentarse ante las penas del cuerpo y del alma; y es útil para evitar las ocasiones de pecar.

La mezcla de afectos

En la unidad de la persona se da una mezcla de afectos. Es conocida la relación de afecto amor-odio, por la que se odia a quién más se quiere, o se ha querido, porque no corresponde a ese amor o no responde como se espera. También están íntimamente relacionados el amor y la esperanza. La esperanza es ya casi amor aún no poseído. En la vida espiritual, y también en la humana, es muy importante el deseo. En cierto modo se encienden hogueras de amor en el que espera. La ira (valentía) defiende del amor. El odio también puede producir ira negativa (mal carácter, orgullo disfrazado), que lleva consigo amargura en sus triunfos destructivos. El gozo es efecto del amor. La alegría, más que un fin, es una consecuencia. Puede ser espiritual o sensible. La tristeza amorosa, aunque produzca sufrimiento, engendra un raro proceso de paz interior, porque su causa profunda es el amor. La alegría egoísta, aunque se quiera ocultar, lleva al vacío y a la desazón. El amor es fuerte, paciente, no se irrita, no piensa mal, jamás decae... Y aunque esto parezca impensable en un sentimiento, es así. Es cierto que las emociones y sentimientos, cuando no se apoyan en la virtud, son inestables y fluidos,

pero si se apoyan en la virtud, son estables. La estabilidad de los sentimientos y emociones es posible, aunque laboriosa.⁶⁷

Los sentimientos, afectos o pasiones repercuten en el cuerpo; y a la vez, el cuerpo influye en ellos. A veces, el influjo es involuntario, por ejemplo, al oír una música, al ver un espectáculo o al sentir hambre. En otras ocasiones, las pasiones llegan al alma desde el cuerpo: euforia, ánimo, temblor, frío, encanecimiento del cabello, entumecimiento, etc. Los fisiólogos y los neurólogos pueden decir algo a este respecto. Sería un error reducir la causa y el contenido del afecto a solo esta dimensión corporal, importante, pero secundaria. La dirección espiritual conviene que tenga en cuenta la realidad del cuerpo para aconsejar o mandar con prudencia. Para ello no es necesario incurrir en un psicologismo humano: suele bastar la sabiduría de los maestros espirituales.

En cuanto a la manifestación del mundo afectivo, la educación recibida es muy importante. Pero también la cultura de los pueblos, el clima y miles de factores que actúan sobre el núcleo personal. Ciertamente, “los grandes sufrimientos y las grandes alegrías se experimentan en las profundidades del alma; son algo que nos conmueve y nos hace vibrar en nuestro interior. Cuando el alma que los experimenta permanece tranquila y firme —no porque sea «insensible», sino viviendo esos estados en toda su profundidad—, demuestra que en su intimidad posee algo que le permite hacer frente a todo lo que «se le venga encima»: en esto estriba lo que suele denominarse: fuerza anímica”,⁶⁸ dice santa Edith Stein. Es cosa clara que una emoción corporal influye en lo más alto del espíritu. Y viceversa, una emoción espiritual mística afecta al cuerpo. Esto se ve muy claro en los éxtasis de santa Teresa de Jesús.

El amor espiritual lleva al deseo psíquico y a la conmoción física. La alegría disminuye el terror, el asco y la ira. El terror produce ira y tristeza. Y puede hacer también que la persona desconecte y le paralice toda reacción y acción libre. Es conocido el efecto que produce la disciplina militar, incluso en personas muy autónomas e intelectuales. Por otra parte, si una persona ve que se inicia en ella un ataque agresivo, si está a tiempo, se encierra, o toma una medicina para controlar su cuerpo. Y si el instinto sexual está muy activo, hasta la irracionalidad, se pueden controlar los sentidos externos, los lugares dónde se acude, recurrir a la fuerza espiritual o medidas de prudencia. Con paciencia y experiencia se pueden trabajar muchas interrelaciones materiales-afectivas-espirituales que influyan positivamente en la inteligencia, la voluntad, el cuerpo y la conducta.

67 Cfr. 1 Co 13.

68 Edith Stein, *La estructura de la persona humana*, p. 100.

Una racionalidad controlada de modo perfecto no parece posible. Pero sí un cierto control del espíritu sobre el entendimiento. Este control libre se llama virtud, estar enamorado, etc. En resumen, diríamos que se trata de vivir un orden, desde lo superior hasta lo inferior. En la vida del orante también se da esta relación entre el espíritu y el cuerpo, sobre todo cuando las virtudes se realizan con gestos muy concretos: arrodillarse, ser casto, cantar, callar, juntar las manos, retener la mirada, controlar las músicas, caminar despacio, etc.

El peligro del resentimiento envidioso

La vida espiritual debe tener muy en cuenta algunos sentimientos complejos que revelan fondos oscuros del corazón humano. Por ejemplo, el *resentimiento* que “surge al reprimir sistemáticamente la descarga de ciertas emociones y afectos los cuales son en sí normales y pertenecen al fondo de la naturaleza humana, como son la venganza, el odio, la maldad, la envidia, la ojeriza y la perfidia”.⁶⁹ Es una venganza, pero sin un contrataque directo, como refrenando los sentimientos, debido a la constatación de un “acusado sentimiento de impotencia”.⁷⁰

En este estadio sentimental se dan una serie de grados: desde el rencor hasta la envidia, la ojeriza o la perfidia, antes de llegar al resentimiento propiamente dicho.

Es bien sabido que estos sentimientos perversos desaparecen con el perdón verdadero, o luchando por conseguir el bien elevado que se pretende.

En el resentido “se da una conciencia acusada de impotencia que refrena la acción o la expresión”.⁷¹ Se admira un valor como la santidad o la inteligencia, pero en vez de admiración surge una envidia reprimida que no pasa a la acción, y se va convirtiendo interiormente en sed de venganza, buscando ocasiones de satisfacerla. Aparece, entonces, una susceptibilidad extrema, que cuanto más reprimida, adopta expresiones más imaginarias y falsas, con tendencia a la detracción del que es odiado.⁷²

“Las grandes pretensiones internas, pero reprimidas; un gran orgullo, unido a una posición social inferior, son circunstancias singularmente favorables para que se despierte el sentimiento de venganza”.⁷³ Si el agravio se hace permanente, la explosión puede ser extrema.

69 Scheler, *El resentimiento en la moral*, Caparrós editores, 2ª ed., 1998, Barcelona pp. 20-21.

70 *Ibíd.*, p. 21.

71 *Ibíd.*, p. 23.

72 Cfr. *ibíd.*, pp. 23-25.

73 *Ibíd.*, p. 25.

Una manifestación del resentimiento es la “crítica resentida”⁷⁴ en la que ningún remedio produce satisfacción al ofendido, ya sea por causas reales, o imaginarias. Es más, las soluciones producen mayor descontento, pues encuentra un amargo gozo en la tristeza resentida convertida en fin.

La envidia resentida no lleva al esfuerzo superador de alcanzar lo que otro tiene, sino que se recrea en su impotencia y odia al poseedor, aunque este ni se entere de lo que sucede en el resentido. La sensación de impotencia ante la perfección es lo que lleva a la envidia resentida. Esta envidia resentida es temible, pues conduce al odio. Judas odia a Cristo y le vende. La traición viene precedida por un amor al amigo. Jesús avisa a los suyos y les dice: “Os odiarán sin motivo”, es decir, sin más motivo que el resentimiento impotente y odiador. La envidia ha llevado a odiar al más amado, especialmente al santo.

Existen muchos tipos de personajes impotentes y débiles que pueden servir de ejemplo. Pero uno sirve bastante bien a nuestro propósito; el del ‘apóstata’, afín al ‘renegado’, cuya vida no se nutre de la nueva fe, sino del odio a los que sustentan la que antes poseía, deseando su muerte y el infierno. Se llega, casi inconscientemente, al “falseamiento de la moral”, a pensar que se hace algo bueno al juzgar como malo al bueno. Si fuesen conscientes de su maldad, la vida sería insoportable: vivir haciendo algo malo sabiendo que es malo.⁷⁵

El resentimiento tiene también efectos corporales. “Las sensaciones viscerales internas que colaboran en todo afecto adquieren preponderancia sobre la sensación de los movimientos expresivos externos, mediante la represión de la expresión periférica; y, como todas ellas son desagradables y hasta dolorosas, el sentimiento del cuerpo en su conjunto resulta algo acusadamente negativo. El hombre ya no vive “a gusto” en su cuerpo. Capta un malestar hasta corporal que no sabe de dónde viene, y llega a un “odio de sí mismo”, “tormento de sí mismo”, “sed de venganza contra sí mismo” de funestas consecuencias, también en ambientes espirituales.

Del conflicto entre la envidia y la impotencia surge el odio, la sed de venganza, hasta que se alcanza su fin, que es estar tranquilo en su miseria. Es la “obra suprema” del resentimiento,⁷⁶ la “sublime venganza”. “Es sublime porque los impulsos de odio y venganza contra los hombres fuertes, sanos, ricos, hermosos, etc., desaparecen completamente; y la persona resentida escapa, gracias al resentimiento, al tormento interior de estas pasiones. Ahora, tras la inversión del sentimiento y la difusión del juicio

74 *Ibíd.*, p. 27.

75 Scheler, *El resentimiento en la moral*, Caparrós editores, 2ª ed., 1998, Barcelona, p. 45.

76 *Ibíd.* p. 54.

correspondiente en el grupo. Esos hombres fuertes ya no son dignos de envidia, dignos de odio, dignos de venganza, sino que, al contrario, son dignos de lástima, dignos de compasión, pues participan en esos 'males'. Sentimientos de dulzura, de compasión y de lástima son los que producen ahora su presencia".⁷⁷ El resentido ya no lucha contra personas concretas que le humillan por su impotencia, aunque sea inconscientemente, sino que lucha contra los valores mismos, a pesar de que en el fondo los valore.

El orante debe tener en cuenta posibles resentimientos, presentes o pasados; en su interior, o incluso en ambientes piadosos en los que le puedan sorprender. Primero, para no escandalizarse de su propia miseria. Y después, para intentar corregirlo, especialmente a través de la confesión y la corrección fraterna. Se pueden descubrir resentimientos en actos externos como comentarios malintencionados, juicios poco caritativos o manifestaciones difusas de amargura; e identificar después las causas, para poder ayudar a sanar ese desafecto.

Amor-odio, sentimiento de culpa, remordimiento, aburrimiento, vergüenza, celos

Otro afecto herido es la *transición del amor al odio*, o la mezcla de *amor-odio* de reacciones aparentemente contradictorias. Puede darse cuando se ama a alguien y la persona amada no corresponde, o no está a la altura. Se puede acabar odiando al ser amado. Esta reacción puede cambiar en cuestión de minutos, de modo casi inexplicable. La razón es claramente un amor que no lo es, pues no ama el bien del otro, si no las repercusiones en uno mismo. En lo humano es frecuente esta desviación del amor. Pero en lo espiritual también puede enturbiar o hacer imposible la caridad fraterna. La caridad desde los inicios necesita superar las amistades particulares, sin reducir sus reacciones a frialdad ante todo y todos. En este sentido, crecer en amor a Dios lleva siempre a purificar los amores humanos.

Entendemos por *sentimiento de culpa* el malestar y sufrimiento interior que experimenta la conciencia ante la realización de determinados actos morales. En general, el sentimiento de culpa responde a pecados. Aunque en ciertas ocasiones puede tener su causa en obsesiones o escrúpulos. En estos casos han de tratarlos los psiquiatras o los moralistas.

Al sentimiento de culpa también se le llama remordimiento. El arrepentimiento y la sinceridad son los medios adecuados para liberarse de ese sufrimiento. Pero no los únicos, pues en muchas ocasiones no se acepta la verdad o se quiere justificar un mal de mil modos para llegar a una tregua interior, que pretende ser paz, aunque no la consigue nunca. Lo cierto es que

77 *Ibíd.*, p. 55.

pocos resisten esa verdad interior maligna que les horroriza. No obstante, en el caso de que los escrúpulos sean una enfermedad obsesiva, aunque sean una cuestión de conciencia, desaparecen al ser tratados médicamente.

En el principiante es posible que se dé una mala formación de la conciencia en asuntos graves o leves que debe superar. Pero el sentimiento de culpa es positivo, pues avisa de las imperfecciones que enturbian el deseo de amar con todo el corazón, con todas las fuerzas y con toda el alma.

Entre los estados de ánimo, el *aburrimiento* tiene una gran relevancia. Se suele combatir con el activismo de no parar. Pero al agotarse ese paraíso veleidoso, se experimenta un vacío interior cargado de frustración, sin saber cómo salir de ese empobrecimiento interior. Pascal define la necesidad de divertirse como pobreza íntima. La oración es muy difícil en el activismo y necesita calma interior. En la conversión, o en la exaltación de la alegría amorosa, nunca se da aburrimiento, porque todo es nuevo cada día. El aburrimiento se manifiesta en el orante cuando aún no le llenan las cosas de Dios lo suficiente como para no buscar diversiones. El salto a vivir de fe ayuda a solucionar este problema. Pero con cuidado, pues pretender una vida demasiado espiritual puede anular al débil sus primeros pasos en este camino. La conversión segunda lleva a colmar el interior, más allá de las actividades, incluso las apostólicas, que pueden ser una huida de la entrega.

La *vergüenza* es positiva cuando defiende la propia intimidad ante la mirada indiscreta, o ante el injusto agresor. También lo es como defensa del descontrol interior. Y es negativa cuando conduce a timideces, miedos o dificultades a manifestarse a quien tiene derecho a conocer el alma. En ambos casos no parece posible, ni fácil, que se dé la desnudez original de alma. La sinceridad ante Dios facilita la sinceridad plena en la confesión y ante quienes dirigen el alma. Cabe confundir la vergüenza legítima —pudor espiritual o humildad— con la timidez, que puede ser orgullo oculto o una enfermedad del carácter.

Los *celos* son una pasión negativa íntimamente relacionada con el amor. Se distinguen de la envidia en que esta nace de un odio a otro por el valor que posee. Los celos, en cambio, se originan en el amor a la persona amada de la que se duda, sospecha, o se sabe perdida. Teme no ser querido como él piensa que debe ser querido. En este estado de inquietud se desata un volcán de sentimientos encontrados, “el celoso es consumido por un fuego, en su corazón se revuelven la desesperación, la ira, el dolor, la agitación, el amor y el odio”.⁷⁸ El amor como donación y apertura lleva a la confianza, a conocer la intimidad desde la intimidad.

78 *Ibíd.*, p. 341.

El amor en su nivel más elevado puede y sabe perdonar si se da una traición. No así en el celoso que experimenta un amor necesitado y temeroso. El amor del celoso es más bien un amor que no ha pasado a la donación incondicional. Esto es comprensible y real. En los celos se da una perversión del amor que no quiere el bien del otro, sino que se centra en el propio. Por ello se siente desolado por el pretendido desamor, o por el orgullo herido. En la mayoría de los casos se mezclan orgullo, amor, desamor, odio, junto a ira, furia e irritación. En la vida espiritual es muy importante el grupo, pero atentos a que no se produzcan entre las personas estas deformaciones del amor. En la vida espiritual es tristemente famoso el celo amargo que, como excusa, toma la espiritualidad para atormentar al que no responde al propio querer.

Oración y pensamiento

El Antiguo Testamento designa la verdad con dos términos: *emetb*, que significa verdad y fidelidad; y *emen*, verdad y creer. Un hombre solo no puede conocer casi nada, ni a sí mismo, y necesita de los otros hombres, de la cultura y la fe en Dios para caminar a la verdad. La meditación en un orante no es solo meditar, pensar y reflexionar, incluye pensar con otros. No se trata de ensimismarse en el propio interior, como hace la meditación oriental. Más bien es abrirse a la experiencia de los santos, a la fe transmitida en la Iglesia y a la Luz de Dios.

La formación de la inteligencia es esencial para el orante. Si la oración se redujese al impulso del corazón se puede incurrir en errores y herejías. La meta es la que indica san Josemaría: “piedad de niños y doctrina de teólogos”. En el camino del que reza es necesario un mínimo de pautas marcadas por el credo y los mandamientos. Su desarrollo le dará al diálogo con Dios una mayor comprensión y riqueza. La palabra de Dios es esencial para alimentar la vida interior. La liturgia de las horas es muy útil; la lectura de la Biblia, necesaria; la lectura de libros contrastados de espiritualidad o teología, muy conveniente. A través de estos contenidos, la verdad se ilumina y llega al corazón a través de la mente. La fe añade nuevas luces y comprensión de lo leído y el Espíritu Santo conduce a la persona a la Verdad completa.

Dios es infinita Verdad y no se puede abarcar totalmente por la inteligencia humana. El orante piensa de rodillas, por decirlo de una manera gráfica. Reza abierto al misterio; y cuando algo no se puede explicar todo lo completamente que quisiera, cree. También puede ocurrir que la luz sea tan intensa que ciegue, cosa que lleva siempre a alcanzar mayor inteligencia. El hombre es un ser abierto a la verdad y no un ser cerrado en sus razona-

mientos, lo que quiere decir que siempre cabe el progreso. Es de notar que los santos siempre han originado grandes avances en la Verdad. Y es por las luces que reciben y que se pueden llamar *gratias gratis datae* o dones del Espíritu Santo. De este modo, la insaciable búsqueda de verdad por parte del hombre se completa con la luz divina que le hace avanzar, gradualmente, o a grandes saltos. En todas las etapas de la vida de oración se debe tener gran cuidado en este punto, pues un error involuntario de conocimientos puede llevar a grandes desviaciones prácticas, como se ha visto tantas veces en la historia de los hombres y de la Iglesia.

Oración y cuerpo

El cuerpo, en ocasiones, ayuda a hacer oración; en otras, dificulta. Así, el cuerpo puede dominar al hombre contra su querer, por ejemplo, cuando el miedo paraliza, o hay enfermedades, obsesiones, vicios, cansancio, alucinaciones, etc. O bien puede dar luz, paz y contento.

El cuerpo es necesario, aun para los actos más espirituales. Santo Tomás dice que es necesario un cierto nivel de salud para rezar: “El alma está unida al cuerpo por el acto de la inteligencia, que es un acto propio y principal; por eso es preciso que el cuerpo, unido al alma racional, esté dispuesto del mejor modo posible para servir al alma en lo que es necesario al pensamiento”. El cuerpo es instrumento del alma. *Mens sana in corpore sano*, o *quando il corpo é sano il anima balla*: son dos expresiones de gran verdad. Y como estos, hay otros numerosos dichos de todos los tiempos y culturas. Es cierto que muchos sabios y santos han tenido un cuerpo enfermizo, que quizá les ha permitido una experiencia del dolor despertadora del espíritu. Pero lo normal es que la mente necesite un cuerpo sano. Sin vista no se ve el arcoíris, ni se pueden apreciar los colores ni la pintura; la música necesita oído fino; la sensibilidad del tacto, del olfato, del gusto, de la imaginación, de la memoria sensitiva, potencias que abren posibilidades al entendimiento y a la acción.

El orante necesita tener un cierto grado de dominio de su cuerpo a través de lo que se llama mortificación. La mortificación tiene un sentido consciente de realizar sacrificios similares a los de Cristo en la cruz. Pero también es necesaria para fortalecer la voluntad, para hacer los ejercicios propuestos para rezar, para dominar todos y cada uno de los sentidos, para que la imaginación no se distraiga demasiado e impida rezar, para evitar que la memoria se recree en agravios o en éxitos centrados en el yo. La mayor parte de las mortificaciones tienen que ver con el cuerpo. Cada sentido externo ofrece muchas oportunidades de mortificación. Y si no se es mortificado,

es imposible vivir una vida espiritual que vaya más allá de una emoción o una buena disposición pasajera. A la mortificación de los sentidos hay que añadir, por ejemplo, las luchas contra las tentaciones de la carne, el esfuerzo que supone el trabajo bien hecho, el cansancio o el control en comer y beber. A lo largo de la historia, los hombres se han inventado multitud de modos de autocontrol. Pero para un orante que quiera serlo en medio del mundo, su oración y su mortificación se alimentarán habitualmente del trabajo y la vida familiar.

Los excesos y la debilidad son dos extremos que deben evitarse. Las recomendaciones clásicas de Aristóteles y santo Tomás sobre la templanza son muy útiles para la vida del orante. La ascensión de Platón y los neoplatónicos adolecen de un desprecio del cuerpo; así como las prácticas estoicas de buscar una impassibilidad que, aunque una cierta indiferencia con moderación sea útil, no cuadra bien en la vida cristiana. Las prácticas hinduistas y budistas son aún más extremas en este desprecio del cuerpo: y su fin del ensimismamiento interior lleva a la nada existencial o a una unión panteísta, en cierto modo, muy similar al estoicismo clásico. A lo que hay que añadir la reencarnación, que lleva a un cierto desprecio de la vida, en nada de acuerdo con el cristianismo que aprecia el cuerpo, bien unido al alma y al espíritu.

Cuando el organismo corporal funciona a la perfección, la vida espiritual se desarrolla sin esfuerzo ni frenos por “rozamiento”. La vida espiritual se expresa en el cuerpo, habla a través de él. Pero también aquí lo corporal puede poner obstáculos: por ejemplo, malformaciones patológicas, paralizaciones de músculos y nervios, depresiones, enfermedades psíquicas que perjudican la capacidad de expresarse, etc. Mientras que un cuerpo sano, que funcione con normalidad y esté bien ejercitado, “responde” con facilidad. Dentro de la actividad corporal es especialmente importante la del cerebro. Es posible distinguir en él una zona intermedia, que podemos llamar psíquica que, sin ser directamente voluntaria ni intelectual, tiene una gran influencia en la voluntad, en la inteligencia y en el mundo afectivo, de tal manera que resulta difícil calibrar cómo los sentimientos producidos por el cerebro o el cuerpo influyen en el espíritu. Por ejemplo, sentimientos de alegría o tristeza, miedo o valentía. En sentido inverso: influencia del espíritu en el cuerpo. Sentimientos personales y exclusivamente espirituales (por ejemplo, amor en la oración, contrición, culpabilidad, vergüenza) influyen enormemente en el cuerpo, especialmente en el cerebro. La oración que lleva a vivir el buen humor, la paciencia, el gozo, el horror al pecado, suele mejorar la actividad corporal.

La realidad de la vida humana es muy corporal: se debe comer y beber cada pocas horas, es necesario dormir gran parte del día, existen enferme-

dades, compulsiones y situaciones degradantes que impiden una vida espiritual, el cuerpo se resiste al esfuerzo. De ahí que gran parte de la vida de oración requiera el control consciente de la comida, la bebida, el descanso, la mirada, el oído, el gusto. Si se quiere ser muy espiritual se debe tener en cuenta toda la sabiduría acumulada en este terreno corporal. Los grandes fundadores religiosos lo tuvieron muy en cuenta: las carmelitas no comen carne, los benedictinos tienen racionado el uso del vino que toman en las comidas (en este sentido, bajo su control, muchas bebidas alcohólicas han sido inventadas por monjes). En la vida en sociedad no parece posible reglamentar la comida y la bebida, pero sí tener en cuenta la moderación para no incurrir en gula o destemplanza (es necesario no incurrir en exageraciones como ayunos excesivos, penitencias que lleven a la enfermedad, etc.). Es cierto que la falta de mortificación es negativa, pero peor puede ser el exceso, que además de afectar a la salud y hacer imposible la oración, puede llevar al orgullo espiritual.

La sensibilidad del cuerpo permite captar muchos aspectos de la belleza de forma gratificante, pero también puede velarla. Un cuerpo rudo, o que haya vivido en formas degradadas o ineducadas, capta peor muchas realidades espirituales. Santo Tomás, movido quizá por el modo de vida muy sedentario de los intelectuales de aquellos siglos comparado con la vida agitada de los guerreros y los campesinos, decía que los más inteligentes son "*molliores carnes*", de carnes blandas, más bien gordos, quizá se pueda traducir como de piel delicada. Esta apreciación no es muy válida en nuestros tiempos, pero desde luego existen estudios del cuerpo que muestran cómo los distintos caracteres condicionan algo la vida espiritual: atléticos, asténicos, flemáticos, sanguíneos, coléricos, pícnicos, abúlicos, con muchas mezclas intermedias. Este es un aspecto que se debe tener en cuenta en la vida de oración y en la dirección espiritual. El cristiano aprecia al cuerpo como amigo, pero sabiendo que está herido y puede hacer traición al espíritu, convirtiéndose en enemigo.

En el oriente cristiano surgieron modos de rezar con el cuerpo, de recogimiento, pero siempre abiertos a Dios, nunca ensimismándose en sí mismos. Es el caso de los "hesicastas" con el ejercicio de la "oración a Jesús", que consiste en repetir una densa fórmula de referencias bíblicas, a base de invocación y súplica (por ejemplo: "Señor Jesucristo, Hijo de Dios, ten piedad de mí"), que se adapta al ritmo respiratorio natural.⁷⁹ Algunos afirman que repitiendo muchas veces esta oración se llega a una iluminación, no fruto de una técnica, sino de un don. La realidad es que consiste en una súplica con

79 *Orationis forma. La meditación cristiana*, Congregación para la doctrina de la fe, 15 de octubre de 1989, nota 33.

el alma y el cuerpo, que pretende un don divino. En Occidente se usan las jaculatorias, oraciones cortas, muchas veces repetidas, pero que, en principio, no van unidas a nada corporal.

La Congregación para la Doctrina de la Fe dice al respecto: “La meditación cristiana de Oriente ha valorizado el simbolismo psicofísico, que a menudo falta en la oración de Occidente. Este simbolismo puede ir desde una determinada actitud corpórea, hasta las funciones vitales fundamentales, como la respiración o el latido cardíaco”,⁸⁰ aunque puede convertirse en un ídolo y en “un impedimento para la elevación del espíritu a Dios”⁸¹ confundiendo las propias sensaciones con experiencias espirituales. La misma instrucción dice que “algunos ejercicios físicos producen automáticamente sensaciones de quietud o de distensión, sentimientos gratificantes y, quizá, fenómenos de luz y calor similares a un bienestar. Confundirlos con auténticas consolaciones del Espíritu Santo sería un modo totalmente erróneo de concebir el camino espiritual”⁸² y puede “conducir a disturbios psíquicos y, en ocasiones, a aberraciones morales”,⁸³ como puede verse en el quietismo de Molinos que, esperando todo de la gracia, no consideraba pecado lo que hace el cuerpo con aberraciones sensuales similares a las que ocurrían en Oriente. También puede llevar a influencias o posesiones diabólicas. En los extremos gnósticos y cabalísticos de alcanzar la salvación a través de los peores pecados ya se ve que son degeneraciones, pero, de hecho, han ocurrido.

En un punto equilibrado sirva la expresión de materialismo cristiano usada por san Josemaría: “El auténtico sentido cristiano que profesa la resurrección de toda carne se enfrentó siempre, como es lógico, con la *desencarnación*, sin temor a ser juzgado de materialismo. Es lícito, por tanto, hablar de un *materialismo cristiano*, que se opone audazmente a los materialismos cerrados al espíritu”.⁸⁴ Ese materialismo cristiano armoniza el cuerpo y el espíritu; y si está muy lejos del materialismo cerrado al espíritu, también lo está del espiritualismo desencarnado.

80 *Ibíd.*, n. 27.

81 *Ibíd.*

82 *Ibíd.*, n. 28.

83 *Ibíd.*

84 San Josemaría, *Conversaciones*, n. 118.

La imaginación y la fantasía

La imaginación y la fantasía, bien encauzadas, constituyen una importante ayuda a la vida de oración. Por ejemplo, imaginar que somos un personaje en la vida de Jesús y María facilita orar en presencia de Dios, o puede mover a la acción o dar luz sobre ciertos contenidos espirituales.

No obstante, serán obstáculos si no se controlan o reconducen: si andan sueltas y dispersas, distraídas en cuestiones sin importancia, imágenes inconvenientes, o historias fantasiosas que llevan a soñar despiertos o a pensamientos poco acordes con el amor a Dios.

Al respecto, tengamos en cuenta que el demonio no puede entrar en un alma en gracia, santificada por el mismo Dios. Pero sí puede, con astucias y engaños, actuar en sus potencias sensibles.

Muchos autores espirituales han tratado el tema.⁸⁵ De la Fuente dice que “como el demonio se transfigura en ángel de luz con el fin de engañar a las almas con representaciones falsas y aparentes a los sentidos externos o internos, sus astucias y engaños van tan disimulados y encubiertos con capa de virtud que muchos han caído en los lazos de este capital enemigo; que, aunque es verdad que él no puede obrar inmediatamente en lo interior y espiritual del hombre racional, ni causar virtud ni santidad alguna, ni otros efectos y señales que proceden del verdadero espíritu, sí puede obrar en la porción sensitiva y en la imaginación y la fantasía; y a veces lo hace con tanta fuerza y tan disimuladamente que resultan efectos sensitivos tan parecidos a los verdaderos que proceden de la parte espiritual del alma racional que muchos se han engañado y engañan cada día, teniendo por cosas de Dios las que no lo son”.⁸⁶ Y santo Tomás de Aquino⁸⁷ en su antropología afirma que ni

85 San Juan Crisóstomo, *In Epist. I Cor Hom 29* (PG 61, 239-242), *In Evan Math hom 24* (PG 57, 239-242). San Buenaventura, *De próximo diligendo* c. 7 y 18. Casiano, Paladio, Sofronio, Metrastates, Nicéforo, San Jerónimo y otros santos.

86 Miguel de la Fuente, *Las tres vidas del hombre*, ed. BAC, Madrid, 2002, p. 111.

87 S Th I q. 111, a.2. La voluntad del hombre puede ser movida de dos modos. 1) *Uno*, desde dentro de ella misma, y de este modo, el movimiento de la voluntad no es más que una tendencia de la misma hacia lo querido. Solo Dios es capaz de moverla, por ser Él quien da a la naturaleza intelectual la virtud de tal tendencia, pues, como la tendencia natural no procede sino de Dios, que da la naturaleza, así la inclinación voluntaria no viene más que de Dios, que es causa de la voluntad. 2) *El otro* modo de alterar la voluntad es por algo que está fuera de ella, y este cambio no puede hacerse por el ángel más que de un modo, esto es, por medio de la aprehensión del bien por el entendimiento, de donde se sigue que, en cuanto es posible ser causa de que algo se conciba por el entendimiento como bueno para ser apetecido por la voluntad, en tanto se puede mover la voluntad. Pero así solo Dios es capaz de mover eficazmente la voluntad; el ángel y

los ángeles ni el demonio pueden acceder al entendimiento y a la voluntad del interior del hombre, pero sí a sus sentidos externos. Y como el hombre conoce a partir de ellos, a través de la imaginación puede hacer sugerencias sensibles e, indirectamente, alterar nuestra inteligencia y querer.

San Juan de Ávila⁸⁸ trata ampliamente cómo discernir por los frutos lo falso de lo verdadero. Es conveniente dejar pasar el tiempo para saber si lo imaginado y sentido viene de Dios o del demonio: se advierte en la humildad, la obediencia y la caridad, frutos que el demonio puede fingir, pero nunca dar de modo auténtico.

el hombre tan solo pueden moverlo por persuasión, como ya dijimos (q. 106 a.2). Pero aún queda otro modo exterior por el que la voluntad del hombre puede ser movida, y es por la pasión del apetito sensitivo. Así se inclina la voluntad, por ejemplo, cuando quiere algo a impulsos de la concupiscencia o de la ira. Y también de este modo puede el ángel mover la voluntad, en cuanto puede excitar tales pasiones, sin que pueda llegar nunca, sin embargo, a someterla violentamente, ya que la voluntad permanece siempre libre para consentir o para resistir a la pasión.

I-II q. 80, a.2. La parte interior del alma es intelectiva y sensitiva. La intelectiva contiene el entendimiento y la voluntad. En cuanto a la voluntad ya dijimos (a.1) cómo se haya el diablo respecto de ella. Mas el entendimiento, de suyo, es movido por algo que le ilumina para conocer la verdad, cosa que el diablo no puede pretender respecto del hombre, sino más bien entenebrecer su razón para que consienta en el pecado. Este oscurecimiento proviene de la fantasía y del apetito sensitivo. Por consiguiente, la acción interior del diablo parece ser en torno a la fantasía y al apetito sensitivo; conmoviendo a cualquiera de las dos puede inducir al pecado, pues puede actuar de modo que se le representen a la imaginación algunas formas imaginarias; y puede hacer también que el apetito sensitivo se excite hacia alguna pasión.

En la primera parte dijimos (q. 110, a.3) que la naturaleza corporal obedece a la espiritual en cuanto al movimiento local. Por consiguiente, el diablo es capaz de hacer todas aquellas cosas que pueden provenir del movimiento local de los cuerpos inferiores, a no ser que el poder divino le reprima. Mas que se representen a la imaginación ciertas formas se sigue a veces del movimiento local. Pues dice el Filósofo, en el libro *De somno et vigilia*, que, cuando duerme el animal, con el descenso abundante de sangre al principio sensitivo, simultáneamente descienden (o afluyen) los movimientos o impresiones dejadas por las mutaciones sensibles, que se conservan en las especies sensibles, y mueven el principio aprehensivo, de tal modo que aparecen como si entonces (mismo) el principio sensitivo se sintiera afectado por las mismas cosas exteriores. Por consiguiente, los demonios pueden provocar tal movimiento local de los espíritus y de los humores, ya duerman o velen los hombres; y así se sigue que el hombre imagina ciertas cosas.

88 San Juan de Ávila Audi, filia II c. 50 en *Obras completas*, ed. de F. Martín Hernández, Madrid, 2000, pp. 643-646.

La oración y la acción del demonio

Tanto los ángeles como los demonios pueden actuar en la oración si Dios se lo permite. Una devoción muy extendida en la Iglesia es la del agua bendita para evitar influencias diabólicas. La Iglesia ha recogido oraciones oficiales para bendecirla. En las puertas de las iglesias y de muchas casas existen benditeras para signarse con la señal de la cruz al entrar o salir. Asimismo, la Iglesia ha confeccionado muchas oraciones para la bendición de casas, de elementos de trabajo, de alimentos, de situaciones especiales como embarazos, etc. Todas esas oraciones, además de obtener las gracias concretas de esa bendición, alcanzan gracias actuales de Dios.

Un sacramental importante es el exorcismo, reservado a algunos sacerdotes que reciben del obispo esa misión. En la primitiva Iglesia los exorcismos eran frecuentes y atraían al bautismo a muchas personas a bautizarse, quizá antes de Cristo la actividad diabólica abundaba y al ser vencida por la gracia, muchos se vieron aliviados en sus sufrimientos. Jesús ejerció esta actividad y pasó este poder a algunos de sus discípulos. Ya antes de Cristo la realizaban algunos judíos; también otras religiones, aunque se detecta en muchas de ellas una gran actuación del maligno como ya hacían notar los Santos Padres. En nuestra tradición cristiana también se usa con este fin la medalla de san Benito, la bendición de la sal, del aceite; o la bendición del óleo que el obispo realiza en torno al Jueves Santo y que después se usa en los sacramentos: en la unción del bautismo, del orden sacerdotal y de los enfermos. Todos tienen un fin de liberación del diablo. Otros modos de liberación son poco aconsejables pues pueden convertirse más en puertas de entrada que de salida. Los cristianos carismáticos, tanto católicos como protestantes, practican oraciones de liberación.

Los tratados de espiritualidad suelen tratar de la acción del demonio o los demonios solo de paso, al contar experiencias personales. Pero hemos de tenerla en cuenta.

En la oración de Jesús tiene importancia la acción del diablo. Tras el bautismo de Juan, “Jesús, lleno del Espíritu Santo, se volvió del Jordán y fue conducido por el Espíritu al desierto. Durante cuarenta días fue tentado por el diablo”,⁸⁹ dice Lucas. Y Mateo añade que marcha al desierto —considerado por los judíos como el lugar de los diablos donde enviaban a los chivos expiatorios y donde fue tentado Israel de su Éxodo de Egipto, lugar paradigmático de religión de diablos—, “para ser tentado por el diablo”.⁹⁰ Y allí su oración no fue de recogimiento perfecto y paz serena; los evangelios nos la muestran como una lucha celeste trasladada a la tierra. Marcos dice que

89 Lc 4, 1-2.

90 Mt 4, 1.

durante los cuarenta días “fue tentado por Satanás”,⁹¹ precisando que no fue cualquier diablo, sino el mismo príncipe de los diablos llamado Satanás. Sin considerar las tres tentaciones, resaltamos que se presentan y desarrollan en forma de diálogo astuto e inteligente. Satanás, como si fuera un doctor en Sagradas Escrituras, manipula los textos sagrados para solicitar los sentidos, el orgullo y el rechazo de Dios, en la línea de apartar a Jesús-hombre del amor máximo y dirigirlo a otros intereses más “razonables”. Jesús rebate esa manipulación y la rechaza. En estas tentaciones contra la oración de Jesús el diablo se manifiesta como dominador de la creación y, especialmente, de las personas. Pero al vencer Jesús-hombre sin ninguna intervención divina extraordinaria, dice Lucas que “agotada toda tentación, el diablo se retiró de él temporalmente”.⁹² Mateo añade que “los ángeles le servían”.⁹³

En la predicación de Jesús, las expulsiones de demonios y el poder de exorcizar que confiere a los discípulos (“arrojaban muchos demonios”)⁹⁴ constituyen un capítulo importante. Algunas expulsiones de demonios obradas por Jesús van acompañadas de diálogos, como la del endemoniado de Gerasa: “... como viese a Jesús de lejos corrió, se postró delante de Él, y gritando, dijo con grande voz: ¿Qué tenemos que ver yo y tú, Jesús, Hijo de Dios Altísimo? Te conjuro en nombre de Dios que no me atormentes. Porque le decía: sal de este hombre, espíritu inmundo. Y le preguntó: ¿Cómo te llamas? Le respondió: me llamo Legión, porque somos muchos. Y le decía con instancia que no lo echase de fuera de aquella región. Había allí cerca del monte una piara de cerdos paciendo. Y le hicieron esta petición: Mándanos a los puercos y entraremos en ellos. Y se lo permitió. Salieron los espíritus inmundos y entraron en los puercos. Y la piara, unos dos mil, se precipitó por la pendiente del mar y se ahogaron”.⁹⁵ Mateo precisa que los demonios dijeron a Jesús: “¿Has venido aquí a atormentarnos antes de tiempo?”⁹⁶ Se puede advertir en los relatos evangélicos la intensidad de la lucha, el diálogo resistente y la superioridad de Jesús. De un modo similar ocurre con el endemoniado de Cafarnaúm. “Comenzó a gritar: ¿Qué tenemos que ver contigo, Jesús de Nazaret? Has venido a perdernos. Sé que tú eres el Santo de Dios. Y Jesús le ordenó: Cállate y sal de él. Y el espíritu impuro lo derribó y, gritando fuertemente, salió de él”.⁹⁷

91 Mc 1, 13.

92 Lc 4, 13.

93 Mc 1, 13; Mt 4, 31.

94 Mc 6, 13, Mt 10, 1.8; Lc 9, 1.

95 Mc 5, 6-13; Lc 8, 22-25.

96 Mt 8, 29.

97 Mc 1, 24-26; Lc 4, 31-37.

Avisa a los discípulos sobre el modo de actuar de los demonios diciéndoles: “Cuando el espíritu inmundo sale del hombre recorre lugares secos en busca de reposo. No lo encuentra y dice: Volveré a mi casa de donde he salido. Y al llegar la encuentra libre, limpia y adornada. Marcha entonces y toma consigo otros siete espíritus peores que él, entra y habita allí, y el final de aquel hombre resulta peor que el principio”.⁹⁸ No precede a estas expulsiones una oración, pues la oración de los exorcistas es una invocación a Cristo para que libere al poseído.

El Padrenuestro es la oración que Jesús enseña a los discípulos aconsejándoles antes que no digan “palabras inútiles”.⁹⁹ En nombre de Jesús, la última petición al Padre es “líbranos del Mal”,¹⁰⁰ claramente una persona, pero que en muchas lenguas vernáculas se ha traducido mal con el abstracto “líbranos del mal”.

Esta lucha es mucho más intensa en la agonía de Getsemaní, la noche del Jueves Santo. No se hace referencia directa a la tentación del diablo, pero sí al consuelo de un ángel.¹⁰¹ Y a continuación, toda la Pasión es una tentación para que Jesús ceda a la provocación que el diablo desencadena, con todo su poder, en su hora.¹⁰² tanto con Judas, que “es un demonio”, como con la confabulación de todos contra Él.

La fe de la Iglesia enseña la existencia real de un pecado que tenemos en el origen de nuestra naturaleza, que trasmite a todo hombre y que cada uno lo tenemos como propio. Entenderlo como un pecado personal sin haberlo cometido parece contradictorio. Se han dado muchas explicaciones, pero las que no consideran la acción del demonio en todos los hombres son insuficientes (algunas heréticas). Sayés dice que “los exégetas llaman la atención sobre el hecho de que el pecado que entra en el mundo (*hamartía*) no es el pecado personal de Adán que viene descrito con el nombre de transgresión (*parábasis*) o de desobediencia [...]. Es un pecado personificado, una potencia que opone nuestra naturaleza a Dios y le induce a cometer pecados personales, una potencia maléfica, hostil a Dios que ha entrado en el mundo por culpa de Adán”.¹⁰³ Por el pecado original de Adán el Diablo tiene dominio sobre todos los hombres. Cristo vence al diablo¹⁰⁴ y le desposee

98 Mt 12, 43-45; Mc 3, 22-27; Lc 11, 15-26.

99 Mc 6, 7.

100 Mt 6, 14.

101 Lc 22, 43.

102 Jn 16, 32.

103 José Antonio Sayés, *Antropología del hombre caído*, ed. Palabra, Madrid, 2ª ed., 2010, p. 243.

104 Ref. Lc 11, 29; Mt 12, 29; Jn 12, 31.

de su poder sobre los hombres y la creación. Esta liberación se realiza con el bautismo y con sacramentales como el agua bendita y los exorcismos.

Al nacer todo hombre está esclavizado por el diablo. El cristiano es liberado por el bautismo y el demonio ya no puede actuar a su antojo. Está atado, pero con un cierto poder debilitado.¹⁰⁵ Si se le abren las ventanas o la puerta puede volver a actuar. Estas actuaciones pueden ser externas, como en Cristo. La fantasía y la imaginación forman parte de los sentidos internos y en ellos puede actuar, pero no en la voluntad y la intimidad de la persona. El drama del pecado no es tanto entre el hombre y Dios, como entre Dios y Satanás. En el pecado del hombre se revela el drama cósmico quizá por ser seducido y su consentimiento. Pero en los ángeles caídos ya no cabe retorno pues su acción no es temporal. La liturgia bautismal abunda en rituales de exorcismo tanto en el catecumenado como en el mismo bautismo, como el rito *effetá* y la renovación de las promesas en que se rechaza al diablo. Se renueva en la Pascua (anualmente) y en otros sacramentos. Como dice san Pedro: “Sed sobrios y vigilad, porque vuestro adversario, el diablo, como un león rugiente, ronda buscando a quien devorar”.¹⁰⁶ En ocasiones, es conveniente pedir alguna prueba de si lo que se siente es de Dios o el demonio, sobre todo si son situaciones extraordinarias.

San Juan de la Cruz habla de la acción del diablo en el alma que reza. En concreto, señala algunas menos ordinarias como la del “ángel de Satanás” que tienta con el espíritu de fornicación, azotando los sentidos con fuertes tentaciones que pueden ser visibles en la imaginación causando gran pena a las almas.¹⁰⁷ Es posible que este ángel de Satanás sea solamente la concupiscencia, pero excluir al demonio en la lucha del orante es una temeridad. Para etapas más avanzadas de oración dice que se puede dar un espíritu de blasfemia al que llama “*Spiritum vertiginis*”¹⁰⁸ atravesando los pensamientos a través de la imaginación con blasfemias no consentidas que atormentan al que reza. A estas tentaciones pueden seguir escrúpulos, perplejidades, angustias que sirven a Dios para purificar el espíritu del que persevera orando. Saber que existen estas tentaciones y que se vencen, con paciencia y gracia de Dios, da paz.

Un testimonio actual:

“Desde que Satanás ve que amo tanto a Dios, me ha tentado o se ha hecho notar varias veces, porque no creo tentación lo que vi. Ya me lo advirtió el Señor que Satanás así lo haría, fue por lo que en ningún momento me quitó la paz.

105 San Ireneo, *Adv Haer*, 2,8,2; san Agustín, *De nuptiis et concup.*, 1, .20, .27.

106 1 Pe 5, 8.

107 San Juan de la Cruz, *Noche oscura*, libro 1º cap. 14, 1-3.

108 Is 19, 14.

La primera vez fue cuando después de llevar varios días diciéndole al Señor que le amaba, tanto deseaba su cruz para ayudarlo a redimir, que después de comulgar vi una serpiente, pedí inmediatamente ayuda a la Virgen María y fue como si con su manto me protegiese, sentí protección. La imagen de la serpiente con la misma rapidez que apareció desapareció.

La segunda vez fue después de leer en el libro de la *Teología de la salvación* el ofrecimiento por las almas del purgatorio. Tuve tantos deseos de hacer ese ofrecimiento por amor, deseos de darme, darme cuando ya nadie dependa de mí, sufrir mi alma un tiempo más de purgatorio por amor a Dios y a otras almas. Sé que debe ser un sufrir casi insufrible, sufrir más larga espera a lo que siempre has esperado, unirte a Quien desde la eternidad te espera, pero te espera que llegues purificado. Ves que es poco lo que el cuerpo puede aquí sufrir por amor a Dios y deseas que el alma siga sufriendo, aun cuando solo eres alma puedes hacer algo por otras almas. Después de tener estos deseos me puse a rezar la estampa de D. Álvaro como lo hago cada día pidiendo que tengamos en el Opus Dei una fidelidad como tuvo él, pidiendo que el Señor lo glorifique, y pidiendo que por su intercesión Dios ayude a los enfermos de cuerpo y a los del alma. Y cuando estaba rezando así, cerré los ojos y vi algo de color verde; sin ver nada supe que era otra vez Satanás en forma de serpiente. Pedí como siempre ayuda a la Virgen María e inmediatamente Ella con su pie la pisó y quedó la serpiente convertida en una sombra negra en el suelo, o en no sé qué superficie. Esto me viene a la mente sin yo querer imaginármelo, si soy yo quien me lo imagino no hago nada por procurarlo. Además sé que tengo poca imaginación.

La tercera vez fue cuando estando en la Santa Misa, de repente vi a todas las personas desnudas (que me di cuenta el otro día cuando pasó algo parecido y yo creía que era contra la pureza y era que el demonio quería fortalecer mi amor propio), que esto ya se lo expliqué. Además en ese momento creo que veo pero no lo veo, pues si lo viese aún sin querer lo recordaría y no recuerdo nada, porque más que una imagen es como una frase “gente desnuda” y tal vez al no consentir es por lo que no veo. El demonio me insistía “gente desnuda” y yo como si tal cosa, como cuando tienes alguien al lado que te empieza a insultar y tú piensas que el mejor desprecio es no hacer aprecio. Hasta que me di cuenta de que con mis solas fuerzas no podía y llamé a la Santísima siempre Virgen María para que me ayudase. Esa vez pasó su mano por mi frente y todo desapareció quedándome una sensación de paz.

La Virgen nunca me abandona cuando la invoco. ¡Me demuestra tantas veces que es Madre, Madre de todos los hombres...!”¹⁰⁹

Las meditaciones orientales

La oración cristiana y las meditaciones orientales son substancialmente diferentes, aunque tienen puntos en común. Toda oración requiere reflexión y superar la dispersión dirigiendo la mirada al mundo interior de la persona. Las semejanzas están en estos primeros pasos. Pero la oración cristiana es colocarse ante Alguien, Dios Uno y Trino, buscando una comunión interpersonal con Él, en la que el don es superior a todo ejercicio humano. En cambio, las meditaciones orientales son hallazgos humanos, especialmente corpóreos, para llegar a algo, el nada del nirvana; o para desaparecer el yo, superando los ciclos reencarnacionistas del sufrimiento en la unión panteísta.

Ratzinger, en la introducción a la carta "*Orationis forma*", señala que "una oración de este tipo no supone ya una apertura del ser humano: en lugar de ayudarlo a salir de sí mismo, se convierte en un testimonio de sí mismo. Lo espiritual, o lo infinito, al asumir una dimensión impersonal, se convierte sencillamente en un baño en el que el ser humano se reafirma a sí mismo, o bien trata de liberarse del peso de ser persona, hundiéndose beatíficamente en un gran río del ser. La religión se convierte así en instrumentalización de lo divino en favor de los propios fines; se convierte en una fuga hacia agradables sensaciones, o en un remedio terapéutico. Incluso para los creyentes, no resulta quizá leve la tentación de sustituir el esfuerzo personal por la técnica, que no exige ningún acto de fe, pues basta con dominar sus reglas. En esta situación se continúa siendo religioso o lo es uno más aún que antes; es posible que se sigan usando como símbolo los contenidos cristianos, pero la imagen de Dios y del ser humano cambia radicalmente, porque desaparece el trato directo con el Dios vivo. Tras la fachada de una religiosidad renovada se resquebraja la fe, se disuelve lo específicamente cristiano".¹¹⁰

Estas oraciones orientales no son inocentes, pues al alcanzar un fondo alejado de Dios, la voluntad y la inteligencia son terreno abonado para la influencia del Maligno, que así puede entrar en un terreno en el que están debilitadas las potencias espirituales humanas.

Sirva de ejemplo algunos aspectos del reiki. En primer lugar, su naturaleza es incompatible con el cristianismo. "El reiki es una técnica de curación inventada en Japón a principios del siglo XIX por Mikao Usui, que estudiaba textos budistas tibetanos. De acuerdo con la enseñanza del reiki, la enfermedad es consecuencia de algún tipo de trastorno o desequilibrio en la «energía vital» de la persona. Un practicante de reiki lleva a cabo la

110 *Orationis forma*, Introducción.

curación al poner sus manos en determinadas posiciones sobre el cuerpo del paciente para así facilitar el flujo del reiki, la «energía vital universal», del practicante al paciente. Hay numerosas posiciones de las manos para tratar diferentes problemas. Los partidarios del reiki aseguran que el practicante no es la fuente de la energía sanadora, sino simplemente un canal para que fluya. Para llegar a ser un practicante de reiki, la persona debe recibir una «iniciación» o «armonización» por parte de un maestro reiki. Esta ceremonia hace que la persona esté «armonizada» con la «energía vital universal», lo cual le permite servir como un conducto para ella. Se dice que hay tres niveles diferentes de armonización (algunos enseñan que son cuatro). En los niveles superiores, uno puede canalizar supuestamente la energía reiki y realizar curaciones a distancia, sin contacto físico”.¹¹¹ La energía universal podría entenderse como Dios mismo, entonces el método equivale a tomar con las fuerzas humanas la energía divina. Si no se acepta que esa energía es equivalente a Dios, entonces no es más que un materialismo. La derivación diabólica no puede ser ignorada. La comisión doctrinal de la Conferencia episcopal americana señala que “aunque esto parece implícito en la doctrina reiki, algunos de sus partidarios plantean explícitamente que al final no existe una distinción entre uno mismo y el reiki. «La alineación con uno mismo y ser reiki es un proceso abierto. La buena voluntad para dedicarse a este proceso favorece tu evolución y puede llevarte al reconocimiento sostenido y a la experiencia final de que tú eres fuerza vital universal”.¹¹² El sentido de algunos de los «símbolos sagrados» usados en la armonización del reiki como “La Diosa en mí saluda a la Diosa en ti”, “Hombre y Dios llegando a ser uno”,¹¹³ son invocaciones a diablos concretos.

Sin llegar a ese extremo, “la difusión de los métodos orientales de meditación en el mundo cristiano puede confundir la meditación cristiana con la no cristiana [...]; algunas utilizan métodos orientales con el único fin de conseguir preparación psicofísica para una meditación realmente cristiana; otras van más allá y buscan originar, con diversas técnicas, experiencias

111 Comisión doctrinal de la Conferencia episcopal americana de obispos católicos, El reiki y la curación.

112 *The Reiki Healing Connection* [Libby Barnett, M.S.W.].

113 Comisión doctrinal de la Conferencia episcopal americana de obispos católicos. Citas 8 y 9 (Essential Reiki Teaching Manual: A Companion Guide for Reiki Healers [Berkeley, Cal.: Crossing Press, 2007], pp. 129-131). Anne Charlish y Angela Robertshaw explican que la armonización superior del reiki «señala un cambio del ego y de uno mismo a un sentimiento de unidad con la energía vital universal» (*Secrets of Reiki* [New York, N.Y.: DK Publishing, 2001], p. 84). Algunas formas de reiki enseñan la necesidad de invocar la asistencia de seres angélicos o «guías espirituales reiki». Esto introduce el riesgo de exposición a fuerzas o poderes malévolos”.

espirituales análogas a las que se mencionan en los escritos de ciertos místicos católicos; otras no temen colocar aquel absoluto sin imágenes y conceptos, propios de la teoría budista (nirvana que en algunos es un estado de quietud que anula toda realidad concreta por ser transitoria, y por eso decepcionante y dolorosa) en el mismo plano de la Majestad de Dios”.¹¹⁴ Este estado de indiferencia es muy distinto a la caridad que inflama el alma del orante cristiano.

En el yoga no se trata de una energía universal sino que se basa en el panteísmo y es el origen de formas más modernas de meditación. “La palabra yoga significa “unión”: el objetivo del yoga es unir el yo transitorio (temporal) con el yo eterno e infinito, que es el concepto hindú de Dios. Este Dios no es un Dios personal, sino que es una sustancia impersonal espiritual que es uno con la naturaleza y el cosmos que “impregna, envuelve y subyace en todo”. El yoga tiene sus raíces en los *Upanishads* hindúes que son anteriores al año 1000 a.C., y que dice sobre el yoga: “une la luz dentro de ti con la luz de Brahman”.¹¹⁵ El auge de estas técnicas en Occidente exige que se estudie con más atención anteriores tiempos menos multiculturales: “En el año 150 a.C, el yogui Patanjali explicó las ocho vías que guían las prácticas del yoga: desde la ignorancia hasta la iluminación. Las ocho vías son como una escalera: autocontrol (*yama*), práctica religiosa (*niyama*), posturas (*asana*), ejercicios de respiración (*pranayama*), control de los sentidos (*pratyahara*), concentración (*dharana*), contemplación profunda (*dhyana*) e iluminación (*samadhi*). Es interesante observar que las posturas y los ejercicios de respiración, en Occidente considerados frecuentemente como todo el Yoga, son sólo los pasos 3 y 4 hacia la unión con Brahman. El Yoga no es sólo un sistema elaborado de posturas y de ejercicios físicos, es una disciplina espiritual que pregona llevar el alma al *samadhi*, a la unión total con el ser divino. El *samadhi* es el estado en el que lo natural y lo divino se convierten en uno, el hombre y Dios llegan a ser uno sin ninguna diferencia”.¹¹⁶

Un experto dice sobre el yoga y la actuación de los diablos: “Con toda la sinceridad de mi corazón, puedo decir que entre el 80 y el 90% de los participantes han estado en el yoga, el reiki, la reencarnación, etc., que son prácticas religiosas orientales. Allí han perdido la fe en Jesucristo y en la Iglesia. En Croacia, Bosnia, Alemania, Austria e Italia he tenido casos claros en los que individuos poseídos por el poder de la oscuridad gritaban “Yo soy reiki”, “Yo soy el señor yoga”. Ellos mismos se identificaban a estos con-

114 Orationis forma, n. 12.

115 Jacques Manjackal, MNSF, 16, oct. 2006.

116 Brad Scott, *¿Ejercicio o práctica religiosa? Yoga: Lo que el profesor nunca le enseñó en una clase de Hatha Yoga*, en el Watchman Expositor, vol. 18, n. 2, 2001.

ceptos como si fueran personas mientras yo dirigía una oración de sanación por ellos. Posteriormente tuve que hacer una oración de liberación sobre ellos para liberarles de la posesión del maligno. Hay personas que dicen: “No hay nada de malo en la práctica de estos ejercicios, basta con no creer en la filosofía que hay detrás”. Sin embargo, los promotores del yoga, reiki, etc., afirman claramente que la filosofía y la práctica son inseparables. Un cristiano no puede en ningún caso aceptar la filosofía y la práctica del yoga, ya que el cristianismo y el yoga son dos puntos de vista que se excluyen mutuamente”.¹¹⁷

La carta “*Orationis forma*” dice en la conclusión: “El amor de Dios, único objeto de la contemplación cristiana, es una realidad de la cual uno no se puede “apropiar” con ningún método o técnica; es más, debemos tener siempre la mirada en Jesucristo, en quien el amor divino ha llegado por nosotros a tal punto sobre la cruz que también Él ha asumido para sí la condición de alejamiento del Padre (cfr. Mc 15, 34). Debemos, pues, dejar decidir a Dios la manera con que quiere hacernos partícipes de su amor”.¹¹⁸

La oración cristiana “no puede ser una actividad puramente mental y mucho menos puede quedar reducida a unos ejercicios psicofísicos, porque la oración interpela a toda la persona, no puede reducirse al “relax” psicológico y a una secreta búsqueda de poderes y saberes escondidos; tampoco puede reducirse a un simple encuentro con nuestra interioridad, con el consiguiente peligro de vacío mental y existencial”.¹¹⁹ Si miramos su intención, “las meditaciones orientales pretenden liberar al hombre del ciclo de la reencarnación y de sus causas, que atan el alma espiritual”,¹²⁰ se entienden a sí mismas como la liberación de todo lo irreal, mortal y tenebroso en clave claramente panteísta sin noción de pecado. No piensan ni creen en un Dios personal ni en Cristo como único redentor. Mostrar a Cristo como un yogui o iluminado parece un honor entre ellos, pero niega y no acepta su ser divino y su función sacerdotal universal.

Tibieza

Casiano, en el siglo v, fue a Egipto a estudiar el fenómeno de los monjes en el desierto y la vida de aquellos hombres que llenos de entusiasmo dejaban la vida del mundo para vivir a la perfección el ideal cristiano. Junto a

117 *Ibíd.*

118 *Orationis forma*, n. 31.

119 Jesús Castellano Cervera, *La meditación cristiana*, ed. Palabra, 2ª ed., 2003, p. 88.

120 Mariasuasai Dhavaymony, *ibíd.*, p. 93.

ejemplos de gran santidad encuentra que no pocos padecían un estado de melancolía notable que llama acedia o tibieza.

Los antiguos hicieron análisis de este estado del alma que tiene un gran calado en la vida de oración. En el siglo VI san Gregorio Magno presentó un elenco de manifestaciones de tibieza que, sin llegar a materia grave, constituyen un estado de caída.

Malitia: voluntad mal inclinada por el deseo de placer o de honores que se vicia en la intención. Retorcimiento en la sinceridad. Manifestación primera del desamor y del orgullo.

Torpor circa praecepta: torpeza para cumplir los mandatos morales. Lentitud ante lo que no satisface los propios caprichos. Una mirada apagada para el bien que no se percibe como tal, ya que se ha narcotizado la conciencia.

Evagatio mentis circa illicita: divagación de la mente, la imaginación y la memoria alrededor de pecados, sin llegar a consentir en ellos plenamente. Una mirada atenta para lo ilícito que se desea más o menos ocultamente, sin apartarse con decisión de las oportunidades de pecar. Imaginación fantásica.

San Isidoro de Sevilla, con gran penetración psicológica, describe en el siglo VII las causas de este estado de decaimiento más o menos voluntario:

Otiositas (ociosidad). Desgana, pereza y desidia ante las obligaciones.

Somnolentia (mente dormida). Pensamiento débil y adormilado.

Importunitas mentis. Distracciones inoportunas e insistentes. Soñar en quimeras y fantasías alocadas.

Inquietudo corporalis (inquietud corporal). Movimientos de impureza fruto de la ociosidad, de la comodidad, del descontrol de la vista, el oído o la imaginación. Vehemencias difíciles de controlar. Búsqueda de compensaciones en el comer, el beber o el ver.

Inestabilitas. Alteraciones del humor. Cambios bruscos de carácter. Deleitarse en la tristeza. Compasión de uno mismo.

Verbositas (excesiva locuacidad). No hablar más que de sí mismo. Hablar sin escuchar. Mutismo. Superficialidad en las conversaciones.

Curiositas (curiosidad morbosa). Afán de novedades. Querer enterarse de la vida de los demás. Intentar probar algo pecaminoso solo por ver qué pasa.

Los antiguos llaman a las consecuencias de este estado “hijas de la tibieza”:

Rancor (rencor). Ánimo enemigo de los que actúan bien. Deseo de realizar acciones prohibidas y pena de que estén prohibidas. Espíritu vengativo. Envidia. Pensar mal. Dolerse de la alegría ajena.

Pusillanimitas (pusilanimidad). Literalmente “alma pequeña”, ánimo encogido y cobarde. Cobardía por temor y falta de amor. Fijarse excesivamente en las dificultades. No actuar con decisión. Falsa humildad.

Amaratio (amargura). Actitud que frecuentemente se refleja en el rostro, en los juicios pesimistas, en la visión negativa. Intentar entristecer a los optimistas con un falso realismo que oculta la falta de decisión para actuar y los remordimientos interiores.

Desperatio (desaliento, más que desesperación total, que también se puede dar). Dejar de luchar, verlo todo negro. No saber arrepentirse. Desconfiar de la misericordia de Dios. No poner los medios adecuados para vencer.

Este estado no tiene por qué ser estable y definitivo; pero produce un deslizamiento hacia la infidelidad y el pecado grave.

A lo largo de los siglos casi todos los autores espirituales han prevenido sobre este estado que puede atacar en todas las situaciones de la vida en el tránsito que va desde el entusiasmo de los comienzos, hasta la meta de la unión.

Lo primero que se advierte es que se trata de una enfermedad del amor, que, por naturaleza, siempre está lleno de entusiasmo y alegría. Como no se ha alcanzado el amor eterno, la esperanza sufre una herida que se manifiesta en el desaliento. Una pelota de goma si cae al suelo bota y puede alcanzar altura mayor que cuando cayó, como una reacción flexible y elástica. Pero si la goma está podrida, o le falta aire, al botar se queda chafada en el suelo, sin vida ni reacción. No es infrecuente que grandes pecadores sean grandes conversos o, incluso, grandes santos arrepentidos con lágrimas y decisiones santas como la Magdalena. Pero también es un hecho que algunos empezaron bien, pero acaban desilusionados, escépticos, de vuelta de todo: estos tienen muy difícil recuperación. La ironía de una carta a la señora tibieza muestra bien lo que es:

“Carta a la señora tibieza. Muy señora mía: Era de esperar que después de aceptar la visita de sus hermanas las dudas, haya venido Vd. a visitarme (queriendo ser mi huésped). Le diré que aunque su compañía no me es grata, es Vd. tan poco exigente que hace que me sienta cómoda, aburguesada. Vd. me va dominando y se va quedando con todo el Amor que yo poseía para Dios y los demás, deja frío e indiferente, me dice al oído que ninguno de los sacrificios que hacía valen la pena. No sé por qué permito que Vd. more conmigo pues no me hace sentir la alegría que antes sentía, al contrario: ahora estoy triste. Pero es Vd. tan complaciente, no me niega nada, todo me lo permite”.¹²¹

El primer amor está lleno de entusiasmo, parece que el mundo entero gira en torno a la persona amada: enfoca todo en torno a ella y lo demás queda borroso. Pero pasa el tiempo y lo que fue fuego, si no se alimenta y crece, se

121 MPT, marzo de 1999.

va apagando. Y se pierde la llama, e, incluso, el calor de la brasa; se acumula la ceniza sobre los carbones que aunque aún no están apagados del todo, poco les falta. Se ha perdido el primer amor. “Porque eres tibio y no eres ni frío ni caliente estoy para vomitarte de mi boca” dice el Apocalipsis a la iglesia de Laodicea.

¿Y qué hace el desamorado, el desanimado? Se le ha escapado el amor por las grietas de la negligencia, la desidia, el descuido. Y busca compensaciones que pueden ser pequeñas, pero que si no se advierten irán creciendo, se convertirán en pecados veniales, cada vez más frecuentes, menos veniales y de más advertencia. El tibio se apena porque no le estén permitidas todas las satisfacciones; y puede acabar en una clara rebeldía contra Dios llena de rencor y resentimiento. Ya hemos visto lo que el resentimiento produce en un cristiano: entre las traiciones e infidelidades que más daño hacen a la Iglesia se cuentan las de los resentidos.

El desamor de la tibieza suele comenzar por el descuido habitual de las cosas pequeñas. Pereza en cumplir las obligaciones, modo de hacer chapucero, no acabar los trabajos, descuido en las oraciones, flojedad en la voluntad, huir del sacrificio. En este estado viene como una torpeza mental, y una voluntad que solo se entusiasma ante caprichos más o menos insustanciales. La mente y la imaginación divagan con fantasías que fácilmente rozan lo pecaminoso o hacen perder el tiempo. El desorden entra por mil rincones y también la puntilliosidad que se rebela cuando se plantean retos generosos. El alma se empequeñece en la desidia. ¿Estás aburrido? Es que tienes “los sentidos despiertos y el alma dormida”, dice san Josemaría en *Camino*.¹²² Después viene la envidia. La crítica como parte casi sustancial del carácter, la molestia ante los éxitos de los demás, el alma es un hervidero que bulle ante los santos que molestan y ante los que van mejor en el trabajo con su esfuerzo, e incluso ante los simpáticos y los optimistas. El alma envidiosa se entristece y empequeñece, se llena de sombras, se amarga y en su desazón pretende amargar la vida de los demás; es la famosa víctima-verdugo, que martiriza en sus penas más o menos imaginarias a los que le quieren, así fácilmente se llega a la hipocondría inventándose enfermedades con una obsesión por la salud.¹²³

La sensualidad tiene muchos puntos en el alma tibia. Se juega con la tentación, con la imaginación, con la vista, con la entrevista, con la falta de pudor, con el consentimiento a medias, con las compensaciones sensitivas de corazón. Al faltar el amor limpio y casto se ensucia con deseos desviados que también empequeñecen el alma y la derrotan.

122 San Josemaría, *Camino*, 332.

123 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 100.

Pero, sobre todo, actúa cada vez más descarado el egoísmo que llega a ser como un modo de vivir, en el comer, en el beber, en el sentarse, en el divertirse, como una huida constante para no pensar. Porque si piensa experimentar el vacío del existir desamorado. Todo es distracción, el silencio pesa, no se soporta, porque se está vacío, sin espíritu para la contemplación, ni siquiera para estar quieto. Se usa a los amigos, no se les sirve; y a los hijos, a los hermanos, a los padres. No hay fuerzas para ese darse, que es la sustancia de la generosidad, o del amor alegre que sabe entregarse sin esperar recompensa, salvo ese modo de amar que ya es un premio en sí mismo. Y viene la gula y la avaricia, pues la falta de desprendimiento es una de las manifestaciones clave. Como falta el calor del amor del alma se busca el calor de las cosas y se llena de apegamientos. Sin atender al que necesita más, se endurece el corazón, siempre se quiere más: y perder algo es como perder la propia piel. Aparece el mal genio, el descontrol del carácter, del mal carácter. No hay delicadeza y, como esta actitud molesta a los demás, el iracundo se queda solo. Y al experimentar la falta de compañía se enfada más y, o bien se amarga en su soledad, o busca compañías de su misma ralea que fácilmente serán infieles, pues poco se puede esperar de los egoístas.

San Josemaría cita algunas manifestaciones de tibieza. “Eres tibio si haces perezosamente y de mala gana las cosas que se refieren al Señor; si buscas con cálculo, si no piensas más que en ti y en tu comodidad; si tus conversaciones son ociosas y vanas; si no aborreces el pecado venial; si obras por motivos humanos”.¹²⁴ “De la falta de generosidad a la tibieza no hay más que un paso”.¹²⁵ “¿Pecar? no; pero darse, tampoco”.¹²⁶ “Frivolizar con la tentación, querer sin querer”,¹²⁷ “no avanzar es retroceder”.¹²⁸

Se hace todo con medida y la mediocridad es la norma de conducta. Se recuerda lo que se dejó y vienen añoranzas. Se dan enamoramientos de las cosas de la tierra. Aburguesamiento en la vida interior, peligro de vivir como solterones. Hay dificultades en la sinceridad. Se dan enmascaramientos en cuestiones de pobreza y de castidad, lecturas, miradas, corazón sin cerrojos, imaginación suelta, irritable si faltan comodidades, indulgente con los pecadores y duro con los buenos.

El siervo de Dios Álvaro del Portillo dice: “¡Qué tristeza causa un alma tibia! Un alma que tuvo encendimientos de amor de Dios, de celo por los demás, un corazón que experimentó las alegrías de una entrega generosa y

124 *Camino*, n. 331.

125 *Surco*, 10.

126 *Surco*, 12.

127 *Surco*, 154.

128 *Surco*, 165.

que comienza a perder fuego, calor, poco a poco, hasta terminar en la más lamentable indiferencia ante todo lo que no satisface el propio egoísmo carnal o espiritual”.¹²⁹ Y añade en otro lugar: “La tibieza constituye una grave enfermedad de la voluntad con una mirada apagada para el bien y otra más penetrante para lo que halaga el propio yo, la voluntad tibia acumula en el alma posos de podredumbre, de egoísmo, de soberbia que, al sedimentar, producen un progresivo sabor carnal en todo el comportamiento. Si no se ataja ese mal, toman fuerza cada vez con más cuerpo los anhelos más desgraciados, teñidos por esos posos de tibieza: y surge el afán de compensaciones, la irritabilidad ante la más pequeña exigencia o sacrificio, las quejas por motivos banales; la conversación insustancial o centrada en sí mismo, ya que un síntoma peculiar de la tibieza se define en aquel *non cogitari nisi de se* que se exterioriza en *non loqui nisi de se*. Aparecen faltas de mortificación y de sobriedad; se despiertan los sentidos con asaltos violentos, se resfría la caridad y se pierde la vibración apostólica para hablar de Dios con garbo”.¹³⁰ La tibieza es como “una miopía del alma que prefiere no distinguir entre el bien y el mal, entre lo que proviene de nuestras pasiones o del diablo”.¹³¹ Se abandona el examen. No se individúan las causas de acciones y omisiones. Ahí es donde puede describirse “el origen de esos momentos de malhumor, de aquellas reacciones precipitadas, desabridas, de un trabajo realizado de cualquier manera, de la escasa audacia —pobreza de amor— en el apostolado, lazos sutiles pero ‘concretos’ que tendió arteramente tu concupiscencia.”¹³²

Hay como tres grados de tibieza:

Incipiente: descuido esporádico, pereza, pecado venial. Se arregla con el comenzar y recomenzar.

Avanzada: la frecuencia es mayor, las compensaciones crecen, mutismo en la vida de familia y el trabajo no deja lugar al apostolado.

Consumada: la tristeza ya se ha instalado en el alma, el trato es desagradable con los más próximos, hay abundancia de pecados veniales, infinitas omisiones. Se da tristeza por algunas cosas no permitidas. Ansia de pasarlo bien. Insensibilidad creciente. Enorme dificultad para una sinceridad profunda.

Hay salida para esta situación desgraciada: el examen, la sinceridad, la lucha en lo pequeño. Y vuelve a resurgir el aliento y el fervor de la primera caridad con la ayuda de María Santísima que siempre vibra de amor.

129 Álvaro del Portillo, Carta Pastoral, diciembre de 1976, n. 8.

130 *Ibíd.*, Carta Pastoral, enero de 1980, n. 18.

131 *Ibíd.*, Carta Pastoral, diciembre de 1976, n. 8.

132 *Camino*, n. 237.

Es especialmente importante distinguir entre sequedad y tibieza, pues aunque los síntomas se parecen, los remedios son distintos. La sequedad puede ser una prueba querida por Dios, especialmente al cabo de un tiempo de perseverancia en la oración; o fruto del cansancio; o las dos cosas. Pero la tibieza es una enfermedad de la esperanza y del amor. En el primer caso se diagnostica y quizá no se hace nada, o basta con un descanso. En el segundo los remedios deben ser más atinados.

Desenraizamiento de los pecados capitales

Otra perspectiva de la lucha orante es intentar desarraigar los pecados capitales. En la Edad Media se consideraba que eran ocho porque se incluía la tristeza que hemos visto en el capítulo anterior. Nosotros consideraremos los siete clásicos: soberbia, envidia, pereza, lujuria, gula, ira y avaricia. La lucha contra ellos consiste en preparar el campo para la siembra quitando la mala hierba. Veamos esa labor en cada uno de los siete pecados capitales:

La soberbia es el desordenado amor a uno mismo, el amor a la propia excelencia, el amor propio que dificulta el amor generoso, el egoísmo y la vanidad corporal, intelectual o espiritual. El orgullo es una afirmación aberrante del propio yo.

San Bernardo señala doce grados ascendentes de soberbia:

1. Curiosidad con dispersión,
2. Ligereza en el juicio y envidia,
3. Vana alegría con indiscreción,
4. Jactancia con hambre y sed de auditorio,
5. Singularidad comparativa,
6. Arrogancia ambiciosa,
7. Presunción, sin dejarse aconsejar ni ayudar,
8. Justificación del mal,
9. Hipocresía y doble vida,
10. Rebelión,
11. Libertad viciosa de pecar,
12. Hábito arraigado de pecar con rechazo del arrepentimiento.

“El inicio de la soberbia es apartarse de Dios” (Eclo 10.14). El orante necesita conocer las mil caras del orgullo para poder extirparlas con la ayuda de la gracia divina, porque como expresa san Josemaría: “Cuando el orgullo se adueña del alma, no es extraño que detrás, como en una reata, vengan todos los vicios: la avaricia, las intemperancias, la envidia, la injusticia. El soberbio intenta inútilmente quitar de su solio a Dios que es misericor-

dioso con todas las criaturas para acomodarse él, que actúa con entrañas de crueldad”.¹³³

Los pecados y las imperfecciones de soberbia seducen y, al mismo tiempo, están llenas de ridículo: es como vestirse de apariencias, pavonearse, hincharse como el sapo de la fábula. “La soberbia es desagradable a Dios y a los hombres: es la persona que está continuamente contemplándose a sí misma y despreciando a los demás, que le corresponden burlándose de su vana fatuidad”.¹³⁴

Vale la pena observar algunas manifestaciones ordinarias de soberbia.

La vanidad es la más externa: suscitada por el cuerpo, la familia, el dinero, los éxitos profesionales, la inteligencia, etc. Es la vanagloria, la superficialidad, las conversaciones llenas de engolamiento, los gestos amanerados o serviles, los aborregamientos de la moda. Son personajes camaleónicos que cambian de color según el ambiente, que se dejan llevar para que no les critiquen.

La hipocresía es el tributo que rinde el vicio a la virtud. Revestirse de bien cuando el interior está enfermo. Son los sepulcros blanqueados señalados por Jesús en los fariseos de entonces, y en los actuales. La insinceridad es una falta muy común en los soberbios. Es más, cuando una falta o una limitación es evidente se producen como rabieta infantiles, o desánimos por haber quedado mal. No es infrecuente que se oculten los defectos en la dirección espiritual. En este triple nivel de insinceridad primero con Dios escondiendo la cabeza debajo del ala como el avestruz, o consigo mismo con excusas, hay gente que tiene más miedo a la verdad que a la muerte: no se les puede decir la verdad y se hace imposible la curación. Van como el rey presumido con el vestido invisible del cuento. Es algo sabido que el mejor negocio del mundo sería comprar a los hombres por lo que realmente valen y venderlos por lo que creen que valen. “Es difícil la sinceridad. La soberbia violenta la memoria, la oscurece: el hecho se esfuma, o se embellece, y se encuentra una justificación para cubrir de bondad el mal cometido, que no se está dispuesto a rectificar”. A veces la soberbia se manifiesta como afán de novedades; en otras ocasiones el prurito pasa a la intransigencia con las personas. Es frecuente que sean muy exigentes con los demás y muy comprensivos consigo mismos. En cambio, los santos al tratarse a sí mismos con dureza y fortaleza, suelen ser dulces y llenos de ternura y misericordia con los defectos ajenos, sin decir que lo malo sea bueno.

133 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 100.

134 *Ibíd.*

La falsa humildad es simular esta virtud afirmando que uno es poca cosa, para que no se lo digan los demás o para quedar bien. Es frecuente que se dejen llevar de desánimos y pesimismo. Son los aguafiestas, tristonos. El humilde busca hacer la vida agradable a los demás. El soberbio tiraniza por lo que tiene de enfermizo. Al suspicaz todo le ofende.

La tristeza es la escoria del egoísmo. El amor y la humildad son necesariamente alegres, aunque cabe estar triste por motivos suficientes. Hay gente que disfruta estando triste, aunque parezca imposible, porque lo que en realidad les gusta es darse vueltas a sí mismos.

Dice san Josemaría en *Surco*: “Déjame que te recuerde, entre otras, algunas señales evidentes de falta de humildad:

- Pensar que lo que haces o dices está mejor hecho o dicho que lo de los demás;
- Querer salirte siempre con la tuya;
- Disputar sin razón o —cuando la tienes— insistir con tozudez y de mala manera;
- Dar tu parecer sin que te lo pidan, ni lo exija la caridad;
- Despreciar el punto de vista de los demás;
- No mirar todos tus dones y cualidades como prestados;
- No reconocer que eres indigno de toda honra y estima, incluso de la tierra que pisas y de las cosas que posees;
- Citarte a ti mismo como ejemplo en las conversaciones;
- Hablar mal de ti mismo, para que formen un buen juicio de ti o te contradigan;
- Excusarte cuando se te reprende;
- Encubrir al director algunas faltas humillantes, para que no pierda el concepto que de ti tiene;
- Oír con complacencia que te alaben, o alegrarte de que otros hayan hablado bien de ti;
- Dolerte de que otros sean más estimados que tú;
- Negarte a desempeñar oficios inferiores;
- Buscar o desear singularizarte;
- Insinuar en la conversación palabras de alabanza propia o que dan a entender tu honradez, tu ingenio o destreza, tu prestigio profesional...;
- Avergonzarte porque careces de ciertos bienes...”¹³⁵

135 San Josemaría, *Surco*, 237.

La envidia es fruto del orgullo al dolerse de lo bueno de otros o alegrarse de sus desgracias. Es fácil que dé lugar al espíritu crítico. Cuando no se vive con sentido sobrenatural es fácil que venga esa amarga crítica, que arranca de cuajo la objetividad, la paz y la alegría. Piensan que como no pueden hacer las cosas bien, los que las hacen bien son malos. Son los clásicos mal-pensados: ven la mota en el ojo ajeno y desconocen la viga del propio.

Casi todo lo dicho para la soberbia es aplicable a la envidia. Pero esta tiene ante los ojos las cualidades positivas de los demás. Así como la soberbia atiende a un falso bien propio, la envidia mira al bien ajeno y se compara. La envidia es sentir tristeza o pesar por el bien ajeno. Entendida de esta manera, es posible concluir que la envidia es la madre del resentimiento. La envidia también es desagrado por no tener algo y además de eso el afán de poseer ese algo. Esto puede llegar a implicar el deseo de privar de ese algo al otro en el caso de que el objeto en disputa sea el único disponible. El que padece alguna de las dos variantes de envidia sufre con amargura.

La superación de la envidia vendrá de una verdadera fraternidad, que sin la gracia de Dios no parece que se pueda conseguir. Perdonar, disculpar, comprender, convivir, no ambicionar cargos o lugares destacados y si llegan, saber que otros se pueden sentir atacados por este amargo pecado, y ejercerlos con espíritu de servicio y suavidad.

Es muy importante estar atento al espíritu crítico y a la susceptibilidad. Suelen provenir del exceso de sensibilidad: ofenderse por cosas que no son ningún agravio, y no llevarlas con la paciencia de Jesús. “La mayor parte de los conflictos que se plantean en la vida interior de muchas gentes, los fabrica la imaginación: que si han dicho, que si pensarán, que si me consideran... Y esa pobre alma sufre, por su triste fatuidad, con sospechas que no son reales. En esa aventura desgraciada, su amargura es continua y procura producir desasosiego en los demás: porque no sabe ser humilde, porque no ha aprendido a olvidarse de sí misma para darse, generosamente, al servicio de los otros por amor de Dios”.¹³⁶

La pereza viene del latín “pigritia”, significa “tedio, descuido o flojedad en las acciones y movimientos, en las cosas a que estamos obligados”. La pereza atrae la tristeza; además, desemboca en dos caminos: la negligencia y el abandono, es decir, en no hacer las cosas bien y en dejarlas para después. Suele conducir a conductas cobardes, injustas, precipitadas y obstinadas.

El remedio de la pereza es la diligencia, es decir, el amor en lo que hace por encima del cansancio o dificultad que encierra. Muchas de las dificulta-

136 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 101.

des en el trabajo y en la oración suelen ser más imaginarias que reales, por lo que atenerse a lo real ayuda mucho a ser persona de oración. Es indudable que el desarraigo de este pecado viene en gran parte de una voluntad fuerte.

La ira lleva a superar los obstáculos. Y su faceta negativa es entendida como mal carácter, mal genio. Lo característico de la ira como pecado capital es la vehemencia que, por el apasionamiento, puede llegar a cegar la inteligencia. Los iracundos suelen experimentar gran vergüenza al volver a la calma.

Un modo de moderar la ira es cultivar la paciencia, pues el querer algo pronto y ahora suele ser una fuente de enfados. Es cierto que la impasibilidad no es una virtud en la que no se falta a la ira, pues es casi una enfermedad. Pero una cierta indiferencia ante cuestiones secundarias es necesaria. De hecho la mayoría de las diversiones mundanas honestas van dirigidas a exaltar alguna pasión, como la ira, el temor, el terror o el amor; y encuentran el gozo de la pasión, aunque el motivo de la diversión suela ser bastante insustancial. De ahí que conviene controlar las ocasiones que desordenan la ira y tenerlas en cuenta, pues la oración necesita calma y no cuaja en almas tumultuosas, aunque sea sin pecado.

El carácter se labra a lo largo de la vida con miles de actos aislados sobre el temperamento recibido al nacer. Si hay soberbia unas veces se manifestará como agresividad, que es una forma de defender la propia inseguridad o de olvidarse de los otros no pensando en sus problemas o preocupaciones. Otras veces es timidez temerosa de qué dirán. Desvergüenza y respetos humanos tienen muchas veces la misma raíz. Triste cosa es tener un carácter agriado. El desarraigo del mal carácter no es cuestión tanto de voluntad, sino más bien de un uso frecuente de la razón y de mortificación.

Suele considerarse que *la gula* es menos importante que los pecados más espirituales como la soberbia y la envidia. Pero dada la frecuencia del comer y el beber, su importancia práctica es notable en la vida del orante. Se debe excluir la glotonería, con sus derivaciones en el uso de bebidas excitantes y, por supuesto, drogas. La templanza no rige solamente la alimentación, pues afecta directamente al control de las pasiones que impulsa a los bienes sensibles y, secundariamente, provoca tristeza por la ausencia de esos placeres.

Se evita la gula con diversas 'pequeñas virtudes' como la contención, la abstinencia, la sobriedad. Puede sorprender cómo el desorden en el comer y beber, por exceso o por refinamiento, afectan a la clemencia o mansedumbre, a la incontinencia, a la irritación y crueldad, al orgullo y a la curiosidad. Muchas violencias vienen motivadas por este desorden. Dado que la

raíz de la gula es un acto de amor propio sensual, es necesaria la humildad para vencer, consciente de que el deseo sensual y la saciedad embrutece la mente y la voluntad.

En las espiritualidades propias de los religiosos se reglamentan las comidas y los ayunos. Puede leerse lo que hace san Benito, san Bernardo y santa Teresa de Jesús. Pero no es posible su práctica en las personas que viven en medio del mundo. En estos casos, que son la mayoría, el autocontrol ha de ser mayor. No es posible dar demasiadas reglas dada la enorme variedad de situaciones en las que se encuentran las personas que viven en medio del mundo, pero los frutos mostrarán la necesaria sobriedad como protección ante la ira y la lujuria.

La pobreza lleva a superar *la codicia* y *la avaricia* que algunos las califican como más graves incluso que la soberbia. Jesús sigue el camino de una pobreza real, llena de trabajo y sin nada superfluo. Todo el que quiera seguirle debe seguir el camino de la pobreza.

Pero, ¿este camino será exclusivo para los que carecen de bienes materiales? ¿Y si un cristiano nace en un ambiente de riqueza? ¿Qué hacer si las vueltas de la fortuna o un trabajo intenso enriquecen a una persona? Es más. ¿Qué hacer cuando el trabajo produzca un fruto abundante y rico? Dejarlo todo no parece la solución correcta, ya que entonces el mundo quedaría en manos de personas no cristianas, o al menos poco practicantes, si es que no desaprensivos.

La pobreza debe ser una virtud para todo cristiano, sea cual sea su situación en la vida. Pero, ¿cómo? Una condición parece indispensable para vivir la pobreza con el espíritu de Cristo: vivir el desprendimiento. Después vendrán otras concreciones como la sobriedad y la generosidad con los bienes que posee. Pero el desprendimiento es condición indispensable.

Concretemos más. La pobreza debe comenzar en el interior del corazón. Si esto falla, toda regla externa sirve de poco o es un acto de hipocresía. La clave de la pobreza es el desprendimiento, el desapego de los bienes materiales. Esto no es fácil porque requiere humildad y, con ella, superar la concupiscencia de los ojos, que es como una avaricia de fondo muy metida en el corazón humano. “El soberbio busca poseer; unas veces querrá tener cosas para satisfacer la sensualidad; otras buscará aparentar ante los demás para gozo de su vanidad; otras, en fin, la meta del poseer será poder dominar a otros. Pero la realidad es que cuando alguien centra su felicidad exclusivamente en las cosas de aquí abajo —he sido testigo de verdaderas tragedias—, pervierte su uso razonable y destruye el orden sabiamente dispuesto por el Creador. El corazón queda entonces triste e insatisfecho; se adentra por caminos de eterno descontento y acaba esclavizado ya en la

tierra, víctima de esos bienes que quizá se han logrado a base de esfuerzos y renunciadas sin cuento”.¹³⁷

Después de conseguir un cierto grado de desprendimiento, el camino de la pobreza será trabajar mucho y bien. Si los medios escasean, no se perderá la alegría y se trabajará lo más posible. Si los medios abundan, convendrá hacer actos externos e internos de desprendimiento: por ejemplo, a través de la limosna o la beneficencia, o privándose de caprichos innecesarios. Pero siempre sin dejar el trabajo.

En resumen, seguir el ejemplo de Cristo, junto a María y José, en cuanto a la virtud de la pobreza se puede condensar en los siguiente criterios. Primero, humildad, sin quejarse ante lo que falta y se estime como necesario. Segundo, trabajar mucho y bien, haciendo rendir los propios talentos lo más posible. En tercer lugar, no crearse necesidades, ya que la línea que separa el capricho y la necesidad es muy tenue y se desplaza con facilidad. Y en último lugar podemos añadir la generosidad con lo que se posee, tanto si se ha recibido sin esfuerzo, como si es producto de un trabajo duro. La virtud de la pobreza se nos presenta así hermanada a la virtud más alta: la caridad.

El que empieza a rezar debe estar dispuesto a vivir castamente dentro de su estado. Muchas veces la soberbia oculta es la raíz de una *lujuria* manifiesta. La virtud de la castidad es un don de Dios y un fruto de la humildad del cuerpo. La lucha no puede ser ingenua, pues la fuerza de la tendencia sexual es fuerte. La castidad no es continencia, es más que decir que no a la impureza: es “afirmación decidida de una voluntad enamorada, es una virtud que mantiene la juventud del amor en cualquier estado de vida”.¹³⁸ La enseñanza de san Josemaría es muy clara y diáfana, además de adaptable a todas las circunstancias de la vida. “Con el espíritu de Dios, la castidad no resulta un peso molesto y humillante. Es una afirmación gozosa”.¹³⁹ Es cierto que el control de la sexualidad no es frecuente en el mundo. Pero cuando se comprende que se trata más de afirmaciones —decir sí al amor— que de negaciones —decir no a los pecados de impureza— es más fácil avanzar en la virtud.

Esta afirmación tiene distintos niveles. Primero, saber que “no se puede llevar una vida limpia sin la asistencia divina”.¹⁴⁰ Para ello, lo primero es pedir a Dios la gracia de la castidad. No se trata pues de una lucha humana extenuante, sino de una fe agradecida. Un segundo paso casi equivalente al

137 San Josemaría *Amigos de Dios*, n. 180.

138 *Ibíd.*, n. 182.

139 *Ibíd.*

140 *Ibíd.*

primero es la humildad, tanto la humildad del cuerpo que busca la satisfacción animal, como la humildad de pedir con insistencia. En tercer lugar, evitar las ocasiones que puedan inducir a pecado: miradas, espectáculos, apegamientos del corazón, falta de sobriedad. Es decir, mortificación por un motivo amoroso. Si el orante es célibe, deberá vigilar el trato con personas de otro sexo. Si es casado también, pero atendiendo a no “cegar las fuentes de la vida”,¹⁴¹ es decir, a no usar medios anticonceptivos en la vida conyugal que es santa ante Dios y ante los hombres.

Además, es importante tener una sana doctrina y luchar para que el clima de sensualidad no haga parecer natural lo que es un desorden. “Nos empeñaremos en afinar nuestra conciencia, ahondando lo necesario hasta tener seguridad de haber adquirido una buena formación, distinguiendo bien entre la conciencia delicada —auténtica gracia de Dios— y la conciencia escrupulosa, que es algo muy diverso. Cuidad esmeradamente la castidad, y también aquellas otras virtudes que forman su cortejo —la modestia y el pudor—, que resultan como su salvaguarda. No paséis con ligereza por encima de esas normas que son tan eficaces para conservarse dignos de la mirada de Dios: la custodia atenta de los sentidos y del corazón; la valentía —la valentía de ser cobarde— para huir de las ocasiones; la frecuencia de los sacramentos, de modo particular la confesión sacramental; la sinceridad plena en la dirección espiritual personal; el dolor, la contrición, la reparación después de las faltas. Y todo ungido con una tierna devoción a Nuestra Señora, para que Ella nos obtenga de Dios el don de una vida santa y limpia”.¹⁴²

La vida sacramental tiene una gran importancia. “Si, por desgracia, se cae, hay que levantarse enseguida. Con la ayuda de Dios, que no faltará si se ponen los medios, se ha de llegar cuanto antes al arrepentimiento, a la sinceridad humilde, a la reparación, de modo que la derrota momentánea se transforme en una gran victoria de Jesucristo. Acostumbraos también a plantear la lucha en puntos que estén lejos de los muros capitales de la fortaleza. No se puede andar haciendo equilibrios en las fronteras del mal: hemos de evitar con reciedumbre el voluntario *in causa*, hemos de rechazar hasta el más pequeño desamor; y hemos de fomentar las ansias de un apostolado cristiano, continuo y fecundo, que necesita de la santa pureza como cimiento y también como uno de sus frutos más característicos. Además, debemos llenar el tiempo siempre con un trabajo intenso y responsable, buscando la presencia de Dios, porque no hemos de olvidar jamás que hemos sido comprados a gran precio, y que somos templo del Espíritu Santo”.¹⁴³

141 *Ibíd.*

142 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 185.

143 *Ibíd.*, n. 186.

La iniciación a la oración la explicaremos a continuación con poesías y comentarios inspirados en el *Cantar de los Cantares*,¹⁴⁴ resumiendo en lenguaje poético todo lo explicado sobre la vida interior del orante. Este *Canto* tiene tres partes. La primera es el *Canto a la Esposa* —Dios al alma—. Su tema es el amor que acompaña a toda conversión, como la vocación que deslumbra sin poder captar el motivo de la elección y que tiene su iniciativa en Dios. También se encuentran en ella los inicios del alma orante. Le siguen dos pérdidas o alejamientos del Amado con la consiguiente búsqueda de la dolorida amada. En esta doble separación se puede encontrar la interpretación de san Juan de la Cruz en sus dos noches, aunque sea un poco forzado definir las como la noche de los sentidos y la noche del alma en sucesiva purificación pasiva hasta llegar al día de la unión de fe. Por último, el *Canto de la Amada al Esposo*, que va creciendo en intensidad y perfección; y que pasa de un *eros* a un *agapé* con efectos de retroalimentación intensa. Finaliza con la famosa descripción del Matrimonio espiritual, tantas veces utilizada en la predicación y en la oración cristiana.

144 Enrique Cases, *Canto al Cantar de los cantares*, ed. Eunsa, 2007.

PARTE II

Crecimiento en espiral

La oración suele crecer como en espiral y siempre muy ayudada por la liturgia y sus fiestas, desde el Adviento hasta Cristo Rey. En general, aunque con muchas variantes, comienza como la vida misma: con un trato filial con María Santísima, en el que María como Madre, cuida con suavidad e insistencia al alma. María lleva a Jesús y le muestra su humanidad santísima: desde su nacimiento hasta su Corazón abierto, muerto o resucitado. El Hijo, a su vez, lleva al alma al Padre y hace que se sienta hija de Dios Padre, exigida y cuidada, recibiendo su aliento paterno que la empuja a un amoroso uso de la libertad, y que la va liberando de cadenas y costumbres desamoradas. El Padre y el Hijo envían al Espíritu Santo que, desde el centro del alma en gracia, actúa con sus inspiraciones y afectos, operando conversiones al hilo de los acontecimientos, unas veces externos y otras internos, en el silencio operativo del alma.

El Espíritu Santo conduce al orante, si es dócil y fiel, a través de luces y oscuridades, por itinerarios de fe. Le lleva a ser y sentirse más hijo de Dios Padre, de Dios Hijo y de Dios Espíritu Santo, en una unión espiritual abierta a crecer, pues Dios es infinito. En ese crecimiento parece que vuelve una y otra vez a comenzar de nuevo. Pero en realidad, es un recomienzo desde mayor altura pues se han dado descubrimientos sin perder lo adquirido ni retroceder a la situación inicial. “El corazón necesita, entonces, distinguir y adorar a cada una de las Personas divinas. De algún modo, es un descubrimiento, el que realiza el alma en la vida sobrenatural, como los de una criaturita que va abriendo los ojos a la existencia. Y se entretiene amorosamente con el Padre y con el Hijo y con el Espíritu Santo; y se somete fácilmente a la actividad del Paráclito vivificador, que se nos entrega sin merecerlo: ¡los dones y las virtudes sobrenaturales!”.¹⁴⁵

Las personas, o bien crecen o se mueren: la vida nunca es estática. El tiempo pasa para el cuerpo, pero también para el alma. Con las virtudes sucede igual: si no se practican y desarrollan, desaparecen. Y en este sentido, la vida de Dios en el alma también necesita crecer, tanto en su vertiente de don de Dios, como en la de tarea humana. Si el motor de este progreso

145 San Josemaría, *Es Cristo que pasa, Hacia la santidad*, n. 306.

se redujese a la lucha ascética se incurriría en un esfuerzo ético naturalista. Esta actitud desprecia la acción de Dios. Y por ser tan alta la meta y estar tan herido el ser humano, se expone a caer extenuada por su tensión o por un orgullo que impide lo mejor de la subida: el amor y la humildad. La oración sería una técnica con la que dominar a Dios, como en cierto modo ocurre en las meditaciones orientales. Si por el contrario, en el motor del progreso se acentúa la acción de Dios y se desprecia la acción humana, se llega al quietismo. Esta actitud incurre en la pasividad y puede llegar al pecado sin sentirse responsable, pues atribuye a Dios la causa de sus actos (es lo que le ocurrió a Molinos y a los iluministas).

En el crecimiento interior del orante tengamos en cuenta que, teológicamente, la gracia precede, acompaña y lleva a plenitud las acciones humanas buenas (véase Anexo II). Esa gracia viene a través de la plenitud de gracia en la Humanidad de Jesús. El Espíritu Santo es quien realiza esta labor de santificar el alma en gracia, de hacer progresar en ella sus dones. Está presente en ella como una semilla que debe crecer. El Espíritu Santo actúa con suavidad, como soplando, cuando quiere y según los dictados de su Amor personal, que conoce a cada persona hasta su más íntima intimidad.

Partimos de que el alma en gracia tiene virtudes, pero de modo imperfecto pues siempre pueden crecer en ella la fe, la esperanza, la caridad —que es la más alta—; también la fortaleza, la justicia, la templanza y la prudencia. Es el Espíritu Santo quien proporciona a nuestra naturaleza humana su ayuda divina: sus dones.

Estos dones dan mayor sensibilidad para la vida espiritual. Y experiencia de Dios vivo. Son como los auriculares para el medio sordo, las gafas para el miope, o el viento para una embarcación de vela.

Esta acción de gracia en el alma es una nueva creación de Dios realizada en lo más íntimo de la persona. Con ella, Dios está presente en el alma de un modo nuevo. A esa presencia la llamamos “inhabitación”. Y desde ella actúa el Espíritu Santo. El orante debe ser dócil a sus inspiraciones para dejarse moldear y ser cada vez más semejante a Jesucristo.

María, la perfecta orante

En la vida oracional de la Iglesia han surgido muchas devociones marianas. Es el caso del Avemaría, el Escapulario de la Virgen del Carmen, el Santo Rosario, la Medalla milagrosa, invocaciones en forma de letanía entre las que destacan las lauretanas, la consagración al Inmaculado Corazón de María, la Esclavitud a María, o la consagración de personas, instituciones,

naciones y el mundo a su Inmaculado Corazón. Respecto al Rosario, Juan Pablo II calificó su rezo como “oración contemplativa”,¹⁴⁶ elevando esta oración vocal a un nivel que se reservaba a la oración mental. La difusión del rezo del Rosario, las innumerables peregrinaciones a lugares donde se venera a María, el rezo familiar, los últimos dogmas definidos que, además de proteger la idea del hombre declaran cómo es María, confirman el papel que María tiene en la Iglesia. Además, María constituye un punto de unión en el ecumenismo y el diálogo interreligioso.

Consideremos también que en los últimos siglos las apariciones de María han sido muy importantes en la vida de la Iglesia, que ha aprobado algunas de ellas tras comprobar que no son alucinaciones humanas o acciones del Maligno. Entre las aprobadas destacan las apariciones de Guadalupe, Lourdes, Fátima, Akita, Kibeho, Civitavecchia y Laus. Pero se cuentan con muchas otras que forman parte de la vida orante de millones de cristianos con peregrinaciones, milagros, imágenes, dedicación de iglesias, etc.

Es lógico este movimiento mariano de oración, pues María Santísima es la criatura más amada de Dios y la que mejor ha correspondido a ese amor. Además es Madre que cuida desde el cielo a los hijos que la invocan. Incluso en el mundo musulmán la devoción a María tiene importancia, aunque no sea fácil definir su valor.

En este estudio vamos a considerar la vida de oración de María, a la vez distinta y semejante a la nuestra. Empecemos, en primer lugar, por fijarnos en la Virgen Santa como modelo de oración. María es “llena de gracia” desde su concepción. Pero a lo largo de su vida libremente rechazó todo dominio del diablo, el influjo del pecado; y creció en su unión con Dios. “Estuvo libre del poder de Satanás; es hermosa —*tota pulchra!*—, limpia, pura en alma y cuerpo”.¹⁴⁷

Ya la Anunciación nos muestra las luces y sombras de su vida: no saber y saber creyendo, en un acto de entrega incondicional. También toda la vida oculta de Jesús tiene este aspecto de luz y sombra. “Pero, fijaos: si Dios ha querido ensalzar a su Madre, es igualmente cierto que durante su vida terrena no fueron ahorrados a María ni la experiencia del dolor, ni el cansancio del trabajo, ni el claroscuro de la fe”.¹⁴⁸ En ese claroscuro de su vida María reflexiona, medita en la presencia de Dios sobre los sucesos que la rodean: “... de esa escuela, María es la mejor maestra, porque la Virgen mantuvo siempre esa actitud de fe, de visión sobrenatural, ante

146 Juan Pablo II, *Novo Millenio ineunte*.

147 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 171.

148 *Ibíd.*, n. 172.

todo lo que sucedía a su alrededor: *guardaba todas esas cosas en su corazón ponderándolas.*^{149,150}

Su comprensión no era total. Así se advierte en los episodios del Niño perdido en el Templo, la adoración de los Magos y los pastores, la huida a Egipto y el largo tiempo de silencio en Nazaret. El Viernes y el Sábado Santos los vive como en la tiniebla, la misma que rodea a Jesús en esos momentos. Especialmente, en la soledad del Sábado Santo. Su fe es desde la noche, pero no en el sentido de purificación de los pecados, sino en el de creer sin ver y con el máximo dolor. Su esperanza, contra toda esperanza, se manifiesta en la confianza en que se realizará la Resurrección de su Hijo, al que ha abrazado muerto con el corazón abierto por la lanza. El amor en aquellos dos días es doloroso hasta el extremo. La oración no cesa en ningún momento. Sin rebelión, pero sin luz. De un modo similar al clamor “¿por qué me has abandonado?”, que Jesús dirige al Padre.

La luz de la Resurrección la rehace en el cuerpo y la llena de gozo en todos los niveles. Tras Pentecostés, la venida del Espíritu Santo en fuego y viento impetuoso, nada dicen de Ella los Evangelios, como indicando su entrada en el silencio del Padre, con el Hijo y el Espíritu Santo.

Los santos han tenido a María como modelo, Maestra y ayuda, a la que fervorosamente recurren. San Josemaría la ve como modelo de contemplación. “Supliquemos hoy a Santa María que nos haga contemplativos, que nos enseñe a comprender las llamadas continuas que el Señor dirige a la puerta de nuestro corazón. Roguémosle: Madre nuestra, tú has traído a la tierra a Jesús, que nos revela el amor de nuestro Padre Dios; ayúdanos a reconocerlo, en medio de los afanes de cada día; remueve nuestra inteligencia y nuestra voluntad, para que sepamos escuchar la voz de Dios, el impulso de la gracia”.¹⁵¹

Pasemos a considerar ahora a María como Madre que protege y consuela, la “Omnipotencia suplicante”. “El Señor os habrá concedido descubrir tantos otros rasgos de la correspondencia fiel de la Santísima Virgen, que por sí solos se presentan invitándonos a tomarlos como modelo: su pureza, su humildad, su reciedumbre, su generosidad, su fidelidad... Yo quisiera hablar de uno que los envuelve todos, porque es el clima del progreso espiritual: la vida de oración”.¹⁵² Su papel de intercesora es muy peculiar, pues es una mediación maternal. Recibe el encargo del mismo Jesús en la Cruz: “He aquí a tu hijo”, le dice mostrándole a Juan y, en él, a todos los seres humanos, especialmente a los creyentes.

149 Lc 2, 51.

150 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 174.

151 *Ibíd.*

152 *Ibíd.*

Hasta la Asunción a los cielos cumple su misión de Madre reuniendo a los discípulos dispersos, rezando con ellos y confortándoles en sus primeros apostolados. A partir de la glorificación de su alma y cuerpo en los cielos, su actividad maternal se extiende a todos los hombres. En la tierra y en el purgatorio. Y María, esencialmente, lleva a Jesús, como proclaman los dogmas cristológicos. Protege a la Iglesia de las herejías, como se advierte en los concilios. Y atrae a los fieles cuando los vientos de apostasía y persecución se manifiestan en la Iglesia terrena.

“La Virgen María, única criatura creada por Dios, limpia de todo pecado desde su Concepción. La Virgen María, Hermoso Espiritual, vacío de todo pecado que pudo contener todo el amor que Dios le iba dando. Y viendo Dios que esta hermosa criatura por Él creada era capaz de contener tanto amor se manifestó dentro de Ella engendrando al Amor de sus amores, a su Hijo Amado.¹⁵³ O la que sigue muy enraizada en la historia reciente. Santa María, mi Madre. Madre: Virgen María, hija amadísima de Dios Padre, madre enamoradísima de su hijo, mi Señor Jesucristo, esposa consoladísima por su Esposo el Espíritu Santo. Tu Amadísimo Hijo me ha indicado que refuerce la oración por su representante en la Tierra, el Santo Padre Juan Pablo II. Y que se lo haga saber también a mi director espiritual. Madre nuestra, puesto que el Santo Padre tiene tanta confianza en ti, tú se la fortaleciste por la protección que le otorgaste aquel 13 de mayo. Síguele protegiendo de los enemigos del cuerpo y de los del alma, acompañaile en el momento de su tránsito a la vida eterna, implora a tu Esposo el Espíritu Santo por su perseverancia final”.¹⁵⁴

“Muéstrale, Madre, tu dulcísima sonrisa.

Nadie como tú, Madre Inmaculada, para interceder por él ante la Santísima Trinidad. En este momento de la historia de la humanidad, él es en este mundo el hijo que más cuidados merece, por ser el que mejor muestra en su persona y con su ejemplo a tu amadísimo Hijo, Nuestro Señor Jesucristo. Si yo algo puedo, te ruego: mímale, como a un niño pequeño. Él lo está dando todo, poco le queda por entregar. Mécele en tus brazos, guíale en sus últimos pasos, bésale el corazón, acarícialo con tu voz. Él constantemente te repite. “Soy todo tuyo”. Y muestra con hechos ser tan tuyo como esclavo de la Esclava del Señor. Tu indigna hija. Amén”.¹⁵⁵

153 MPT, 2001.

154 MPT.

155 MPT, 29 de octubre de 2001.

Etapas de la oración

La unión con Dios germina en el alma con la gracia del Espíritu Santo infundida en los corazones. Se robustece con la perseverancia en la oración y el alejamiento del pecado. Y progresivamente transforma el alma adquiriendo el semblante de Cristo, siendo de un modo misterioso y real, otro Cristo, “alter Christus”. Esta semejanza con Cristo va madurando, como lo expresa san Pablo admirablemente: “Y yo vivo, o más bien no soy yo el que vivo sino que Cristo vive en mí” (Gal. 2, 20). La vida interior consiste en este proceso, que dura toda la vida.

Conviene antes aclarar el significado de algunas palabras. *Ascética* es la lucha humana por alcanzar la unión con Dios. *Mística*, el estado de un alma en unión amorosa con Dios. Ambos estados son fruto de la acción de la gracia. Y ambos necesitan de la colaboración divina y humana conjuntamente (Anexo II). Otro término es *contemplación*, expresión que equivaldría a mística, en cuanto a oración en su grado más elevado de unión con Dios.

Nos interesa la mística como don de Dios en el alma bien dispuesta. Por parte de la persona orante es necesaria la apertura libre a Dios. Pero lo principal es lo que hace Dios en esa alma. En ocasiones, se da una experiencia de Dios en el principio de la vida mística; y otra al final de un avance. Se pueden dar muchos fenómenos extraordinarios, pocos o ninguno. Lo esencial de la vida mística es la transformación de la persona que ama y cree, como diversos místicos.

Conviene insistir en que la llamada a la mística no es algo reservado a personas excepcionales y raras, sino que es para todo el mundo. Por el hecho de ser personas, todos somos capaces de Dios. En realidad, la experiencia mística es mucho más frecuente de lo que se suele estimar: su contabilidad queda en la sabiduría de Dios.

Miguel de la Fuente dice que el hombre espiritual posee un conocimiento intuitivo semejante al de los ángeles, y un querer afectivo humano. San Buenaventura que prima más el amor de la voluntad y a Ricardo de san Víctor explica este camino; santo Tomás, aunque prima el conocimiento, dice del contemplativo que vive un acto de “inteligencia, que es acto de entendimiento” pero que conduce a un “acto de la voluntad afectiva”.¹⁵⁶ Es la sabiduría de los perfectos, la sabiduría de Dios de la que habla san Pablo (cfr. 1 Co 2, 6 y ss.).

En cuanto a las experiencias místicas, la mayoría de los místicos las han descrito a través de símbolos e imágenes metafóricas. La Sagrada Escritura

156 Miguel de la Fuente, *Las tres vidas del hombre*, BAC, 2002, p. 234.

también. Y una de las imágenes más frecuentes es de la de matrimonio místico, al modo del *Cantar de los Cantares*. Santa Edith Stein lo expresa así: “El matrimonio místico es unión con las tres divinas personas. Mientras Dios no toca al alma sino en medio de las tinieblas y como escondido, esta no puede sentir el contacto personal divino sino confusamente, sin advertir si es una la Persona que la toca o son varias. Mas cuando en la perfecta unión de amor el alma es introducida en la corriente de la vida divina, ya no se puede ocultar que esa vida es una vida tripersonal, y ella entrará en contacto experimental con todas las tres divinas Personas”.¹⁵⁷

La unión con Dios es una inclusión en la vida divina, en “la corriente trinitaria de amor”, en las procesiones divinas de generación y espiración. Es más alta que la vida o la ética natural. La persona re-creada, por la gracia y su docilidad, es capaz de acoger un amor similar al del Hijo Unigénito del Padre.

El cardenal Ratzinger describe la experiencia cristiana de la oración. Y advierte en ella puntos de contacto respecto a las religiones naturales, pues, aunque conozcan poco a Dios, saben bastante qué es el hombre. Muestra también la diferencia entre la meditación cristiana y los orientalismos y algunas falsas místicas. En estos cabe la anulación del yo o de no llegar a una apertura al Dios trascendente.

No obstante, recogen experiencias válidas como la distinción de los estados o vías de la vida interior: Purificación / Iluminación / Unión.

Purificación. “Es la purificación de los errores y de los pecados. Solo “los limpios de corazón verán a Dios” (Mt 5, 8). En los comienzos es necesaria la superación de los instintos egoístas y de las pasiones desviadas por el orgullo. San Pablo le llama mortificación. “Solo la abnegación hace al hombre libre para realizar la voluntad de Dios y participar en la libertad del Espíritu Santo. Así, el bautizado llega al vacío y renuncia al propio egoísmo, que Dios necesita, pero no necesariamente a la renuncia a las cosas creadas”.¹⁵⁸ San Agustín lo expresa así: “Abandona el mundo exterior, entra en ti mismo. Pero no te quedes en ti mismo, sino sube encima de ti mismo, porque tú no eres Dios”. Ya estudiamos esta fase en la primera parte de este libro.

Iluminación. A través del amor que el Padre nos da en el Hijo y la unción que de Él recibimos en el Espíritu Santo “el alma purificada recibe la luz de Dios. Es un progreso en la caridad. Se comprenden interiormente los misterios que se viven. Ninguna luz divina hace que las verdades de la fe queden superadas”. Esas luces pueden ser desde la luz de la fe hasta sus dones, lo

157 Santa Edith Stein, *La ciencia de la Cruz*, pp. 222-223.

158 *Sobre la meditación cristiana*, n. 18.

que Dios estime más conveniente para el alma bien dispuesta. Es frecuente que se den tiempos de sequedad en que se tenga la sensación de vagar por el desierto, de no “sentir” nada. Estas pruebas no se le ahorran a nadie que se tome en serio la oración. En estas temporadas el alma debe esforzarse seriamente por mantener la oración, aunque tenga la sensación de estar haciendo “comedia”. Es el modo de comprobar si realmente busca a Dios, o se busca a sí misma a través de una falsa religiosidad, que en realidad es un egoísmo disfrazado de espiritualidad. Lo veremos con detalle más adelante.

Unión. Requiere una cierta soledad y recogimiento —también trabajando en medio del mundo— para poder situarse en silencio delante de Dios. La unión es fruto de un don, no de una técnica. El orante debe dejar a Dios decidir la manera en que quiere hacernos partícipes de su amor: es la unión con Dios que tiene infinitos grados de comunión.¹⁵⁹

La vida de oración se desarrolla, aunque no siempre, de un modo lineal, pues la sabiduría de Dios parece gozar combinando las leyes clásicas de la vida espiritual: no debemos tomar los itinerarios de la vida de oración como caminos estrictos y obligados. En este sentido, la unión con Dios no es detenerse al final de un camino, sino que es vivir intensamente al modo divino, con todo el corazón, con toda la mente y con todas las fuerzas.

Así pues, las etapas de la vida de oración son diversas, según los modos de rezar y las tradiciones espirituales. Por ejemplo, para algunos el punto de partida de la oración es la *meditación* que reflexiona sobre un texto o tema elegido, y que da paso a la *contemplación*. Para otros, la oración comienza por las oraciones vocales —jaculatorias—. Algunas tradiciones orientales viven la experiencia de que la oración vocal repetida de modo incesante, llega a ser oración que *desciende de la inteligencia al corazón* y es unión “pasiva” con Dios, a la que se ha llegado desde una oración “activa”.

¿En qué consiste el cambio de la oración? En primer lugar, la oración de unión es un favor especial que se recibe de Dios. Este don, por ser pura gracia, no se puede forzar. Pero la fidelidad a la oración prepara y favorece la eficacia de esta gracia. Puede llegar muy pronto, o después de varios años, o, a veces, nunca de modo sensible. Al principio, el Señor lo suele conceder de un modo casi imperceptible. Y también, al menos al comienzo, puede no ser permanente, y estar sometido a avances y retrocesos. Lo esencial de este don es que hace pasar de una oración en la que predomina la actuación humana (la repetición voluntaria de una fórmula, como la oración de Jesús en ocasiones; o la actividad discursiva del espíritu) a una oración en la que predomina la actuación divina, y en la que el alma no tiene nada más que dejar hacer,

159 Jacques Philippe, *Tiempo para Dios*, ed. Rialp, Madrid, 2002, pp. 71-80.

manteniéndose en una actitud de sencillez y abandono, de atención amorosa y serena hacia Dios. En el caso de la “oración de Jesús”, la oración fluye en su corazón por sí misma, sumergiéndolo en un estado de paz, contento y amor. En la meditación, el inicio de esta nueva etapa se manifiesta en una dificultad de reflexionar, con una tendencia del alma a permanecer inactiva delante de Dios. Pasa de hablar interiormente, a escuchar en una pasividad activa. Un “no hacer” que no es inercia ni pereza espiritual, sino abandono amoroso.

Esta transformación debe considerarse un gran favor. También han de verlo así quienes están acostumbrados a hablar mucho al Señor o a meditar —encontrando en ello su gozo—, y esta oración “pasiva” les parece, de entrada, decepcionante; tienen la impresión de retroceder, de que su oración se empobrece, de que son incapaces de rezar pues no pueden orar con su inteligencia, basando su discurso interior en sus pensamientos, imágenes, sentimientos, etc. San Juan de la Cruz insiste (e incluso critica a los directores espirituales que no entienden este cambio) en convencer a las almas que reciben el regalo de esta gracia en la que este empobrecimiento es su verdadera riqueza; y en que no pretendan volver a toda costa a la meditación. Deben limitarse a permanecer ante Dios en una actitud de olvido de ellas mismas, con una simple atención amorosa y serena.

Tengamos presente que todo lo que entendemos de Dios no es todavía Dios; todo lo que podemos pensar, imaginar o sentir de Dios, ¡todavía no es Dios! Dios está infinitamente por encima de nuestras potencias, de cualquier imagen, representación o percepción sensible. Una cosa es la Luz y otra la Fuente de la Luz. Por eso, en determinados momentos Dios se retira sensiblemente del alma y solo actúa en ella la fe: las otras facultades parece que son incapaces de funcionar. Pero Dios se comunica con ella secretamente, de un modo más profundo y mucho más sustancial. La oración no es ahora actividad del hombre que, para ponerse en contacto con Dios, habla o emplea su inteligencia y demás facultades, sino que se convierte en una especie de profunda efusión de amor por la que, de modo sensible o insensible, Dios y el alma se comunican, el uno con el otro. Eso es la *contemplación* que san Juan de la Cruz llama “efusión secreta, pacífica y amorosa” por la que Dios se nos da. Dios se vuelca en el alma y el alma se vuelca en Dios, en un movimiento casi inmóvil producido en el alma por obra del Espíritu Santo. Muchas almas sencillas son contemplativas sin darse cuenta de la profundidad de su plegaria. Y sin duda, es mejor así.

San Juan de la Cruz describe la contemplación como *una dulce respiración de amor*. San Josemaría, como un “dulce sobresalto”. Si buscásemos en todos los escritores santos, encontraríamos expresiones similares con sabor más poético que conceptual.

De todos modos, vale la pena no perderse en un psicologismo, o una indagación en la intimidad experiencial, pues para conocer el estado de un alma tenemos el criterio del mismo Cristo: “por los frutos los conoceréis”.

Un ejemplo es la conocida ofrenda al amor misericordioso de santa Teresa de Lisieux, o lo que Royo Marín llama “acto de amor puro”: “Cedo a las almas del purgatorio y a las almas de la Iglesia militante, por amor a Dios y a mis hermanos, depositándolo en manos de la Santísima Virgen María, todo el valor satisfactorio de mis buenas obras y todos los sufragios que reciba después de mi muerte, en cuanto pueda yo disponer libremente de ellos y sea del agrado de Dios”. O el ejemplo de una orante actual:

“Señor mío y Dios mío: mi alma anhela cada vez más, cada día que pasa más desea estar en Ti para siempre. Hace un tiempo atrás deseaba el cielo. Pero a la vez, imaginármelo me causaba un estado de inquietud, tal vez, porque es propio de la condición de la criatura tener cierto temor a lo desconocido. Hoy pensar estar en el cielo solo me causa paz y alegría. Es porque me eres ya tan conocido, Señor, (en la medida que Tú me lo concedes) que solo ansío que llegue el momento de estar contigo para siempre. Me das tanto, Dios mío, que soy toda tuya, y te ofrezco hoy, “alargar la espera del día en que pueda gozarte ya por completo y para siempre”. Lo hago por agradarte y me privo (si Tú aceptas este ofrecimiento) de gozarte (cuando me corresponda, si Tú me lo concedes, la perseverancia final). Deseo agradarte, sé que te agrado más y te doy más gloria siendo caritativa con mis hermanos. No renuncio a Ti: ¿cómo podría hacerlo? Si no hay Vida ni Eternidad sin Ti..., y te amo tanto, Dios mío. Te ofrezco alargar la espera de gozarte eternamente. Me cuesta muchísimo (Tú lo sabes) hacerte este ofrecimiento. Algo me consuela el pensar que en el purgatorio, que es la antesala del cielo, tal vez perciba tu amor (aunque con enormes sufrimientos) como lo percibo ahora, pues esta fuerza que ahora tengo para ofrecerte este acto de caridad procede de cómo percibo tu amor en mí, procede de Ti. Amor mutuo, pero desproporcionado, Tú me das tanto amor y yo, criatura tuya, te correspondo como buenamente puedo. Amén”.¹⁶⁰

Este ofrecimiento es un ejemplo de fruto de oración que expresa el amor unitivo.

En este sentido es significativo que Juan Pablo II afirmara del Rosario que es una oración contemplativa, cuando externamente es una oración vocal repetitiva, que muchísimos fieles rezan sin tener ninguna conciencia de ser contemplativos. Recordemos que de un modo pedagógico, se indica una gradación en la oración: se empieza en la *Lectio divina*, que se ha de ele-

160 MPT, 2000.

var a la *meditatio*, a la *oratio* y, finalmente, a la propia *contemplatio*. Llamar contemplación a una oración vocal es devolver a Dios lo que es de Dios, y colocar al hombre en su sitio. Pues tanto el mismo inicio de la oración, como la contemplación, es acción de Dios en el alma, quien actúa como quiere, donde quiere y cuando quiere. La misma santa Teresa duda en el camino de perfección cuando dice que no todos están llamados a la contemplación y les basta la oración vocal y la lectura meditada; y al mismo tiempo dice que esas almas pueden estar más cerca de Dios que las que tienen alta oración, con fenómenos extraordinarios. Queda pues la cuestión siempre debatida de qué es propiamente contemplación y si es posible la contemplación en la vida ordinaria, sin necesidad de experimentar algo extraordinario. Nuestra respuesta es totalmente afirmativa, pues la entrega total de fe y amor es la esencia de la vida mística.

Santa Edith Stein dice del gran maestro de mística carmelita: “San Juan de la Cruz lo expresa bien claramente cuando dice que el alma puede dar a Dios *más* de lo que ella posee y es en sí; que da a Dios, el mismo Dios en Dios”.¹⁶¹ El orante recibe a Dios y se lo entrega a Dios, totalmente asimilado según su capacidad. Es la más profunda inmersión del alma en la esencia divina, que la deja como divinizada. Una unión e identificación de dos personas que no anula la independencia de cada uno, sino que precisamente la supone. Una compenetración solo superada y aventajada por la circunsesión (comunión) de las divinas personas, que es su modelo y causa: el Padre está totalmente en el Hijo y el Espíritu Santo; el Hijo, totalmente en el Padre y el Espíritu Santo; y el Espíritu Santo, totalmente inmerso en el Padre y el Hijo. La unión de las Tres personas es tan plena y total que son un solo Dios.

Esta unión en la que el alma llena de Dios da más de lo que posee es muy interesante, porque muestra que la vida mística es don gratuito en el que el alma es elevada y recreada; y que puede dar Dios a Dios, amar con el Amor de Dios introducido en el propio amor, tener el corazón de Cristo en lugar de su propio corazón, ser otro Cristo o el mismo Cristo.

Una declaración de fe después de alcanzar un alto nivel de unión es la siguiente:

“Creo en un solo Dios, Padre todopoderoso, Creador del cielo y de la tierra, de todo lo visible y lo invisible. Creo en un solo Señor, Jesucristo, Hijo único de Dios, nacido del Padre antes de todos los siglos, Dios de Dios, Luz de Luz, Dios verdadero de Dios verdadero, engendrado, no creado, de la misma naturaleza del Padre; por quien todo fue hecho; que por nosotros, los hombres y

161 San Juan de la Cruz, *Llama de amor viva*, canción 3, v. 5 y 6.

por nuestra salvación bajó del cielo y por obra del Espíritu Santo se encarnó de María la Virgen. Y se hizo hombre. Y por nuestra causa fue crucificado en tiempos de Poncio Pilato. Padeció y fue sepultado; y resucitó al tercer día, según las Escrituras; y subió al cielo y está sentado a la derecha del Padre; y de nuevo vendrá con gloria para juzgar a vivos y muertos; y su reino no tendrá fin. Creo en el Espíritu Santo, Señor y dador de vida, que procede del Padre y del hijo, que con el Padre y el Hijo recibe una misma adoración y gloria; y que habló por los profetas. Creo en la Iglesia, que es una, santa, católica y apostólica. Confieso que hay un solo bautismo para el perdón de los pecados. Creo y espero la resurrección de los muertos y la vida del mundo futuro.

Creo que San José, como Padre y Señor, me ayudará para poder crecer en las virtudes. Creo que Jesús guiará mis pasos hacia el cielo. Creo que todos los santos y la Virgen María me protegerán y me librarán del malo. Creo en que las almas del Purgatorio me ayudarán con favores en mi camino hacia la santidad. Creo que la Santísima Trinidad habita en mi alma y me ama. Creo que soy hija de Dios Padre y que jamás me abandonará, aunque alguna vez me lo pueda parecer. Creo que veré milagros que Dios me los concederá según sea mi fe en Él y en la vida sobrenatural. Creo en Jesús sacramentado.

Creo y quiero creer, Dios ha puesto en mi alma esta fe. Quiero creer porque amo, amo porque creo. Vivo porque creo, vivo para creer, creo que vivo para cada vez más creer. Creo lo que no veo, creo que veré lo que ahora creo y no veo. Creo y no veo. No veo y, sin embargo, creo. Creer y crecer, crecer y creer. Nadie podrá jamás hacerme otra cosa creer que no sea esta fe.

Creo porque el hombre para ser santo necesita creer.

Creo porque el amor de Dios me hace creer.

Creo y cuanto más creo, creo más.

Creo que la Verdad poseo, creo que me posee la Verdad.

Creo que poseeré lo que tanto espero.

Creo lo que tanto espero y espero lo que creo.

Señor, ayúdame, auméntame este creer que siempre como ahora crea, que quiera creer, creer lo que no veo, creer lo que espero. Creo y espero, espero lo que creo, que este creer me sostenga hasta que ya no necesite creer, porque por fin, vea lo que ahora espero y creo. Ayúdame en perseverar en este creer, empaparme de Ti. Si creo lo que no veo, vivo solo de fe. Espíritu Santo, Tú me ayudas a creer. Santísima Trinidad, Tú me haces creer. Creo lo que tanto espero, y lo espero tanto, que lo quiero creer. Creo porque quiero creer. "Creo, amo, adoro, confío". Toda la paz a mi alma viene de este creer que creo. Porque si creo que no creo, no espero; si no espero, desespero; si desespero me falta el amor; y sin amor eternamente ya muero. Amén.¹⁶²

Las transformaciones del orante en la homilía *Hacia la santidad*¹⁶³

El núcleo de la enseñanza de san Josemaría es la llamada universal a la santidad y, en concreto, el ser “contemplativos en medio del mundo”. Su explicación de la vida de oración recorre, con gran riqueza de matices, todas sus obras. La homilía *Hacia la santidad* recogida en el libro *Amigos de Dios* es paradigmática del espíritu de san Josemaría. En ella se advierte tanto la experiencia personal, tantas veces casi imposible de expresar, como la pedagogía del maestro de oración, que muestra con sencillez una realidad humana y divina; difícil, atrayente y posible, también en medio del mundo.

Ya vimos su comienzo en el capítulo anterior: “Empezamos con oraciones vocales... Se va hacia Dios, como el hierro atraído por el imán. Se comienza a amar a Jesús de forma más eficaz, con un dulce sobresalto”.¹⁶⁴ Después de este inicio de amor, que bien podemos llamar conversión dentro de la fe y la vida en gracia, viene el desarrollo que comienza con la purificación con una expresión clara, bíblica y poética: “Nos libramos de la esclavitud”. No especifica si esa esclavitud se da en lo sentidos, en la imaginación, en la inteligencia o en la voluntad; está claro que no puede ser más que del pecado y el demonio, concretado en la falta de generosidad y añade: “se acepta la necesidad de trabajar en este mundo, durante muchos años... de gastarnos”. La entrega a Dios plena debe superar el egoísmo, aunque no se trate de pecados mortales.

Pronto comienzan las purificaciones exteriores: “mentiras, denigraciones, deshonoras, supercherías, insultos, susurraciones tortuosas”, consciente de que el discípulo no es más que el Maestro y que en todos se darán de una manera o de otra esas contradicciones. A ellas se añade la purificación interna: “Cuando nos abandonamos en las manos de Dios, es frecuente que Él permita que saboreemos el dolor, la soledad, las contradicciones, las burlas, por dentro y por fuera: porque quiere conformarnos a su imagen y seme-

163 MPT, 2001, al beato Josemaría Escrivá de Balaguer, fundador del Opus Dei. “Padre: Gracias por tanto Amor. Gracias por ser valiente. Gracias por ser instrumento dócil a la voluntad de Dios. Gracias por amar sin medida al Señor. Gracias por marcarnos y abrirnos las puertas de un camino de santidad a todos los que deseamos servir a Dios y a las almas en medio del mundo. Gracias por ser fiel al Señor y a su Iglesia. Gracias por querer tanto a los hombres y, sobre todo, a tus hijos. Gracias por hacernos ver la grandeza que significa ser hijos de Dios. Gracias por no haber regateado sacrificios para servir al Señor. Padre, intercede por todos tus hijos y por los hijos de tus hijos que somos todos para que seamos santos”.

164 San Josemaría, *Amigos de Dios*, homilía *Hacia la santidad*, n. 296.

janza, y tolera que nos llamen locos y que nos tomen por necios. Es la hora de la mortificación pasiva”. Es significativo que cite este término clásico, cuando muchas veces evita estas expresiones para no confundir la contemplación en medio del mundo, que tiene sus modos propios de hacer, con la de los religiosos. En este caso, ve que es una expresión muy adecuada y que puede aplicarse a cualquier situación.

La imagen de Dios como escultor artista es muy evocadora: “... así esculpe el Señor las almas de los suyos”. Y añade los modos de la paradoja cristiana: “... sin dejar de darles interiormente serenidad y gozo”.¹⁶⁵ Y una vez pasadas las purificaciones, activas o pasivas, muestra cómo evoluciona la oración: “La oración, que comenzó con esa ingenuidad pueril, se desarrolla ahora en cauce ancho, manso y seguro, afianzándose en el alma”.

En este punto conviene distinguir qué se entiende por ordinario y extraordinario (lo trataremos más detalladamente es el Anexo I), pues respecto en la experiencia vital de la acción de Dios en el alma subyacen dos controversias doctrinales: la acción de la gracia y la colaboración de la libertad; y a qué se distinguen la ascética y la mística.

Al respecto, sigue diciendo san Josemaría: “Si amamos a Cristo así, si con divino atrevimiento nos refugiamos en la abertura que la lanza dejó en su Costado...”. Esta vivencia interior responde al punto 555 de *Camino* del que Pedro Rodríguez dice que se trata de una experiencia mística extraordinaria: “¡Verdaderamente es amable la Santa Humanidad de nuestro Dios! —Te ‘metiste’ en la llaga santísima de la mano derecha de tu Señor, y me preguntaste: ‘Si una herida de Cristo limpia, sana, aquieta, fortalece y enciende y enamora, ¿qué no harán las cinco, abiertas en el madero?’”. Otros muchos textos se refieren a la misma experiencia, como el punto 288 de *Camino*: “Métete en las llagas de Cristo crucificado. Allí aprenderás a guardar tus sentidos, tendrás vida interior, y ofrecerás al Padre de continuo los dolores del Señor y los de María, para pagar por tus deudas y por todas las deudas de los hombres”. Asimismo, en *Forja* n. 658 señala que la vida ordinaria no está exenta de acciones extraordinarias de Dios. “La providencia ordinaria es un continuo milagro, pero... Él pondrá medios extraordinarios, cuando sean precisos”. Más claro aún es el punto 11: “¡Qué deuda la tuya con tu Padre-Dios! Te ha dado el ser, la inteligencia, la voluntad...; te ha dado la gracia: el Espíritu Santo; Jesús, en la Hostia; la filiación divina; la Santísima Virgen, Madre de Dios y Madre nuestra; te ha dado la posibilidad de participar en la Santa Misa y te concede el perdón de tus pecados, ¡tantas veces su perdón!; te ha dado dones sin cuento, algunos extraordinarios... —Dime, hijo: ¿cómo has correspondido?, ¿cómo correspondes?”.

165 *Ibíd.*, n. 301.

En otras ocasiones, extraordinario se puede entender más bien como menos habitual, como en el n. 538: “Tu vida ha de ser oración constante, diálogo continuo con el Señor: ante lo agradable y lo desagradable, ante lo fácil y lo difícil, ante lo ordinario y lo extraordinario... En todas las ocasiones, ha de venir a tu cabeza, enseguida, la charla con tu Padre Dios, buscándole en el centro de tu alma”. Gracia y libertad se conjugan de modo armonioso no solo en los inicios de la fe, sino en la vida contemplativa, en sus más altos niveles de unión.

La excesiva separación del orden natural y sobrenatural, obra del comentador tomista Cardenal Cayetano en el siglo XIV, tuvo muchos seguidores por su esquematismo pedagógico, pero se presta a vivir una doble vida o dos vidas complementarias. En la actualidad, los dos órdenes anteriores se relacionan más íntimamente, como se ve en Anexo II. Esto es así porque se ha recuperado el concepto del ser, más allá de las esencias o sustancias.

En la homilía mencionada, san Josemaría muestra que el don de Dios para quien le busca es el deseo, la posesión, el amor de unión: ese es el fruto de la oración. Y lo expresa con imágenes muy evocadoras, como la de criaturita que balbucea: “El corazón necesita, entonces, distinguir y adorar a cada una de las Personas divinas. De algún modo, es un descubrimiento, el que realiza el alma en la vida sobrenatural, como los de una criaturita que va abriendo los ojos a la existencia. Y se entretiene amorosamente con el Padre y con el Hijo y con el Espíritu Santo; y se somete fácilmente a la actividad del Paráclito vivificador, que se nos entrega sin merecerlo: ¡los dones y las virtudes sobrenaturales!”.

El orante no deja de usar la libertad y evita la pasividad total del quietismo ante el don de la unión. Y añade con un modo poético frecuente entre los contemplativos: “Hemos corrido como el ciervo, que ansía las fuentes de las aguas [Ps 41, 2]; con sed, rota la boca, con sequedad. Queremos beber en ese manantial de agua viva. Sin rarezas, a lo largo del día nos movemos en ese abundante y claro venero de frescas linfas que saltan hasta la vida eterna [Cfr. Jn 4, 14]”.

En la vida de oración, sin la acción de la gracia es imposible ningún movimiento sobrenatural, pero Dios actúa como causa, tan perfecta que antecede, acompaña y consume la acción de la persona libre sin que deje de ser libre. Es una acción divina íntima, creativa, interior, que mueve desde dentro al ser humano, que incluso en la docilidad y abandono totales, sigue siendo movimiento plenamente humano y divino a la vez. De nuevo la clave está en qué se entiende por extraordinario referido a la contemplación en la vida ordinaria. La expresión “sin rarezas” lo explica muy bien. Quiere decir: sin llamar la atención, sin que la santidad consista en los carismas como el éxtasis, visiones, locuciones, estigmatización, bilocación etc.; lo que no

quiere decir que no puedan experimentarlos. Más bien la contemplación de Dios en la vida ordinaria consistirá en esa acción preponderante del Espíritu Santo que perfeccionan los efectos de la acción divina en una gradación que va desde el perdón a sus dones, pasando por la fe, esperanza, caridad y todas las virtudes humanas sanadas y divinizadas; y alcanzando la perfecta caridad del don de Sabiduría.

El vivir contemplativo lo explica de un modo admirable san Josemaría sin llamarlo oración de quietud o matrimonio espiritual: "... sobran las palabras, porque la lengua no logra expresarse; ya el entendimiento se aquieta. No se discurre, ¡se mira! Y el alma rompe otra vez a cantar con cantar nuevo, porque se siente y se sabe también mirada amorosamente por Dios, a todas horas. Aquí se nos muestra la oración más pasiva por parte humana, no se discurre, ¡se mira!": oración pasiva y activa al tiempo, gozo en el Espíritu Santo.

Pero añade a continuación: "No me refiero a situaciones extraordinarias. Son, pueden muy bien ser, fenómenos ordinarios de nuestra alma: una locura de amor... sin espectáculo, sin extravagancias". La resistencia a que se manifieste la santidad y ser vista por los demás o a la propia vanidad queda excluida cuando se es consciente de que todo es de Dios, aunque también todo mío. Las rarezas no son deseables, ni imitables, aunque cuando se producen es que Dios quiere decir algo. Estas situaciones extraordinarias son gracias *gratis datae* —carismas— concedidas para el bien de los demás. Es importante el aviso de que esa unión puede ser algo ordinario y que no se manifieste más que en los frutos de amor; pero eso no excluye que Dios quiera algo extraordinario, en el sentido estricto de la palabra: visiones, estigmas, locuciones, milagros, etc. Es decir, lo ordinario supera la ética natural y hace posible acciones divinas que en otro contexto se llamarían extraordinarias.

San Josemaría añade un tema siempre actual "¿Ascética? ¿Mística? no me preocupa. Sea lo que fuere, ascética o mística, ¿qué importa?: es merced de Dios". Todo es gracia: el decir "Jesús", arrepentirse, trabajar bien, obedecer. Pero también es algo propio como montar a caballo es todo del jinete y, a la vez, todo del animal. Sería impropio excluir carismas extraordinarios a los que viven como contemplativos en medios del mundo. De hecho, en la Iglesia se han dado a lo largo de los siglos; y también en personas que viven o han vivido la vocación de buscar la contemplación en la vida ordinaria. Por ejemplo, el siervo de Dios Isidoro Zorzano, "ve" el momento en que otros miembros del Opus Dei debían cruzar las líneas del frente en la Guerra Civil española (hoja Informativa n. 7 del siervo de Dios). O el mismo san Josemaría desvelando y "ocultando" en la fundación del Opus Dei el 2 de octubre de 1928, dice de sí mismo que "vio"; y en otras ocasiones experimentó locuciones u otros carismas sobrenaturales.

Afirma de un modo vibrante y esperanzador que la oración contemplativa es posible en la vida ordinaria: “Si tú procuras meditar, el Señor no te negará su asistencia. Fe y hechos de fe: hechos, porque el Señor —lo has comprobado desde el principio, y te lo subrayé a su tiempo— es cada día más exigente. Eso es ya contemplación y es unión; esta ha de ser la vida de muchos cristianos, cada uno yendo adelante por su propia vía espiritual —son infinitas—, en medio de los afanes del mundo, aunque ni siquiera hayan caído en la cuenta. Una oración y una conducta que no nos apartan de nuestras actividades ordinarias”.

Fruto de esta unión con Dios viene la santificación del mundo siendo instrumento en manos de Dios pues “en medio de ese afán noblemente terreno, [las gracias] nos conducen al Señor. Al elevar todo ese quehacer a Dios, la criatura diviniza el mundo”. El apostolado es, entonces, superabundancia de la vida para adentro. Es admirable la descripción de la vida que nace de la unión con Dios en deseos crecientes de amor a Dios y a los demás: “Nace una sed de Dios, un ansia de comprender sus lágrimas; de ver su sonrisa, su rostro... Considero que el mejor modo de expresarlo es volver a repetir, con la Escritura: como el ciervo desea las fuentes de las aguas, así te anhela mi alma, ¡oh Dios mío! [Ps 41, 2]. Y el alma avanza metida en Dios, endiosada: se ha hecho el cristiano viajero sediento, que abre su boca a las aguas de la fuente [cfr. Ecclo 26, 15]. Con esta entrega, el celo apostólico se enciende, aumenta cada día —pegando esta ansia a los otros—, porque el bien es difusivo. No es posible que nuestra pobre naturaleza, tan cerca de Dios, no arda en hambres de sembrar en el mundo entero la alegría y la paz, de regar todo con las aguas redentoras que brotan del costado abierto de Cristo [cfr. Jn 19, 34], de empezar y acabar todas las tareas por Amor”.

Si el grado de oración es ascético o místico; o si se encuentra en la primera o la séptima morada, no preocupa al orante. Asegura que todo es don de Dios, pero describe la iluminación y la unión emparejadas con luchas que no cesan, y a través de las cuales se va dando una mayor identificación con Dios, a través de Cristo: “Os hablaba antes de dolores, de sufrimientos, de lágrimas. Y no me contradigo si afirmo que, para un discípulo que busque amorosamente al Maestro, es muy distinto el sabor de las tristezas, de las penas, de las aflicciones: desaparecen en cuanto se acepta de veras la voluntad de Dios, en cuanto se cumplen con gusto sus designios, como hijos fieles, aunque los nervios den la impresión de romperse y el suplicio parezca insoportable”. La paradoja de amar, estar contento, gozoso y romperse los nervios es algo que se debe tener en cuenta, porque es el modo de darle la vuelta a todo malestar humano y a no tener ideas superficiales de la unión de amor con Dios.

Algunos pueden pensar que este grado de generosidad y de unión está reservado a seres excepcionales. Y no es así. San Josemaría añade con vigor: “Me interesa confirmar de nuevo que no me refiero a un modo extraordinario de vivir cristianamente”. En estos textos aparece semioculto lo autobiográfico de su experiencia: muestra un camino de santidad, abre sendas nuevas de unión con Dios. Es fácil encontrar esta experiencia de unión con Dios en santos como san Juan de la Cruz y santa Teresa de Jesús, a quienes san Josemaría conocía bien. Pero él se expresa con una asombrosa originalidad: describe su vida contemplativa siendo llevado por Dios a un alto vuelo y, a la vez, descendiendo continuamente a la vida ordinaria, el lugar donde hay muchas almas bien dispuestas en las que Dios actúa.

Buscar a Cristo

La oración es un encuentro de la persona con Dios a través de Cristo. Desde el momento en que el Verbo se hace hombre, la Humanidad Santísima de Jesús es el medio que los hombres tenemos para acceder de modo directo a Dios. Quien se acerca a Jesús con un corazón libre de prejuicios puede entrar en la vida íntima de Dios. El rostro de Dios ha sido revelado en Jesucristo. Dice santo Tomás de Aquino que “debido a la debilidad de la mente humana, y del mismo modo que necesita ser conducida al conocimiento de las cosas divinas, así requiere también ser conducida al amor como de la mano, por medio de algunas cosas sensibles que nos resultan fácilmente conocidas. Y entre estas, la principal es la Humanidad de Jesucristo, según lo que decimos en el Prefacio de Navidad: «Para que conociendo a Dios visiblemente, seamos por Él arrebatados al amor de las cosas invisibles»”.¹⁶⁶ “El Credo de la Misa expone con suma sencillez el misterio de la Encarnación redentora, al confesar que el Hijo de Dios, *por nosotros, los hombres, y por nuestra salvación bajó del cielo, y por obra del Espíritu Santo se encarnó de María, la Virgen, y se hizo hombre.*¹⁶⁷ En estas pocas palabras, que pronunciamos o cantamos acompañadas de una inclinación profunda, se narra el acontecimiento central de la historia, que nos ha abierto las puertas del cielo”.¹⁶⁸ Como enseña Benedicto XVI, “la oración es la relación viviente de los hijos de Dios con su Padre infinitamente bueno, con su Hijo Jesucristo, y con el Espíritu Santo (cfr. *ibíd.*, 2565). Así que la vida de oración es estar habitualmente en presencia de Dios y tener conciencia de ello, en el vivir

166 Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, q. 82, a. 3 ad 2.

167 Misal Romano, Ordinario de la Misa, Símbolo niceno-constantinopolitano.

168 Monseñor Javier Echevarría, Carta pastoral, enero de 2013.

en relación con Dios como si viviese las relaciones habituales de nuestra vida, aquellos con los familiares más queridos, con los verdaderos amigos; de hecho, aquella con el Señor es la relación que alumbra a todas nuestras otras relaciones. Esta comunión de vida con Dios, Uno y Trino, es posible porque, mediante el bautismo, hemos sido insertados en Cristo, hemos comenzado a ser uno con Él (cfr. Rom 6, 5).

De hecho, solo en Cristo podemos hablar con Dios Padre como hijos, de lo contrario no es posible, sino que en comunión con el Hijo, podemos también decir como Él dijo: “Abba”. En comunión con Cristo, podemos conocer a Dios como verdadero Padre (cfr. Mt. 11, 27). Por esto la oración cristiana consiste en mirar de manera constante y en una forma siempre nueva a Cristo, hablar con Él, permanecer en silencio con Él, escucharlo, actuar y sufrir con Él. El cristiano descubre su verdadera identidad en Cristo, “el primogénito de toda criatura”, en quien todas las cosas subsisten (cfr. Col 1, 15 ss). En el identificarme con Él, en el ser uno con Él, descubro mi identidad personal, aquella del verdadero hijo que ve a Dios como un Padre lleno de amor.

Pero no olvidemos: a Cristo lo descubrimos, lo conocemos como una persona viviente, en la Iglesia. Esta es «su cuerpo». Esta corporeidad se puede entender a partir de las palabras bíblicas sobre el hombre y sobre la mujer: los dos se harán una sola carne (cfr. Gn 2, 24; Ef 5, 30 ss; 1 Cor 6, 16 s). El vínculo indisoluble entre Cristo y la Iglesia, a través del poder unificador del amor, no niega el “tú” y el “yo”, sino que los eleva a su unidad más profunda.

Encontrar la propia identidad en Cristo significa lograr una comunión con Él, que no me anula, sino me eleva a la dignidad más alta, aquella de hijo de Dios en Cristo: “la historia de amor entre Dios y el hombre consiste en el hecho de que esta comunión de voluntad crece en la comunión del pensamiento y del sentimiento, y por lo tanto nuestra voluntad y la de Dios coinciden cada vez más” (Encíclica *Deus caritas est*, 17). Orar significa elevarse a la altura de Dios a través de una necesaria y gradual transformación de nuestro ser”.¹⁶⁹

Para encontrar a Jesús y conocerle son necesarias algunas condiciones.

En primer lugar, hacer silencio en nuestro interior. Dejar que emerja desde lo profundo del corazón ese ardiente deseo de ver a Dios que existe en todo hombre, en ocasiones sofocado por los ruidos del mundo y por las seducciones de los placeres. Si se deja que emerja ese deseo podremos llegar a la maravillosa experiencia del encuentro con Jesús, que nos busca apasionadamente. Se percibe en lo profundo del corazón que todos los bienes de la tierra, todos

169 Benedicto XVI, audiencia del 3 de octubre de 2012.

los éxitos profesionales, el mismo amor humano soñado, no podrán satisfacer plenamente las expectativas personales más íntimas y profundas. Solo el encuentro con Jesús podrá dar pleno sentido a la vida: “Nos hiciste, Señor, para ti, e inquieto está nuestro corazón hasta que descanse en ti”,¹⁷⁰ escribió san Agustín después de superar la aventura gnóstica de un falso Jesús.

El deseo de Dios lleva a la conversión a Cristo. Ver a Jesús, contemplar su rostro. Y el medio para conocerle es la fe de la Iglesia, que proviene, principalmente, de los Evangelios. Desde el principio, la Iglesia rechazó muchos escritos que se pretendían evangelios, pero que no tenían raíz apostólica: no concordaban con la tradición de la fe o carecían de la aprobación de las primeras comunidades cristianas. Los evangelios apócrifos hablan de Jesús, pero sin la garantía de la Iglesia. Los evangelios gnósticos pretenden mostrar doctrinas secretas incompatibles con la fe y con el verdadero Cristo.

Veamos la segunda condición para encontrar a Jesús: ¿Cómo buscarlo? “Hemos de buscarlo con los ojos de la carne en los acontecimientos de la vida y en el rostro de los demás; pero se ha de buscar también con los ojos del alma a través de la oración y de la meditación de la Palabra de Dios pues «la contemplación del rostro de Cristo se centra sobre todo en lo que de Él dice la Sagrada Escritura»”, enseña Juan Pablo II.

Después viene el crecimiento es ese descubrimiento hasta su misma intimidad, como decir:

“¡Oh, Verbo de Dios! Eterno, Principio sin inicio y sin fin. Mi alma te adora desde que fue creada, pues Tú existías antes de todas las cosas. Todo fue hecho por Ti y sin Ti no se hizo nada de cuanto ha sido hecho, cuanto ha sido hecho por Ti es vida. Verbo Eterno, engendrado por Dios Padre, Amor hacia Ti que tú correspondeste procediendo de ambos el Espíritu Santo. Contemplo este Misterio de Amor y mi alma ansía estar sumergida en la Trinidad Beatísima. Amor hecho Hombre, Unigénito del Padre, tu Humanidad no me impide ver tu Divinidad, perfecto Dios, perfecto Hombre, Misterio de Dios, descubierto por amor a los hombres. Amo tu Humanidad, adoro tu Divinidad, desaparezco en tu eternidad. ¡Oh, Dios mío! Mi alma siempre ha sido tuya, pero sin ella saberlo, y ahora la haces participar de tu intimidad y desearía estar siempre así, recogida en la Santísima Trinidad. Estando en este estado mi alma, me sobran los sentidos, se duermen las personas mundanas, se eleva el espíritu, y queda suspendida en el tiempo que no pertenece a este tiempo. Se da cuenta de que está con el Eterno, y no tiene miedo, y le canta, y le alaba con los ángeles, y ama, ama y cuando cree que ya ama mucho, vuelve a empezar a amar todo en quieras unirla por siempre a Ti”.¹⁷¹

170 San Agustín, *Confesiones I*, 1.

171 MPT, 10 de febrero de 2001.

Y el siguiente paso es imitar a Jesús. Meterse en la vida de Jesús y descubrir en ella el sentido de la propia vida. Imitar no es copiar, cosa imposible. Imitar es mirar, aprender y solicitar al Espíritu Santo que lo haga vida en el propio vivir. La Sagrada Escritura se quedaría letra muerta si no la hiciera eficaz el Espíritu Santo: “Todas las palabras de Dios contenidas en las Escrituras [...] están llenas del Espíritu Santo”.¹⁷² La Escritura no se puede “entender sin la ayuda del Espíritu Santo”.¹⁷³ Es Él quien prepara el corazón del hombre para la escucha, lo vuelve capaz y deseoso de acoger la Palabra. Ya el acto de fe es don del Espíritu. El hombre al creer sale de sí para confiarse a Dios, precisamente porque el Espíritu Santo le ilumina para comprender con afecto y buena voluntad. Creer no es un sentimiento vago, ni solo un deseo piadoso; es la respuesta a la llamada divina, es consentir que sea Dios el que actúe junto al hombre en la propia historia personal. La fe revela al hombre “su altísima vocación”.¹⁷⁴

El Espíritu Santo revela a Cristo y abre los ojos del orante. Es Él el que pone a los creyentes en contacto vital con el Padre a través de Cristo. Entonces el cristiano puede contemplar “con los ojos del Espíritu Santo a la Divinidad, que permanece escondida en su epifanía”.¹⁷⁵ Una imagen puede servir para entender esta realidad. El hombre es como un barro informe. El Espíritu Santo es el modelador que tiene por modelo a Jesús. Si el orante es dócil, poco a poco va adquiriendo los rasgos de Cristo. Si es duro, el Artista divino puede hacer poco. Y si es demasiado blando, se deshará el trabajo. Si está en su punto, el Espíritu Santo hará de ella una obra de arte. Tras la cocción en el horno, la obra estará acabada.

La vida de Cristo es tan rica que cabe imitarlo en muchos aspectos. Los pensamientos y acciones del orante vendrán a ser conformes con los de Cristo que será verdaderamente “la vida” del cristiano.

Esta vida cristiana es resultado de una doble cooperación: la de Dios que nos configura con la imagen de su Hijo; y la nuestra por la que procuramos reproducir esa imagen en nosotros. Si el cristiano está incorporado al Salvador por la gracia divina, tiene la obligación de conformar su vida a la suya; y de imitarla lo más perfectamente posible. Es esencial “tener los mismos sentimientos que tuvo Cristo Jesús”.¹⁷⁶ Las acciones exteriores no son más que la traducción o la manifestación externa de las disposiciones interiores del alma. Si pensamos como Jesús, obraremos como Él. Es esencial confor-

172 San Hilario de Poitiers, *Comentario de los Salmos*, 118.

173 San Jerónimo, *Cartas*, 120.

174 GS 22.

175 Máximo el Confesor, *Ambigua*.

176 Col 1, 18.

mar nuestros pensamientos y sentimientos íntimos con los de Cristo. Se trata de ser hijos de Dios en el Hijo Jesús.

El orante pasa a ser un hijo de Dios, “otro Cristo”, incluso “el mismo Cristo”. Esa “filiación divina se traduce en un deseo ardiente y sincero, tierno y profundo a la vez, de imitar a Jesucristo como hermanos suyos, hijos de Dios Padre, y de estar siempre en la presencia de Dios. Filiación que lleva a vivir vida de fe en la Providencia y que facilita la entrega serena y alegre a la divina Voluntad”.¹⁷⁷

Leer el Evangelio y meditar la vida de Jesús no basta. No es suficiente con leer y recordar algo que pasó. Se precisa hacer presente el acontecimiento como si eso ocurriese ahora mismo y ser uno más en la escena. No solo hay que leer, presenciar la escena, sino vivirla: estar cerca del Señor, acompañarlo. Más aún, ponernos en su lugar, “poner nuestras espaldas cuando le azotan. Ofrecer nuestra cabeza en la corona de espinas”,¹⁷⁸ meterse en las llagas de Jesús¹⁷⁹ entre otras acciones interiores.

Jesús, Dios y Hombre verdadero, ha vivido como una persona más todas las etapas humanas: nacimiento, niñez, adolescencia, juventud y madurez. Ha trabajado con sus manos como un artesano y ha tenido todos los sentimientos humanos: ríe, llora, es valiente, tiene miedo y, sobre todo, ama a todos, incluso a los enemigos. Mirar la vida de Jesús, verdadero Dios y verdadero Hombre, requiere saber que nos encontramos ante un misterio humano, porque es perfecto Hombre y Perfecto Dios. La divinidad se expresa corporalmente. Es necesario dar un salto para que este descubrimiento se haga vida en nuestra vida.

Los cambios de oración en el alma no siguen de modo lineal los misterios de la vida de Cristo, pero sí deben reproducir de alguna manera todos los pasos de Jesús en la tierra.

Aquí vamos a seguir la vida de Jesús en orden cronológico, relacionándola con algunos estados de la vida del orante y diversas tradiciones y devociones que han surgido en la vida de la Iglesia fruto de la vida de los santos.

Infancia espiritual

San Francisco de Asís, después de su viaje a Tierra Santa, empieza la devoción de los belenes. Esta tradición se ha extendido a la mayoría de los hogares cristianos. La vida de infancia espiritual también tiene su origen en la infancia de Jesús. Eso es así porque la infancia de Cristo es muy evocadora para el orante. Ver a Cristo necesitado de todo, pobre, inerme, silencioso,

177 Vázquez de Prada, *El fundador del Opus Dei*, vol. III, ed. Rialp, p. 423.

178 *Amigos de Dios*, n. 216.

179 *Camino*, n. 555.

en vida de familia, la paciencia de Dios, la adoración de los pastores y de los sabios, etc., son motivos para orar y para imitar. Más aún cuando el mismo Jesús en su ministerio ha dicho que “si no os volvéis y hacéis como niños, no entraréis en el reino de los cielos. Quien se haga pequeño como este niño, ese es el más grande en el reino de los cielos. Y quien reciba en mi nombre a un niño como este, a mí me recibe”.¹⁸⁰ Lucas añade que diciéndolo “tomó a un niño y lo puso junto a sí”.¹⁸¹ Marcos añade que lo dijo “abrazando a un niño”.¹⁸²

San Josemaría desarrolla ampliamente la vida de infancia como consecuencia de la efusión del Espíritu Santo que en el año 1931 le hace sentir y clamar *Abbá*.¹⁸³ En aquellos meses escribe de un tirón *Santo Rosario* meditando sus quince misterios. Dice en el prólogo: “Dame a conocer el camino que he de seguir; porque a ti he levantado mi alma (Ps 142, 8). “He de contar a esos hombres un secreto que puede muy bien ser el comienzo de ese camino por donde Cristo quiere que anden. Amigo mío: si tienes deseos de ser grande, hazte pequeño. Ser pequeño exige creer como creen los niños, amar como aman los niños, abandonarse como se abandonan los niños..., rezar como rezan los niños. Y todo esto junto es preciso para llevar a la práctica lo que voy a descubrirte en estas líneas: *El principio del camino*, que tiene por final la completa locura por Jesús, es un confiado amor hacia María Santísima. —¿Quieres amar a la Virgen? —Pues, ¡trátala! ¿Cómo? —Rezando *bien* el Rosario de nuestra Señora. Pero, en el Rosario... ¡decimos siempre lo mismo! —¿Siempre lo mismo? ¿Y no se dicen siempre lo mismo los que se aman?... ¿Acaso no habrá monotonía en tu Rosario, porque en lugar de pronunciar palabras como hombre, emites sonidos como animal, estando tu pensamiento muy lejos de Dios? —Además, mira: antes de cada decena, se indica el misterio que se va a *contemplar*. —Tú... ¿has *contemplado* alguna vez estos misterios? *Hazte pequeño*. Ven conmigo y —este es el nervio de mi confianza— viviremos la vida de Jesús, María y José. Cada día les prestaremos un nuevo servicio. Oiremos sus pláticas de familia. Veremos crecer al Mesías. Admiraremos sus treinta años de oscuridad... Asistiremos a su Pasión y Muerte... Nos pasmaremos ante la gloria de su Resurrección... En una palabra: contemplaremos, locos de Amor (no hay más amor que el Amor), todos y cada uno de los instantes de Cristo Jesús”.¹⁸⁴

180 Mt 18, 2-5.

181 Lc 9, 47.

182 Mc 9, 36.

183 *Comentario crítico al Santo Rosario*, ed. Rialp, 2011.

184 San Josemaría, *Santo Rosario*, prólogo.

En sus escritos es muy frecuente la referencia a esa vida de infancia, señalando que requiere mucha madurez y reciedumbre ese ser menor que un niño de dos años, lejos de las soberbias de los adultos que se atribuyen todo mérito a sí mismos, o se complican sin abandonarse en los brazos poderosos de su Padre Dios.¹⁸⁵

Mucha influencia ha tenido en la Iglesia la doctrina de santa Teresa del Niño Jesús. Por ejemplo, ser como una pelotita en manos del Niño Jesús, subir en el ascensor en lugar de por la escalera o cuidar por amor lo pequeño. Así lo cuenta ella.

Primero, su conversión: “Era necesario que Dios hiciera un pequeño milagro para hacerme *crecer* en un momento, y ese milagro lo hizo el día inolvidable de Navidad.¹⁸⁶ En esa *noche* luminosa que esclarece las delicias de la Santísima Trinidad, Jesús, el dulce *niñito* recién nacido, cambió la noche de mi alma en torrentes de luz... En esta *noche*, en la que él se hizo *débil* y doliente por mi amor, me hizo a mí *fuerte* y valerosa; me revistió de sus armas, y desde aquella noche bendita ya no conocí la derrota en ningún combate, sino que, al contrario, fui de victoria en victoria y comencé, por así decirlo, «una carrera de gigante».

[45r^o] Se secó la fuente de mis lágrimas, y en adelante ya no volvió a abrirse sino muy raras veces y con gran dificultad, lo cual justificó estas palabras que un día me habían dicho: «Lloras tanto en la niñez, que más tarde no tendrás ya lágrimas que derramar...».

Fue el 25 de diciembre de 1886 cuando recibí la gracia de salir de la niñez; en una palabra, la gracia de mi total conversión”.¹⁸⁷ Más tarde, en la profesión como carmelita, dice: “Verdaderamente, estoy lejos de ser santa, y nada lo prueba mejor que lo que acabo de decir. En vez de alegrarme de mi sequedad, debería atribuirle a mi falta de fervor y de fidelidad. Debería entristecerme por dormirme (¡después de siete años!) en la oración y durante la acción de *gracias*. Pues bien, no me entristezco... Pienso que los *niños* agradan tanto a sus padres mientras duermen como cuando están despiertos”.¹⁸⁸

Imitar la vida de infancia de Jesús es una fuente de agua abundante donde puede beber el orante.

185 *Camino*, Vida de infancia.

186 En la noche del viernes 24 al sábado 25 de diciembre de 1886, el día de la “conversión” de Paul Claudel, y la “primera Navidad cristiana” de Carlos de Foucauld.

187 *Historia de un alma*, cap. V, 1986-87.

188 *Ibíd.* cap. VIII.

Vida oculta

El beato Juan XXIII concedió indulgencias al trabajo ofrecido a Dios. Pero no era común pensar en el trabajo como oración. Es más, se consideraba un obstáculo. La conversión del trabajo en oración es una aspiración y una realidad predicada por san Josemaría y que constituye una novedad en la vida de la Iglesia, no en la vida de Jesús, María y José. El mundo se convierte en el altar de los bautizados que pasan a ser sacerdotes de su propia existencia, cuya materia de entrega es su labor profesional. Observemos la vida de Jesús. Durante treinta años no se escucha la palabra del Hijo de Dios. Los evangelios han querido guardar silencio sobre sus dichos y hechos. Pero, ¿no dijo nada? Sí, pero en silencio. Jesús habló con su elocuente silencio. Sus hechos dirán más que los discursos. A lo largo de estas páginas podremos ver los sollozos del Niño Dios, el trabajo tenaz del artesano Jesús, su convivencia familiar y, sobre todo, nos sentiremos observados por el Verbo de Dios que convive con nosotros en una vida como la de cualquier hombre.

Jesús asumió todo lo humano, menos el pecado: la familia, el hogar, el trabajo, la lengua, las costumbres de un país... El nombre con el cual le designarían sus contemporáneos es el de Jesús de Nazaret. Es decir, aquel vecino que vivía en aquel pueblo llamado Nazaret, conocido de todos. Es comprensible la extrañeza y la sorpresa de los que oían y veían a Jesucristo al comenzar su vida pública, hablando palabras llenas de sabiduría y haciendo milagros. Esta sorpresa se manifiesta en expresiones como: “¿No es este el hijo de José?”. Treinta fueron los años vividos por Jesús como uno más entre sus contemporáneos. A esos treinta años se les suele llamar la vida oculta de Jesús, en contraste con los tres años de vida pública en los que predica su mesianidad y manifiesta su divinidad.

¿Fue acaso ese largo tiempo vivido por Jesús en Nazaret un tiempo de preparación cuidadosa para los intensos tiempos de predicación que vendrían después? No parece que haya sido así, ya que nos habría quedado de ello algún rastro, aunque fuera pequeño. Y lo que ha quedado es, más bien, la reacción sorprendida de los que convivieron con Él, que no se explican ni sus palabras, ni sus acciones extraordinarias. Y si no fue un tiempo de preparación, ¿fue solo un tiempo de espera? ¿O quizás un tiempo perdido?

Frente a estas explicaciones se puede decir que Dios está hablando calladamente, de modo silencioso, en la vida oculta de Jesús. San Josemaría reflexiona sobre estos años y declara con lucidez: “Permitidme que vuelva de nuevo a la ingenuidad, a la sencillez de la vida de Jesús, que ya os he considerado tantas veces. Esos años ocultos del Señor no son algo sin significado, ni tampoco una simple preparación de los años que vendrían después, los de su vida pública. Desde 1928 comprendí con claridad que Dios desea que los cristianos tomen ejemplo de toda la vida del Señor. Entendí

especialmente su vida escondida, su vida de trabajo corriente en medio de los hombres: el Señor quiere que muchas almas encuentren su camino en los años de vida callada y sin brillo. Obedecer a la voluntad de Dios es siempre, por tanto, salir de nuestro egoísmo; pero no tiene por qué reducirse principalmente a alejarse de las circunstancias ordinarias de la vida de los hombres, iguales a nosotros por su estado, por su profesión, por su situación en la sociedad”.

Los treinta años de vida oculta de Jesús muestran el valor de lo ordinario. Es frecuente entre los hombres conceder más valor a lo vistoso y extraordinario que a lo que se suele realizar de un modo corriente y sin brillo. Según este criterio solo tendrían valor las vidas de los grandes hombres; y solo cuando realizan algo extraordinario, no cuando su vida transcurre por cauces discretos. ¿Qué decir entonces de la vida de la mayoría de los mortales, con poquísimos hechos fuera de lo común? Para miradas poco perspicaces, sus vidas pueden parecer números, o como luces que se encienden y se apagan. Y poco más. Pero para la mirada de Dios no es así. Ya el hecho de que el alma de cada hombre ha sido creada por Dios lleva a ver a cada hombre como único, irrepitible y amado por sí mismo.

La Redención lleva a mucho más lejos. La Encarnación da un valor infinito a cada hombre: su precio es la misma sangre de Cristo. Esto es notorio en la vida oculta de Jesús, allí los hombres no captan nada extraordinario. En cambio, todo lo que hace el Hijo de Dios tiene valor redentor infinito. Jesús asume las realidades humanas por pequeñas que sean. Enseña, en la práctica, que el valor de la vida de los hombres viene dado por el amor con que viven, importando mucho menos las circunstancias exteriores que les rodean.

La luz emitida por la vida ordinaria y oculta de Jesús —Dios y Hombre— diviniza lo que parece trivial, corriente o, incluso, intranscendente. Con esta perspectiva, lo que los hombres llaman éxito o fracaso, lo que consideran ordinario o extraordinario, varía notablemente. Lo valioso es vivir como vivió Jesús: ante Dios y con amor. Tan importante es comprender este punto que se puede decir con rotundidad: “que no hay otro camino, hijos míos: o sabemos encontrar en nuestra vida ordinaria al Señor, o no lo encontraremos nunca”.

“El camino es vivir santamente la vida ordinaria [...]; dejasos, pues, de sueños, de falsos idealismos, de fantasías, de eso que suelo llamar mística ojalatera —¡ojalá no tuviera esta profesión, ojalá tuviera más salud, ojalá fuera joven, ojalá fuera viejo!— y ateneos, en cambio, sobriamente, a la realidad más material e inmediata, que es donde está el Señor”.

Los planes de Dios se revelan en lo ordinario: nos quiere santos en la situación que nos es dado vivir. Dios no te arranca de tu ambiente, no te

remueve del mundo, ni de tu estado, ni de las ambiciones humanas nobles, ni de tu trabajo profesional... pero, ahí, ¡te quiere santo!”¹⁸⁹

En Nazaret Jesús trabajó. Es lógico que lo hiciese así, ya que el hombre fue creado para que trabajase, como lo indica el libro del Génesis. Tras el pecado original, al trabajo se añade la pena de la dificultad y del cansancio. Pero el trabajo sigue siendo esencial en la condición humana, aunque puede estar bajo la influencia del pecado. Jesús asume el trabajo humano porque es hombre, pero también para redimirlo del pecado. Dada la riqueza de la Redención, el trabajo pasa a ser no solo la obligación de todo hombre, sino además un medio de elevación a Dios, un medio de santificación. Lo cual hace que, después de Jesús, el trabajo tenga más importancia y trascendencia que antes del pecado original, cuando todavía no había sido deformado y desorientado.

Para ilustrar estas ideas veamos más de cerca el trabajo concreto que realizó Jesús en Nazaret. Su trabajo sería como el de José. Jesús, en su infancia ve cómo trabaja José. Y de José aprende su oficio. La divinidad de Jesús no excluye el aprendizaje y la ciencia humanos, sino que los toma. Jesús es perfecto hombre y toma el trabajo humano.

Conviene destacar que este trabajo es manual, lleno de sencillez. ¿Por qué escogió precisamente este y no otro más complejo o aparentemente más elevado? No solo por la humildad, sino también para que nadie pudiera considerar su quehacer humano excluido de los planes salvadores de Dios, como si solo los estudiantes o los doctores tuviesen un trabajo verdaderamente importante a los ojos de Dios. La dignidad del trabajo y su valor redentor se medirá por el grado de amor con que se realice y por la perfección humana que se ponga en él. A los ojos de los habitantes de Nazaret era algo natural. Pero en realidad lo que Jesús estaba realizando era mucho más grande: estaba recuperando el sentido del trabajo que el pecado original había perdido. El Redentor trabajaba con manos de hombre y ganaba el pan con el sudor de su frente, como todos los hombres; y convertía el trabajo en medio de unión con Dios. En su trabajo, sencillo y esforzado, es posible ver todos los trabajos de los hombres. Después de Cristo, el trabajo se convierte en medio de santificación personal, en medio de santificación del mundo y en medio de santificación de los demás hombres. Sin excluir en él oraciones vocales y meditación, el trabajo en sí mismo, si se dirige a Dios, pasa a ser también oración de la buena.

Ciertamente, el trabajo conserva su aspecto doloroso —cansa y fatiga—, pero esta realidad le da al trabajo la nueva dimensión: la de unirse a la Redención que realizó Jesucristo en la cruz. La lección silenciosa del traba-

189 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 174.

jo de Jesús oculto en Nazaret tiene una enorme repercusión en la vida del hombre. Con esta consideración se abren los caminos divinos de la tierra, para santificar el mundo desde dentro.

Vida pública

Jesús es Maestro. Y enseña en abundancia. Funda la Iglesia sobre sus apóstoles y discípulos. Cumple en plenitud la Alianza de Dios con su pueblo; y, a través de él, con todos los pueblos de todos los tiempos. Jesús se muestra a sí mismo como el Hijo Unigénito del Padre, uno con Él. Revela la intimidad de Dios, Padre, Hijo y Espíritu Santo. Asume el papel de Cordero Pascual que es inmolado como víctima expiatoria en la cruz. Muestra que se puede vivir de amor en la máxima dificultad, hasta la muerte, con todo el dolor y toda la humillación. Revela el valor del hombre comprándole al precio de su sangre. Y anuncia el tiempo de la Iglesia y su venida gloriosa al final de los tiempos.

Cada uno de estos aspectos debe ser imitado por los cristianos, especialmente si quieren ser almas contemplativas. Explayarnos en cada uno de ellos sería demasiado extenso para este libro. Pero sí conviene destacar algo válido para todo orante: la oración debe desbordarse en caridad hacia los demás. La medida de la calidad de la oración es un apostolado que, para los que viven en medio del mundo, se realiza a través de la amistad y de las relaciones humanas originadas, principalmente, en el trabajo y la familia.

La misión apostólica es cosa de todos los cristianos. Así lo entendieron los primeros cristianos. Pero al desarrollarse en la Iglesia la vida conventual, en la práctica se redujo esta misión a los religiosos. Es más, en la vida religiosa se distinguió entre los contemplativos y los activos; y entre estos, los misioneros y los que se quedaban en tierras ya cristianas. De un modo involuntario se excluyó a la mayoría de los bautizados de la misión apostólica de la Iglesia, cuando en realidad, todos los cristianos están llamados a ella. La consideración del trabajo como oración renueva la llamada apostólica de los laicos. De este modo, la llamada universal a la santidad es también fuente de santidad en el mundo.

“Si admitieras la tentación de preguntarte, ¿quién me manda a mí meterme en esto?, habría de contestarte: te lo manda —te lo pide— el mismo Cristo. *La mies es mucha, y los obreros son pocos; rogad, pues, al dueño de la mies que envíe operarios a su mies.*¹⁹⁰ No concluyas cómodamente: yo para esto no sirvo, para esto ya hay otros; esas tareas me resultan extrañas. No, para esto, no hay otros; si tú pudieras decir eso, todos podrían decir lo mismo. El ruego de Cristo se dirige a todos y a cada uno de los cristianos. Nadie está

190 Mt 9, 37-38.

dispensado: ni por razones de edad, ni de salud, ni de ocupación. No existen excusas de ningún género. O producimos frutos de apostolado, o nuestra fe será estéril”,¹⁹¹ dice con fuerza san Josemaría.

Jueves Santo

La vida de Cristo, y toda la historia de la humanidad, gira en torno a los tres días santos. Es lógico que cada uno de los días sea, para todas las personas, fuente de oración intensa y profunda.

El Jueves Santo es un día de paz y serenidad en la Semana Santa. En la última cena, Jesús instituye la Eucaristía y el sacerdocio. Y se expulsa en el sermón sacerdotal antes de la agonía de Getsemaní y la Pasión. Es lógico que el orante centre su oración en la vida eucarística y en el alma sacerdotal.

La institución de la Eucaristía fue así: “Mientras comían, tomó Jesús pan y, después de bendecir, lo partió y, al darlo a los discípulos, dijo: «Tomad, comed. Esto es mi cuerpo». Y tomando un cáliz y, habiendo dado gracias, lo dio a ellos, diciendo: «Bebed todos de él; porque esto es la sangre mía, de la alianza, la derramada por muchos, para remisión de los pecados»”.¹⁹² Los apóstoles recordarán con nitidez la promesa del Pan vivo en el sermón eucarístico después de la multiplicación de los panes. El Señor les proporcionó estos signos externos de su poder sobre el pan y sobre su propio Cuerpo para facilitarles creer algo tan extraordinario.

Jesús había dicho que Él era «el pan de vida; el que viene a mí no tendrá hambre, y el que cree en mí no tendrá sed».¹⁹³ Para que no se pudiesen interpretar sus palabras en su sentido simbólico, añadió: “Yo soy el pan vivo que he bajado del cielo. Si alguno come de este pan vivirá eternamente; y el pan que yo daré es mi carne para la vida del mundo”.¹⁹⁴ Ante la perplejidad de los que le escuchaban remachó el realismo de su afirmación: “mi carne es verdadera comida y mi sangre es verdadera bebida”.¹⁹⁵ Luego explicará el porqué de este misterio de amor: “El que come mi carne y bebe mi sangre permanece en mí y yo en él”.¹⁹⁶

Jesús añade tras la comida del pan y del vino: “Haced esto en memoria mía”. Es el mandato del nuevo sacerdocio. El único sacerdote es Cristo, la víctima ofrecida es él mismo. Los nuevos sacerdotes participarán en ese sacerdocio al repetir esa consagración del pan y del vino; y con “la fracción del pan”.

191 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 272.

192 Mt, 26, 26-28; Mc 14, 22-24; Lc 22, 19-20; 1 Co 11, 23-26.

193 Jn 6, 35.

194 Jn 6, 51.

195 Jn 6, 55.

196 Jn 6, 56.

Es lógico que la Eucaristía sea el centro y la raíz de la vida espiritual, o como enseña el Concilio Vaticano II, “la fuente y la raíz” de toda vida cristiana. Así, el orante no queda recluso en un interiorismo espiritual, pues la presencia de Cristo en la Eucaristía es real y totalmente sensible.

Viernes Santo

Es lógico que los orantes se inspiren enormemente en la oración de Jesús en Getsemaní. “Entonces llegó Jesús con ellos a una finca llamada Getsemaní, y dijo a los discípulos: Sentaos aquí mientras voy allá a orar”. Ocho de los discípulos se quedan en una cueva, resguardados del relente de la noche. El Señor se aleja de ellos llevándose solo a Pedro y a los dos hijos de Zebedeo, Juan y Santiago. Jesús se retira como a un tiro de piedra a un lugar donde existe una enorme roca. Y “empezó a entristecerse y a sentir angustia. Entonces les dijo: Mi alma está triste hasta la muerte. Quedaos aquí y velad conmigo”.¹⁹⁷ “Y adelantándose un poco, se postró rostro en tierra mientras oraba diciendo: Padre mío, si es posible, que pase de mí este cáliz; pero no sea como yo quiero, sino como quieras Tú”.¹⁹⁸ Jesús llama a su Padre con acentos de hijo pequeño; le llama “*Abba*”.¹⁹⁹ Entonces, “un ángel del cielo se le apareció para confortarle. Y entrando en agonía oraba con más fervor y su sudor vino a ser como gotas de sangre que caían sobre la tierra”.²⁰⁰ Todo el cuerpo está empapado de ese extraño sudor de sangre. La angustia del alma llega a ser terror. Pero no le vence, no desiste Jesús de su empeño en entregarse. Quiere la voluntad del Padre, que es la suya; no la del cuerpo, que se resiste lleno de pavor.

Jesús se rehace y se vuelca en aquellos que no saben, ni pueden, hacer más. Y les dice: “Velad y orad para no caer en tentación: pues el espíritu está pronto, pero la carne es débil”.²⁰¹ Jesús no solo lucha contra su debilidad, sino contra el príncipe de las tinieblas que está desplegando todo su poder; y sus seguidores, sin oración, no son nada. La oración será la fuerza para vencer cualquier dificultad, aun al mismo diablo con todo su extraño poder.

Ya muy entrada la noche, Cristo se retira durante un tiempo largo; y se repite la oración: la agonía que, a pesar del consuelo de un ángel, no puede superar.

Y “de nuevo se apartó por segunda vez y oró diciendo: Padre mío, si no es posible que esto pase sin que yo lo beba, hágase tu voluntad. Volvió otra

197 Mt 26, 38.

198 Mt 26, 38.

199 Mc 14, 39.

200 Lc 22, 45.

201 Mt 26, 41.

vez y los encontró dormidos, pues sus ojos estaban cargados de sueño. Y dejándolos, se apartó una vez más, y oró por tercera vez repitiendo las mismas palabras”.²⁰² Parece un desecho de los hombres; humillado, derrotado. Supera una y otra vez la tentación. La oración —vida de su vida— se hace más intensa. Un verdadero orante tendrá un ejemplo si se le presentan tentaciones interiores o exteriores: orar con más intensidad.

El Viernes Santo es muy rico en motivos de oración. El prendimiento. La traición de Judas. El abandono de los apóstoles. Los seis juicios inicuos. La flagelación. La coronación de espinas. Las burlas de los soldados. La cruz a cuestas. La crucifixión. María al pie de la cruz. El costado abierto. La sepultura. Y muchos más sucesos que siempre han enriquecido la oración de los cristianos y que aquí no podemos desarrollar.

La devoción del Viacrucis es una consideración piadosa alrededor de la Pasión, con gran influencia entre los cristianos. Pero contamos con otras devociones fruto de la contemplación de la Pasión. La Consagración al Corazón Sacratísimo de Jesús: individual, de organizaciones y de toda la Iglesia. Las letanías de esta devoción son numerosas, entre las que destacan las de san Juan Eudes. La devoción a las llagas de Cristo, que consideraremos más detenidamente. Las cruces, medallas, bendiciones con el Lignum Crucis son frecuentes, así como el signo de la cruz. Es comprensible la importancia que tiene en la oración cristiana la devoción a la cruz de Cristo. El amor a la cruz es señal clara de avance interior.

“Gracias Padre Misericordioso por revelarnos el misterio del Dolor.

El Dolor rompe el cuerpo y penetra hasta el alma. Jesucristo así nos lo enseña mostrándonos su Inmaculado Cuerpo, roto, destrozado, magullado, herido. Alzado Jesús en el Madero, lanza un grito, una pregunta al Padre. No es una queja, es una pregunta: Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado? Culminación del dolor, explosión de puro dolor que se expande por todo el Universo para Él creado. Es entonces cuando Dios desvela el Misterio del Dolor: “Padre, en tus manos entrego mi espíritu”.

“Bendito el dolor que me hace saber que soy tu hija.

Bendito el dolor que hace que me abandone en Ti.

Bendito el dolor que es tan puro como el Amor.

¡Oh, Padre, Bondad Infinita! Gracias por el dolor. Es en el dolor donde más me siento unida a tu Hijo, mi Señor Jesucristo. Al dolor y a la muerte aceptados por Amor les sigue la Resurrección y la Vida Eterna. No creamos que vamos a resucitar sin antes haber sufrido. Tenemos que morir aceptando el dolor que Dios nos quiere enviar, sea poco o mucho. No hemos de temer al dolor: somos

hijos de Dios, somos criaturas tuyas y nos ama; somos libres, por eso aceptamos su Voluntad. Todo puede ser engañoso, menos el dolor aceptado por amor a Dios y a nuestros hermanos los hombres.

Desconfiemos del placer que nos proporcionan los sentidos, desconfiemos del hacer (nuestras obras), desconfiemos del no hacer (nuestra quietud), desconfiemos del subir, desconfiemos del volar o, por lo menos, no confiemos plenamente en ello. Pero en lo que sí podemos confiar es en la aceptación del dolor aceptado por Amor. Encontraremos la paz de Dios en nuestra alma y tendremos fe en la resurrección y la Vida Eterna.

Abracemos a Jesús, cuando lo encontremos, en el Sermón de la Montaña y así nos consolará. Abracémosle cuando esté en nuestra barca y calme nuestras tempestades. Abracémosle en las “Bodas de Caná”, disfrutemos con Él. Pero no se nos puede olvidar: hemos de tener verdaderos deseos de abrazarle en la cruz; en ese estrecho abrazo que podemos dar a Jesucristo en la cruz, amaremos el dolor, entenderemos el Misterio del Dolor, no temeremos el dolor, tendremos la paz de Dios en nuestro corazón y amaremos el dolor.

Entonces gritaremos llenos de júbilo: ¡Puedo entender el Misterio del Dolor, puedo amar el dolor!

La Virgen Santísima lo abrazó y lo amó.

¿Qué creemos que es refugiarnos en su costado abierto por nuestro amor?

Refugiarse en el costado abierto de Nuestro Señor Jesucristo es sufrir con Él, desear sufrir con Él porque es nuestro Dios hecho Hombre como nosotros. Y le amamos y le adoramos. Y tenemos toda nuestra confianza puesta en lo que nos dice en la Sagrada Escritura. Y creemos en Él como Única Verdad.

¿Por qué tememos el dolor?

No huyamos del dolor, no le demos la espalda, buscando solo lo que nos complace. El dolor aceptado y ofrecido a Dios por amor purifica y ennoblece al hombre: nos eleva de animal a hijo de Dios (los animales buscan satisfacer sus instintos naturales de placer, pero ninguno busca el dolor). No creamos que en el placer encontraremos la paz de Dios: es en el dolor donde lo hallaremos. Pidamos a Dios que nos descubra el Misterio del Dolor, para poder entenderlo. A mí me lo ha concedido.

Cuando voy a recibir el Cuerpo de mi Señor, Jesús Sacramentado, le digo: «Deseo unirme a tu Cuerpo Herido y lleno de dolor por mis pecados, deseo recibirte con tus amorosas heridas que me purifican. Me das a comer tu Carne después del Santo Sacrificio del altar, y en tus heridas penetro, participo de tu Dolor, que es Amor al Padre y a los hombres y a tu Iglesia.

Tus heridas y tu dolor penetran en mi corazón, que es tu Corazón y el de tu Santísima Madre, traspasados por el dolor. Y mi alma se purifica: se enamora y ama el dolor.

Hal lo la paz al recibir tu Cuerpo Herido, ahora ya glorificado en el Padre por los siglos de los siglos. Amén»».²⁰³

Las llagas de Cristo

La devoción a las llagas de Cristo ha tenido muchos seguidores en la Iglesia. Las cinco heridas abiertas en el Cuerpo crucificado han sido con frecuencia fuente de oración.

Así lo expresa *Camino*: “*¡Verdaderamente es amable la Santa Humanidad de nuestro Dios!* —Te «metiste» en la llaga santísima de la mano derecha de tu Señor, y me preguntaste: «Si una herida de Cristo limpia, sana, aquieta, fortalece y enciende y enamora, ¿qué no harán las cinco, abiertas en el madero?»”.²⁰⁴

Santa Teresa de Jesús, después de muchos años de entrega tibia a Dios —según ella— tuvo su gran conversión y accedió a una vida de entrega fervorosa y santa sin paliativos. Veamos cómo lo cuenta: “Pues andaba mi alma cansada y, aunque quería, no la dejaban descansar las ruines costumbres que tenía. Acaeciome que, entrando un día en el oratorio, vi una imagen que habían traído allí a guardar, que se había guardado para cierta fiesta que se hacía en casa. Era de Cristo muy llagado, y tan devota que, mirándola, toda me turbó de verle tal, porque representaba bien lo que pasó por nosotros. Fue tanto lo que sentí de lo mal que había agradecido aquellas llagas, que el corazón me parece que se me partía, y arrojéme cabe Él con grandísimo derramamiento de lágrimas, suplicándole que me fortaleciese ya de una vez para no ofenderle”.²⁰⁵

La espiritualidad cristiana en torno a las llagas de Cristo es muy antigua. San Agustín, ya en el siglo V, reza ante ellas de este modo: “Cuando algún feo pensamiento me fatiga, vuestras llagas Señor, me son escudo; cuando el mundo me acosa, me son refugio; cuando el demonio se embravece y como león da bramidos para tragarme, en poniéndome debajo de vuestras alas, en entrando en vuestras llagas, pierde su fuerza y huye de mí. Las llamas de mi concupiscencia que arden en mí, con la sangre que corre de vuestro amoroso pecho se apagan y la vanidad del mundo se conoce y se vence, y la rabia de Satanás se debilita y enfrena. En todas las adversidades, en todas las congojas y quebrantos de mi corazón, no hallo otro remedio más eficaz que vuestra cruz y vuestras llagas. Vuestra llagas sacratísimas son el báculo de mi peregrinación, el gobernalle de mi navío, el puerto de mi navegación, el apoyo de mi alma desmayada y descaecida, el maná de este desierto, el

203 MPT, 9 de abril de 2002.

204 *Camino*, n. 555.

205 *Vida*, 10, 1.

descanso de mis trabajos, la salud de mis enfermedades, la vida de mi continua muerte, mi gloria, mi esperanza y todo mi bien. En estas llagas duermo seguro y sin sobresalto. Cristo murió por mí, ¿qué cosa puede haber tan amarga que con esta palabra no se haga dulce?”²⁰⁶

El Corazón de Jesús

Las apariciones a santa Margarita María de Alacoque y la colaboración de su director espiritual san Claudio de la Colombière dieron un notable impulso a esta devoción, unidas a diversas consagraciones al mismo.

El Corazón de Jesús, abierto en la cruz, es la última demostración corporal del amor divino. Este Amor revela a cada hombre lo querido que es por Dios, y hasta dónde puede llegar un amor verdadero. El Corazón de Cristo encierra en él un tesoro que todo hombre ha de desvelar y que se manifiesta al que lo busca. Sangre y agua manaron del costado abierto del Señor. Es frecuente, desde los primeros siglos de la Iglesia, ver un simbolismo querido por Dios en esta agua y en esta sangre. Bautismo, eucaristía, penitencia, sacerdocio se unen de un modo íntimo para derramar la gracia divina sobre los hombres. Aquí se concreta la Nueva Alianza en su sangre, anunciada en la cena pascual: en unos signos sensibles y eficaces de la gracia que son los sacramentos; “clarísimos dones del Corazón de Jesús” les llama Pío XI; además de frutos del Sacrificio. Y continúa san Josemaría: “del Corazón traspasado del Redentor nació la Iglesia, verdadera dispensadora de la sangre de la Redención; y del mismo fluye abundantemente la gracia de los sacramentos que a los hijos de la Iglesia comunican vida sobrenatural, como leemos en la Sagrada Liturgia. Del Corazón abierto nace la Iglesia, desposada con Cristo... Tú, que del Corazón haces manar la gracia”.²⁰⁷

Refugio y cobijo para el orante son las llagas de Cristo. Se va produciendo en el alma que ama a Jesús lo que dijo Juan Pablo II hablando del Corazón de Cristo como horno de caridad: “El horno arde, quema todo lo material, sea leña u otra sustancia fácilmente combustible”. “El Corazón de Jesús, el Corazón humano de Jesús, quema con el amor que lo colma. Y este es el amor al Eterno Padre y el amor a los hombres: a las hijas y a los hijos adoptivos. El horno quemando, poco a poco se apaga. El Corazón de Jesús, en cambio, es horno inextinguible. En esto se parece a la “zarza ardiente” del libro del Éxodo, en la que se reveló Dios a Moisés. La zarza que ardía con el fuego, pero no se consumía [...]. Corazón de Jesús, horno ardiente de caridad. El horno, mientras arde, ilumina las tinieblas de la noche y calienta los cuerpos de los viandantes ateridos” (23 de junio de 1985).

206 San Agustín, *Sermones*.

207 *Es Cristo que pasa*, n. 167.

Sábado Santo

Al tercer día resucitaré, anuncia por tres veces Jesús a los suyos. Cuarenta horas permaneció en el Santo Sepulcro. El Sábado Santo y parte del viernes y del domingo. La meditación de este tiempo la condensa la Iglesia en el Credo diciendo: “descendió a los infiernos”.

La palabra hebrea traducida por “infiernos” es *seol*, que literalmente significa “lugar de los muertos”. ¿Qué ocurre con las almas inmortales de los difuntos? No tienen vida material, sino espiritual. Al no haber resucitado Cristo no ha llegado a ellos la Salvación y coexisten ángeles, demonios, almas rectas y almas de pecadores obstinados. El descenso del alma humana de Jesús realiza la separación deseada por los justos de todos los tiempos. Los justos reciben la gracia de la salvación: vivir en Dios a un nivel superior al de la felicidad natural. Es la creación del cielo como lo entendemos ahora por la fe. Los demonios permanecen en su obstinación rebelde, igual que los pecadores que se autoexcluyen del cielo. Es la creación del infierno, o por entenderlo mejor, el no-cielo. Las almas todavía no purificadas, pero que no están obstinadas en el mal, por los méritos de Cristo y los de la Iglesia, que en ese día es Santa María, reciben la oportunidad de purificarse. Es la creación del purgatorio, tiempo de misericordia.

Este día lleva a la necesaria meditación personal en torno al más allá, donde se conjugan en Cristo, hasta el mínimo detalle, la mayor misericordia y justicia a la vez.

También María es fuente de oración: su soledad, su sufrimiento, su fe en la oscuridad... Es el día del silencio en el que la Iglesia suprime toda liturgia en espera de la Resurrección en un *Sabbat* perfecto.

También es fuente de oración el cuerpo muerto de Jesús al mostrar la impotencia y el silencio pleno en la oscuridad, como espera contra toda esperanza.

Resurrección

Toda la vida cristiana adquiere su luz y su fuerza del misterio pascual. Cristo ha vencido al diablo con sus mismas armas. Ha vencido a la muerte. Ha vencido al dolor convirtiéndolo en un sacrificio de valor infinito. La vida humana ha dejado de ser una tragedia para convertirse en un drama de un final maravilloso. Entre las espiritualidades centradas en la Resurrección se puede situar la de las heridas luminosas de Cristo conservadas en su Cuerpo resucitado. Las llagas de Cristo glorioso son diferentes a las de Cristo crucificado. No son heridas de dolor y de injusticia, sino condecoraciones de un vencedor. Son heridas luminosas, como se las ha llamado en ocasiones. No sangran, pero Jesús las conserva. A los hombres les muestra la esperanza de la victoria. No hay dolor que no pueda ser vencido. Cristo ha vencido a

la muerte y al dolor. ¿Quién puede decir que ha vencido a la muerte? Solo Cristo. La intuición egipcia de vencer a la muerte con el conocimiento y la magia, como narra el mito de Osiris, no pasa de ser deseo imposible. Solo Cristo vence a la muerte y a su causa, el pecado y el diablo. Uniéndose a Cristo, las heridas que produce el pecado en el hombre también se transforman en las condecoraciones del luchador y —con la gracia de Dios— vencedor.

Vivir la vida de Cristo es vivir la experiencia bautismal. En el bautismo la persona humana se implica realmente en aquello que un día aconteció a Cristo: en su Misterio Pascual. Este es el profundo significado del bautismo. Somos bautizados en Cristo Jesús, en su muerte. El bautismo confiere los efectos que Dios dispuso que tuviera la muerte de su Hijo: la liberación del dominio de Satanás y la destrucción del pecado.

“*Cristo vive*. Esta es la gran verdad que llena de contenido nuestra fe. Jesús, que murió en la cruz, ha resucitado, ha triunfado de la muerte, del poder de las tinieblas, del dolor y de la angustia. *No temáis*, con esta invocación saludó un ángel a las mujeres que iban al sepulcro; *no temáis*. *Vosotras venís a buscar a Jesús Nazareno, que fue crucificado: ya resucitó, no está aquí. Hæc est dies quam fecit Dominus, exultemus et lætemur in ea*; este es el día que hizo el Señor, regocijémonos. El tiempo pascual es tiempo de alegría, de una alegría que no se limita a esa época del año litúrgico, sino que se asienta en todo momento en el corazón del cristiano. Porque Cristo vive: Cristo no es una figura que pasó, que existió en un tiempo y que se fue, dejándonos un recuerdo y un ejemplo maravillosos. No: Cristo vive. Jesús es el Emmanuel: Dios con nosotros. Su Resurrección nos revela que Dios no abandona a los suyos. ¿*Puede la mujer olvidarse del fruto de su vientre, no compadecerse del hijo de sus entrañas? Pues aunque ella se olvidare, yo no me olvidaré de ti*, había prometido. Y ha cumplido su promesa. Dios sigue teniendo sus delicias entre los hijos de los hombres”.²⁰⁸

Ascensión

Tras la Ascensión los cristianos sienten la obligación de continuar la misión de Cristo en la tierra, santificando la creación y ayudando a todos a vivir cara a Dios. “Con la maravillosa normalidad de lo divino, el alma contemplativa se desborda en afán apostólico: *me ardía el corazón dentro del pecho, se encendía el fuego en mi meditación*. ¿Qué fuego es ese sino el mismo del que habla Cristo: *fuego he venido a traer a la tierra y qué he de querer sino que arda?* Fuego de apostolado que se robustece en la oración: no hay medio mejor que este para desarrollar, a lo largo y a lo ancho del mundo, esa batalla pací-

208 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 102.

fica en la que cada cristiano está llamado a participar: cumplir lo que resta que padecer a Cristo. Jesús se ha ido a los cielos, decíamos. Pero el cristiano puede, en la oración y en la Eucaristía, tratarle como le trataron los primeros doce, encenderse en su celo apostólico, para hacer con Él un servicio de corredención, que es sembrar la paz y la alegría”.²⁰⁹

El apostolado es un mandato imperativo de Cristo, tanto para las personas en clausura, como para las que viven en medio del mundo. Sin oración, el apostolado es imposible. El apostolado es el fruto de la oración bien hecha.

Pentecostés

Las espiritualidades centradas en el Espíritu Santo contienen un profundo sentido de la libertad, gozo y paz. “Unión con la cruz, finalmente, porque en la vida de Cristo el calvario precedió a la Resurrección y al Pentecostés, y ese mismo proceso debe reproducirse en la vida de cada cristiano: *somos —nos dice san Pablo— coherederos con Jesucristo, con tal que padezcamos con Él, a fin de que seamos con Él glorificados*. El Espíritu Santo es fruto de la cruz, de la entrega total a Dios, de buscar exclusivamente su gloria y de renunciar por entero a nosotros mismos. Solo cuando el hombre, siendo fiel a la gracia, se decide colocar en el centro de su alma la cruz, negándose a sí mismo por amor a Dios, estando realmente desprendido del egoísmo y de toda falsa seguridad humana, es decir, cuando vive verdaderamente de fe, es entonces y solo entonces cuando recibe con plenitud el gran fuego, la gran luz, la gran consolación del Espíritu Santo. Es entonces también cuando vienen al alma esa paz y esa libertad que Cristo nos ha ganado, que se nos comunican con la gracia del Espíritu Santo. *Los frutos del Espíritu son caridad, gozo, paz, paciencia, benignidad, bondad, longanimidad, mansedumbre, fe, modestia, continencia, castidad: y donde está el Espíritu del Señor, allí hay libertad*”.²¹⁰

La vida sacramental del orante

Los sacramentos son las huellas de Cristo en la tierra. Las oraciones litúrgicas de los sacramentos reflejan la tradición viva de la Iglesia que poco a poco los configura sobre lo esencial instituido por Jesucristo y son de gran calidad, muy cuidadas por la Iglesia jerárquica. También los gestos y ornamentos de la liturgia, así como los edificios de las iglesias, que tienen ser aprobados por las autoridades legítimas.

209 *Ibíd.*, n. 120.

210 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 132.

Los sacramentos, además de dar la gracia de modo eficaz, son un alimento que cada uno aprovecha según sus disposiciones: su fe y su libertad. Los sacramentos son las huellas de Cristo en el caminar de la Iglesia en la Historia. Agua, aceite, pan, vino e imposición de las manos, junto a la palabra, son signos sensibles, como lo fue el Cuerpo de Cristo. Es comprensible que el orante cristiano desarrolle una devoción sacramental uniendo materia y espíritu, como cuerpo y alma es el ser humano. El centro de todos los sacramentos es la Eucaristía: es la fuente y cumbre de todos ellos. La devoción de muchos cristianos se ha centrado en la Eucaristía, especialmente en la presencia real de Cristo en los sagrarios de las iglesias. La meta es ser *Almas de Eucaristía* pasando por la puerta del bautismo, la penitencia y de los demás sacramentos que capacitan para determinadas funciones en el Cuerpo místico de Cristo. El orante cristiano no debe centrarse en una introspección personal, sino que su oración, con hechos concretos, ha de ser litúrgica.

Los sacramentos que se pueden vivir con frecuencia son la penitencia y la Eucaristía. Su práctica periódica facilita al orante su necesaria conversión continua y el ser muy conscientes de que vive del don de Dios. En la Santa Misa el orante se une a la oración de Jesús sacerdote y víctima del sacrificio perfecto, dirigida al Padre y colaborando el Espíritu Santo. La bendición del Santísimo Sacramento y su exposición son modos de hacer más visibles la presencia de Jesús en el sagrario y de facilitar su adoración. En la penitencia el orante sigue el camino de la humildad y de la purificación de sus pecados, que le llevan a la transparencia de la conciencia.

La recepción frecuente y periódica de los sacramentos de la Eucaristía y la confesión es necesaria e irremplazable en cada orante cristiano.

“¿Cómo es que apreciamos, a veces, más la intimidad con una creatura, que con el Creador de todas las creaturas? Pobres corazones embotados por amores terrenos que no dan cabida al Amor Supremo. Si entendiésemos que en esta unión tiene que estar todo nuestro deleite. Jesús escondido (no tan escondido para los que le vemos con los ojos del corazón) en el Santísimo Sacramento del altar, nos espera para que podamos a través de la oración, mejor que en cualquier otro sitio, entrar en su intimidad. Y es cuando estamos en su intimidad cuando más nos sabemos por Él amados y deseamos tanto, tanto, corresponder, que si en ese mismo momento nos pidiese la vida la daríamos gustosamente por Él. Y es su intimidad y la participación de su Divinidad, lo que nos da fuerza. Y salimos fortalecidos de ese encuentro y llenos de celo por poner por obra los propósitos que Él nos ha inspirado”.

“Señor, que los ojos de mi corazón y de mi alma te vean siempre como te veo ahora, en el Santísimo Sacramento, Dios y Hombre perfectísimo y verdadero.

Enamorado de su Creación, Amante que se sabe amado, Dios que se nos da, y se nos da de tal forma que no importa la forma en que se nos da”.

“Y si muchos no te pueden amar porque no te saben ver en ese humilde Pan. Yo te quiero amar por todos y te adoro como Rey Celestial”.

“Y te muestras así tan humilde para que te encuentren por igual el pobre o el rico, el feo o el guapo, el que ya tiene tu gracia o el que todavía la va buscando.

Sin ver yo con tus ojos, sé que me estás mirando, sin palabras me estás hablando, sin oídos me estás escuchando, sin destellos que deslumbren me estás iluminando. Y es por todo esto que si pudiese, si no faltase a mis obligaciones que son las que Tú me has dado, estaría junto a Ti, aquí delante del sagrario, día y noche, amándote, adorándote, consumiendo mi vida para ir entrando poco a poco en la Tuya. Amén”.²¹¹

“Señor, dame tu Cuerpo Sacramentado cada día. Dame tu Amor. Y cuando Tú quieras, dame cruz. No necesito otra cosa para vivir aquí, cuando Tú quieras. Deseo, Señor, demostrarte cada vez más lo mucho que te amo. Perdóname si he sido descuidada hasta ahora. Yo creía que te lo demostraba mucho y ahora me haces ver cuanto más me pides. Y yo veo cuánto más te mereces, cuán purificado tiene que ser el amor con el que te tengo que amar. No permitas, Señor, que en mi amor hacia Ti, en el último término esté siempre yo. No creo que me sea suficiente ya rectificar la intención: soy tan miserable que me consuela rectificar la intención, porque creo no poder alcanzar un amor tan purificado por completo donde el amor propio haya desaparecido. O veo que tardaré tanto en conseguirlo que, para no desanimarme, voy rectificando la intención. ¿Por qué te amamos tanto? ¿Por qué te amo tanto yo?

Todos tenemos una razón, pero tenemos que luchar por la única verdadera. Porque hay muchas que son engañosas, como son: amarte porque quiero parecerme a otros que te aman, amarte porque tal vez tengo miedo de no hacerlo. Tal vez, te amo solo porque espero de Ti la felicidad y la vida eterna, tal vez porque si reconozco que no te amo, reconozco, al mismo tiempo, mi maldad, tal vez te amo solo porque me han enseñado que te tengo que amar, tal vez por obligación, tal vez porque quiero ser buena y amándote lo soy, tal vez por compasión, tal vez por corresponder a tu amor, tal vez porque creo que eres mi Creador, tal vez porque eres Único, tal vez por todos tus atributos, tal vez porque sé que eres Omnipotente y yo solo sé amar a quién lo es y desprecio al débil, por eso no entiendo la cruz, tal vez... (yo nunca te he amado así).

¿Qué nos mueve a amarte, Dios mío? Es verdad que no siempre hay gusto, suavidad, sentimiento, en amarte. Pero sí creo que siempre es un impulso que nos lleva a hacer algo que está de acuerdo, que está conforme, «no sé qué, interior nuestro». Creo, me haces ver que «ese no sé qué interior nuestro» puede ser

el amor propio o el amor a Ti (si es el amor a Dios, es que la Santísima Trinidad habita en nuestra alma). Si el impulso exterior que nos mueve a «hacer» está de acuerdo con el «no sé qué interior» amor propio interior y oculto, nunca lo que hagamos, por grande que sea a los ojos de los hombres, tendrá valor para Ti. Y nos engañaremos lastimosamente. Y engañaremos a otros.

Tal vez muchos empiecen, o empecemos, no lo sé si yo también empecé así a amarte por alguna razón de las que al principio me has hecho ver. Pero luego tenemos que luchar, con tu ayuda, por transformar ese amor propio en amor purificado, para que habite la Santísima Trinidad en nuestro interior. Cuando el impulso exterior está de acuerdo con tu Amor, con la Santísima Trinidad que habita en nuestra alma, todo lo que hagamos, por pequeño que sea, tendrá un inmenso valor para Ti. Es la Santísima Trinidad en nuestra alma la que mueve a la bondad con total rectitud de intención, a amarte y amar al prójimo, a ser te fiel, a ser justos, a perdonar siempre y a todos, a no pecar, a amar con un amor como el Tuyo, a desear la cruz, a santificarnos y santificar todo lo que nos rodea. Amén”.²¹²

“Tú Señor, mi Dios, Luz de Luz, mi alma ansía gozarte.

Estás en cada sagrario, no te vemos, pero a los que nos postramos delante de ti para adorarte, nos iluminas con esa Luz que desprende tu Amor.

Cada forma sagrada que se guarda en el sagrario son tu Cuerpo, tu Sangre, y, sobre todo, son tu amor hacia nosotros los hombres.

Cada forma sagrada es comunión de Amor entre Dios y los hombres. Gracias, Señor, por darnos cada día, cada instante, tanto Amor. Seguro, Señor, que el Jueves Santo ya veías todas las generaciones que recibirían tu Cuerpo y tu Sangre: me veías a mí, Señor; y aquí estoy para recibirte y adorarte, Dios verdadero, bajado del cielo para ser otro Hombre. ¿Cómo podría yo dejar de amarte?”²¹³

La puerta de la humildad

La humildad es la puerta por la que Dios penetra en el alma. Vivir la filiación divina es un regalo divino que hay que pedir con constancia, disponiéndose mediante la humildad para recibirlo. La vida divina no se conquista a fuerza de querer, sino que es consecuencia de la gracia que solo encuentra recipiente adecuado en la humildad. “Nadie conoce al Padre sino el Hijo y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar” (Mt 11, 27).

El venerable Álvaro del Portillo²¹⁴ explica la humildad de un modo positivo, como la predicó san Josemaría. “Preciso es el que Él crezca y yo mengüe”,²¹⁵

212 MPT, 14 de enero de 2001.

213 MPT, 2001.

214 Álvaro del Portillo, prólogo de *Amigos de Dios*.

215 Jn 3, 30.

fue la enseñanza del Bautista, del Precursor. Y Cristo dice: *aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón*.²¹⁶ Humildad no es *apocamiento humano*; la humildad que late en la predicación del fundador del Opus Dei es algo vivo y profundamente sentido, porque «significa reconocerse poca cosa delante de Dios: niño, hijo».²¹⁷ Mons. Escrivá de Balaguer da con una expresión que quizá no tiene precedentes: *vibración de humildad*;²¹⁸ porque la pequeñez del niño, asistido por la protección omnipotente de su Padre Dios, vibra en obras de fe, de esperanza y de amor, y de todas las demás virtudes que el Espíritu Santo infunde en su alma”. En otro lugar completa esta idea: “Sin la humildad y la sencillez del niño no podemos dar un paso por el camino del servicio a Dios. «Humildad es mirarnos como somos, sin paliativos, con la verdad. Y al comprender que apenas valemos algo, nos abrimos a la grandeza de Dios: esta es nuestra grandeza»”.^{219, 220}

La palabra humildad proviene del ‘humus’ de la tierra y de las expresiones ‘homo, humus / fama, fumus / finis, cinis’. Tierra, humo y ceniza es el hombre y sus afanes, especialmente en la muerte. Un cristiano también piensa algo similar, pero añade una visión positiva. Se sabe poca cosa y, a la vez, poseedor de una grandeza divina. En los comienzos de la vida de oración, la humildad consiste en evitar el orgullo y la soberbia más externa, por ejemplo, en la vanidad, en el comer y beber o en la agresividad. Luego trata de purificar manifestaciones más ocultas y disfrazadas, como la doble intención, la vanidad interior, la vanagloria, la envidia, los celos. Otro paso es aceptar las humillaciones, sutiles o toscas. Y otro, mirarse con la luz divina, sin miedo a la verdad. Y por este camino se llega a la conciencia, casi inefable, de ser “nada”; o con visión positiva ver que todo es don de Dios, desde el comienzo del vivir hasta el amor que se vive. Todo esto sin perder la propia realidad, ni cayendo en un panteísmo imposible. El orante vive del don y se goza del regalo de la luz divina. Meditando la Pasión de Nuestro Señor Jesucristo exclama: “«No valgo nada, no puedo nada, no tengo nada, no soy nada...»”;²²¹ o la expresión “soy la nada”, como dice en *Forja*: «Imita a la Virgen Santa: solo el reconocimiento cabal de nuestra nada puede hacernos preciosos a los ojos del Creador».²²²

216 Mt 11, 29.

217 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 108.

218 *Ibíd.*, n. 102.

219 *Ibíd.*, n. 96.

220 Álvaro del Portillo, prólogo de *Amigos de Dios*.

221 Viacrusis, estación 13, n. 5.

222 *Forja*, n. 588.

“Ser nada” no es una expresión nihilista, desencantada o pesimista, sino la experiencia de vivir de amor divino, vivir del don, vivir con una verdad que es humildad vivida al nivel más alto. Para adquirir este grado de humildad se debe mirar a Jesús, cuya humildad no es ver miseria en su interior, sino ver la verdad de su divinidad, a distancia infinita de su humanidad, y más aún respecto a actitudes soberbias fuera de lugar. Cristo acepta ser humillado hasta morir en la cruz de un modo ignominioso, llegando al fondo del mal y de la mentira ajena, sin pecar Él, ni oponerse al Padre, con amor hasta por los más enemigos.

El “no soy nada” recuerda las palabras de Jesús a santa Catalina de Siena: “Yo soy el que soy, tú eres la que no es”.²²³ La humildad se expresa con una paradoja, ser nada, no ser y ser todo. A través de esta expresión se puede descubrir una humildad no centrada en la muerte de la soberbia, sino en la vida de Dios vivida en el alma. Esa humildad lleva a la contemplación de la luz de Dios sin tinieblas en la mirada.

Los frutos de esta humildad en el orante son enormes. En primer lugar, la alegría y el buen talante: “No alcanzaremos jamás la auténtica alegría sobrenatural y humana, el «verdadero» buen humor, si no imitamos «de verdad» a Jesús; si no somos, como Él, humildes”.²²⁴ La fuente de la alegría es el amor. A más humildad, menos soberbia y más amor generoso. A más amor, más alegría. El fin del hombre no es propiamente la felicidad, entendida como la satisfacción de algún egoísmo, sino que es el amor. Entonces es feliz.

La humildad del que está perseverando en la oración es distinta del que comienza. En los dos estadios consiste en conocerse, aceptarse, en el olvido de sí y en darse. Pero en las fases superiores esto se da con una mayor acción de Dios en el interior. Así lo expresa san Josemaría en *Forja*: “Darse sinceramente a los demás es de tal eficacia, que Dios lo premia con una humildad llena de alegría”.²²⁵ Aunque caben falsas humildades y no es fácil que “la humillación, el anonadamiento, el esconderse y desaparecer, deben ser totales, absolutos”.²²⁶

La tristeza es un subproducto del orgullo. “Humildad sincera: ¿qué le podrá perturbar a quien tiene por deleite las injurias, pues sabe que no merece otro trato?”.²²⁷ “Con frecuencia nos enorgullecemos neciamente de los dones y talentos recibidos, hasta convertirlos en pedestal para impo-

223 Santa Catalina de Siena, *Diálogos*.

224 *Forja*, n. 590.

225 *Forja*, n. 591.

226 *Forja*, n. 592.

227 *Forja*, n. 593.

neros a los demás, como si el mérito de unas acciones, acabadas con una perfección relativa, dependiera exclusivamente de nosotros: “¿qué posees tú que no hayas alcanzado de Dios? Y si lo que tienes, lo has recibido, ¿de qué te glorias como si no lo hubieses recibido?”.²²⁸

El amor humilde pasa a ser caridad y sabiduría, Amor divino en el alma orante en una comunión amorosa.²²⁹ Por eso se puede llegar a decir: “Jesús mío: lo mío es lo tuyo, porque lo tuyo es mío y lo mío lo abandono en Ti”.²³⁰ El orante siente que se dilata su corazón con magnanimidad.

“Me siento como Moisés. Señor: Siento la necesidad de apartar a la gente del pecado, de su esclavitud, y de llevarlos a Ti para que encuentren su libertad. Dios mío, Tú perdonas siempre nuestras ofensas, pero sé que no permitirás que construyamos otra torre de Babel. Y tengo que cooperar para que no la construyan. Ayúdame, Señor, como ayudaste a Moisés. Luego sé que no merezco ver los frutos de lo que yo haya podido hacer por Ti. No me importa si aquí no tengo la satisfacción de ver si he hecho algo bueno; pero me has prometido que estaré a tu lado en la otra vida y eso sí que me importa. La otra vida: esta es efímera y sin tenerte del todo a Ti. Protégeme del enemigo, Señor, hasta el final. Tú

228 *Amigos de Dios*, n. 102.

229 MPT “Cedo a las almas del purgatorio y a las almas de la Iglesia militante, por amor a Dios y a mis hermanos, depositándolo en manos de la Santísima Virgen María, todo el valor satisfactorio de mis buenas obras y todos los sufragios que reciba después de mi muerte, en cuanto pueda yo disponer libremente de ellos y sea del agrado de Dios. Señor mío y Dios mío: mi alma anhela cada vez más, cada día que pasa más desea estar en Ti para siempre. Hace un tiempo atrás deseaba el cielo, pero a la vez, imaginármelo me causaba un estado de inquietud, tal vez, porque es propio de la condición de la criatura tener cierto temor a lo desconocido. Hoy pensar en estar en el cielo solo me causa paz y alegría. Es porque me eres ya tan conocido, Señor, (en la medida que Tú me lo concedes) que solo ansío que llegue el momento de estar contigo para siempre. Me das tanto, Dios mío, que soy toda tuya, y te ofrezco hoy, “alargar la espera del día en que pueda gozarte ya por completo y para siempre”. Lo hago por agradarte, me privo (si Tú aceptas este ofrecimiento) de gozarte (cuando me corresponda, si Tú me lo concedes, la perseverancia final). Deseo agradarte, sé que te agrado más y te doy más gloria siendo caritativa con mis hermanos. No renuncio a Ti, ¿cómo podría hacerlo? Si no hay Vida ni Eternidad sin Ti, y te amo tanto, Dios mío. Te ofrezco alargar la espera de gozarte eternamente, me cuesta muchísimo (Tú lo sabes) hacerte este ofrecimiento. Algo me consuela el pensar que en el purgatorio, que es la antesala del cielo, tal vez perciba tu amor (aunque con enormes sufrimientos) como lo percibo ahora, pues esta fuerza que ahora tengo para ofrecerte este acto de caridad procede de cómo percibo tu amor en mí; procede de Ti. Amor mutuo, pero desproporcionado, Tú me das tanto amor y yo, criatura tuya, te correspondo como buenamente puedo. Amén” (martes, 8 de abril de 2003).

230 *Forja*, n. 595.

tienes todo el poder y yo soy el instrumento que necesitas para este tiempo. ¡Utilízame! Para tus fines ya has pensado en mí y yo te he escuchado. Y sé que si te soy fiel, cuando te llame Tú me responderás: «Aquí estoy». Amén”.²³¹

La humildad es la condición fundamental para poder amar a Dios con el mismo amor de Dios. Sin el vacío de uno mismo, no se deja espacio para Dios y, por ello, el amor no puede arraigar, crecer y desarrollarse en el alma. El humilde ve lo bueno como bueno, lo malo como malo y lo mediano como mediano. En la medida en que un hombre es más humilde crece una visión más correcta de la realidad. Cuando localiza algo malo en su vida puede corregirlo, aunque el diagnóstico o la cura le resulten dolorosos. El soberbio, al no aceptar o no ver ese defecto, no puede corregirlo y se queda con él. El soberbio no se conoce o se conoce mal.

Observamos los cuatro escalones que citábamos antes. El primero es conocer la verdad de uno mismo: *conocerse*. No es una tarea fácil ya que la soberbia, que siempre está presente dentro del hombre, ensombrece la conciencia, embelleciendo los defectos y buscando justificaciones a los fallos y a los pecados. Para superar este obstáculo nebuloso del orgullo, que impide conocer la verdad interior personal, es conveniente un examen de conciencia valiente y humilde. En la medida en que la oración crece en el alma, también crece la luz de Dios para ver las sombras y las imperfecciones propias.

Una vez se ha conseguido un conocimiento propio, más o menos profundo, viene el segundo escalón: *aceptar* la propia realidad. A veces puede resultar difícil, porque la soberbia se rebela cuando la realidad no es demasiado agradable o no gusta. No es infrecuente que, ante un hecho, claramente malo, el orgullo se niegue a aceptar la voluntariedad de esa acción. Es más fácil y cómodo achacar la culpa a unas determinadas circunstancias. Si no se acepta la realidad, no se puede poner remedio a la enfermedad. Solamente aceptando la realidad de un defecto, de un error, de una limitación o de un pecado, conocemos contra qué luchar; y las posibilidades de victoria crecen, ya que no se camina a ciegas, sino que se conoce al enemigo. El orante recibe la ayuda para aceptar ser marginado, tener limitaciones, enfermedades, fracasos, realidades todas que se convierten en victorias al ser aceptadas por Dios y con Dios.

El tercer paso es el *olvido de sí*. El orgullo y la soberbia llevan a que el pensamiento y la imaginación giren en torno al propio yo. A veces ese “darse vueltas” llega a ser obsesivo. El pensar demasiado en uno mismo es compatible con saberse poca cosa, ya que el problema consiste en que encuentra cierto regusto, incluso en la lamentación de los propios problemas. Parece

231 MPT, mayo de 2000.

imposible, pero uno puede gozar de estar triste, o por pensar en sí mismo, que es el verdadero problema. Si se han seguido los pasos anteriores, procurar conocerse y aceptar la propia realidad tal cual es, el tercer paso es altamente liberador, pues se trata de despreocuparse del propio yo. No podemos confundir el olvido de sí, con el desinterés en el propio conocimiento, ni con la indiferencia ante los problemas. Se trata más bien de superar el pensar demasiado en uno mismo. El alma de oración tiene su mirada en Dios y en los demás como la tuvo Jesús.

En la medida en que consigue el olvido de sí, se alcanza la paz y la alegría, pues la mayoría de las preocupaciones provienen de conceder demasiada importancia a los problemas propios, reales o imaginarios. El olvido de sí está en el polo opuesto al pensamiento del egoísta, que continuamente está pendiente de lo que le gusta o le disgusta. Quien no piensa en sí mismo, se puede decir de él que ha conseguido un grado aceptable de humildad. El olvido de sí conduce a un santo abandono que consiste en una despreocupación responsable. Las cosas que ocurren —tristes o alegres— ya no preocupan, solo ocupan. El olvido de sí mismos no es un simple remedio ascético sino un don divino que transforma radicalmente el alma, haciéndole entender y amar por Dios, con Dios y en Dios.

El amor propio se encuentra siempre presente en la vida de los hombres, aunque se disimula. Él es la raíz secreta y profunda de los pecados y vicios. Hay un amor propio grosero y vulgar que fácilmente se detecta. Pero en otras ocasiones se presenta de modo sutil e incluso santo. Se trata del amor propio espiritual que se da en almas piadosas que buscan la santidad, pero se complacen en la propia perfección: buscan consuelos y gracias, pero no a Dios mismo. Experimentan inquietud, impaciencia y descontento cuando se ven obligadas a luchar contra el sueño o las distracciones en la oración; o si notan pobreza de pensamientos elevados o frialdad de corazón; o incluso si se han de reconocer la propia incapacidad o la simple aridez de espíritu. El amor propio está en relación inversa con el amor a Dios: cuando uno sube, el otro baja. Ama a Dios el que se entrega sin reservas, enteramente, a la voluntad de Dios; el que asiente con un sincero *fiat* a todas las gracias, fatigas, deberes, penas y alegrías que la vida le trae, y vive solo para cumplir la voluntad de Dios.

Todo progreso espiritual necesita la destrucción del amor propio. Ello se consigue con la oración y la mortificación. “Esta clase de demonios no se vence sino por la oración y el ayuno” (Mt 17, 21). Entonces puede actuar el Espíritu Santo que ya no es utilizado por el amor propio para una autosatisfacción espiritual, sino que puede actuar con libertad en lo que Él quiera.

El salir de sí mismo presupone la necesidad de fomentar el espíritu de mortificación. Aplicarse a usar las armas de la mortificación interior: no

consentir ningún pensamiento, imagen o recuerdo que centre la atención, ajena o propia, sobre nosotros mismos. Esto genera complacencia en el propio yo, además de que es excesivamente amargo o doloroso, y roba la paz íntima del alma. Es necesario no dejarse engañar por pensamientos que parecen buenos —si sirvo, si soy eficaz, si me estoy haciendo santo, si no puedo con mis miserias...— pero que no mejoran el alma y la llevan a pensar sí misma, sin desembocar en el Señor: hay que entender esos “buenos pensamientos” como una tentación diabólica. Pedir al Señor lo único que importa: ser útiles a nuestros hermanos en su santidad y en su trabajo, para la gloria de Dios. Nosotros no contamos nada.

El grado más alto de la humildad es el *darse*, porque más que superar cosas malas se trata de vivir la caridad, es decir, vivir de amor. Si se mata el egoísmo se puede vivir el amor, porque, o el amor mata al egoísmo, o el egoísmo mata al amor. En este nivel, la humildad y la caridad llevan una a la otra. Una persona humilde al librarse de las alucinaciones de la soberbia ya es capaz de querer a los demás por sí mismos, y no solo por el provecho que pueda extraer del trato con ellos. El tú de los demás se convierte en un nuevo eje sobre el que gira la propia vida. Este eje es mucho más fructífero que el del ego. Es una realidad comprobada que, cuando la humildad llega al nivel de darse, se experimenta más alegría que cuando se busca el placer egoísta o entra el orgullo espiritual. Las únicas palabras de Nuestro Señor no recogidas en los Evangelios que encontramos en los Hechos de los Apóstoles dicen: “Se es más feliz en dar que en recibir” (Act 20, 35). La persona generosa experimenta una felicidad interior desconocida para el egoísta y el orgulloso.

La caridad es más que amor humano, es amor a Dios en el hombre. El Tú divino se convierte en el interlocutor de un diálogo diáfano y limpio, que sería imposible para el orgulloso, ya que no sabe querer y, además, no sabe dejarse querer. Al crecer la humildad la mirada es más clara y se advierte más en toda su riqueza la bondad y la belleza divinas.

No hay el más mínimo orgullo en saberse creaturas e hijos de Dios. Lo que ocurre es que Dios es tan generoso que, cuando el hombre se coloca en su sitio con alegría, le dice: “sube más arriba” (Lc 14, 10), “que ya no te llamaré siervo, sino amigo” (Jn 15, 15). Más aún: “Tú eres mi hijo” (Ps 2, 7). El que se humilla será exaltado. Ser como dioses por el camino de María, el *fiat* humilde y dócil al amor de Dios.

Conocer las raíces del propio pecado engendra temor y desconfianza en uno mismo. De ahí nace un sufrimiento profundo. Ese conocimiento propio ante Dios es otra cosa. Puede superar todo y vivir con un amor purificado. El endiosamiento que Dios da al hombre es un regalo divino. Pero para recibir ese regalo es necesario dejar sitio en el corazón y vaciarse de uno

mismo. Dice san Agustín: “Un recipiente para ser llenado, tiene que estar vacío. Saca, pues, de ti el mal, ya que has de ser colmado”. La humildad agranda y limpia el corazón.

“Te ruego, Madre Inmaculada, Esposa del Espíritu Santo, Trono de la Sabiduría Eterna, Mediadora entre Dios y los hombres, tú que puedes ver todo el orbe de la Tierra, mires si queda en ella algo de sabiduría. Suplica, pues, amada Madre a tu Hijo, Nuestro Señor Jesucristo, que no permita que la sabiduría desaparezca por completo de la Tierra. La necedad nos invade, el demonio la introduce poco a poco.

Necedad es cuando creemos que nuestro cuerpo sirve solo para provocar deseos impuros en otros cuerpos, y así nos veneren y a la vez venerar nosotros a otros, como si fuéramos dioses. Somos tan necios que no sabemos ver toda la sabiduría que hay en el cuerpo humano puesta por Dios para poderle dar solo a Él gloria.

Necedad cuando poco a poco encontramos normal, y hasta inteligente, decir en nuestra vida: amor, pareja, matrimonio en plural, cuando Dios quiere que sea para siempre en singular.

Necedad cuando nuestros hijos parecen más hijos del mundo que de Dios y nuestros.

Necedad cuando decimos que decir ellos no es igual que decir nosotros.

Necedad cuando nuestros jóvenes se divierten más con los diablos, porque creen que los ángeles son aburridos.

Necedad cuando creemos que todo lo que construimos nadie lo puede destruir.

Necedad cuando también nosotros nos erigimos en torres y nos creemos indestructibles.

Necedad en vivir solo para vivir y no dejar vivir a quienes solo quieren vivir para Dios.

Necedad de los que entregándose a Dios no se entregan por completo y en ese espacio que falta hasta el “completo” está lleno de todo lo que es contrario a Dios. ¡Cuántos escándalos por su culpa de los que tendrán que dar cuenta a Dios!

Necedad en querer gobernar sin Amor, sin contar con Dios, Él que es “Gobernador del universo”. Querer gobernar naciones que les falte el Amor y la Sabiduría divina es querer gobernar lo que cada vez sería más ingobernable.

Necedad en poner el corazón solo en lo material porque así como una rosa no podría jamás hacer aleación con el oro, nunca nuestro corazón podrá hacerse homogéneo con lo material; y quien lo pretenda nunca poseerá un corazón satisfecho.

Necedad cuando no nos damos cuenta de que Dios nos abre la inteligencia y nos deja descubrir poco a poco las ciencias que nos tienen que ayudar a vivir en un mundo mejor, pero nunca a crear un mundo de espaldas a su Creador.

Necedad en pensar que venimos de la nada y volvemos a la nada. Es verdad que nuestro cuerpo está formado de polvo y en polvo nos convertiremos, pero este polvo tiene el Sopro Divino, el Espíritu Santo; y un día Él lo requerirá a su Presencia (Nuestro Creador).

Necedad en creer que no tenemos Creador.

Necedad en creer que no le tenemos que adorar, amar y obedecer. Nos guste o no, estamos todos y todo relacionados con Dios; todo y todos dependemos de Dios.

Necedad en no querer comprender que solo Dios nos puede dar la felicidad que este mundo nos presenta. Dios nos ha creado para que seamos felices con Él.

Necedad en creernos seres superiores y luego comportarnos como un simple insecto, como una hormiga a la que solo mueve el instinto de trabajar para acumular en el granero. Y no oímos lo que el Señor nos dice: "Necio, mañana tomaré tu vida". Porque es tan grande nuestra necedad que no creemos tener un Dios Padre que dispone de todos y todo.

Necios en un mundo necio o un mundo necio para necios.

No lo quiere Dios.

Por todo esto te pido Santa Madre de Dios que le ruegues para que vuelva a reinar su sabiduría, tú que eres Trono de la Sabiduría eterna.

Que los sabios no callen, que salgan de su comodidad y den luz a los necios.

Se necesita ser necio para pecar y regocijarse en el pecado; y lo somos.

Nos sabemos necios. Es tanta nuestra necedad que no se nos puede ocultar ni a nosotros mismos, aunque la disfracemos con ilusiones vanas: es por lo que el mundo parece, a veces, triste y sin esperanza.

Solo los santos no son necios: están llenos de la sabiduría de Dios, Espíritu Santo. Por eso no les atrapa ni el mundo, ni el demonio, ni la carne.

¡Sabiduría y humildad para combatir la necedad y convertir los corazones! Que solo así nuestro Corazón nos mostrará su Misericordia y nos ayudará en nuestra salvación. Pues Él sabe que nos ha formado de fragilidad de cuerpo y fortaleza de espíritu.

Es la Santa Cruz de Cristo Dios hecho Hombre, Rey del universo, Sabiduría eterna, como un libro abierto que nos enseña a no ser necios, nos enseña también lo que tenemos que hacer los unos con los otros. Libro abierto que han leído todos los santos.

No seamos necios y comprendamos que solo nos hacemos el bien cuando amamos a Dios sobre todas las cosas y al prójimo como a nosotros mismos. Amén".²³²

“Para que quedase claro que la humildad resulta imprescindible para recibir la luz de la Encarnación, la Escritura nos cuenta que los primeros testigos del anonadamiento divino —aparte de María y de José— fueron unos pobres pastores que velaban sus rebaños en los alrededores de Belén; gente llana y poco considerada por los demás. El Señor se fijó en ellos porque “lo que atrae la benevolencia de Dios es sobre todo la humildad del corazón”.²³³ El mismo Jesús, años más tarde, dará gracias a su Padre celestial: *porque has ocultado estas cosas a los sabios y prudentes y las has revelado a los pequeños. Sí, Padre, porque así te ha parecido bien.*²³⁴ También los Magos reconocieron al Mesías porque fueron sencillos, generosamente atentos al signo divino. “Nuestro Señor se dirige a todos los hombres, para que vengan a su encuentro, para que sean santos. No llama solo a los Reyes Magos, que eran sabios y poderosos; antes había enviado a los pastores de Belén, no ya una estrella, sino uno de sus ángeles (cfr. Lc 2, 9). Pero, pobres o ricos, sabios o menos sabios, han de fomentar en su alma la disposición humilde que permite escuchar la voz de Dios”.²³⁵ Recuerdo con emoción las veces que san Josemaría ponía ante nuestros ojos la escena del nacimiento del Señor. Hablaba de la *cátedra de Belén*, donde Jesús Niño nos imparte muchas lecciones; entre otras, y especialmente, la de la humildad, para que aprendamos a rendir nuestro orgullo y nuestra soberbia, contemplando al divino Infante. Admiramos además que, al fijarse en la Virgen María para hacerla Madre suya, le atrajo —hablando a lo humano— especialmente su humildad, su bajeza: *porque ha puesto los ojos en la humildad de su esclava; por eso desde ahora me llamarán bienaventurada todas las generaciones.*²³⁶

Esta disposición, que hemos de pedir al Señor, no excluye la aspiración a lograr más eficacia en la tarea que nos ocupa a cada uno, poniendo todos los medios humanos a nuestro alcance para mejorar, para honrar a Dios con nuestro quehacer. Al contrario, como expone el Santo Padre, “se trata de estudiar, de profundizar en los conocimientos manteniendo un espíritu de «pequeños», un espíritu humilde y sencillo, como el de María, la «Sede de la Sabiduría». ¡Cuántas veces hemos tenido miedo de acercarnos a la cueva de Belén porque estábamos preocupados de que pudiera ser obstáculo para nuestro espíritu crítico y para nuestra «modernidad»! En cambio, en esa cueva cada uno de nosotros puede descubrir la verdad sobre Dios y la verdad sobre el hombre, sobre sí mismo. En ese Niño, nacido de la Virgen, ambas verdades se han encontrado: el anhelo de la vida eterna por parte del

233 Beato Juan Pablo II, discurso en la audiencia general, 6 de octubre de 1996.

234 Mt 11, 25-26.

235 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 33.

236 Lc 1, 48.

hombre enterneció el corazón de Dios, que no se avergonzó de asumir la condición humana”.²³⁷

“Cuando se descuida la humildad, el hombre pretende apropiarse de Dios, pero no de esa manera divina, que el mismo Cristo ha hecho posible, diciendo *tomad y comed, porque esto es mi cuerpo*,²³⁸ sino intentando reducir la grandeza divina a los límites humanos. La razón, esa razón fría y ciega que no es la inteligencia que procede de la fe, ni tampoco la inteligencia recta de la criatura capaz de gustar y amar las cosas, se convierte en la sinrazón de quien lo somete todo a sus pobres experiencias habituales, que empequeñecen la verdad sobrehumana y recubren el corazón del hombre con una costra insensible a las mociones del Espíritu Santo. La pobre inteligencia nuestra estaría perdida, si no fuera por el poder misericordioso de Dios que rompe las fronteras de nuestra miseria: *os daré un corazón nuevo y os revestiré de un nuevo espíritu; os quitaré vuestro corazón de piedra y os daré en su lugar un corazón de carne*.²³⁹ Y el alma recobra la luz y se llena de gozo, ante las promesas de la Escritura Santa”.²⁴⁰

El humilde tiene abierto el camino de la inteligencia limpia; y desvía la mala voluntad. La resistencia se puede dar, o bien por conocerse mal, o por malicia, que lleva a preferir el amor a sí mismo antes que el amor a otros y a Dios. Esta deformación no se puede corregir con facilidad: requiere valentía para conocer la verdad, aceptarla, olvidarse de sí con una percepción más clara de lo divino y amar con amor desinteresado. El fruto es la paz y el gozo interior. “*Dios resiste a los soberbios, pero a los humildes da su gracia*,²⁴¹ enseña el apóstol san Pedro. En cualquier época, en cualquier situación humana, no existe más camino —para vivir vida divina— que el de la humildad. “¿Es que el Señor se goza acaso en nuestra humillación? No. ¿Qué alcanzaría con nuestro abatimiento el que ha creado todo, y mantiene y gobierna cuanto existe? Dios únicamente desea nuestra humildad, que nos vaciemos de nosotros mismos, para poder llenarnos; pretende que no le pongamos obstáculos, para que —hablando al modo humano— quepa más gracia suya en nuestro pobre corazón. Porque el Dios que nos inspira ser humildes es el mismo que *transformará el cuerpo de nuestra humildad y le hará conforme al suyo glorioso, con la misma virtud eficaz con que puede también sujetar a su imperio todas las cosas*.²⁴² Nuestro Señor nos hace suyos, nos endiosa con un *endiosamiento bueno*”.²⁴³

237 Benedicto XVI, Homilía en las Vísperas del 17 de diciembre de 2009.

238 1 Cor 11, 24.

239 Ez 36, 26.

240 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 136.

241 1 Pet V, 5.

242 Phil 3, 21.

243 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 97.

La humildad se manifiesta en la docilidad a lo que Dios pide y, principalmente, a través de la obediencia a que se ha querido sujetar el orante.

“Eres mi Dios, mi Señor, mi Creador, mi Salvador, no hay otro Dios. Cumpliré tus mandamientos, te glorificaré eternamente, cumpliré amablemente tu voluntad, me dejaré amar y consolar por Ti, dejaré que me enseñes los caminos de la purificación del corazón, por muy penosos que sean para mí: los aprenderé con tu ayuda. Y no habrá nada más deseado por mí que ser lo que Tú quieras que yo sea. Y en el peregrinar terreno nada que haga te borre de mi memoria. Cuando note que estás dentro de mí, te amaré y te glorificaré. Cuando me parezca que me has abandonado, aún más te amaré y te glorificaré. Cuando me hables te escucharé. Cuando calles, rogándote esperaré. Hoy ya nada me engaña: me has hecho ver lo que significa ser amado por Ti y amarte. ¿Quién o qué podrá, mi Dios, hacerme creer que lo que ahora me muestras no es verdad?

¿Quién si yo no aparto mi mirada de Ti?

¿Qué fuerza hay que pueda nada sobre Ti?

¿Qué ardido puede utilizar Satanás que me apague tu luz?

¿Es que acaso viene la oscuridad porque se ha apagado el sol?

O cuando viene la oscuridad sabemos que el sol sigue brillando; y esperamos pacientemente volver a ver su luz.

¿Es que voy a creer en momentos de oscuridad que tu luz no brillará nunca más en mí?

Ya no, Señor, mi Dios, ya nada me separará de Ti”.²⁴⁴

Las transformaciones del orante

Tras las primeras luchas, el orante va consolidando la vida de oración: persevera, desarraiga muchos pecados y defectos, y va adquiriendo un cierto gozo al rezar, fruto de los descubrimientos que va haciendo y de la paz que va consiguiendo.

Sin embargo, queda mucho por hacer en el paso, como decía santa Teresa de Jesús, de gusano a mariposa. En este capítulo vamos a tratar el cambio que se produce en el orante, más profundo e interior que el anterior. Lo suele realizar Dios a través de la mortificación pasiva (las contrariedades) y su acción directa en el alma de quien persevera en la oración. Se trata de arrancar el orgullo oculto así como diversos defectos unidos a él. Es decir, se trata de vivir de fe, de esperanza y de caridad a un nivel más alto.

Itinerario de la fe

La fe es luz y oscuridad al mismo tiempo. Es don de Dios y respuesta humana. La fe es una pasión y el fruto de un diálogo en el que entra en juego toda la personalidad del ser humano. La inteligencia debe actuar de un modo principal, pues se trata de entender verdades que le son comunicadas. Pero también actúa el corazón al recibir esas verdades con gusto. Y se inflama el amor al Dios que comunica esas luces. También actúa la voluntad: no se cierra, y presta obediencia a lo que no es evidente.

El Concilio Vaticano II enseña de un modo muy resumido las características de la fe. “Cuando Dios revela hay que prestarle «la obediencia de la fe», por la que el hombre se confía libre y totalmente a Dios prestando «a Dios revelador el homenaje del entendimiento y de la voluntad», y asintiendo voluntariamente a la revelación hecha por Él. Para profesar esta fe es necesaria la gracia de Dios, que previene y ayuda a los auxilios internos del Espíritu Santo, el cual mueve el corazón y lo convierte a Dios, abre los ojos de la mente y da «a todos la suavidad en el aceptar y creer la verdad». Y para que la inteligencia de la revelación sea más profunda, el mismo Espíritu Santo perfecciona constantemente la fe por medio de sus dones”.²⁴⁵

La fe es fruto del encuentro entre dos libertades: la de Dios que habla y la del hombre que escucha y acepta. Es lógico que se dé un crecimiento en la fe y la vida de fe del hombre al ir purificando su mirada, su afecto y su querer. Por una parte, progresivamente se purifica en contacto con la Biblia, Palabra de Dios escrita, a través de la cual Dios entra en diálogo con el orante y le va comunicando, de muy diversos modos, su luz y su verdad. El diálogo orante se alimenta también de los textos litúrgicos y de los comentarios de la Biblia realizados por los santos. También ayuda el estudio de la teología, que debe hacerse más para conocer a Dios, que por curiosidad intelectual o como una profesión. La meta equilibrada, como decía san Josemaría, consiste en tener “*piedad de niños y doctrina de teólogos*”. La ignorancia encerrada en la piedad, como si eso fuera un bien, conduce a errores y supersticiones; y se ha de rechazar.

Dado que la fe es un conocimiento por el testimonio de otro, se debe atender a la actitud propia del que cree algo a alguien: se trata de fiarse de ese alguien, en este caso el mismo Dios. En el trato personal, cuando se produce comunicación de testimonios, se da entre los comunicantes una irradiación afectiva de simpatía o rechazo, difícil de explicar, pero real. El buen corazón sintoniza con la bondad y la belleza de lo que recibe. Además, en la Revelación esta comunicación también es interna a través de la

245 *Dei Verbum*, n. 5.

acción del Espíritu Santo que actúa en la intimidad más profunda de la persona.

Muchas verdades recibidas por fe son aceptadas sin gran problema, quizá porque también son evidentes para la razón. Así ocurre con la existencia de Dios y la inmortalidad del alma. Pero otras son oscuras y cuesta aceptarlas. Ahí entra la voluntad, que hace un acto de obediencia a Dios. El argumento es “te creo porque Tú lo dices y tienes autoridad para mostrar esta verdad que no me resulta patente”. De esta manera se avanza con luz en la inteligencia, calor en el corazón y fortaleza en la voluntad que acepta la Palabra divina.

El itinerario de fe de María Santísima muestra que, a pesar de su plenitud Inmaculada y estar llena de gracia, camina y avanza en la fe de diversos modos. Juan Pablo II lo mostró muy adecuadamente en la encíclica *Redemptoris Mater*. “La peregrinación de la fe indica la historia interior, es decir, la historia de las almas”.²⁴⁶ También la de María que precede a la Iglesia: “Su excepcional peregrinación de la fe representa un punto de referencia constante para la Iglesia, para los individuos y comunidades, para los pueblos y naciones y, en cierto modo, para toda la humanidad. De veras es difícil abarcar y medir su radio de acción”.²⁴⁷

Veamos el itinerario ascendente de la fe de María.

El primer paso es su vocación. La conecta con la eternidad, pero la percibe a través de un ángel, en un acontecimiento concreto: la Anunciación. María entra en el plan de la Salvación y en el misterio divino al aceptar la palabra transmitida por el ángel y aceptada por obediencia.

En efecto, en la Anunciación María se ha abandonado en Dios completamente, manifestando “la obediencia de la fe” a aquel que le hablaba a través de su mensajero y prestando “el homenaje del entendimiento y de la voluntad”. Ha respondido, por tanto, con todo su “yo” humano, femenino.²⁴⁸ Es más, “la fe de María puede parangonarse también a la de Abraham, llamado por el apóstol “nuestro padre en la fe” (cfr. Rom 4, 12). En la economía salvífica de la revelación divina, la fe de Abraham constituye el comienzo de la Antigua Alianza; y la fe de María en la Anunciación constituye el comienzo a la Nueva Alianza. Igual que Abraham “esperando contra toda esperanza, creyó y fue hecho padre de muchas naciones” (cfr. Rom 4, 18), así María, en el instante de la Anunciación, después de haber manifestado su condición de virgen (“¿cómo será esto, puesto que no conozco varón?”), creyó que por el poder del Altísimo, por obra del Espíritu Santo, se convertiría en la Madre del Hijo de Dios según la revelación del ángel: “el que ha de nacer

246 *Redemptoris Mater*, n. 6.

247 *Ibíd.*

248 *Ibíd.*, n. 13.

será santo y será llamado Hijo de Dios” (Lc 1, 35).²⁴⁹ A la obediencia sigue el abandono. “Creer quiere decir ‘abandonarse’ en la verdad misma de la palabra del Dios viviente, sabiendo y reconociendo humildemente «¡cuán insondables son sus designios e inescrutables sus caminos!» (Rom 11, 33). María, por la eterna voluntad del Altísimo, puede decirse que se ha encontrado en el centro mismo de aquellos «inescrutables caminos» y de los «insondables designios» de Dios. Y se conforma a ellos en la penumbra de la fe, aceptando plenamente y con corazón abierto todo lo que está dispuesto en el designio divino”.²⁵⁰ “Desde el primer momento, María profesa sobre todo «la obediencia de la fe», abandonándose al significado de las palabras de la anunciación, que daba Aquel del cual provenían: Dios mismo”.²⁵¹ En la ofrenda en el Templo “el anuncio de Simeón parece como un segundo anuncio a María, dado que le indica la concreta dimensión histórica en la cual el Hijo cumplirá su misión, es decir, en la incomprensión y en el dolor. Si por un lado, este anuncio confirma su fe en el cumplimiento de las promesas divinas de la salvación, por otro, le revela también que deberá vivir en el sufrimiento su obediencia de fe al lado del Salvador que sufre. Y que su maternidad será oscura y dolorosa”.²⁵²

En la visitación a Isabel, “María, movida por la caridad, se dirige a la casa de su pariente. María, cuando entra, saluda. E Isabel, sintiendo saltar de gozo al niño en su seno, “llena de Espíritu Santo”, responde a María en alta voz: “Bendita tú entre las mujeres y bendito el fruto de tu seno” (cfr. Lc 1, 40-42). Esta exclamación o aclamación de Isabel, posteriormente entraría en el *Ave María*, como una continuación del saludo del ángel, convirtiéndose así en una de las plegarias más frecuentes de la Iglesia. Pero más significativas son todavía las palabras de Isabel en la pregunta que sigue: “¿De dónde a mí que la madre de mi Señor venga a mí?” (Lc 1, 43). Isabel da testimonio de María: reconoce y proclama que ante ella está la Madre del Señor, la Madre del Mesías. De este testimonio participa también el hijo que Isabel lleva en su seno: “saltó de gozo el niño en su seno” (Lc 1, 44). El niño es el futuro Juan el Bautista, que en el Jordán señalará en Jesús al Mesías. En el saludo de Isabel cada palabra está llena de sentido. Sin embargo, las palabras finales parecen ser de importancia fundamental: “¡*Feliz la que ha creído* que se cumplirían las cosas que le fueron dichas de parte del Señor!” (Lc 1, 45)”.²⁵³ Así pues, la fe de María, proclamada por Isabel en

249 RM, n. 13.

250 RM, n. 14.

251 RM, n. 14.

252 RM, n. 16.

253 RM, n. 12.

la visitación, indica cómo la Virgen de Nazaret ha respondido a este don de la vocación. «Cuando Dios revela hay que prestarle la obediencia de la fe (Rom 16, 26; cfr. Rom 1, 5; 2 Cor 10, 5-6) por la que el hombre se confía libre y totalmente a Dios, como enseña el Concilio. Esta descripción de la fe encontró una realización perfecta en María. El momento «decisivo» fue la Anunciación, y las mismas palabras de Isabel «Feliz la que ha creído» se refieren en primer lugar a este instante».²⁵⁴

Su oración crece en la vida oculta en Nazaret: “A lo largo de la vida oculta de Jesús en la casa de Nazaret, también la vida de María está «oculta con Cristo en Dios» (cfr. Col 3, 3) por medio de la fe. La fe es un contacto con el misterio de Dios. Y María constantemente y diariamente está en contacto con el misterio inefable de Dios que se ha hecho hombre, misterio que supera todo lo que ha sido revelado en la Antigua Alianza”.²⁵⁵ “María, la Madre, está en contacto con la verdad de su Hijo únicamente en la fe y por la fe. Es, por tanto, bienaventurada, porque «ha creído» y cree cada día en medio de todas las pruebas y contrariedades del periodo de la infancia de Jesús y luego durante los años de su vida oculta en Nazaret, donde «vivía sujeto a ellos» (Lc 2, 51): sujeto a María y también a José, porque este hacía las veces de padre ante los hombres; de ahí que el Hijo de María era considerado también por las gentes como «el hijo del carpintero» (Mt 13, 55)”.²⁵⁶

En al suceso del Niño perdido, “cuando, después del encuentro en el templo, a la pregunta de la Madre: «¿por qué has hecho esto?», Jesús, que tenía doce años, responde «¿No sabíais que yo debía estar en la casa de mi Padre?». Y el evangelista añade: «Pero ellos (José y María) no comprendieron la respuesta que les dio» (Lc 2, 48-50). Por lo tanto, Jesús tenía conciencia de que «nadie conoce bien al Hijo sino el Padre» (cfr. Mt 11, 27), tanto que aun aquella a la cual había sido revelado más profundamente el misterio de su filiación divina, su Madre, vivía en la intimidad con este misterio solo por medio de la fe. Hallándose al lado del hijo, bajo un mismo techo y «manteniendo fielmente la unión con su Hijo», «avanzaba en la peregrinación de la fe»”.²⁵⁷

Pero destaca la fe de María en la cruz: “Estando junto a la cruz, María es testigo, humanamente hablando, de un completo desmentido de estas palabras. Su Hijo agoniza sobre aquel madero como un condenado. «Despreciable y desecho de hombres, varón de dolores... despreciable y no le

254 RM, n. 13.

255 RM, n. 17.

256 RM, n. 17.

257 RM, n. 17.

tuvimos en cuenta»: casi anonadado (cfr. Is 53, 35). ¡Cuán grande, cuán heroica en esos momentos la obediencia de la fe demostrada por María ante los «insondables designios» de Dios! ¡Cómo se «abandona en Dios» sin reservas, «prestando el homenaje del entendimiento y de la voluntad» a aquel cuyos «camino son inescrutables!» (cfr. Rom 11, 33).²⁵⁸ Es una fe más profunda: “Por medio de esta fe María está unida perfectamente a Cristo en su despojamiento”. En efecto, “Cristo, siendo de condición divina, no retuvo ávidamente el ser igual a Dios. Sino que se despojó de sí mismo, tomando la condición de siervo, haciéndose semejante a los hombres”; concretamente en el Gólgota “se humilló a sí mismo, obedeciendo hasta la muerte y muerte de cruz” (cfr. Flp 2, 5-8). A los pies de la cruz, María participa por medio de la fe en el desconcertante misterio de este despojamiento. Es esta tal vez la más profunda «kénosis» de la fe en la historia de la humanidad. Por medio de la fe la Madre participa en la muerte del Hijo, en su muerte redentora; pero a diferencia de la de los discípulos que huían, era una fe mucho más iluminada”.²⁵⁹ Es más, “Si por medio de la fe María se ha convertido en la Madre del Hijo que le ha sido dado por el Padre con el poder del Espíritu Santo, conservando íntegra su virginidad, en la misma fe ha descubierto y acogido la otra dimensión de la maternidad, revelada por Jesús durante su misión mesiánica. Se puede afirmar que esta dimensión de la maternidad pertenece a María desde el comienzo, o sea desde el momento de la concepción y del nacimiento del Hijo. Desde entonces era «la que ha creído». A medida que se esclarecía ante sus ojos y ante su espíritu la misión del Hijo, ella misma como Madre se abría cada vez más a aquella «novedad» de la maternidad, que debía constituir su «papel» junto al Hijo”.²⁶⁰

Podemos añadir la experiencia de fe de María durante el Sábado Santo cuando se queda sola en la fe en la Resurrección de su Hijo: al dolor del Viernes Santo se añade la oscuridad de la fe del sábado. A esta oscuridad sigue la luz de la presencia del Hijo resucitado y su crecimiento en la venida del Espíritu de su Hijo en Pentecostés.

La fe es luz. Comienza pequeña como la llamita de una vela. Y crece. Lo expresa de modo vivo una orante después de una conversión:

“Señor, ahora que te he encontrado, ayúdame a aumentar mi fe en Ti, para que así nunca más te vuelva a perder. Señor mío Jesucristo, ahora reflexiono y me pregunto: ¿Cómo es que estoy abatida y deprimida? ¿Es que no confío suficien-

258 RM, n. 18.

259 RM, n. 18.

260 RM, n. 20.

temente en Ti? Perdóname y ayúdame a comprender que Tú eres el consuelo y la esperanza de quienes te buscan. Sé que siempre estás atento y dispuesto a escucharme, que nuca me dices «Ahora no puedo» ¿Por qué soy tan desagradecida, y yo te digo eso tantas veces? Perdóname, Señor. Me pregunto cada día si soy suficiente buena madre. Tú lo sabes todo, envíame tu Espíritu Santo para que abra mi entendimiento y sepa ver mejor los buenos ejemplos que nos dejó tu Madre”.²⁶¹

La vida de oración del creyente no parte de la plenitud de gracia como en María Santísima, ni de un estado de alma inmaculado como el suyo. Por lo tanto, el primer paso, que ya vimos en el capítulo anterior, es superar las tinieblas del pecado y de las estructuras de pecado. Perseverando en la oración se iluminan las luces naturales hasta que la Luz de Dios es la principal fuente luminosa. Esta superación no se realiza sin dolor, como ocurrió a los apóstoles que tenían fe en Jesús pero huyeron de la cruz. Su fe tenía muchas motivaciones humanas y no podían entender un amor tan grande que se hace débil: su fe en la majestad de Dios no podía entender la humildad del Verbo.

Se pasa de un estadio de oración a otro, como con las amistades, que maduran con el trato; o como el estudio continuo, que lleva a una mayor claridad de ideas, sin abandonar lo anterior bien sabido.

Se comienza por oraciones vocales como son las aprendidas en la infancia, jaculatorias o la oración de Jesús repetida miles de veces.

Más adelante vendrá la introducción de la imaginación en la oración a través de imágenes o de la representación interior de la vida de Jesús “como un personaje más”.²⁶² A estos pasos se añade la meditación de verdades claras con razonamientos muy encadenados; por ejemplo, una frase de los salmos o de Jesús. En este caso se juntan dos modos de meditar. Uno afirmativo, por ejemplo: Dios es bueno, pero existen males y sufrimientos en el mundo, luego Dios sacará de los males bienes. El otro es negativo, por ejemplo: pensar que Dios es más que el bien que yo conozco; o es más que la verdad expuesta en todos los libros; o es más que todo el amor que los hombres puedan experimentar. Así se llega a una oscuridad luminosa.

El siguiente paso puede ser el de quietud, cuando se reza sin meditaciones, descansando activamente en la presencia de las Tres personas divinas.

Más adelante, llegará la oración sponsal de amor o de unión. No se puede decir que sean fases sucesivas pues pueden coexistir casi al mismo tiempo. Pero sí que cada fase corresponde a un nivel de fe distinto.

261 MPT, abril de 1999.

262 Es lo que hace san Josemaría en el libro *Santo Rosario*, en el que va meditando los misterios de la vida de Jesús y María como si fuese un niño.

El itinerario del orante para vivir de fe es semejante al de María. Primero es necesario una entrega a la sabiduría omnipotente de Dios. Después, convivir con el Misterio, con una vida escondida en Dios en lo ordinario, quizá sin que lo capten quienes rodean al orante, pues Dios va enseñando sus misterios y verdades. No faltarán los momentos de oscuridad en los que se confía, pero sin ver nada; o en los que parece contradecirse lo que se ve y lo que se cree. Es el caso de las dudas sobre la existencia de Dios de santa Teresita de Jesús, cuando más cerca estaba de Dios y sus palabras estaban llenas de luz. Puede ser el caso de la madre creyente y orante ante la muerte por accidente del hijo y que duda de la bondad de Dios, pero reza; o la angustia ante el fracaso de la labor apostólica que tanto le entusiasmaba; o al ver los pecados o las infidelidades de aquellos que eran maestros de fe. Los ejemplos pueden multiplicarse. Se trata de lo que san Juan de la Cruz llama noche oscura para llegar a la fe desnuda de la unión total. Por último, está el abandono total en las manos de Dios, tanto si se ve, como si no se ve. Así, inteligencia, corazón y voluntad se van purificando con la ayuda de la gracia divina, para vivir solo de fe.

Itinerario de la esperanza

Todo empieza por el deseo, como el que sigue:

“Dame ánimos, Señor, para no dejar de buscarte. Tú eres el Bien verdadero, el único Bien Verdadero. Mi alma desea gozarte. Yo te busco en cada instante, Señor. Pero Tú también me buscas a mí. Me buscas cuando te me das en la Sagrada Comunión. Y así, sin casi yo darme cuenta, con toda sutileza, con toda suavidad, me llevas contigo a estar cada día un poquito más cerca de Dios Padre. Deseo buscarte. Deseo encontrarte en cada instante, encontrarte en el prójimo, encontrarte en el sufrimiento, encontrarte en la alegría, encontrarte en el silencio de mi alma, encontrarte en el perdón, encontrarte en la justicia. Encontrarte, aún sin haberte perdido. Te encuentro en cada instante porque te busco también en cada instante y así será más difícil perderte. Te amo, Señor”.²⁶³

Y concluye en un amor que siempre puede crecer más.

La oración es un acto de esperanza por el que se pide lo que no se tiene o lo que se desea. La fe, la esperanza y la caridad están unidas en el acto humano de la confianza, que debe crecer y purificarse. Benedicto XVI, en la encíclica *Spe salvi*, “une estrechamente la «plenitud de la fe» (10, 22) con la «firme confesión de la esperanza» (10, 23). También cuando la Primera Car-

263 MPT, marzo de 1999.

ta de Pedro exhorta a los cristianos a estar siempre prontos para dar una respuesta sobre el logos —el sentido y la razón— de su esperanza (cfr. 3, 15), «esperanza» equivale a «fe».²⁶⁴ Todo lo dicho del itinerario de fe del orante vale para la oración como acto de esperanza, certeza en la entrega, ahondar en el misterio, perseverar en la oscuridad y abandono en las manos de Dios.

Pero la enseñanza de san Pedro va más lejos, pues la esperanza no consiste solo en confiar en alcanzar en la otra vida la felicidad que es negada en esta vida terrena. La esperanza da vida al presente. Benedicto XVI dice tomando pie de la epístola a los Tesalonicenses: “«No os aflijáis como los hombres sin esperanza» (1 Ts 4, 13). Elemento distintivo de los cristianos es el hecho de que tienen un futuro: no es que conozcan los pormenores de lo que les espera, pero saben que su vida, en conjunto, no acaba en el vacío. Solo cuando el futuro es cierto como realidad positiva, se hace llevadero también el presente. De este modo, podemos decir ahora: el cristianismo no era solamente una «buena noticia», una comunicación de contenidos desconocidos hasta aquel momento. En nuestro lenguaje se diría: el mensaje cristiano no era solo «informativo», sino «performativo». Eso significa que el Evangelio no es solamente una comunicación de cosas que se pueden saber, sino una comunicación que comporta hechos y cambia la vida. La puerta oscura del tiempo, del futuro, ha sido abierta de par en par. Quien tiene esperanza vive de otra manera; se le ha dado una vida nueva”.²⁶⁵ La palabra performativo es poco utilizada e indica que la esperanza proporciona un conocimiento y una certeza que cambia la actitud en el presente.

Por ejemplo, se sigue trabajando, aunque se sepa que la muerte esté próxima; o se vive la caridad, aunque no se reciban agradecimientos, etc. Se trata de una transformación de la actitud y los hechos del hombre esperanzado, que anima a ser generoso y abnegado. “Se ha manifestado sobre todo en las grandes renunciaciones, desde los monjes de la Antigüedad hasta Francisco de Asís, y a las personas de nuestro tiempo que, en los Institutos y Movimientos religiosos modernos, han dejado todo por amor de Cristo para llevar a los hombres la fe y el amor de Cristo, para ayudar a las personas que sufren en el cuerpo y en el alma. En estos casos se ha comprobado que la nueva «sustancia» es realmente «sustancia»; de la esperanza de estas personas tocadas por Cristo ha brotado esperanza para otros que vivían en la oscuridad y sin esperanza. En ellos se ha demostrado que esta nueva vida posee realmente «sustancia» y es una «sustancia» que suscita vida para los demás”.²⁶⁶

264 *Spe salvi*, n. 2.

265 *Ibid.*

266 *Spe salvi*, n. 9.

La oración esperanzada no es una huida de los problemas, si no una lucha alegre para mejorar la propia vida y la de los demás. La esperanza se convierte en una fuente de unidad entre la oración y el trabajo. Se trabaja con esperanza en la vida eterna y en mejorar la presente por amor a Dios. Sabemos que sin esperanza no se vive. Y que las ideologías de todos los tiempos suscitan esperanzas que llevan a grandes desilusiones al comprobar un progreso mínimo y, a veces, grandes retrocesos individuales y sociales. “Necesitamos tener esperanzas —más grandes o más pequeñas—, que día a día nos mantengan en camino. Pero sin la gran esperanza, que ha de superar todo lo demás, aquellas no bastan. Esta gran esperanza solo puede ser Dios, que abraza el universo y que nos puede proponer y dar lo que nosotros por sí solos no podemos alcanzar. De hecho, el ser agraciado por un don forma parte de la esperanza. Dios es el fundamento de la esperanza; pero no cualquier dios, sino el Dios que tiene un rostro humano y que nos ha amado hasta el extremo, a cada uno en particular y a la humanidad en su conjunto. Su reino no es un más allá imaginario, situado en un futuro que nunca llega; su reino está presente allí donde Él es amado y donde su amor nos alcanza. Solo su amor nos da la posibilidad de perseverar día a día con toda sobriedad, sin perder el impulso de la esperanza, en un mundo que por su naturaleza es imperfecto”.²⁶⁷

Otro fruto de la esperanza es la superación de la soledad. “Un lugar primero y esencial de aprendizaje de la esperanza es la oración. Cuando ya nadie me escucha, Dios todavía me escucha. Cuando ya no puedo hablar con ninguno, ni invocar a nadie, siempre puedo hablar con Dios. Si ya no hay nadie que pueda ayudarme —cuando se trata de una necesidad o de una expectativa que supera la capacidad humana de esperar—, Él puede ayudarme. Si me veo relegado a la extrema soledad...; el que reza nunca está totalmente solo”.²⁶⁸

La esperanza lleva a un aumento de la caridad. “Agustín ilustró de forma muy bella la relación íntima entre oración y esperanza en una homilía sobre la Primera Carta de san Juan. Él define la oración como un ejercicio del deseo. El hombre ha sido creado para una gran realidad, para Dios mismo, para ser colmado por Él. Pero su corazón es demasiado pequeño para la gran realidad que se le entrega. Tiene que ser ensanchado. «Dios, retardando [su don], ensancha el deseo; con el deseo, ensancha el alma y, ensanchándola, la hace capaz [de su don]». Agustín se refiere a san Pablo, el cual dice de sí mismo que vive lanzado hacia lo que está por delante (cfr. Flp 3, 13). Después usa una imagen muy bella para describir este proceso de ensan-

267 *Spe salvi*, n. 30.

268 *Spe salvi*, n. 32.

chamamiento y preparación del corazón humano. «Imagínate que Dios quiere llenarte de miel [símbolo de la ternura y la bondad de Dios]; si estás lleno de vinagre, ¿dónde pondrás la miel?». El vaso, es decir el corazón, tiene que ser antes ensanchado y luego purificado: liberado del vinagre y de su sabor. Eso requiere esfuerzo, es doloroso, pero solo así se logra la capacitación para lo que estamos destinados. Aunque Agustín habla directamente solo de la receptividad para con Dios, se ve claramente que con este esfuerzo por liberarse del vinagre y de su sabor, el hombre no solo se hace libre para Dios, sino que se abre también a los demás”.²⁶⁹

La esperanza lleva a la sinceridad con Dios y consigo mismo: “En la oración, el hombre ha de aprender qué es lo que verdaderamente puede pedirle a Dios, lo que es digno de Dios. Ha de aprender que no puede rezar contra el otro. Ha de aprender que no puede pedir cosas superficiales y banales que desea en ese momento, la pequeña esperanza equivocada que lo aleja de Dios. Ha de purificar sus deseos y sus esperanzas. Debe liberarse de las mentiras ocultas con que se engaña a sí mismo: Dios las escruta, y la confrontación con Dios obliga al hombre a reconocerlas también. “¿Quién conoce sus faltas? Absuélveme de lo que se me oculta”, ruega el salmista (19 [18], 13). No reconocer la culpa, la ilusión de inocencia, no me justifica ni me salva, porque la ofuscación de la conciencia, la incapacidad de reconocer en mí el mal en cuanto tal, es culpa mía. Si Dios no existe, entonces quizás tengo que refugiarme en estas mentiras, porque no hay nadie que pueda perdonarme, nadie que sea el verdadero criterio. En cambio, el encuentro con Dios despierta mi conciencia para que esta ya no me ofrezca más una autojustificación ni sea un simple reflejo de mí mismo y de los contemporáneos que me condicionan, sino que se transforme en capacidad para escuchar el Bien mismo”.²⁷⁰

La esperanza se debe vivir en la Iglesia para ser purificada. “Para que la oración produzca esta fuerza purificadora debe ser, por una parte, muy personal, una confrontación de mí yo con Dios, con el Dios vivo. Pero, por otra, ha de estar guiada e iluminada una y otra vez por las grandes oraciones de la Iglesia y de los santos, por la oración litúrgica, en la cual el Señor nos enseña constantemente a rezar correctamente”.²⁷¹

Al crecer la esperanza, mejora la oración, se van superando las motivaciones humanas, como actuar por el buen ejemplo de un amigo, o por el agradecimiento a un maestro o una ventaja terrena.

269 *Spe salvi*, n. 33.

270 *Spe salvi*, n. 33.

271 *Spe salvi*, n. 34.

La oración es alegre, aunque se vean muchas tinieblas en el presente. Si el corazón todavía es pequeño y egocéntrico se vivirá una oscuridad esperanzada hasta que se vaya dilatando la confianza en Dios. La esperanza llevará a un trabajo que fortalezca el progreso real, que sin ella cesaría. La oración no se aleja de la vida diaria, sino que la alimenta con nuevos ánimos y propósitos. Necesitamos purificar la dificultad para reconocer las falsas motivaciones, pecados ocultos o apegamientos a cosas de aquí, pensando que se va a permanecer siempre en esta vida mortal, etc. Y la purificación vendrá de la sinceridad. La esperanza del que reza lleva a no juzgar a la Iglesia visible, sino a trabajar para que sea más patente la santidad original.

La esperanza del orante se manifiesta en la estabilidad de ánimo sin desanimarse ante las dificultades. Se hace realidad lo que predica san Josemaría: “En las batallas del alma, la estrategia muchas veces es cuestión de tiempo, de aplicar el remedio conveniente, con paciencia, con tozudez. Aumentad los actos de esperanza. Os recuerdo que sufriréis derrotas, o que pasaréis por altibajos —Dios permita que sean imperceptibles— en vuestra vida interior, porque nadie anda libre de esos percances. Pero el Señor, que es omnipotente y misericordioso, nos ha concedido los medios idóneos para vencer. Basta que los empleemos, como os comentaba antes, con la resolución de comenzar y recomenzar en cada momento, si fuera preciso”.²⁷²

El orante esperanzado vive de amor; pero de un amor que es ya, pero todavía no, vivido personalmente con la omnipotencia de Dios Padre y en Jesús. “Hace ya bastantes años, con un convencimiento que se acrecentaba de día en día, escribí: *espéralo todo de Jesús: tú no tienes nada, no vales nada, no puedes nada. El obrará, si en Él te abandonas.*”²⁷³ Ha pasado el tiempo, y aquella convicción mía se ha hecho aún más robusta, más honda. He visto, en muchas vidas, que la esperanza en Dios enciende maravillosas hogueras de amor, con un fuego que mantiene palpitante el corazón, sin desánimos, sin decaimientos, aunque a lo largo del camino se sufra, y a veces se sufra de veras”.²⁷⁴

El orante esperanzado nunca deja de luchar. “Si la situación de lucha es connatural a la criatura humana, procuremos cumplir nuestras obligaciones con tenacidad, rezando y trabajando con buena voluntad, con rectitud de intención, con la mirada puesta en lo que Dios quiere. Así se colmarán nuestras ansias de Amor, y progresaremos en la marcha hacia la santidad, aunque al terminar la jornada comprobemos que todavía nos queda por recorrer mucha distancia. Renovad cada mañana, con un *serviam!* decidido —¡te serviré, Señor!—, el propósito de no ceder, de no caer en la pereza o

272 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 219.

273 *Consideraciones espirituales*, Cuenca, 1934, p. 67.

274 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 205.

en la desidia, de afrontar los quehaceres con más esperanza, con más optimismo, bien persuadidos de que si en alguna escaramuza salimos vencidos, podremos superar ese bache con un acto de amor sincero”.²⁷⁵

Itinerario de la caridad

El inicio de la vida espiritual se da en la fe. Y se persevera en la esperanza que crece coordinada con la fe. Pero la plenitud llega con la caridad.

Es obvio que el amor humano, al madurar, experimenta cambios. El orante los experimenta con la acción de la gracia por la que Dios habita en el alma. Veamos un ejemplo:

“Tengo la necesidad de transmitir que todo lo que de verdad nos puede hacer felices en esta vida es el Amor. Amor al prójimo por amor a Dios, nuestro Creador. Seremos felices y nos sentiremos más libres en la medida que más amemos. Cuando más te amo, Señor, cuantas más veces te digo que soy tu esclava, más libre me siento. Tú me das libertad, me pones alas”.²⁷⁶

Dios es Amor. Pero no Amor solitario y concéntrico, sino abierto en plenitud. Ya explicamos algo del misterio de la Trinidad. Basta recordar que cada Persona ama según su característica personal. El Padre, en un acto de amor paternal intelectual, engendra al Hijo, que es su Imagen, su Verbo, su Palabra. El Hijo es el Amado. El Espíritu Santo es la persona Don. Como dice Ramón Llull: son Amante, Amado y Amador. Esta riqueza es coeterna y consustancial; y lleva una comunión tan plena, que son un solo Dios: unidad total y amorosa. Ahí radica la luz para entender el amor humano. Edith Stein señala que “Salir de sí mismo es de la esencia del ser espiritual”.²⁷⁷

La persona humana es radicalmente relacional, con una relación de amor. La primera relación es con Dios. Después se relaciona con las demás personas: esposos, hijos, amigos... “El amor humano puede desplegarse como *eros* (deseo) o como *agapé* (donación efusiva). El *eros* es un desencadenamiento sin límites hacia algo que se necesita y cuyo otorgamiento presupone, por tanto, unilateralidad. La donación efusiva, por el contrario, presupone cierta plenitud que se expande, haciendo desaparecer la desigualdad con ‘lo otro’. *Eros* surge ‘*ex indigentia*’, de la indigencia; el *agapé*, ‘*ex plenitudine*’ de la sobreabundancia. El *eros* estimula energías anhelantes; el *agapé*, en cambio, promueve energías desbordantes para ampliar en número de centros ‘donantes’”.²⁷⁸

275 *Ibíd.*, n. 217.

276 MPT, abril de 1999.

277 Edith Stein, *La estructura de la persona humana*, ed. Monte Carmelo, p. 82.

278 Leonardo Polo, *La persona humana y su crecimiento*, 2ª edición, 1999, Eunsa, Pamplona, p. 114.

El comienzo del amor personal comienza en la admiración, no en el deseo de posesión. El solo deseo mira la propia necesidad, real o artificial. Si ese deseo no percibe las fases siguientes se engendraría un empobrecimiento, un vacío por insuficiencia. El amor que se queda en egoísmo, y no es ni plenitud humana, ni madurez.

La persona humana tiene que madurar. Y madurar es aprender a amar, a dar, a darse y a dar ser. El *agapé* es más rico, pues es dar o, incluso, darse: es “querer el bien del otro”. El amor de *agapé* está en el buen camino, pues hacer crecer a la persona que ama, pero también es insuficiente.

Los cristianos pueden ampliar este estupendo amor con otro aún mejor. *Philein* (amistad) es más rico que *agapé* y *eros*, pues es amar y dejarse amar por el otro. Pero los tres no bastan para mostrar la riqueza del amor humano. ¿Qué falta pues? Falta la unión que produce el amor pleno y que llamamos comunión. Para captar qué es una comunión entre amantes debemos transcender las experiencias humanas y llegar al mismo Dios que vive una comunión plena y total. Dios es Uno porque es Amor. La unidad de Dios es una comunión de tres Personas que se aman infinitamente. El misterio y la luz se manifiestan en esta afirmación, que es un descubrimiento y una revelación. En la Trinidad se da la comunión perfecta, pues cada Persona divina está totalmente en las otras dos, en un acto de amor tan perfecto y unitivo, que integran eternamente un solo Dios único, valga la redundancia. Dios es Uno, pero no solitario.

El hombre es capaz de amar y ser amado por Dios en una comunión inefable. Esta es la gran aspiración humana, inserta en toda su persona, no solo en su alma o en su cuerpo. Solo los espíritus pueden estar uno en el otro. “Yo en ti; y tú en mí”. Sin perder la propia identidad, se alcanza la perfección del amor. Me enriquezco contigo y me doy a ti. Esta comunión con Dios, de libre donación y aceptación del amor, es lo primero. Pero no excluye el amor humano, si no que lo exige. La caridad es el amor de Dios en el alma orante que siempre puede crecer.

“Amar no es soportar... Iré por esta vida terrena sin consuelos, si Tú crees que no me convienen. Y mi alma te sonreirá. Iré por esta vida trabajando sin descanso por el bien de los demás. Y mi alma te sonreirá. Iré por esta vida sabiendo que aunque no valgo nada, valgo para Ti. Y sonreiré. Y mi alma te sonreirá. Iré por esta vida sabiendo que el sufrimiento es una prueba de tu Amor hacia mí y aun sufriendo lo insufrible. Sonreiré y mi alma te sonreirá. Iré por esta vida demostrando mi amor hacia los demás, el poco que yo tengo y el mucho que Tú me das para que a la vez yo lo pueda dar. Y sonreiré. Y mi alma te sonreirá. Y cuando consiga vivir así mi vida terrena, podré al fin ver que Tú me sonríes. Y mi alma a punto ya de unirse a Ti por siempre, te sonreirá. ¿Cuánto vale

para Ti una sonrisa sincera, Señor? Me pasaría el día llorando. Y por Ti quiero, deseo, pasarme el día sonriendo. Ayúdame, Señor, en este propósito. Hazme ver tu mirada enamorada en todos y en todas las cosas. Amén”.²⁷⁹

“Falso amor: amor envenenado, amor pervertido, amor no esparcido, amor concentrado en sí mismo. Te ruego apartes de mí, Señor, ese espejismo, pues sé que es Satanás disfrazado. Tengo que llenar mi vida en adorarte, no traicionarte, ayudar al prójimo y luchar para que el maligno no me lleve con él al final de ella. Adorarte, Señor. Hacer todo por agradar a Dios, por cumplir su voluntad. Amarte con todo el corazón, con todo el pensamiento. No traicionarte. No negarte nunca nada, no hacer nada que vaya contra tus Mandamientos, perseverar (con tu ayuda) hasta el final. Ayudar al prójimo físicamente, espiritualmente, psicológicamente. Pidiendo a Dios por los demás. Ir contra el maligno. Él intentará conseguirme hasta el final, hasta el último instante de mi vida. Luchar, luchar siempre contra él, con la ayuda de Dios que no me ha de faltar”.²⁸⁰

“Señor, ¿cómo explicar a toda la gente que no saben lo que hacen al no amarte? Que si no te aman a Ti, Señor, no aman al prójimo. Ni tan siquiera se aman a ellos mismos. Creen que se aman, pero se aborrecen y buscan acallar ese odio hacia sí mismos, complaciéndose cada vez más y en más cosas, si pueden. Y pretenden desmenuzar al ser humano para conocer su misterio, para ser ellos dioses. Cómo ayudarles, Señor, cómo ayudarles. Temen la muerte, pero en el fondo la desean, la buscan. Y no creen que exista otra Vida en Ti. Si te amasen, no desearían la muerte, porque sabrían que la vida es un regalo tuyo; ni la temerían, porque qué más puede desear la amada que estar con su amado. Si te amasen, Señor, verían que tu yugo es suave; que poco nos pides a cambio de algo tan grande, como es ver tu gloria y estar contigo por siempre”.²⁸¹

El amor se transforma en caridad por la acción de la gracia. Dios se hace presente en el alma orante por la acción del Espíritu Santo que actúa a través de los sacramentos, de la fe, de la esperanza, de la oración; y también directamente. La lógica divina es llevar al orante a que supere las distintas formas de amor propio, oculto incluso a los exámenes de conciencia más perspicaces.

En esta etapa se pueden incluir las moradas tercera, cuarta y quinta de santa Teresa. Aunque difieren de las descripciones de otros autores, en el fondo también describen las necesarias purificaciones e iluminaciones del alma.

279 MPT, septiembre de 2000.

280 MPT, octubre de 2000.

281 MPT, junio de 2001.

“Terceras moradas: el enemigo está en la puerta. El alma evita el mal, le gusta oír hablar de Dios y muestra buena disposición, pero el amor no la transporta más allá de la vanagloria ni de las conveniencias del interés temporal... hay impaciencia. Desasidos del mundo, dueños de sus pasiones, dispuestos a obedecer, preocupados por sus propias faltas y sin juzgar al prójimo los huéspedes de las terceras moradas viven, en silencio y esperanza”.

“Cuartas moradas: la gran aventura. El Rey prodiga sus dones «cuando quiere y como quiere y a quien quiere»; el alma debe disponerse a recibirlos. Aquí la cosa no está en pensar mucho, sino en amar mucho”, luego vienen las obras. Recogimiento, quietud. Luces más claras, olvido de los yerros pasados y de lo exterior, el alma no piensa más que en seguir avanzando.

«Quintas moradas: «el alma se desposa con el Rey... todo es amor con amor, «se transforma como el gusano de seda cuando hila su capullo», se pierde si se pone afición en cosa que no sea Él. Pero no todo es deleitarse, «que el amor jamás está ocioso» y «obras quiere el Señor»”.

Profundicemos en los cambios del amor humano purificado por la gracia. El amor como admiración (eros) corresponde a la atracción que produce la belleza. Ciertamente, la sensibilidad estética, física, cultural y moral cuenta mucho para poder apreciar lo bello. Cabe, incluso, que se diga que gusta o atraen las apariencias, o lo feo; pero siempre es por defecto del que es atraído. El deseo y la admiración siempre será el primer paso del amor. La atracción por la belleza, desde las formas más exteriores hasta las más elevadas y espirituales, es el primer paso para el enamoramiento.

El segundo paso es la donación, quizá precedida por una donación incondicional del otro. Ciertamente si hay correspondencia es más fácil, pero cabe amar gratuitamente y con desinterés o, incluso, con una cierta repugnancia. Aquí se mueve la moral con toda su fuerza y excelencia, entrando todas las capacidades y virtudes del ser humano. La persona buena cada vez tiene más atracción por el bien. La persona endurecida en el mal siente aversión al Bien y a los que viven moralmente bien.

En tercer lugar, viene la unión. El amante entra en comunión con el amado. Es como una participación en la comunión trinitaria, en la unidad de Dios. El yo se une con el tú, sin dejar de ser un yo personal. Es más, siendo más rico, porque el amado le llena con su intimidad. A la apertura del amor sobreabundante (salir de sí mismo, éxtasis) viene la recepción y plenitud del enriquecimiento de la comunión espiritual con el otro: entenderse, quererse, gozar de la alegría de ser querido y de querer, sin mentiras ni utilitarismos; ser querido por ser uno mismo, no por lo que se tiene, si no por lo que se es. Y se dilata el yo personal para dar más, porque tiene mucha más riqueza. Y el crecimiento recíproco es exponencial.

El amor exige Verdad: es algo indispensable en todos los niveles amorosos. Las mentiras y los engaños son asesinos del amor. Una belleza falsa puede atraer, hasta que se quita la máscara. Un darse con motivos no rectos durará lo que dure el engaño y se descubra que se es utilizado, pero no amado. El amor es pobre en sus comienzos y exige superar las mentiras que acumula el ser humano, hasta alcanzar la verdad en que se da, por fin, una auténtica comunión de amor. Las formas superiores de amar alimentan las inferiores y las purifican.

Las noches del alma según san Juan de la Cruz

San Juan de la Cruz describe la oración contemplativa como una ascensión a un monte. Hay caminos perdedores y caminos acertados. En el camino acertado, que es el de la abnegación, se dan noches. Una es la de los sentidos, que es la primera purificación. Al pasar la noche, al calmarse los sentidos, viene la luz del día. La segunda noche es la noche oscura en que el alma se purifica del más oculto amor propio, con dolores curativos externos o administrados directamente por el mismo Dios. Al finalizar el túnel se alcanza una luz más luminosa y una calma más perfecta, porque el amor ya es más divino y más activo que anteriormente. Veamos cómo lo explica.

“La primera purgación o noche es amarga y terrible para el sentido, como ahora diremos. La segunda no tiene comparación, porque es horrenda y espantable para el espíritu”.²⁸² Da una explicación de la necesaria purificación de los que han pasado la noche de los sentidos, porque en “los principiantes su amor a Dios es bajo y frisa mucho con su propio amor [...]; para sacarlos de este bajo modo de amor a más alto grado de amor de Dios [...] los deja tan a oscuras que no saben dónde ir con el sentido de la imaginación y el discurso, porque no pueden dar un paso en meditar como antes solían, anegado ya el sentido interior en estas noches, y déjalos tan a secas que no solo no hallan jugo y gusto en las cosas espirituales y buenos ejercicios en que solían ellos hallar sus deleites y gustos, mas, en lugar de esto, hallan por el contrario sinsabor y amargura en las dichas cosas; porque, como he dicho, sintiéndolos ya Dios aquí algo crecidillos, para que se fortalezcan y salgan de mantillas los desarrima del dulce pecho y, abajándolos de sus brazos, los veza a andar por sus pies; en lo cual sienten ellos gran novedad porque se les ha vuelto todo al revés”.²⁸³

282 San Juan de la Cruz, *Noche oscura*, cap. 8, 2, p. 183.

283 *Ibíd.*, cap. 8, 3.

Sin embargo, tiene en cuenta que “estas sequedades podrían proceder muchas veces no de la dicha noche y purgación del apetito sensitivo, sino de pecados e imperfecciones o de flojedad y tibieza, o de algún mal humor o indisposición corporal”.²⁸⁴

La señal de que es una purificación se da porque “ya no hay poder obrar ni discurrir en las cosas de Dios el alma con sus potencias, como queda dicho padecen los espirituales grandes penas, no tanto por las sequedades que padecen, como por el recelo que tienen de que van perdidos en el camino”.²⁸⁵

En el paso de meditación a quietud, “aunque les parezca claro que no hacen nada y que pierden tiempo, y aunque les parezca que por su flojedad no tienen gana de pensar allí nada; que harto harán en tener paciencia en perseverar en la oración sin hacer ellos nada”.²⁸⁶

No se debe dejar la oración nunca, aunque piense “que pierde tiempo y que sería bueno hacer otra cosa, pues en la oración no puede hacer ni pensar nada, súfrase y estése sosegado”,²⁸⁷ pues los frutos son copiosos “y este es el primero y principal provecho que causa esta seca y oscura noche de contemplación: el conocimiento de sí y de su miseria”.²⁸⁸ Además, “no solo dándole conocimiento de su bajeza y miseria, como habemos dicho, sino también de la grandeza y excelencia de Dios”.²⁸⁹

Esta primera noche del sentido “suele ir acompañada con graves trabajos y tentaciones sensitivas, que duran mucho tiempo, aunque en unos más que en otros. Porque a algunos se les da el ángel de Satanás (2 Cor. 12, 7), que es el espíritu de fornicación, para que les azote los sentidos con abominables y fuertes tentaciones, y les atribule el espíritu con feas advertencias y representaciones más visibles en la imaginación, que a veces les es mayor pena que el morir. Otras veces se les añade en esta noche el espíritu de blasfemia, el cual en todos sus conceptos y pensamientos se anda atravesando con intolerables blasfemias, y a veces con tanta fuerza sugeridas en la imaginación, que casi se las hace pronunciar, que les es grave tormento. Otras veces se les da otro abominable espíritu, que llama Isaías (19, 14) *spiritus vertiginis*, no porque caigan, sino porque los ejercite; el cual de tal manera les oscurece el sentido, que los llena de mil escrúpulos y perplejidades tan intrincadas al juicio de ellos, que nunca pueden satisfacerse con nada, ni arrimar el juicio

284 *Ibíd.*, 9, 1.

285 *Ibíd.*, 10, 1.

286 *Ibíd.*, 10, 4.

287 *Ibíd.*, 10, 5.

288 *Ibíd.*, 12, 2.

289 *Ibíd.*, 12, 4.

a consejo ni concepto; el cual es uno de los más graves estímulos y horrores de esta noche, muy vecino a lo que pasa en la noche espiritual”.²⁹⁰

La segunda noche o noche del alma se da después de “que sale de las sequedades y trabajos de la primera purgación y noche del sentido, la pone Su Majestad en esta noche de espíritu”.²⁹¹

Es necesaria una segunda noche porque permanecen “imperfecciones que, como raíces, han quedado en el espíritu, donde la purgación del sentido no pudo llegar”.²⁹² Por ejemplo, “los suele llenar el demonio de presunción y soberbia y, atraídos de la vanidad y arrogancia, se dejan ser vistos en actos exteriores que parezcan de santidad, como son arrobamientos y otras apariencias. Hácense así atrevidos a Dios, perdiendo el santo temor, que es llave y custodia de todas las virtudes; y tantas falsedades y engaños suelen multiplicarse en algunos de estos, y tanto se envejecen en ellos, que es muy dudosa la vuelta de ellos al camino puro de la virtud y verdadero espíritu”.²⁹³ Además “son más incurables por tenerlas ellos por más espirituales”.²⁹⁴ La cura es necesaria y “queriendo Dios desnudarlos de hecho de este viejo hombre y vestirlos del nuevo, que según Dios es criado en la novedad del sentido, que dice el apóstol (Cl 3, 10), desnúdales las potencias y afecciones y sentidos, así espirituales como sensitivos, así exteriores como interiores, dejando a oscuras el entendimiento, y la voluntad a secas, y vacía la memoria, y las afecciones del alma en suma aflicción, amargura y aprieto, privándola del sentido y gusto que antes sentía de los bienes espirituales”.²⁹⁵ Más detalladamente dice que “esta noche oscura es una influencia de Dios en el alma, que la purga de sus ignorancias e imperfecciones, en que de secreto enseña Dios al alma y la instruye en perfección de amor”.²⁹⁶

Dos comparaciones sirven para explicarlas: “Cuanto las cosas divinas son en sí más claras y manifiestas, tanto más son al alma oscuras y ocultas naturalmente; así como la luz, cuanto más clara es, tanto más ciega y oscurece la pupila de la lechuza, y cuanto el sol se mira más de lleno,²⁹⁷

290 *Ibíd.*, cap. 14, 1-2-3.

291 *Ibíd.*, L 2 c. 1, 1.

292 *Ibíd.*, L 2, c. 2, 2.

293 *Ibíd.*, 3.

294 *Ibíd.*, 4.

295 *Ibíd.*, c. 3, 5.

296 *Ibíd.*, c. 5, 1.

297 Solo tengo palabras, y no basta para decir lo que veo y lo que siento. Tú eres más que el sonido de las aguas / mucho más que mil palabras voladoras; / más que la luz oculta en mi rincón, / Más que todas mis verdades releídas / más que todo lo pensado muy arcano, / más que todo lo pensable indispensable, / más que el sol que luce a mediodía, / más ardiente que el fuego de mi amor / mi lengua calla, muerta, casi inútil, / para clamar

más tinieblas causa a la potencia visiva y la priva, excediéndola por su flaqueza”.²⁹⁸

El sufrimiento del que reza en este nivel viene al ver que “su impureza es inmensa cuando de veras es embestida de esta divina luz, porque embistiéndose en el alma esta luz pura a fin de expeler la impureza del alma, siéntese el alma tan impura y miserable que le parece estar Dios contra ella y que ella está hecha contraria a Dios. Lo cual es de tanto sentimiento y pena para el alma, porque le parece aquí que la ha Dios arrojado”.²⁹⁹ El contraste es tan grande que cuando “esta divina contemplación embiste en el alma con alguna fuerza, al fin de la ir fortaleciendo y domando, de tal manera pena en su flaqueza, que poco menos desfallece, particularmente algunas veces cuando con alguna más fuerza embiste. Porque el sentido y espíritu, así como si estuviese debajo de una inmensa y oscura carga, está penando y agonizando tanto, que tomaría por alivio y partido el morir”.³⁰⁰

El proceso de purificación es intenso y “desnudándola de las afecciones habituales y propiedades del hombre viejo, [...] absorbiéndola en una profunda y honda tiniebla, que el alma se siente estar deshaciendo y derritiendo en la haz y vista de sus miserias con muerte de espíritu cruel; así como si tragada de una bestia, en su vientre tenebroso se sintiese estar digiriendo, padeciendo estas angustias”.³⁰¹ “Parecerle claro que Dios la ha desechado y, aborreciéndola, arrojado en las tinieblas, que para ella es grave y lastimera pena creer que la ha dejado Dios”.³⁰² Además “siente en sí un profundo vacío y pobreza [...]; miserias de imperfecciones, sequedades y vacíos de las aprensiones de las potencias y desamparo del espíritu en tiniebla [...]; conviene que el alma sea puesta en vacío y pobreza y desamparo de todas estas partes, dejándola seca, vacía y en tinieblas; porque la parte sensitiva se purifica en sequedad, y las potencias en su vacío de sus aprensiones, y el espíritu en tiniebla oscura”.³⁰³

“Las aflicciones de la voluntad y aprietos son aquí también inmensos”³⁰⁴ [...] “se añade a esto, a causa de la soledad y desamparo que en esta oscura noche la causa, no hallar consuelo ni arrimo en ninguna doctrina ni en maestro espiritual; porque, aunque por muchas vías le testifique las causas

sin palabras: ¡Estoy aquí! / callando, mirando y escuchando, / porque Tú eres más que los abismos / más que cielos, aires, nubes y fogatas. Y ese más, se torna Verbo alado, me hace un orante silencioso que calla para ver! ¡Gloria infinita! (27 de abril de 2006).

298 *Ibíd.*, c.5, 2.

299 *Ibíd.*, c. 5, 5.

300 *Ibíd.*, c.5, 5.

301 *Ibíd.*, c. 6, 1.

302 *Ibíd.*, c. 6, 2.

303 *Ibíd.*, c. 6, 5.

304 *Ibíd.*, c. 7,1.

del consuelo que puede tener por los bienes que hay en estas penas, no lo puede creer. Porque, como ella está tan embebida e inmersa en aquel sentimiento de males en que ve tan claramente sus miserias, parecele que, como ellos no ven lo que ella ve y siente, no la entendiendo dicen aquello, y, en vez de consuelo, antes recibe nuevo dolor, pareciéndole que no es aquel el remedio de su mal, y a la verdad así es”.³⁰⁵

Cierto que en estos medios hay interpolaciones de alivios.³⁰⁶ “Y así, el alma en esta purgación, aunque ella ve que quiere bien a Dios y que daría mil vidas por él (como es así la verdad, porque en estos trabajos aman con muchas veras estas almas a su Dios), con todo no le es alivio esto, antes le causa más pena; porque, queriéndole ella tanto, que no tiene otra cosa que le dé cuidado, como se ve tan mísera, no pudiendo creer que Dios la quiere a ella, ni que tiene ni tendrá jamás por qué, sino antes tiene por qué ser aborrecida, no solo de él, sino de toda criatura para siempre, duelese de ver en sí causas por que merezca ser desechada de quien ella tanto quiere y desea”.³⁰⁷ “No solo se purga el entendimiento de su lumbre y la voluntad de sus afecciones, sino también la memoria de sus discursos y noticias, conviene también aniquilarla acerca de todas ellas”.³⁰⁸

San Juan usa el ejemplo de la luz: “este divino rayo de contemplación en el alma, que, embistiendo en ella con su lumbre divina, excede la natural del alma, y en esto la oscurece y priva de todas las aprensiones y afecciones naturales que antes mediante la luz natural aprehendía: y así, no solo la deja oscura, sino también vacía según las potencias y apetitos, así espirituales como naturales, y, dejándola así vacía y a oscuras, la purga e ilumina con divina luz espiritual, sin pensar el alma que la tiene, sino que está en tinieblas, como habemos dicho del rayo, que, aunque está en medio del aposento, si está puro y no tiene en qué topár, no se ve”.³⁰⁹

Todo este proceso se debe a que “la afección de amor que se le ha de dar en la divina unión de amor es divina, y por eso muy espiritual, sutil y delicada y muy interior, que excede a todo afecto y sentimiento de la voluntad, y todo apetito de ello, conviene que, para que la voluntad pueda venir a sentir y gustar por unión de amor esta divina afección y deleite tan subido, que no cae en la voluntad naturalmente, sea primero purgada y aniquilada en todas sus afecciones y sentimientos, dejándola en seco y en aprieto”³¹⁰

305 *Ibíd.*, c. 7, 3.

306 *Ibíd.*, c. 7, 4.

307 *Ibíd.*, c. 7, 7.

308 *Ibíd.*, c. 8, 2.

309 *Ibíd.*, c. 8, 4.

310 *Ibíd.*, c. 9, 3.

[...] “por medio de esta noche contemplativa se dispone el alma para venir a la tranquilidad y paz interior, que es tal y tan deleitable que, como dice la Iglesia, excede todo sentido (Fil 4, 7).³¹¹

En este proceso crece poco a poco el deseo ardiente del afecto divino con un amor real y nuevo.

“Con san Juan de la Cruz he encontrado (el Espíritu Santo me lo ha hecho entender) las palabras para expresar lo que siente y le pasa a mi alma. Dios ha tomado mi alma, la ha desnudado de todo lo que no es Él y la ha penetrado. Ahora mora solo Él en ella. Creo que aún no es perfecta unión porque mi alma no es perfecta, aunque haya veces, como ahora, que Dios hace que me parezca que es perfecta unión. ¿Será que me quiere mostrar todo lo que me puede dar, para estimularme en la lucha por la santidad? Esta unión con Dios me llena de paz y esperanza.

Mi alma es como una joven esposa, que nada le puede negar a su Esposo. Solo tiene ojos para mirarle a Él, no hay belleza fuera de Él. Le adora porque reconoce que es el Bien Supremo, el Perfecto. Ahora mi alma no habla para no molestar a su adorable Esposo. Duerme poco, porque su descanso está en contemplarle a Él. No necesita ningún alimento, porque ya está saciada con lo que Él le da, aunque no lo bastante para no seguir deseándole. Mira mi alma alrededor y no comprende nada de lo que está pasando, pero se siente segura, porque sabe que la protege su Señor.

Quisiera esta joven esposa llamar a todos para que pudiesen participar en la fiesta de su boda, participar también en el banquete donde todo lo sirve el Amado, pero no sabe cómo puede hacerlo. Anda temerosa. ¿Tal vez su Esposo le deje? Aunque sabe que Él es siempre fiel a quién le es fiel. Este Esposo Divino sabe que esta alma está cansada, pues ha recorrido en poco tiempo un largo camino hasta llegar a Él. Es por lo que no quiere Él que ella ahora tenga trabajos, la quiere quieta, la deja descansar en su seno y la deleita con su Amor. Esta alma, esposa joven, teme que el no hacer nada por acrecentarlo disminuya su amor de su Señor hacia ella, y hay veces en que se inquieta, hasta que el Esposo otra vez la penetra y la deja inmóvil en la espera de la perfecta unión. Amén”.³¹²

La purificación pasiva en san Josemaría

San Josemaría, llamado “contemplativo itinerante”, muestra que el camino de la oración contemplativa es para todos, no solo para los religiosos y los que se alejan del mundo.

311 *Ibíd.*, c.9, 7.

312 MPT, 22 de octubre de 2001

Es lógico que la necesaria purificación adopte en sus enseñanzas un aire distinto. San Juan de la Cruz sigue la experiencia de la noche oscura en el silencio y la soledad de un monasterio y, en su caso, de una cárcel encerrado por sus propios hermanos calzados. San Josemaría se mueve en medio del mundo, en una vida apostólica intensa. Pero también recibe purificaciones, que vendrán de la incompreensión, la envidia, los odios, el cansancio. Y eso es lo que encontrarán la mayoría a la que se dirige.

En su madurez, después de muchos años de vida orante y en tiempos de contradicción en la Iglesia vividos con intensidad, escribió la homilía *Hacia la santidad*. Recogemos la parte dedicada a la purificación pasiva y después comentaremos algunos detalles.

“Pero no olvidéis que estar con Jesús es, seguramente, toparse con su Cruz. Cuando nos abandonamos en las manos de Dios, es frecuente que Él permita que saboreemos el dolor, la soledad, las contradicciones, las calumnias, las difamaciones, las burlas, por dentro y por fuera: porque quiere conformarnos a su imagen y semejanza, y tolera también que nos llamen locos y que nos tomen por necios.

Es la hora de amar la mortificación pasiva, que viene —oculta o descarada e insolente— cuando no la esperamos. Llegan a herir a las ovejas, con las piedras que debieran tirarse contra los lobos: el seguidor de Cristo experimenta en su carne que, quienes habrían de amarle, se comportan con él de una manera que va de la desconfianza a la hostilidad, de la sospecha al odio. Le miran con recelo, como a mentiroso, porque no creen que pueda haber relación personal con Dios, vida interior; en cambio, con el ateo y con el indiferente, díscolos y desvergonzados de ordinario, se llenan de amabilidad y de comprensión.

Y quizá el Señor permite que su discípulo se vea atacado con el arma, que nunca es honrosa para el que la empuña, de las injurias personales; con el uso de lugares comunes, fruto tendencioso y delictuoso de una propaganda masiva y mentirosa: porque estar dotados de buen gusto y de mesura, no es cosa de todos.

Quienes sostienen una teología incierta y una moral relajada, sin frenos; quienes practican según su capricho personal una liturgia dudosa, con una disciplina de *hippies* y un gobierno irresponsable, no es extraño que propaguen contra los que solo hablan de Jesucristo, celotipias, sospechas, falsas denuncias, ofensas, maltratos, humillaciones, dicerías y vejaciones de todo género.

Así esculpe Jesús las almas de los suyos, sin dejar de darles interiormente serenidad y gozo, porque entienden muy bien que —con cien mentiras juntas— los demonios no son capaces de hacer una verdad: y graba en sus vidas el convencimiento de que solo se encontrarán cómodos cuando se decidan a no serlo.

Al admirar y al amar de veras la Humanidad Santísima de Jesús, descubriremos una a una sus llagas. Y en esos tiempos de *purgación pasiva*, penosos, fuertes, de lágrimas dulces y amargas que procuramos esconder,³¹³ necesitaremos meternos dentro de cada una de aquellas Santísimas Heridas: para purificarnos, para gozarnos con esa Sangre redentora, para fortalecernos. Acudiremos como las palomas que, al decir de la Escritura,³¹⁴ se cobijan en los agujeros de las rocas a la hora de la tempestad. Nos ocultamos en ese refugio para hallar la intimidad de Cristo: y veremos que su modo de conversar es apacible y su rostro hermoso,³¹⁵ porque los que conocen que su voz es suave y grata, son los que recibieron la gracia del Evangelio, que les hace decir: Tú tienes palabras de vida eterna.³¹⁶

No pensemos que, en esta senda de la contemplación, las pasiones se habrán acallado definitivamente. Nos engañaríamos si supusiéramos que el ansia de buscar a Cristo, la realidad de su encuentro y de su trato, y la dulzura de su amor nos transforman en personas impecables. Aunque no os falte experiencia, dejadme, sin embargo, que os lo recuerde. El enemigo de Dios y del hombre, Satanás, no se da por vencido, no descansa. Y nos asedia, incluso cuando el alma arde encendida en el amor a Dios. Sabe que entonces la caída es más difícil, pero que —si consigue que la criatura ofenda a su Señor, aunque sea en poco— podrá lanzar sobre aquella conciencia la grave tentación de la desesperanza.

Si queréis aprender de la experiencia de un pobre sacerdote que no pretende hablar más que de Dios, os aconsejaré que cuando la carne intente recobrar sus fueros perdidos o la soberbia —que es peor— se rebele y se encabrite, os precipitéis a cobijaros en esas divinas hendiduras que, en el Cuerpo de Cristo, abrieron los clavos que le sujetaron a la cruz, y la lanza que atravesó su pecho. Id como más os conmueva: descargad en las llagas del Señor todo ese amor humano... y ese amor divino. Que esto es apetecer la unión, sentirse hermano de Cristo, consanguíneo suyo, hijo de la misma Madre, porque es Ella la que nos ha llevado hasta Jesús.

Afán de adoración, ansias de desagravio con sosegada suavidad y con sufrimiento. Se hará vida en vuestra vida la afirmación de Jesús: el que no toma su cruz, y me sigue, no es digno de mí.³¹⁷ Y el Señor se nos manifiesta cada vez más exigente, nos pide reparación y penitencia, hasta empujarnos a experimentar el ferviente anhelo de querer vivir para Dios, clavado en la

313 La cursiva es mía (N. del autor).

314 Cfr. Can 2, 14.

315 Cfr. Can 2, 14.

316 San Gregorio Niseno, *In Canticum Canticorum homiliae*, 5 (PG 44, 879).

317 Mt 10, 38.

cruz juntamente con Cristo.³¹⁸ Pero este tesoro lo guardamos en vasos de barro frágil y quebradizo, para que se reconozca que la grandeza del poder que se advierte en nosotros es de Dios y no nuestra.^{319, 320}

Imaginamos que el Señor, además, no nos escucha, que andamos engañados, que solo se oye el monólogo de nuestra voz. Como sin apoyo sobre la tierra y abandonados del cielo, nos encontramos. Sin embargo, es verdadero y práctico nuestro horror al pecado, aunque sea venial. Con la tozudez de la Cananea, nos postramos rendidamente como ella, que le adoró, implorando: Señor, socórreme.³²¹ Desaparecerá la oscuridad, superada por la luz del Amor.

Es la hora de clamar: acuérdate de las promesas que me has hecho, para llenarme de esperanza; esto me consuela en mi nada, y llena mi vivir de fortaleza.³²² Nuestro Señor quiere que contemos con Él para todo: vemos con evidencia que sin Él nada podemos,³²³ y que con Él podemos todas las cosas.³²⁴ Se confirma nuestra decisión de andar siempre en su presencia.³²⁵

Con la claridad de Dios en el entendimiento, que parece inactivo, nos resulta indudable que, si el Creador cuida de todos —incluso de sus enemigos—, ¡cuánto más cuidará de sus amigos! Nos convencemos de que no hay mal, ni contradicción, que no vengan para bien: así se asientan con más firmeza, en nuestro espíritu, la alegría y la paz, que ningún motivo humano podrá arrancarnos, porque estas visitaciones siempre nos dejan algo suyo, algo divino. Alabemos al Señor Dios Nuestro, que ha efectuado en nosotros obras admirables,³²⁶ y comprenderemos que hemos sido creados con capacidad para poseer un infinito tesoro.^{327, 328}

En sus palabras se advierte la importancia de las contradicciones que vienen del exterior. Pero también las interiores, unidas a consuelos en la llagas de Cristo, en la identificación con Cristo en la cruz, en las visitaciones junto a la alegría y la paz, como si describiese distintos niveles de la experiencia humana en el camino a la oración continua y el amor pleno.

318 Gal 2, 19.

319 2 Cor 4, 7.

320 2 Cor 4, 8-10.

321 Mt 15, 25.

322 Cfr. Ps 118, 49-50.

323 Cfr. Jn 15, 5.

324 Cfr. Fil 4, 13.

325 Cfr. Ps 118, 168.

326 Cfr. Job 5, 9.

327 Cfr. Sab 7, 14.

328 San Josemaría, *Amigos de Dios*, nn. 301 al 305.

De un modo no sistemático muestra la purificación que viene de la vida vivida, el paso a la oración de quietud, la serenidad y una nueva humildad que hace apto para la unión contemplativa.

Purificación a través del trabajo

En la purificación pasiva no se trata de buscar penitencias, que no se deben dejar nunca, sino de tender más a las que, de diversos modos, vienen exteriormente. Para el que intenta santificarse en medio del mundo, es decir, a través de su trabajo profesional, precisamente a través del trabajo, le llegarán muchas contradicciones que puede aceptar y dirigir para un mayor aprovechamiento de unión con Dios.

Juan Pablo II, en un momento de la encíclica *Laborem exercens*, contempla la relación entre el trabajo, y la cruz de Cristo y la cruz de cada día. “Existe todavía otro aspecto del trabajo humano, una dimensión suya esencial, en la que la espiritualidad fundada sobre el Evangelio penetra profundamente. Todo trabajo —tanto manual como intelectual— está unido inevitablemente a la fatiga. El libro del Génesis lo expresa de manera verdaderamente penetrante, contraponiendo a aquella originaria bendición del trabajo, contenida en el misterio mismo de la creación, y unida a la elevación del hombre como imagen de Dios, la maldición, que el pecado ha llevado consigo: “Por ti será maldita la tierra. Con trabajo comerás de ella todo el tiempo de tu vida”. Este dolor unido al trabajo señala el camino de la vida humana sobre la tierra y constituye el anuncio de la muerte: “Con el sudor de tu rostro comerás el pan hasta que vuelvas a la tierra; pues de ella has sido tomado”. Casi como un eco de estas palabras, se expresa el autor de uno de los libros sapienciales: “Entonces miré todo cuanto habían hecho mis manos y todos los afanes que al hacerlo tuve”. No existe un hombre en la tierra que no pueda hacer tuyas estas palabras. [...] El sudor y la fatiga, que el trabajo necesariamente lleva en la condición actual de la humanidad, ofrecen al cristiano y a cada hombre, que ha sido llamado a seguir a Cristo, la posibilidad de participar en el amor a la obra que Cristo ha venido a realizar. Esta obra de salvación se ha realizado a través del sufrimiento y de la muerte de cruz. Soportando la fatiga del trabajo en unión con Cristo crucificado por nosotros, el hombre colabora en cierto modo con el Hijo de Dios en la redención de la humanidad. Se muestra verdadero discípulo de Jesús llevando a su vez la cruz de cada día en la actividad que ha sido llamado a realizar.

Cristo “sufriendo la muerte por todos nosotros, pecadores, nos enseña con su ejemplo a llevar la cruz que la carne y el mundo echan sobre los hombros de los que buscan la paz y la justicia”; pero, al mismo tiempo, “constituido Señor por su resurrección, Cristo, al que le ha sido dada toda potestad en el cielo y en la tierra, obra ya por la virtud de su Espíritu en el corazón

del hombre... purificando y robusteciendo también, con ese deseo, aquellos generosos propósitos con los que la familia humana intenta hacer más llevadera su propia vida y someter la tierra a este fin”. En el trabajo humano el cristiano descubre una pequeña parte de la cruz de Cristo y la acepta con el mismo espíritu de redención, con el cual Cristo ha aceptado su cruz por nosotros. En el trabajo, merced a la luz que penetra dentro de nosotros por la resurrección de Cristo, encontramos siempre un tenue resplandor de la vida nueva, del nuevo bien, casi como un anuncio de los “nuevos cielos y otra tierra nueva” los cuales precisamente mediante la fatiga del trabajo son participados por el hombre y por el mundo. A través del cansancio y jamás sin él. Esto confirma, por una parte, lo indispensable de la cruz en la espiritualidad del trabajo humano; pero, por otra parte, se descubre en esta cruz y fatiga, un bien nuevo que comienza con el mismo trabajo: con el trabajo entendido en profundidad y bajo todos sus aspectos, y jamás sin él”.³²⁹

También se pueden seleccionar muchos textos de san Josemaría con esta doctrina, algunos muy similares al de Juan Pablo II. Tomamos aquí uno como ejemplo de cómo conecta la necesaria mortificación del orante con su trabajo: “Amados hermanos míos —de nuevo, la voz de san Pablo—, estad firmes y constantes, trabajando siempre más y más en la obra del Señor, pues que sabéis que vuestro trabajo no quedará sin recompensa delante de Dios.³³⁰ ¿Veis? Es toda una trama de virtudes la que se pone en juego al desempeñar nuestro oficio, con el propósito de santificarlo: la fortaleza, para perseverar en nuestra labor, a pesar de las naturales dificultades y sin dejarse vencer nunca por el agobio; la templanza, para gastarse sin reservas y para superar la comodidad y el egoísmo; la justicia, para cumplir nuestros deberes con Dios, con la sociedad, con la familia, con los colegas; la prudencia, para saber en cada caso qué es lo que conviene hacer, y lanzarnos a la obra sin dilaciones... Y todo, insisto, por Amor, con el sentido vivo e inmediato de la responsabilidad del fruto de nuestro trabajo y de su alcance apostólico”.³³¹

Cambios en algunas virtudes

Ya superada la fase de los egoísmos más evidentes y externos, puede venir la *humildad* en su fase más avanzada, cuando se reciben humillaciones de dentro y de fuera: fracasos y desprecios, calumnias, envidias, murmura-

329 *Laborem exercens*, n. 27.

330 1 Cor 15, 58.

331 *Amigos de Dios*, n. 72.

ciones, soledad... Se hace realidad lo que dice *Camino*: “No eres humilde cuando te humillas, sino cuando te humillan y lo llevas por Cristo”.³³² Al recibir humillaciones con paciencia se alcanza un nuevo nivel de humildad más profundo y verdadero. Se es consciente de que “la soberbia interpone un tremendo obstáculo entre Dios y el hombre. La gracia de Dios penetra, como un rayo, en el corazón humilde, le da calor, y arranca destellos de luz luminosos. La soberbia en cambio y hace que el alma ande en tinieblas y que se hiele cuanto se encuentra a su alrededor”.³³³ Y se está más preparado para descubrir los engaños de la soberbia y las astucias del enemigo. “No permitáis que la soberbia os engañe. Mirad que junto al convencimiento de que personalmente no valemos nada, de hecho, muchas veces nos buscamos enseguida a nosotros mismos: hablo de una experiencia que nos aflige a todos. Buscarse a sí mismo —cuando no somos nada—, en vez de buscar la gloria de Dios, resulta absurdo”.³³⁴ Aún le falta crecer a la humildad, pero su avance es muy notable.

La *mortificación* antes tenía un aire de vencimiento de las tentaciones y de control de los sentidos. Ahora pasa a tener un sentido de penitencia y sacrificio unidos a la cruz de Cristo. Además, unida a la humildad, es consciente de que siempre debe luchar y nunca considerarse tan perfecto que no necesite las mortificaciones ya que muchos pecados y defectos están muy superados, al menos aparentemente.

Otra virtud que, perseverando en la oración, crece en esta etapa es la *paciencia*, pues se ha hecho consciente de la presencia de Dios en medio de las sequedades y las dificultades descritas en este proceso de purificación. Así se llega a poseer la propia alma y alcanzar un grado de mansedumbre que mejora su carácter.

Se avanza en la *sinceridad* con Dios y con uno mismo, pues el conocimiento propio es mayor y la voluntad de luchar es más fuerte y decidida. Se reconocen las verdaderas motivaciones, quizá disfrazadas de artificiosas maneras.

El *amor* es más pleno, pues no depende de los gustos y las compensaciones, sino que es un querer con y sin ganas, un querer querer por encima de los sentimientos y de las luces que se tengan.

332 San Josemaría, *Camino*, Cap. 594.

333 Álvaro, *Cartas de familia*, 2, n. 78.

334 *Ibíd.*, n. 79.

La *obediencia* también cambia, pues en los comienzos cuenta mucho el prestigio que tengan de los maestros y directores; en cambio, luego ya se va haciendo por su verdadero sentido: imitar a Jesús, comprendiendo y aprendiendo a obedecer, incluso cuando los mandatos sean muy opinables y quizá desconsiderados. La voluntad se doblega venciendo la humildad al orgullo terco y obstinado.

Ante el fracaso y el cansancio se persevera con la *esperanza* de alcanzar la meta, con una fe como la de María *in spe contra spem*, por encima de lo que parece evidente.

“Cuando llega el desánimo, el pesimismo, la apatía, el cansancio... la única solución, entre el millón de ellas que pudieras buscar, la única verdadera solución es hablar con el Señor, que es nuestro Padre, que es Dios. La verdadera oración borra nuestras penas; y da fuerzas y ánimo para participar en la cruz, llenas de alegría y de paz.”³³⁵

“Nunca pasa nada, aunque se hunda el suelo, aunque haya guerras, aunque se muera el ser más querido, aunque vivas en la miseria. Lo único verdaderamente grande es separarse de Dios”.³³⁶

“Jesús, mi Jesús amado, no quisiera yo llevarte más quejidos, mis lamentos, de impotencia en mi morir. Y te pido que Tú vivas en mi vida. Lo que quiero es que me enseñes a amar con pasión esta mi vida. Porque es tuya, toda tuya. Porque vives en mí en esta tierra. Que mi vida sea la tuya y así vivas en mi mundo, en mi trabajo, en mis amores... No me dejes quejarse ya más, mi Vida. Déjame abrazar en tu presencia, para amarte sin quejidos, ni lamentos, sin mis gritos de impotencia. Déjame ya morir y vive Tú. Que mi yo muera cantando en tu presencia. Sin más llantos, sin más gritos, ni lamentos. Vive en mí y deja que te ame en mi vida. Vive en mí y dirige Tú la barca con tus manos. Mas... si lo prefieres, pues que gimo y me lamento. Solo quiero lo que quieras y a tu modo. Pero déjame cantar o llorar, o sufrir o consolarme, pero pegada a Ti. Unida a Ti. Con el deseo, con la verdad más grande que es la firmeza del creer, del saber que estás en mí y que te quiero, pues Tú te me das y tus amores que llenan mi corazón de tus afectos”.³³⁷

335 Anónimo, III.

336 Anónimo, III.

337 IS, 23 de abril de 1999.

La expiación

La muerte de Cristo se encuentra en estrecha relación con tres sacrificios del Antiguo Testamento: el sacrificio de la Alianza,³³⁸ el del cordero pascual³³⁹ y el del gran Día de la Expiación.³⁴⁰

El sacrificio de la alianza tuvo lugar una sola vez, al pie del monte Sinaí, a raíz de la salida de Egipto. Moisés, actuando como mediador entre Yahvé y el pueblo israelita, derrama una parte de la sangre de las víctimas sobre el altar, que representa a Dios, y otra sobre la muchedumbre allí congregada, al tiempo que pronuncia las palabras sagradas: “Esta es la sangre de la alianza que Yahvé ha pactado con vosotros”.³⁴¹ El cordero pascual se sacrifica anualmente en memoria de la liberación de Egipto, cuando la sangre del cordero puesta sobre los dinteles y postes de las casas de los israelitas les había librado del exterminio de los primogénitos.³⁴² En el Día de la Expiación por los pecados del pueblo, tenía lugar una ceremonia solemnísima. Era el único día del año en que estaba permitido al sumosacerdote entrar en el “sancta sanctorum”, para rociar con la sangre de la víctima el “propiciatorio” o cobertura de oro del arca de la alianza. El propiciatorio se consideraba el trono de Yahvé desde donde prodigaba sus beneficios y bendiciones. Los pecados del pueblo lo habían violado y profanado imposibilitando la presencia benéfica de Dios en su pueblo. El rito de la expiación no pretendía aplacar la ira de Dios, sino remover el pecado que estorbaba su acción, purificando simbólicamente su trono.³⁴³

Al sacrificio de Alianza aluden las palabras que el Señor pronuncia sobre el cáliz llamando a su sangre “sangre de la Alianza”.³⁴⁴ Así lo recuerda también san Pablo, transmitiendo la tradición que ha recibido en torno a la Eucaristía.³⁴⁵ De ahí que en *Hebreos* se insista en que Cristo es mediador de una Nueva y eterna Alianza.³⁴⁶

A la Pascua y al sacrificio del cordero pascual aluden las palabras del Bautista, al presentar al Señor como “Cordero de Dios, que quita el pecado del mundo”.³⁴⁷ La última Cena tiene lugar en claro ambiente pascual. Los

338 Ex 24, 4-8.

339 Ex 12, 1-14, 21-27, 46-47.

340 Lev 16, 1-34.

341 Ex 24, 8.

342 Ex 12, 1-14.

343 Lev 16, 1-34.

344 Cfr Mt 26, 28; Mc 14, 24; Lc 22, 20.

345 Cfr. 1 Cor 11, 23-27.

346 Cfr. Hebr 7, 22.

347 Jn 1, 29.

evangelios lo subrayan intencionadamente, apuntando a la muerte de Cristo como sacrificio que consuma la nueva Alianza. Al sacrificio pascual aluden también las palabras institucionales de la Eucaristía, al incluir el mandato de repetir el sacrificio del pan y del vino como “memorial” de la muerte del Señor,³⁴⁸ pues conectan así, en efecto, con una característica esencial de la pascua hebrea: su naturaleza de memorial de la liberación de la esclavitud de Egipto efectuada por Dios.³⁴⁹ También san Juan alude en numerosas ocasiones a la relación de la muerte de Cristo con el sacrificio pascual. Así, por ejemplo, cuando llama la atención sobre el hecho de que a Jesús “no le rompieron las piernas”, añade que se cumplía de esta forma lo prescrito del cordero pascual, de que no se le quiebra un solo hueso.³⁵⁰ También el “Cordero” del Apocalipsis —sacrificado y glorioso— evoca al cordero pascual.³⁵¹ Y san Pablo, en clara evocación de la cena pascual, exhorta a los fieles de Corinto a alejar el viejo fermento y ser “masa nueva”, a ser “ácimos, porque Cristo, nuestra Pascua, ya ha sido inmolado”.³⁵²

Al sacrificio del gran Día de la Expiación se alude en la epístola a los Hebreos, que compara la muerte de Cristo con su entrada en el santuario para este sacrificio.³⁵³ San Juan dice de Jesucristo que es “víctima propiciatoria por nuestros pecados”,³⁵⁴ que Dios nos “envió a su Hijo como propiciación por nuestros pecados”,³⁵⁵ y afirma que “la sangre de Jesús nos purifica de todo pecado”.³⁵⁶ El carácter expiatorio de la muerte de Cristo se hace especialmente patente en san Pablo: “Todos pecaron y todos están privados de la gloria de Dios y ahora son justificados gratuitamente por su gracia, por la redención de Cristo Jesús, a quien ha puesto Dios como sacrificio de propiciación mediante la fe en su sangre, para manifestación de su justicia por la tolerancia de los pecados pasados”.³⁵⁷

El Nuevo Testamento contiene numerosas afirmaciones en torno a la muerte de Cristo como sacrificio. Todo el Nuevo Testamento está permeado por el sentido de entrega que tienen la vida y la muerte de Cristo. Así, aparece con notable fuerza en los cantos del Siervo de Yavé, cuyo eco se

348 Cfr. 1 Cor 11, 24 y 26.

349 Cfr. Ex 12, 14.

350 Cfr. Jn 19, 33-36; Ex 12, 46; Núm 9, 12.

351 Cfr. Ap 5, 6-9; 12, 4; 15, 3.

352 1 Cor, 5, 7.

353 Cfr. Hebr 9, 1-7.

354 1 Jn 2, 2.

355 1 Jn 4, 10.

356 1 Jn 1, 7.

357 Rom 3, 23-25.

encuentra, entre otros, en el himno de Filipenses.³⁵⁸ Jesús “se anonada hasta la muerte” por obediencia, porque ha recibido del Padre el mandato de dar la vida por sus ovejas.³⁵⁹ San Pablo insiste en este sentido de que Jesús da la vida por nosotros, por amor a nosotros: “Cristo amó a la Iglesia y se entregó por ella”,³⁶⁰ “Cristo murió por todos cuando todos estaban muertos”,³⁶¹ “uno murió por todos”.³⁶² Esta entrega por nosotros no significa otra cosa sino que Cristo “nos amó y se entregó por nosotros en oblación y sacrificio de suave olor”. En Hebreos, la muerte de Cristo, “más valiosa que todos los sacrificios”, sustituye a todos los anteriores sacrificios y es suficiente ella sola para purificar las conciencias de todos los hombres.³⁶³

Son muchos más los textos que hablan de la muerte de Cristo como sacrificio. En realidad estas afirmaciones se encuentran ya en los primeros escritos del Nuevo Testamento y están ligadas a lo que Jesús dijo en torno a la entrega de su vida, al aplicarse a sí mismo los sufrimientos del Siervo y, sobre todo, a lo que dijo en la institución de la Eucaristía. Jesús se ofrece a Sí mismo como Sacerdote y Víctima de la nueva y eterna alianza. La presencia del pecado en el mundo hace necesario que se renueve la participación en el Sacrificio expiatorio de Cristo. El orante se da cada vez cuenta de este modo de vivir. Es insistente la advertencia de Jesús a los suyos: “que nadie os engañe”.³⁶⁴ Falsos hermanos serán seducidos y seductores, “pues muchos vendrán en mi nombre diciendo: Yo soy el Cristo, y seducirán a muchos”.³⁶⁵ Conecta esa seducción con la violencia previa a la paz definitiva cuando sea vencido el Príncipe de este mundo: “Oiréis hablar de guerras y de rumores de guerras. Mirad, no os turbéis, pues es necesario que ocurra, pero todavía no es el fin. Se alzarán pueblo contra pueblo y reino contra reino, y habrá hambres y terremotos en diversos lugares. Todo esto es el comienzo de los dolores. Entonces os entregarán al tormento, os matarán y seréis odiados por todas las gentes a causa de mi nombre. Y se escandalizarán muchos, se traicionarán mutuamente y se odiarán unos a otros. Surgirán muchos falsos profetas y seducirán a muchos. Y, al desbordarse la iniquidad, se enfriará la caridad de muchos. Pero el que perseverare hasta el fin, ese se salvará. Y será predicado este Evangelio del Reino en todo el mundo en testimonio para

358 Fil 2, 5-11.

359 Cfr. Jn 10, 18; 14, 31.

360 Ef 5, 25.

361 2 Cor 5, 4.

362 Cfr. p.e., Rom 5, 6. 8; 8, 32; 14, 15; 1 Cor 11, 24; Gal 2, 20; 1 Tim 2, 6; Tit 2, 14.

363 Cfr. Hebr 9, 11-28.

364 Mt 24, 4.

365 Mt 24, 5.

todas las gentes, y entonces vendrá el fin”.³⁶⁶ No se refiere aquí al Viernes Santo de la Pasión, sino al continuo viernes santo de los inocentes de cada época convertidos en mártires.

Estos avisos van unidos a una esperanza de salvación. “Si Satanás expulsa a Satanás, está dividido contra sí mismo. ¿Cómo puede entonces subsistir su reino?”.³⁶⁷ Jesús descubre el engaño. Satanás pretende devolver la paz y la tranquilidad uniendo a todos frente a la víctima expiatoria llamada Cordero en la Escritura. Una vez calmados y vencido el inocente por todos, podrá volver el ciclo de los escándalos y violencia de hermanos contra hermanos reinando Satanás —el Príncipe de este mundo— con el engaño y el homicidio del que no pueden salir por sus propios medios, pues es más fuerte que ellos.

Jesús vence con dos armas. Primero, con la actitud sacerdotal perfecta: perdona, intercede por todos, da su vida libremente. O, por decirlo de manera negativa, no odia ni cae en la espiral de odio devolviendo odio por odio. Acepta el sacrificio expiatorio libremente y fuera de la ciudad, como estipula la Torá. Y en segundo lugar, el Padre acepta el sacrificio perfecto y le resucita, le da una vida nueva para ser distribuida entre los que quieran ser otros Cristos.

La oración no será solamente un acto íntimo de perfeccionamiento dirigido al amor perfecto y a la posesión de la Verdad. El orante se incorpora a la misma misión de Cristo, realizando un sacrificio personal unido al Sacrificio de la cruz. Se trata de ser corredentores con alma apostólica. No se pueden repetir los mismos actos que hizo Cristo en la cruz, pero sí es posible convertir la propia vida en un sacrificio y ser sacerdote de la propia existencia a través del trabajo que se convierte en oración.

Un aspecto del sacrificio personal es ofrecer la propia vida como víctima unida a la única Víctima perfecta que es Jesucristo, hasta llegar a desear padecer todo lo que Cristo padeció en la cruz. Esta ofrenda se concreta en obedecer hasta el extremo, según el lugar ocupado en el Cuerpo místico de Cristo. La paciencia ante el dolor, las incomprendiones, las dificultades, los fracasos y la muerte serán características del orante. Como hijo de Dios incorporado al Hijo Unigénito, se debe vivir el santo abandono en las manos de Dios Padre. Con los hermanos la actitud ineludible es la del perdón ante las ofensas reales o imaginarias, como fuente de paz en medio de un mundo pecador.

Santa Teresa del Niño Jesús, después de emprender el camino de las almas pequeñas en vida de infancia, llega a una conclusión que parece que va en otra línea: la de la ofrenda al amor misericordioso.

366 Mt 24, 6-14.

367 Jn 12, 26.

“Este año, el 9 de junio, fiesta de la Santísima Trinidad, recibí la gracia de entender mejor que nunca cuánto desea Jesús ser amado.³⁶⁸ Pensaba en las almas que se ofrecen como víctimas a la justicia de Dios para desviar y atraer sobre sí mismas los castigos reservados a los culpables. Esta ofrenda me parecía grande y generosa, pero yo estaba lejos de sentirme inclinada a hacerla. «Dios mío, exclamé desde el fondo de mi corazón, ¿solo tu justicia aceptará almas que se inmolen como víctimas...? ¿No tendrá también necesidad de ellas tu *amor* misericordioso...? En todas partes es desconocido y rechazado. Los corazones a los que tú deseas prodigárselo se vuelven hacia las criaturas, mendigándoles a ellas con su miserable afecto la felicidad, en vez de arrojarlas en tus brazos y aceptar tu *amor* infinito... «¡Oh, Dios mío!, tu amor despreciado ¿tendrá que quedarse encerrado en tu corazón? Creo que si encontraras almas que se ofreciesen como víctimas de holocausto a tu amor, las consumirías rápidamente. Creo que te sentirías feliz si no tuvieses que reprimir las oleadas de infinita ternura que hay en ti...

«Si a tu justicia, que solo se extiende a la tierra, le gusta descargarse, ¡cuánto más deseará *abrasar* a las almas tu amor misericordioso, pues tu misericordia se eleva hasta el cielo...! «¡Jesús mío!, que sea *yo* esa víctima dichosa. ¡Consume tu holocausto con el fuego de tu divino amor...!».

Madre mía querida, tú que me permitiste ofrecerme a Dios de esa manera, tú conoces los ríos o, mejor, los océanos de gracias que han venido a inundar mi alma... Desde aquel día feliz, me parece que el *amor* me penetra y me cerca, me parece que ese *amor misericordioso* me renueva a cada instante, purifica mi alma y no deja en ella el menor rastro de pecado. Por eso, [84v^o] no puedo temer el purgatorio... Sé que por mí misma ni siquiera merecería entrar en ese lugar de expiación, al que solo pueden tener acceso las almas santas. Pero sé también que el fuego del amor tiene mayor fuerza santificadora que el del purgatorio. Sé que Jesús no puede desear para nosotros sufrimientos inútiles, y que no me inspiraría estos deseos que siento si no quisiera hacerlos realidad...”³⁶⁹

Muy similar a la ofrenda al amor misericordioso de santa Teresa del Niño Jesús es una más reciente.

“Tu Espíritu, Padre, es Quien puso este deseo ardiente en mi alma. Dije hace más de un año: “El deseo ya nació —no hay secretos para Dios—, pero por obediencia solo será un deseo ardiente que guardaré en el corazón”. Y lo he guardado en el Corazón que hoy tengo (que es mitad del de tu Hijo, mi Señor Jesucristo y mitad del de tu Hija, mi Madre, la siempre Virgen María), hasta que, por fin, me has dicho: “Ya te he puesto alas, ya puedes volar”. Me has dado

368 Día en que Teresa hizo su *Ofrenda al Amor misericordioso*.

369 MPT.

oído abierto. Entonces digo: “Heme aquí que vengo ¡Oh Dios mío! Para hacer tu Voluntad” (Salmo 39).

Tu Voluntad es esta: que me ofrezca en sacrificio por tus “sacerdotes”, uniendo mi sacrificio al sacrificio de tu Hijo, mi Señor Jesucristo, “completando en mi carne lo que falta a sus sufrimientos por su cuerpo, que es la Iglesia” (Col 1, 24). Te ruego Padre que me ayudes a perseverar en la prueba. Confío en que así lo harás. “Porque los que son movidos por el Espíritu de Dios, estos son hijos de Dios. Que no he recibido el espíritu de siervo para recaer en el temor, antes he recibido el espíritu de adopción por el que clamo: ¡Abba! ¡Padre! El Espíritu da testimonio a mi espíritu de que soy hija de Dios, y si hija, también coheredera de Cristo, supuesto que padezca con Él para ser con Él glorificada” (Rom 8, 14-17).

Deposito esta ofrenda en manos de mi Madre, tu Hija, la siempre Virgen María; y en las de mi Padre y Señor aquí en la Tierra, el glorioso San José, su castísimo esposo, para que te la hagan llegar y la custodien.

La menor de tus esclavas”.³⁷⁰

PARTE III

Unión entre Dios y el orante

La unión entre Dios y el orante es el nivel más elevado de la oración contemplativa al alcanzar el alma la suficiente purificación. La inteligencia, la voluntad y el corazón ya pueden entrar en comunión con Dios al modo divino.

Esta unión consiste en “una vista atenta y sencilla de la verdad suprema y también un afecto supremo de la voluntad que es amor dulce y gustoso”.³⁷¹ Santo Tomás dice que esta sabiduría espiritual se eleva por encima de todo lo sensible, racional e inteligible, tan desnuda de todo lo criado, que puede percibir y comprender las cosas espirituales sin impedimento de las criaturas. Al mismo tiempo, la voluntad debe estar desocupada de todo amor racional, de criaturas y cosas temporales;³⁷² mejor diríamos, libre de “apego” si se quiere estar en medio de lo creado y amar el propio trabajo, esposa, hijos, etc.

Esta explicación que separa lo humano y lo divino no parece del todo completa dada la unidad del corazón humano y el valor santo de las realidades humanas santificables. No obstante, sirve para destacar la importancia de la purificación necesaria para acceder a la visión más clara y completa de Dios. Lleva a ser del mundo sin ser mundanos como lo fueron Cristo, María y José.

La contemplación requiere recogimiento interior, fruto de un don de Dios, más que de un esfuerzo humano. Y aunque el orante percibe con más claridad cada vez, que este estado de oración es un regalo divino, no por esto deja de luchar.

Y consiste en mirar a Dios en sí mismo, con una mirada simple y sencilla, sin esfuerzo, más allá de meditaciones y razones. Esta mirada tiene muchos grados en cuanto a los afectos con que miran, a su alcance o a la claridad de visión. Y es que puede coexistir con imaginaciones que la distraen, aun cuando su visión sea clara y gustosa; y también a pesar de que dé una atención total a lo que advierte en el centro del alma.

Cuando su unión con Dios ya es total, se olvida de sí misma y de lo externo. En esta situación “las virtudes crecen, el corazón se dilata, el interior se

371 Miguel de la Fuente, *Las tres vidas del hombre*, ed. BAC, 2002, p. 254.

372 *Ibid.*, p. 255.

renueva, el recogimiento es más intenso y la unión del alma con Dios es más íntima”.³⁷³ Los que desean este estado de unión deberán recogerse dentro de sí en el centro del alma, amando y con paz, más que buscando los gozos que se producen. No hay que olvidar que este desapego de lo terreno lleva consigo un cierto dolor, compatible con estar interesado con las obligaciones de su estado, cumpliendo la voluntad de Dios, en el mundo o fuera del mundo.

Ese centro del alma, llamado así por san Juan de la Cruz, filosóficamente, aunque sea menos gráfico, se puede explicar como el acto de ser —la intimidad de la intimidad— que participa del Ser por esencia, que es Dios. Con otras palabras, ese centro del alma sería la presencia luminosa de Dios en la intimidad más profunda del hombre. Esta mayor presencia divina origina un ser re-creado en el alma; y, a través del alma, por sus efectos, también en el cuerpo. Así, la gracia, por un don altísimo en Cristo, re-crea el acto de ser, es decir, eleva a la persona a participar en Dios de un modo nuevo y más intenso. Las Tres Personas divinas están presentes siempre en todo ser humano. Si se vive en gracia están más intensamente presentes. Y si silencia el ruido y agitación del exterior, puede percibir en él, en todos sus niveles, la presencia de Dios.

Existen dos modos de acceder a Dios. Uno, negando lo que no es y captando oscuramente que es más. Y otro, afirmando lo que sí es, elevándolo al infinito. Parece más adecuado el primero. Pero al final, en sus pasos más elevados, coinciden, son muy similares. Se llega a una Luz oscura, a una divina oscuridad que va más allá de la capacidad racional y de la inteligencia directa de lo criado. El alma, en su intimidad más honda, con humildad y sabiduría, entra en las tinieblas de la luz inaccesible. Fruto de esa inteligencia nueva es una suavidad y gozo, en cierto modo inefables (no se puede expresar con palabras, ni imaginar con la mente). Se trata de “un conocimiento divinísimo de Dios alcanzado por ignorancia, que es una noticia secreta del mismo Dios o conocimiento oscuro, según que se hace sobre la mente o inteligencia”.³⁷⁴

La contemplación consiste, en primer lugar, en conocer de este modo poco habitual. Después ya vendrá la unión de voluntad y de afectos. Ciertamente, en ocasiones, parece que el amor es anterior a toda consideración y que inflama a la inteligencia, pues el Espíritu Santo actúa directamente en el centro del alma donde reside. Pero una cosa es nuestra sensación, y otra es que en realidad la voluntad preceda al conocimiento. Ya vimos cómo la fe precede a la caridad. No obstante, en sus fases más elevadas ambas se funden en actos amorosos.

373 *Ibíd.* p. 261.

374 Pseudo Dionisio, *De div. Nom.*, c. 7 parr. 3 cit. en *La Fuente*, p. 277.

Resumiendo, se puede decir que “la sabiduría mística consiste en estas dos cosas: afecto íntimo de la voluntad afectiva e inteligencia simple de la facultad intelectual”,³⁷⁵ que se unen en el más profundo centro: en el corazón; es decir, en la intimidad de la intimidad, el acto de ser participado del Esse que constituye al hombre como persona y como hijo de Dios. En definitiva, en la contemplación siempre andan juntos conocimiento, afecto y amor.

Dejando los argumentos teóricos, miremos la oración de un alma enamorada.

“Señor mío y Dios mío, no existo para mí. Desde ahora solo existo para Ti. Y al existir para Ti, existo para darme a los demás. Ayúdame para que todos mis pensamientos se dirijan solo a Ti. Para darte gloria. Para hacer planes de salvación con las almas que tengo más cerca. Para rezar por cosas grandes como son tu Iglesia y la conversión del mundo. Para dar paz y alegría a los que me rodean. No soy nadie, Señor, no soy nada: házmelo entender siempre así. Señor, ayúdame a olvidarme de mí, para volcarme en los demás. Deseo vivir solo cara a Ti. Ayúdame para que siempre sea así. Mi alma está unida a Ti, pero da fortaleza a este cuerpo humano para que no perezca en la lucha contra el enemigo, el enemigo que aborrece a los que en Ti esperan y te aman. Te ruego, Señor, que fortalezcas también a mis sentidos, que reine el Espíritu Santo en ellos, fortalece mis huesos para que resistan todos los trabajos que tengo que llevar a cabo para ayudar a los que Tú me has dado. Dame la alegría, Señor, no para mí, sino para así poder darla a los demás.

Si Tú quieres seré fiel reflejo tuyo como hija tuya que soy. Y no puedo ser reflejo tuyo si me falta la alegría. No soy nadie, no soy nada, pero en Ti lo seré todo. Señor, ayúdame a que nada me ofenda, a que nada me preocupe en exceso, a que nada me entristezca en extremo.

Ayúdame a ver que todo me lleva a Ti. Subiré la cuesta tirando del carro de la vida, de esta vida. Y si me das la cruz, también subiré la cuesta con ella. Trabajos y fatigas me tienes que dar para purificar este corazón contrito. Repetiré miles de veces, nada soy para mí, no existo, solo vivo en Ti. Y Tú sabes que ya solo soy tuya. Me defenderás del enemigo y serás mi paz y mi alegría. ¿Dónde está mi yo? ¿Ha desaparecido? No, se ha transformado: ya no es mi yo, ahora es mi Tú. Soy mi negación. ¿Y mi vergüenza y mi sonrojo ante las miradas de los que me vean tan insignificante? Tú mi Dios la borrarás con tu Amor. Y me recordarás lo que ahora te he dicho. Tal vez me pisen, tal vez me abofeteen, tal vez me escupan, pero no me importará porque solo existo en Ti. ¡Cuánto te amo Dios mío! Amén”.³⁷⁶

375 *Ibíd.*, p. 280.

376 MPT, junio de 2000.

La unión requiere llegar al centro del alma y que Dios actúe desde ahí ya sin obstáculos. Buscando la unión con Dios se llega al “centro” del alma, tan citado por san Juan de la Cruz. Muchos escritores espirituales anteriores también hablan de él, por ejemplo, Blossio dice intentando expresar lo casi inexpresable: “¡Oh centro excelentísimo, donde mora la Santísima Trinidad! ¡Oh cielo suavísimo, donde se gusta la misma eternidad! Dichosa el alma que acertare a entrar en este centro, aunque sea después de muchos años de oración y otros ejercicios; que como allí goza de lo escondido del mismo Dios por un modo inefable de puro espíritu, adelantase mucho en la perfección y es unida venturosamente con el mismo Dios y hecha un espíritu con Él y sumida en el mar profundo de su divinidad, y goza de las dulzuras y regalos del espíritu de Dios”.³⁷⁷

Los modos de entrar en ese centro serán tan variados como es el ser humano y la libertad de Dios. Conviene insistir una vez más que Dios se da, ciertamente, al que se da, pero que la contemplación no es fruto de una técnica, sino un don gratuito divino. Y sus frutos y sus variadas manifestaciones también son un don.

Vale la pena recoger el testimonio de Lafuente, poco posterior a los grandes escritos de los místicos españoles del siglo XVI. Sintetiza la oración contemplativa comparándola con el conocimiento natural. “De dos modos puede entender las cosas: o por discurso de razón, o por simple aprehensión o vista de la inteligencia. El primer modo de entender sirve al hombre racional, como queda dicho y explicado. El segundo, a la inteligencia del hombre íntimo espiritual, que es cuando, sin formar discurso alguno, por una simple aprehensión o vista intuitiva, sencilla y pura de la mente o inteligencia, ve y conoce clara y distintamente las verdades que tiene delante, sin que para este modo de entender tenga necesidad de formar conceptos y hacer discursos de razón. Con este modo de conocimiento intuitivo se conocen los primeros principios de las ciencias. Pues este modo de entender sin discurso se llama simple inteligencia o mente, entendimiento supremo, ápex de la razón, vista sencilla de inteligencia, parte o porción más principal del entendimiento. La voluntad, que en sus obras está pendiente del entendimiento por ser una potencia ciega y sin luz de conocimiento, tiene también dos modos de amar y desear las cosas, que corresponden a los dos modos del entendimiento. El primero es una inclinación natural que el alma tiene a todo lo bueno que ha conocido por los discursos de la razón; este amor es racional y libre. El segundo amor de la voluntad se llama afectivo, y es un impulso interior y muy íntimo de la voluntad, afectuoso,

377 Blossio, *Intit. Spirit.*, c. 11, citado en Miguel de la Fuente, *Las tres vidas del hombre*, BAC, 2002, p. 267.

dulce y amoroso, que nace de la parte más íntima del alma y corresponde a la inteligencia, amando lo que por ella ha conocido; que si la inteligencia conoce a Dios, contemplando y mirando la suma verdad, el afecto íntimo, amando y deseando; que verdaderamente aprovecha muy poco conocer de Dios grandes cosas, si juntamente con el conocimiento de la inteligencia no va el afecto de la voluntad, que es más poderoso sin comparación, pues entra y penetra donde la inteligencia no alcanza”.³⁷⁸

Esta distinción natural es de gran utilidad, pues permite entender mejor el modo divino de actuar en el alma contemplativa, que no puede abarcar la infinitud de Dios y sigue una luz negativa indirecta: niega lo que Dios no es y alcanza algo de lo que es. “Se levanta a mayor conocimiento de Dios, cuando no halla pie en la inmensidad de Dios en su ser altísimo, divinísimo y excelentísimo, y se sume en él; y, mirando atentamente aquella luz inaccesible donde mora Dios, se embebe toda en aquellas tinieblas densísimas de soberana luz y en aquella inmensidad incomprehensible. Y aquí es donde el alma siente altísimamente de Dios, cuando es elevada sobre lo inteligible, invisible e imaginable, porque se junta con su Dios y es transformada en él por modo inefable, y tanto que, aunque se sabe sentir e íntimamente se percibe, no se sabe decir cómo es esta interior contemplación negativa”.³⁷⁹

Según lo que se encuentra en el pseudo Dionisio, tan alabado por santo Tomás: “Cuando la inteligencia suprema desampara todos los sentidos y facultades sensitivas y las cosas visibles e intelectuales, entra maravillosamente y se anega en la secreta oscuridad, donde no alcanza el entendimiento y cesa todo saber y conocimiento del discurso, totalmente se anega y se embebe en aquel ser íntimo e inefable que es sobre todo ser, donde no llega el sentido”.³⁸⁰

San Josemaría Escrivá, en su juventud, cuando ya el Señor se había instalado en su alma, dice: “Me veo como un pobre pajarillo que, acostumbrado a volar solamente de árbol a árbol o, a lo más, hasta el balcón de un tercer piso..., un día, en su vida, tuvo bríos para llegar hasta el tejado de cierta casa modesta, que no era precisamente un rascacielos... Mas he aquí que a nuestro pájaro lo arrebató un águila —lo tomó equivocadamente por una cría de su raza— y, entre sus garras poderosas, el pajarillo sube, sube muy alto, por encima de las montañas de la tierra y de los picos de nieve, por encima de las nubes blancas y azules y rosas, más arriba aún, hasta mirar de frente al sol... Y entonces el águila, soltando al pajarillo, le dice: ¡anda, y vuela!... —¡Señor, que no vuelva a volar pegado a la tierra!, ¡que esté siem-

378 Miguel de la Fuente, *Las tres vidas del hombre*, BAC, 2002,

379 *Ibid.*

380 Pseudo Dionisio, *Mística teología*, citado en Miguel de la Fuente, *ibíd.*

pre iluminado por los rayos del divino Sol-Cristo en la Eucaristía!, ¡que mi vuelo no se interrumpa hasta hallar el descanso de tu Corazón!”³⁸¹

Son muchos los autores que hacen referencia a este grado de conocimiento contemplativo. San Gregorio dice: “Cuanto lo supremo de nuestra alma puede entender y pensar de Dios, no es Dios; pero, cuando con el pensamiento trasciende y se levanta más sobre todo lo criado y cree que todo cuanto puede sentir e imaginar de Dios, ahora sea de luz interior, ahora alguna suavidad, dulzura o deleite espiritual, todo eso es menos que Dios, entonces le conoce más y se levanta más para llegarse más a Él; y llega a una luz de conocimiento de Dios mayor, cuando ignora más a Dios o se llega o entra en tinieblas de luz inaccesible, Dios, como dice la Escritura. En ellas se entró Moisés (cfr. Éx 24, 18), cuando quiso hablar con Dios y saber los secretos más íntimos de su pecho; y cuando el hombre íntimo y espiritual llega a este grado de perfección, aquí es maravillosamente alumbrada su inteligencia por soberana luz y lleno su afecto en Dios por puro y verdadero amor; aquí se harta y llena de gozos espirituales y de deleites suavísimos de la divinidad de Dios; aquí sabe y entiende secretos maravillosos con un modo excelentísimo y divinísimo, todo íntimo y todo espiritual”³⁸²

San Gregorio Niseno interpreta con lucidez el suceso maravilloso narrado en el *Cantar de los Cantares*, de la esposa, cuando andaba a media noche por las calles y plazas de Jerusalén, buscando a su esposo. Lo buscó primero en su cama, y no lo halló; se levantó, salió por las calles y plazas, preguntó por él, tampoco lo halló; salió de la ciudad, y en la soledad halló a su esposo (cfr. Cant 3, 1-4). “Le halló, no en su cama, porque Dios no está en los regalos y deleites que se perciben por los sentidos corporales del hombre exterior, ni entre las criaturas que se conocen por la razón interior y sus discursos, ni en lo alto de la ciudad de Jerusalén, que son las jerarquías de los ángeles, que también son criaturas, aunque espirituales, y entre ellas no halla a su amado. Le halló cuando, trascendiendo todo lo criado, entendió por inteligencia pura que Dios es una sustancia divinísima, excelentísima, y tanto que excede con ventajas infinitas a todo cuanto hay en el cielo y en la tierra y se puede imaginar con las potencias del alma sensitivas y racionales”³⁸³

Lafuente añade, con experiencia y respaldado por grandes autores, que “cuando en esta contemplación intelectual subidísima y del todo infusa la inteligencia pura y desnuda de todas las cosas se junta con Dios y se une con Él, según que es incomprehensible y no conocido, todo el hombre íntimo se dilata en aquella luz infinita y se junta a la verdad increada y a su

381 San Josemaría, *Forja*, n. 39.

382 San Gregorio Magno, *Sermones morales*, citado en De la Fuente p. 268.

383 De la Fuente, *ibíd.*

deidad y beatísima Trinidad amorosamente, sin atender a otra cosa fuera de Dios; aun lo que él mismo está haciendo a veces no entiende, cuando la contemplación intelectual es subidísima y la unión muy íntima y del todo esencial. Que, como toda la sustancia del espíritu se derrama en su propia fuente, que es Dios incomprendible, de tal manera arrebatada la inteligencia que, absorba en aquel abismo de deidad, parece se desnuda de su propio ser y propia sustancia y se viste del ser sustancial del mismo Dios; no porque se mude la sustancia o esencia del alma, sino porque se muda el modo de ser, según aquel estado de más espíritu y vida más levantada en Dios, y viene a endiosarse de tal manera que se hace sobrenaturalmente semejante a Dios; que aquí se cumple altísimamente lo que dijo san Pablo: «El que se llega a Dios, se hace un espíritu mismo con Dios» (1 Co 6, 17)». ³⁸⁴ Después de esta exclamación de la realidad de la admiración contemplativa añade el testimonio de san Bernardo hablando de la unión espiritual: “De la manera que una gota de agua, echada en cantidad de vino, al punto no se conoce y parece que deja de ser, vistiéndose y mudándose de color y del saber del vino donde se echó; y como un hierro, abrasado en vivo fuego, pierde la oscuridad y dureza que tenía, quedando entrañado en el fuego y hecho una misma cosa con él; y como el aire, bañado de los resplandores del sol, parece que es la misma luz, así la porción suprema intelectual del alma, por divina aniquilación y desasimiento de todo lo criado y de sí misma, como gota de agua se pasó al abismo de la luz y al mar del amor, participando sus propiedades; de manera que, perdidas las suyas, toda se transforma en todas las cosas en ella por divina unión y conformidad». ³⁸⁵ Por ello dice de un modo luminoso y claro: “En esta unión subidísima suele Dios enseñar al alma y darle divinas inteligencias y conceptos muy subidos y delicados de la divina Escritura y otros misterios soberanos, según es su voluntad. Y esta enseñanza no es siempre de una manera: unas veces es por divina ilustración; otras, por visiones corporales del sentido exterior; otras, por las interiores de la imaginación; otras, por comunicaciones espirituales, sin que intervengan los sentidos. Para más claridad y mayor distinción diremos de cada cosa de por sí, por ser esta una doctrina importantísima para las almas que tratan de oración interior”. ³⁸⁶

“Dios mío y Señor mío, te veo como una Luz deslumbrante, como una fuerza y energía que lo llena todo. Y todo es porque Tú eres. Nada sería si Tú no fueses. Señor, tienes confianza en nosotros los hombres, por eso fundaste tu Iglesia

384 Citado en De la Fuente, *ibíd.*

385 Citado en De la Fuente, *ibíd.*

386 Miguel de la Fuente, *Las tres vidas del hombre*, BAC, 2002.

sobre un hombre. Tú sabes y es a través de la gracia que nos infundes con tu Espíritu Santo. Nosotros también sabemos, que llegará un día en que será el momento de la unión de todos los pueblos. Y ese será tu momento. Cuando Tú volverás con toda tu gloria y Majestad sobre la Tierra. Hoy, al comulgar, me lo has hecho ver. Cuando te tenía presente dentro de mí, me has dicho: me he posado en ti al igual que en muchos otros que son como tú, de tu misma especie, de tu misma carne. Es por eso que os llamáis hermanos, para que os acordéis, para que no se os olvide ni un solo instante que confío en vosotros para la conversión del mundo. Y te he visto, Señor, señalar con tu dedo, con ese mismo dedo con el que un día escribiste no sé qué en el polvo, cuando todos los que estaban contigo creían, como creen ahora muchos que no te enteras de nada de lo que nos pasa. Y Tú, como en aquella ocasión, siempre atento, nos escuchas y nos dejas libertad para pensar y actuar. Pues te he visto señalar a cada uno de los que quieres escoger para que te ayuden a acabar tu obra. Y entre ellos estoy yo, Señor. Y al igual que en aquella ocasión te dijeron aquellos hombres sin fe para hacerte actuar: ¿Tú que dices? Yo, con todo mi amor, fe y respeto, te digo ayúdanos, míranos más y más, compadécete de nosotros y ayúdanos”.³⁸⁷

La inteligencia conoce, primero, a través de imágenes que le proporcionan los sentidos y de las que extrae la idea esencial. El acto contemplativo no funciona así, pues la inteligencia se une con la sustancia divina casi directamente. La visión en el cielo de los salvados es totalmente directa, ven cara a cara, sin imágenes. Unión total, espiritual, sustancial, pura, sencilla, permanente. La unión con Dios de los creyentes se da a través de la fe que es luz. El Espíritu Santo da la Sabiduría por la que perfecciona la fe y “se penetra altísimamente lo más íntimo y secreto de los divinos misterios con más claridad y más certeza que si los viera con los ojos corporales.”³⁸⁸ Es conocer con una nueva luz, la del cielo, con conocimiento más claro.

La voluntad experimenta un cambio similar: “Juntamente con el conocimiento y la nueva luz crece el amor afectivo y fervoroso y se aumenta más la suavidad en la parte afectiva de la voluntad y la dulzura espiritual y experimental del mismo Dios [...] con este conocimiento intelectual altísimo, divinísimo y del todo espiritual, la inteligencia suprema se une y se junta con Dios con un vínculo estrechísimo de intelectual unión, y la parte afectiva de la voluntad se inflama con divino fuego y se levanta a Dios por actos encendidos de subidísimo amor, hasta llegar a la unión afectiva de bondad”.³⁸⁹

387 MPT, 2001.

388 *Ibíd.*, p. 286.

389 *Ibíd.*, p. 287.

La Luz con la que el alma es iluminada en su más profundo centro y en su inteligencia es “un divino resplandor y una celestial ilustración con que Dios visita la almas puras, limpias y desnudas de lo criado cuando están en oración o cuando su Majestad quiere y es su voluntad”.³⁹⁰ Esta Luz es superior a la de la fe y, se puede decir, que mayor que la de los dones del Espíritu Santo, aunque es una opinión discutible. Esta unión puede alcanzar a todas las potencias humanas, aunque puede reducirse a la sola inteligencia. Ahí puede ser una oración de quietud y silencio con gran fruto; y también, aunque poco frecuentes, raptos y éxtasis. El alma queda como la gota de agua que se echa en el vino: son distintos, pero inseparables; o como el rayo de luz que se une al rayo de sol y se unen siendo distintos. Pero esto no es posible si quedan cosas por mortificar.

“Señor, a tu lado el dolor deja de serlo para convertirse en Amor hacia Ti, hacia el prójimo.

A tu lado el temor deja de tener sentido.

A tu lado el pecado me parece imposible.

A tu lado la eternidad es un instante.

A tu lado la tristeza no existe.

Estar a tu lado, tan íntimamente a tu lado que en Ti pueda fundirme”.³⁹¹

Se puede decir que el proceso que empezó con una amor a Dios ha pasado en el orante a ser amor de Dios en su alma hasta llegar a un amor en Dios mismo y su corriente trinitaria de amor.

Los dones y los frutos del Espíritu Santo en la vida del orante

Uno de los modos de explicar la unión con Dios plena, es decir la vida contemplativa, es afirmar que en el alma del orante se da un predominio de los dones sobre las virtudes. El hombre natural actúa con la fuerza de sus virtudes, mejor cuando crecen. La gracia es un principio motor del hombre nuevo que debe ir purificándose según lo que hemos explicado en los capítulos anteriores. En el nivel más pleno la acción del Espíritu Santo, dulce huésped del alma, es el principio activo que mueve a la acción sin que desaparezca lo humano. Esta acción del Espíritu Santo es muy rica y variada según muestra de un modo clásico los siete dones del Espíritu Santo concordes con las bienaventuranzas que configuran con Cristo.

390 De la Fuente, *ibíd.*, p. 287.

391 MPT, marzo de 2001.

La vida de Dios en el alma también necesita crecimiento, pero de un modo especial, pues de un lado es don de Dios, y por otro una tarea humana. Si acentuamos la lucha ascética se incurre, si no teóricamente, si en la práctica, en una actitud pelagiana o naturalista. Esta actitud desprecia en la moral la acción de Dios, y por ser tan alta la meta, y estar tan herido el ser humano, se expone a caer extenuado de tensión, o con un orgullo que impida lo mejor de la subida al amor y la humildad. Si se acentúa la acción de Dios de modo que se desprecie la acción humana se llega a un quietismo, que al pensar que todo lo hace Dios, o incurre en la pasividad (contra toda lógica humana) o llega a pecar sin sentirse responsable, pues atribuye a la acción de Dios las responsabilidades de sus actos (es lo que le ocurrió a Molinos).

Ya vimos que la gracia precede, acompaña y lleva a la plenitud la acción humana buena. Esa gracia es crística pues viene a través de la plenitud de gracia en la Humanidad de Jesús. Es gracia de Dios, a través de Jesús. El Espíritu Santo también tiene una labor de santificación según su propia personalidad, pues no se limita a realizar las acciones queridas por el Padre (encarnación, inspiración, asistencia, transubstanciación...) sino que hace actos según su ser de Don del Padre, Don del Hijo y de Dador de Vida. Es decir que podemos llamar a la gracia como gracia del Espíritu Santo; pero esto se suele hacer en los dones.

En primer lugar hay que tener en cuenta que el Espíritu Santo está ya presente en el alma en gracia. Pero esta gracia está como un germen que debe desarrollarse. Ahí entra la acción del Espíritu Santo con característica suavidad de soplo que sopla cuando quiere, y quiere según los dictados de un Amor personal que conoce al hombre concreto hasta la más íntima intimidad, podríamos decir. Tiene el alma en gracia las virtudes, pero de modo imperfecto (puede crecer la fe, la esperanza, la caridad —que es la más alta—, también la fortaleza, la justicia, la templanza y la prudencia). ¿Cómo? Y volvemos al dilema anterior: o gracia o libertad. La respuesta es que las dos son necesarias. Llamamos dones a la acción del Espíritu Santo en el alma madura en la que ya puede actuar sin impedimentos.

Estos dones son influjos en las almas en gracia, son como una mayor sensibilidad para recibir la ayuda. El Espíritu Santo reside en el alma del justo y le da una experiencia del Dios vivo, de ahí surge una receptividad para que la presencia del Dios Trino en el alma despliegue más y más su acción. Los dones son como los auriculares al medio sordo, como las gafas al miope, como el viento que infla las velas para que la embarcación navegue más veloz.

La gracia es como una re-creación del acto de ser personal, una vez dada esta presencia por inhabitación de Dios en lo íntimo de la persona, en su corazón; allí actúa el Espíritu Santo directamente. En la medida en que la gracia conforma y transforma al ser humano se hace más dócil a sus inspi-

raciones. El Espíritu Santo hace consciente al hombre de esta presencia, le da auténtica experiencia de Dios. Ya no se trata del Dios de los filósofos, aunque todo lo que digan sea correcto; ni del Dios enseñado por los teólogos, aunque lleguen mucho más alto en su conocimiento. Se trata de una experiencia viva de persona a Persona. El Espíritu manifiesta el amor fontal del Padre y hace clamar ¡Abba! Manifiesta al Hijo llevando hacia la Verdad completa, y hace al hombre otro Cristo uniéndose a Él y moldeando a cada uno según su docilidad. Veamos los dones y su acción uno a uno.

El *temor de Dios* nace de la experiencia del Dios grande, perfecto, excelso, trascendente, superior y creador de todo.³⁹² Al percibir esta grandeza y la propia finitud, limitación y condición pecadora, es lógico experimentar temor por contraste, que más bien es respeto cuando el alma está limpia y experimenta horror a vivir alejada de Dios. Este temor se considera la primera manifestación religiosa del hombre y en la Biblia se insiste en que es el “principio de la sabiduría”³⁹³ inspirada por un incipiente amor a Dios, que hace poner cuidado en no ofenderle. A este temor inspirado por la caridad se le llama ‘temor filial’, bien lejano del temor servil.

La experiencia de Dios tan infinito y perfecto lleva al sentimiento sobrecogedor del tremendum en todas las religiones. En la fe cristiana, que aclara que este Dios Todopoderoso es Padre y lleva al temor filial, como decíamos, está muy unido a la piedad. Cuando el alma siente este temor filial se abandona en Dios poniéndose ciegamente en sus manos, y crece la esperanza. No confía en sus propios méritos, sino en recibir el apoyo divino. Se teme al pecado, pero por temor a ofender y consciente de la autoexclusión del amor

392 (MPT) “¡Oh, Verbo de Dios! Eterno Principio sin principio y sin fin. Mi alma te adora desde que fue creada, pues Tú existías antes de todas las cosas. Todo fue hecho para Ti, y sin Ti no se hizo nada por cuanto ha sido hecho por Ti es vida. Verbo eterno, engendrado por Dios Padre, Amor hacia Ti que Tú correspondes procediendo de ambos el Espíritu Santo. Contemplo este Misterio de amor y mi alma ansía estar sumergida en la Trinidad Beatísima. Amor hecho Hombre, Unigénito del Padre, tu Humanidad no me impide ver tu Divinidad, perfecto Dios, perfecto Hombre, Misterio de Dios, descubierto por amor de los hombres. Amo tu humanidad, adoro tu Divinidad, desaparezco en tu eternidad ¡Oh, Dios mío! Mi alma siempre ha sido tuya, pero sin ella saberlo, y ahora la haces participar de tu intimidad y desearía estar siempre así, recogida en la Santísima Trinidad. Estando en este estado mi alma, me sobran los sentidos, se duermen las pasiones mundanas, se eleva el espíritu y queda suspendida en el tiempo que no pertenece a este tiempo. Se da cuenta de que está con el Eterno, y no tiene miedo, y le canta, y le alaba con los ángeles, y ama, ama y cuando cree que ya ama mucho vuelve a empezar a amar todo en el que es para ella Todo.

Tú, Señor, la animas a seguir y seguiré, seguiré hasta que Tú quieras unirla por siempre a Ti” (10 de febrero de 2001).

393 Sal 110 (111), 10; Prov 1, 7.

que es el infierno, por eso es una poderosa ayuda para la templanza. Siente miedo de separarse de Dios, sin escrúpulo, sin desprecio de las cosas pequeñas. Así, al crecer el amor crece la docilidad y el alma se libera del rígido temor y la confianza se desborda. Dios Padre y Madre. Gime ante las imperfecciones, por eso lleva a amar más, es un alma pobre que lo confía todo en Dios.³⁹⁴ Juan Pablo II expresa así lo que significa el don del temor de Dios: “¿Pero de qué temor se trata? No ciertamente de ese ‘miedo de Dios’ que impulsa a evitar pensar o acordarse de Él, como de algo que turba e inquieta [...]. Aquí se trata de algo mucho más noble y sublime: es el sentimiento sincero y trémulo que el hombre experimenta frente a la tremenda majestades (tremenda majestad) de Dios, especialmente cuando reflexiona sobre las propias infidelidades [...]. El creyente se presenta y se pone ante Dios con el ‘espíritu contrito’ y con ‘el corazón humillado’ (cfr. Sal 50 (51), 19) [...]. Esto no significa miedo irracional, sino sentido de responsabilidad y de fidelidad a su ley. El Espíritu Santo asume todo este conjunto y lo eleva con el don del temor de Dios. Ciertamente ello no excluye la trepidación que nace de la conciencia de las culpas cometidas y de la perspectiva del castigo divino, pero la suaviza con la fe en la misericordia divina y con la certeza de la solicitud paterna de Dios que quiere la salvación eterna de todos. Con este don, el Espíritu Santo infunde en el alma, sobre todo, el temor filial, que es el amor de Dios: el alma se preocupa entonces de no disgustar a Dios, amado como Padre, de no ofenderlo en nada, de ‘permanecer’ y de crecer en la caridad (cfr. Jn 15, 4-7). De este santo y justo temor, conjugado en el alma con el amor de Dios, depende toda la práctica de las virtudes cristianas, y especialmente de la humildad, de la templanza, de la castidad, de la mortificación de los sentidos”.³⁹⁵

Don de piedad. La experiencia de la tremenda Majestad de Dios (del Dios grande) lleva al temor que llega a ser filial si el alma tiene en su interior la presencia de las Tres Personas divinas. La experiencia de Dios como Padre lleva a la piedad en su sentido más amplio.

La relación del hombre con Dios es de amor, pero también de justicia. La virtud de la religión es la justicia primordial. La piedad es una parte de la virtud de la religión por la que rendimos honor a Dios ofreciéndole nuestra devoción, nuestra oración, nuestros ayunos, la abstinencia, el respeto, el culto... Estos actos podrían ser hechos solo como deberes y fríamente. Sería un cumplimiento justo, la piedad le añade un matiz de ternura pues tiene experiencia de

394 Cfr. Ambroise Gardeil, *El Espíritu Santo en la vida cristiana*, ed. Rialp, 1998, pp. 21-32.

Relaciona muy directamente este don con la bienaventuranza de la pobreza de espíritu y la virtud de la templanza.

395 Juan Pablo II, *Angelus*, 11 de junio de 1989.

Dios Padre. Incluso puede manifestarse como infancia espiritual como han destacado autores espirituales como san Josemaría y santa Teresa del Niño Jesús.

Jesucristo experimentó vivamente la piedad, pues nadie es más Hijo que Jesucristo. Esto se ve en numerosos episodios del Evangelio. Llama la atención el desbordamiento del *¡Sí, Padre!* Es la conmovedora expresión de la relación de corazones de un hijo y su padre, y en otro lugar explica a los suyos “yo hago siempre lo que le agrada” (Jn 8, 29). En la explicación de la Ley el Padre aparece en todas las ocasiones. El Verbo es el resplandor del Padre y solo vive reflejándolo. La parábola del hijo pródigo hace un retrato de ese Padre: un corazón lleno de compasión, de misericordia, de infinita condescendencia. La oración del Padre nuestro expresa esa actitud filial. El Espíritu Santo habla no de lo suyo, sino de lo de Jesús y clama en nosotros *¡Abba, Padre!* (Gal 4, 6). Hacer sentir lo que siente el Hijo al ser engendrado por el Padre, pues a esa generación hace participar la gracia. En definitiva, se trata de poner el corazón en toda la relación de justicia y cumplir con ternura, que se extiende a los hermanos los hombres, que son hijos del mismo Padre.³⁹⁶

Juan Pablo II también habla de este don: “Mediante este el Espíritu sana nuestro corazón de todo tipo de dureza y lo abre a la ternura para con Dios y para con los hermanos. La ternura, como actitud sinceramente filial para con Dios, se expresa en la oración. La experiencia de la propia pobreza existencial, del vacío que las cosas terrenas dejan en el alma, suscitan en el hombre la necesidad de recurrir a Dios para obtener gracia, ayuda y perdón. El don de la piedad orienta y alimenta dicha exigencia, enriqueciéndola con sentimientos de profunda confianza para con Dios, experimentado como Padre providente y bueno [...]. La ternura, como apertura auténticamente fraterna hacia el prójimo, se manifiesta en la mansedumbre. Con el don de piedad, el Espíritu infunde en el creyente una nueva capacidad de amor hacia los hermanos [...], siempre sabe ver en los demás a hijos del mismo Padre. [...] El don de piedad, además, extingue en el corazón aquellos focos de tensión y de división, como son la amargura, la cólera, la impaciencia, y lo alimenta con sentimientos de comprensión, de tolerancia, de perdón. Dicho don está, por tanto, en la raíz de aquella nueva comunidad humana que se fundamenta en la civilización del amor”.³⁹⁷

Don de fortaleza. El Espíritu Santo lleva a tener la experiencia del Verbo Encarnado, que “aprendió lo que era obediencia por lo que padeció”.³⁹⁸ El

396 Ambroise Gardeil, *ibíd.* pp. 60-77, relaciona este don con la virtud de la justicia y la bienaventuranza de la mansedumbre.

397 Juan Pablo II, *Regina Coeli*, 28 de mayo de 1989.

398 Hb 13, 7.

Verbo vive eternamente en su felicidad amorosa con el Padre y el Espíritu Santo. Con la Encarnación asume y experimenta la pesadez del cuerpo, la resistencia del pecado, el dolor en todas sus formas interiores y exteriores. Experimenta la agonía hasta la muerte y la misma muerte pudiéndose librarse de todo esto, pero el “amor es más fuerte que la muerte”. Para poder realizar esa obra necesita fortaleza. El cristiano con la gracia ya es otro Cristo, pero aún debe superar pruebas más o menos duras, pruebas de amor, pero que se manifiestan de mil modos dolorosos, que son pruebas. El don de fortaleza lleva a asimilar al cristiano la fortaleza de Cristo. No basta tener pensamientos elevados y deseos fervientes: hemos de contar con una firme voluntad al servicio de esos pensamientos y deseos.

Primero conviene hacer crecer los deseos hasta la altura de los designios divinos.³⁹⁹ Humildad no es apocamiento, ni pusilanimidad, mediocridad, sino magnanimidad: ambiciones grandes según el fin querido por Dios, no por la soberbia humana. No intentar nada por miedo a ser soberbio o vanidoso es un autoengaño para recubrir de bien la cobardía y la comodidad. Es necesaria la valentía cristiana que supera y mejora la humana en cuanto tiene la ayuda de Dios mismo. Luego constancia. Nada exige más esfuerzo que el ejercicio de la perseverancia. Más ingrato, más difícil y más meritório, aunque parezca menos, es soportar: el dolor físico, las penas del espíritu, escrúpulos, cansancio, tristeza o angustia. La obra de la fortaleza es ayudar a llegar al final sin flaquear. Además es necesaria la perseverancia que corona la fortaleza. Se puede llegar hasta el martirio.

Juan Pablo II enseña que “el hombre cada día experimenta la propia debilidad, especialmente en el campo espiritual, y mora, cediendo a los impulsos de las pasiones internas y a las presiones que sobre él ejerce el ambiente circundante. Precisamente para resistir a estas múltiples instigaciones es necesaria la virtud de la fortaleza [...]. Esta virtud encuentra poco espacio en una sociedad en la que está difundida la práctica tanto del ceder y acomodarse como la del atropello y la dureza en las relaciones económicas, sociales y políticas [...]. Quizá nunca como hoy, la virtud de la fortaleza tiene necesidad de ser sostenida por el homónimo don del Espíritu Santo.

399 MPT, “Es el Espíritu Santo, Amor tan inmenso que se manifiesta en todo lo creado, Amor que desde el principio fue, Amor que se expande, Amor que irradia Amor, Amor que es para el hombre inimaginable. Amor que tanto ama que todo lo une. Amor que si no se le abre no penetra, pero que constantemente busca, aunque no siempre encuentra. Amor fuerte, penetrante, pero a la vez sutil, como un soplo, como un aliento, silencioso, misterioso para nosotros los hombres. Amor que yo busco, intento perderme en su inmensidad, abrirme a Ti, pero no sé si algún día aquí te podré encontrar de verdad. Amor tan inmenso que en nosotros no cabe. A ese Amor, que es el Espíritu Santo, a ese Amor que da fuerza le pido que nos ayude para que de verdad sepamos amarle”.

El don de la fortaleza es un impulso sobrenatural, que da vigor al alma no solo en momentos dramáticos como el del martirio, sino también en las habituales condiciones de dificultad: en la lucha por permanecer coherentes con los propios principios; en el soportar ofensas y ataques injustos; en la perseverancia valiente, incluso entre incomprendidos y hostilidades, en el camino de la verdad y de la honradez. Cuando experimentamos, como Jesús en Getsemaní, ‘la debilidad de la carne’ (cfr. Mt 26, 41; Mc 14, 38), es decir, de la naturaleza humana sometida a las enfermedades físicas y psíquicas, tenemos que invocar del Espíritu Santo el don de fortaleza para permanecer firmes y decididos en el camino del bien”.⁴⁰⁰

Don de consejo. En el centro del alma y del corazón, el Espíritu Santo transmite su vivencia de ser una persona Don o Amor. Cuesta distinguir su personalidad del Padre —origen del amor, Eterno amante— y del Verbo —Amado predilecto—. Lo propio es proceder del Padre en su Amor al Hijo y del Hijo en su amor al Padre. Por eso se le llama Don, vínculo entre el Padre y el Hijo. Pero se ve más la característica de ser Amador en la misión que le encomienda: guiar a la Iglesia y las almas en la historia con todas sus variadísimas incidencias. No es lo mismo ser santo en un claustro, que en medio de un campo de exterminio o en una tranquila vida de burgués. El consejo no puede ser igual para todos. No se puede dirigir igual a los neófitos o a los niños, que a los que caminan por las cumbres de la perfección, o a un papa que a un sacristán, a un jefe de Estado que a un ujier. El cristiano en gracia recibe la experiencia para aprovechar mejor la presencia divina en el alma y acertar o rectificar.

En la vida cristiana, se experimenta que las personas santas tienen una especial intuición, inspirada por el Espíritu Santo, para discernir lo que Dios pide, para decidir en situaciones difíciles y para aconsejar a los demás, especialmente en su relación con Dios. La prudencia es el centro de la vida moral natural. Por encima está la contemplación; por debajo, la vida cotidiana; y, en el medio, el consejo deja pasar la luz de la contemplación sobre las normas prácticas. Este don que perfecciona la prudencia humana ayuda a tomar decisiones con energía, aumenta la experiencia, aunque no la tenga humanamente, como puede ser dirigir a almas que van más adelantadas que el director espiritual; y da luces para valorar las circunstancias tan cambiantes, que lo que puede ser una buena decisión en tiempo de paz puede ser muy mala en tiempo de guerra. Vemos su actuación en los evangelistas, y los autores sagrados es la inspiración. En el magisterio, la asistencia hacia el fiel corriente se adapta a sus circunstancias reales moviéndolo a la audacia de la santidad (parresía).

400 Juan Pablo II, *Regina Coeli*, 14 de mayo de 1989.

La justicia sin prudencia puede causar desastres, pues no tendría aplicación templada, dura o fuerte. Templanza con prudencia evita las ocasiones y el secreto orgullo espiritual. Fortaleza con prudencia lleva a huir o dar la cara según convenga a fines más altos. Nunca es fácil decidir, más aún si nadie aconseja, y es frecuente que se den situaciones donde no hay experiencia ninguna. Nunca faltará el consejo del Espíritu Santo en el alma que escucha, más difícil es en las almas locuaces cuya oración es más monólogo o elucubración mental que verdadero diálogo o escucha orante.⁴⁰¹

También sobre el consejo habla el Romano Pontífice: “Se da al cristiano para iluminar la conciencia en las opciones que la vida diaria le impone. Una necesidad que se siente mucho en nuestro tiempo, turbado [...] por una incertidumbre difundida acerca de los verdaderos valores [...]. Se advierte la necesidad de neutralizar algunos factores destructivos que fácilmente se insinúan en el espíritu humano, cuando está agitado por las pasiones, y la de introducir en ellas elementos sanos y positivos. En este empeño de recuperación moral [...], el Espíritu Santo sale al encuentro [...] mediante el don de consejo, con el cual enriquece y perfecciona la virtud de la prudencia y guía al alma desde dentro, iluminándola sobre lo que debe hacer, especialmente cuando se trata de opciones importantes [...]. El don de consejo actúa como un sople nuevo sobre la conciencia, sugiriéndole lo que es lícito, lo que corresponde, lo que conviene más al alma (cfr. san Buenaventura, *De septem donis*, VII, 5). La conciencia se convierte entonces en el ‘ojo sano’ del que habla el Evangelio (Mt 6, 22) [...]. El cristiano, ayudado por este don, penetra en el verdadero sentido de los valores evangélicos, en especial de los que manifiesta el sermón de la montaña (cfr. Mt 5-7)”⁴⁰²

Tras sanar e iluminar lo humano desde lo más íntimo con su presencia, comienza la acción del Espíritu Santo para ayudar a vivir en la vida divina superior a todo lo humano. Con su ayuda la fe pasa a ver destellos; la esperanza a descanso y confianza totales; el amor humano santificado a amar con el Amor de Dios en el propio corazón humano. Veamos los tres principales dones del Espíritu Santo:

Don de ciencia. La tradición cristiana, comentando este don, sitúa aquí esa especial intuición que tienen los hombres de Dios, que saben ordenar las cosas creadas según el querer divino. La Creación es un gran misterio. ¿Por qué la creación y no solo Dios? ¿Qué añade la creación a la perfección de Dios? La primera reacción es decir que nada. Pero crear un mundo en que existen seres que puedan amar sí es algo querido por Dios, aunque no

401 Cfr. Ambroise Gardeil relaciona el don de consejo con la virtud de la prudencia, y la bienaventuranza de la misericordia, *ibíd.*, pp. 81-95.

402 Juan Pablo II, *Regina Coeli*, 7 de mayo de 1989.

necesariamente, por supuesto, pues la lógica del amor es distinta de la necesidad y la lógica estricta. Dios crea un mundo en que en una armonía llena de belleza hay una escala que va desde los ángeles y los hombres —seres libres— hasta la materia muda. Algunos ángeles fueron rebeldes al amor y se autoexcluyeron de esa armonía, en pecado que rechaza el perdón de un modo realmente sorprendente en que la voluntad se coloca sobre la inteligencia; el orgullo sobre la ciencia. El hombre es seducido y cae en pecado redimible y toda la creación material fue maldita por su culpa, aunque conservando gran parte de su belleza.

El Espíritu Santo lleva a percibir la Creación desde la intimidad de Dios. El Padre es el origen amoroso y todopoderoso del acto creador; mirando al Hijo quiere un mundo de hijos que puedan amar como ese Hijo. El Hijo quiere lo que quiere el Padre y es el modelo de la creación. El Espíritu Santo realiza ese querer como un éxtasis creador.

El justo experimenta algo de ese gozo creador. Algo saben los artistas de lo que vale una chispa creadora. Y viene el amor admirado. Pero la creación es limitada y, además, fue deformada por el pecado, afeada. Algunos místicos hablan de sí mismos como ser nada,⁴⁰³ sabiendo bien que son algo, y que son portadores de la vida divina en su alma en gracia, pero sus fuertes expresiones están ahí como una luz en alma cristalina que ve cosas imposibles al lógico de la pequeña razón creada. Algunos pensadores son seducidos por la limitación de los seres y llegan a nihilismos y comprensibles logomaquias sobre la nada difíciles de creer por uno mismo, pero algo perciben. Por otra parte, ¿vale la pena algo por conquistar el mundo? Realmente las quejas del Qohelet son comprensibles, pues todo son vanidad de vanidades.⁴⁰⁴

403 Santa Catalina de Siena, san Josemaría Escrivá y otros.

404 MPT, “Todo es efímero, todo caduco, solo en Ti es eterno.

Todo roto, todo dividido, nada unido, si no lo unes Tú.

Todo frío, todo apagado, si no lo enciendes Tú.

Todo vacío, si no lo llenas Tú

Todo falso, todo incierto, si detrás no estás Tú.

Todo amargo, todo áspero, todo insípido, todo hastío, si Tú no le das tu sabor.

Todo oscuro, todo tinieblas, todo brillo, todo a tientas, todo a ciegas, si no lo iluminas Tú, con tu luz.

Todo sucio, todo sin sentido, todo indiferente, todo parco, todo asco, sin tu Amor.

Todo opresión, todo conflicto, todo esclavitud, todo un no amar, todo dolor, todo pena, todo muerte, todo pecado, si no lo perdonas, liberas y resucitas Tú.

Todo ínfimo, todo perdido, todo feo, todo escaso, todo extraño, todo perverso, todo antagonico, todo hacia fuera, nada hacia dentro, si no lo engrandesces y embelleces Tú.

Todo un no poder, todo un no querer, todo un no hacer, todo un pesar, todo un costar, todo un enloquecer, si no lo fortaleces Tú.

Juan Pablo II dice: “gracias a él se nos da a conocer el verdadero valor de las criaturas en su relación con el Creador”. El hombre moderno que, debido al desarrollo de las ciencias y su poder, tiene “la tentación de tener una visión naturalista del mundo” y absolutizar las cosas de la tierra, con las riquezas y el poder. El don de la ciencia “le ayuda a valorar rectamente las cosas en su dependencia esencial del Creador. Gracias a ella —como escribe santo Tomás—, el hombre no estima las criaturas más de lo que valen y no pone en ellas, sino en Dios, el fin de su propia vida (cfr. S. Th. II-II, q. 9, a. 4). Así logra descubrir el sentido teológico de lo creado, viendo las cosas como manifestaciones verdaderas y reales, aunque limitadas, de la verdad, de la belleza, del amor infinito que es Dios, y como consecuencia, se siente impulsado a traducir este descubrimiento en alabanza, cantos, oración, acción de gracias [...]. El hombre iluminado por el don de la ciencia descubre al mismo tiempo la infinita distancia que separa a las cosas del Creador, su intrínseca limitación, la insidia que pueden constituir cuando, al pecar, hace de ellas mal uso. Es un descubrimiento que le lleva a advertir con pena su miseria y le empuja a volverse con mayor ímpetu a Aquel que es el único que puede apagar plenamente la necesidad de infinito que le acosa”.⁴⁰⁵

Don de entendimiento o inteligencia. Hemos visto que el Espíritu Santo reside en el alma como en un templo y va moldeando el alma humana del creyente desde el interior de su intimidad. La inteligencia es muy importante, es *intus legere*, leer dentro, darse cuenta, comprender, ir al fondo en la medida de lo posible. El Espíritu escruta “las profundidades de Dios”,⁴⁰⁶ dice san Palabra inspirado por el mismo Espíritu Santo. Él ve lo íntimo del

Todo un querer morir, todo un no querer vivir, si no lo vivificas Tú.

Todo un no ir, todo un no avanzar, todo un no mover, si no empujas Tú.

Todo un desaliento, todo un descontento, todo débil, todo sin ánimo, si no lo animas Tú.

Todo pobre, todo mísero, si no lo enriqueces Tú.

Todo triste, todo deprimente, todo un llorar, si no lo alegras Tú.

Todo ignorancia, todo ofuscación, todo torpeza, todo imperfección, si no lo haces sabio y perfecto Tú.

Todo orgullo, vanidad, todo soberbia, todo maldad, si no nos enseñas tu humildad.

Todo este maravilloso mundo creado por Ti, se tambalea y se viene abajo si no lo sostienes Tú.

Y todo lo que te he dicho lo trueco si te tengo a Ti, porque Tú lo transformas todo. ¡Oh! Belleza inigualable, Misericordia infinita, Justicia Divina, Inmensa Bondad, Amor eterno, sin Ti todo se difumina, Tú eres el Centro, mi Dios y Señor del Universo. Amén” (24 de febrero de 2001).

405 Juan Pablo II, *Regina Coeli*, 23 de abril de 1989.

406 Ef 4, 6.

Padre y de su Verbo y lo puede comunicar. Nosotros no podríamos soportar toda la luz repentinamente, necesitamos educarnos poco a poco, aunque también se den saltos. El Espíritu Santo comunica una participación de su inteligencia. No revela nada nuevo, sino que hace brillar con luz nueva todo lo ya se cree por la fe. Introduce en las verdades divinas, pero Dios es inefable, siempre más, misterio. Nuestra mirada queda ciega si mira la luz del sol directamente. ¿Cómo expresar lo inexpressable? Las palabras grandes se desgastan por el mal uso y pierden su sentido propio, o simplemente no se conocen. Así ocurre con el término amor, libertad, persona y tantos otros.

La fe es conocer con certeza, pero se necesita atravesar la corteza de las palabras y los hechos que usa la revelación en la historia para llegar hasta la médula. El don de entendimiento tiene esta función: es el sentido de lo divino.⁴⁰⁷ Este don remedia la frialdad, la desatención y la escasa profundidad de nuestra fe, por ejemplo introduciéndonos en la vida íntima de la Trinidad o en saber qué es un hombre; es como una intuición que revela lo que se creía y no se entendía demasiado bien. Siempre se puede progresar, porque en los misterios, al abrir una puerta, se entra en una habitación donde hay más puertas que puedes ascender indefinidamente hasta el infinito. El progreso es real y sin fin. Es un conocimiento en espiral como descender el velo de la fe para poder ver momentáneamente a Dios casi directamente, como se hará en el cielo aunque se necesite el *lumen gloriae* para aun así ver y gozar. Lleva a una fe iluminada desde dentro, no solo por el estudio, sino por la enseñanza del Maestro interior ante el discípulo que quiere aprender de un modo orante, humilde y pensante.⁴⁰⁸

407 MPT, “¡Oh, Verbo de Dios! Eterno, Principio sin principio y sin fin. Mi alma te adora desde que fue creada, pues Tú existías antes de todas las cosas. Todo fue hecho por Ti y sin Ti no se hizo nada de cuanto ha sido hecho, cuanto ha sido hecho por Ti es vida. Verbo Eterno, engendrado por Dios Padre, Amor hacia Ti que tú correspondes procediendo de ambos el Espíritu Santo. Contemplo este Misterio de Amor y mi alma ansía estar sumergida en la Trinidad Beatísima.

Amor hecho Hombre, Unigénito del Padre, tu Humanidad no me impide ver tu Divinidad, perfecto Dios, perfecto Hombre, Misterio de Dios, descubierto por amor a los hombres. Amo tu Humanidad, adoro tu Divinidad, desaparezco en tu eternidad. ¡Oh, Dios mío! Mi alma siempre ha sido tuya, pero sin ella saberlo, y ahora la haces participar de tu intimidad y desearía estar siempre así, recogida en la Santísima Trinidad. Estando en este estado mi alma, me sobran los sentidos, se duermen las personas mundanas, se eleva el espíritu, y queda suspendida en el tiempo que no pertenece a este tiempo. Se da cuenta de que está con el Eterno, y no tiene miedo, y le canta, y le alaba con los ángeles, y ama, ama y cuando cree que ya ama mucho, vuelve a empezar a amar todo en el que es para ella Todo. Tú, Señor, la animas a seguir y seguiré, seguiré hasta que Tú quieras unir la por siempre a Ti» (10 de febrero de 2001).

408 Cfr. Ambroise Gardeil, *ibíd.*, refiere este entendimiento al perfeccionamiento de la

En su predicación, dijo Juan Pablo II “la fe es adhesión a Dios en el claroscuro del misterio; sin embargo, es también búsqueda con el deseo de conocer más y mejor la verdad revelada. Ahora bien, este impulso interior nos viene del Espíritu, que juntamente con ella concede precisamente este don especial de inteligencia y casi de intuición de la verdad divina [...]. Mediante este don, el Espíritu Santo, que ‘escruta las profundidades de Dios’ (1 Co 2, 10), comunica al creyente una chispa de esa capacidad penetrante que le abre el corazón a la gozosa percepción del designio amoroso de Dios. Se renueva entonces la experiencia de los discípulos de Emaús, que [...] se decían: ‘¿no ardía nuestro corazón mientras hablaba con nosotros en el camino, explicándonos las Escrituras?’ (Lc 24, 32). Esta inteligencia sobrenatural se da no solo a cada uno, sino también a la comunidad: a los Pastores, que [...], gracias a la ‘unción’ del Espíritu (1 Jn 2, 20.27), poseen un especial ‘sentido de fe’ (*sensus fidei*) que les guía en las opciones concretas. Efectivamente, la luz del Espíritu Santo, al mismo tiempo que agudiza la inteligencia de las cosas divinas, hace también más límpida y penetrante la mirada sobre las cosas humanas. Gracias a ella se ven mejor los numerosos signos de Dios que están inscritos en la creación. Se descubre la dimensión no puramente terrena de los acontecimientos, de los que está tejida la historia humana. Y se puede lograr hasta descifrar proféticamente el tiempo presente y el futuro: “¡signos de los tiempos, signos de Dios!”.⁴⁰⁹

Don de sabiduría. En el interior del alma en gracia reside el Espíritu Santo y transmite su ser personal, su vivencia, podríamos decir con palabras inadecuadas. Transmite que es Amor personal, que procede del amor original del Eterno Amante que es el Padre y que también procede del Verbo Amado. Estos amores de la procesión de la generación del Hijo llevan a la procesión coeterna de amor de la que Él procede. Lo característico suyo es Dar, ser Don de Vida y en la intimidad de Dios ser Vínculo entre el Padre y el Hijo en una perfecta comunión (*koinonía*) que necesariamente es un solo Dios, pero en una unión viva de amor entre Tres personas que se aman.

El amor humano tiene muchos grados, como hemos visto. Es admiración, deseo, deseo de tener deseos, querer, querer querer, querer el bien del otro, dar, darse, unión afectiva y unitiva en un solo espíritu. Pero aunque se alcance el más alto grado, purificado, será infinitamente distante del Amor de Dios. Eso es lo que hace el don del Espíritu Santo, comunicar el Amor divino. Amar con el Amor de Dios, aunque no cese ni desaparezca el amor humano, que es purificado aún más y elevado adonde no podía llegar él solo. Amar

fe y con la bienaventuranza de los limpios de corazón que verán a Dios, que reciben una luz purificadora.

409 Juan Pablo II, *Regina Coeli*, 16 de abril de 1989.

con el Corazón de Cristo, amar con el Amor del Corazón de Dios. Esa es la principal donación del Dador de vida, porque la vida o es amor o no es vida.⁴¹⁰

La palabra sabiduría viene del latín *sapere*, que significa “saborear”. La sabiduría es un conocimiento sabroso mucho más intenso que el conocer intelectual y que tiene la penetración y la connaturalidad que da el amor. En los hombres santos observamos una connaturalidad con los misterios de la fe, que aman y saborean. Ese conocimiento proporciona una alta perspectiva para contemplar toda la realidad, y como un instinto para ver las cosas en relación a Dios. Aquí se da la más alta contemplación con efectos externos o no, pues esto depende del querer de Dios y se han dado todo tipo de casos en la vida de la Iglesia, y la mayoría solo Dios los conoce. Se le llama sabiduría, pues es un saber mucho más alto que el intelectual o el saber lógico. Ya el conocimiento poético y el estético llevan más lejos que la lógica, pues el amor directo es el máximo conocimiento, el que transforma las vidas. “Los actos de Fe, Esperanza y Amor son válvulas por donde se expansiona el fuego de las almas que viven vida de Dios”.⁴¹¹

410 MPT, “Mi alma respecto a Dios Padre se siente: amada por ser obra suya desde la eternidad, agasajada con su Amor, comprendida, respetada, conciliada, acogida por Él. Mi alma respecto a Dios Hijo se siente: redimida, llorada, sufrida, ensalzada, acompañada, sanada, perdonada, amada con Amor de Dios y Hombre verdadero, eternizada por Él. Mi alma respecto a Dios Espíritu Santo se siente: elevada a Él, henchida por su Amor, inspirada en Él, enseñada, consolada, penetrada, guiada, fortalecida, apaciguada, conocida por Él. Mi alma se siente respecto a la Santísima Trinidad: unida e introducida en su misterio. Es el Espíritu Santo, Amor tan inmenso que se manifiesta en todo lo creado, Amor que desde el principio fue, Amor que irradia Amor, Amor que es para el Hombre inimaginable. Amor que tanto ama que todo lo une. Amor que si no se le abre no penetra, pero que constantemente busca, aunque no siempre encuentra. Amor fuerte, penetrante, pero, a la vez, sutil, como un soplo, como un aliento silencioso, misterioso para nosotros los hombres. Amor que yo busco, intento perderme en su inmensidad, abrireme a Ti, pero no sé si algún día aquí te podré encontrar de verdad. Amor tan inmenso que en nosotros no cabe, a ese Amor, que es el Espíritu Santo, a ese Amor que da fuerza, le pido que de verdad nos ayude para que de verdad sepamos amarle. El Espíritu Santo es Amor de Dios que envuelve la Tierra, es coraza y muralla fuerte contra el enemigo que día a día nos acecha, porque aunque a veces parece que sabemos lo que hacemos o que nos pertenecemos, sin el Espíritu Santo sería nuestro fin. Es por lo que le suplico a Dios que no aparte ni por un momento su Espíritu de la Tierra. La Tierra de donde escogió a su Hija, a su Esposa, a su Madre. La Tierra a la que vino para mostrarnos el camino que nos conducirá a Él. Por eso los que creemos y en Él confiamos, tenemos que conseguir que toda la Tierra, la Tierra entera, sea una oblación perfecta para Él”.

411 San Josemaría, *Camino*, n. 667.

El que ama a Dios, pero se da cuenta de la desproporción de su Amor con el de Dios, le abruma su pequeñez. Ahora, con este don, puede amar de una manera proporcionada, pues el Amor de Dios es la fuente de su propio amor. Ya es amor extasiado ante la belleza.⁴¹² Hay felicidad y generosidad. Desaparece el miedo.⁴¹³ En el dolor hay paz. En la amargura paciencia y esperanza y se ve más claro aún que con el don de entendimiento, aunque estén tan unidos. Es la oración de unión, más allá de la quietud de los dones anteriores. Y todo esto sin ser una vía extraordinaria. Se unen el querer de la voluntad, la luz del entender, el sentir del sentimiento en la realidad de la vida dura o fácil, lo que Dios quiera. Como hizo Jesús en su vida mortal. Se vive más intensamente como hijos de Dios, como amados dignos de ser amados, predilectos por su correspondencia plena y con posibilidades de crecer.⁴¹⁴

Juan Pablo II también trata este don en su catequesis: “El primero y mayor de tales dones es la sabiduría, que es luz recibida de lo alto: una participación especial en ese conocimiento misterioso y sumo que es propio de Dios [...]. Esta sabiduría superior es la raíz de un conocimiento nuevo, un conocimiento impregnado por la caridad, gracias al cual el alma adquiere familiaridad, por así decirlo con las cosas divina y prueba gusto en ellas. Santo Tomás habla precisamente de ‘un cierto sabor de Dios’ (S. Th. II-II, q. 45, a. 2, ad. 1), por lo que el verdadero sabio no es simplemente el que sabe las cosas de Dios, sino el que las experimenta y las vive. Además, el conocimiento sapiencial nos da una capacidad especial para juzgar las cosas humanas según la medida de Dios, a la luz de Dios. Iluminado por este don, el cristiano sabe ver interiormente las realidades de este mundo: nadie mejor que él es capaz de apreciar los valores auténticos de la creación, mirándolos con los mismos ojos de Dios [...]. Gracias a este don, toda la vida del cristiano, con sus aspiraciones, sus proyectos, sus realizaciones, llega a ser alcanzada por el sople del Espíritu, que la impregna con la luz que ‘viene de lo alto’”.⁴¹⁵

San Pablo cita una serie de frutos del Espíritu Santo en la epístola a los Gálatas: “En cambio, los frutos del Espíritu son: caridad, gozo, paz,

412 Cfr. Beata Isabel de la Trinidad, *Elevaciones*, ed. Monte Carmelo.

413 Ya solo vivo de amor / ya no tengo miedo a nada / ya la Cruz es cosa mía / y lo que son estas cosas / cuesta sin costarme nada / y cuando el cuerpo se me rompe / será porque me conviene. / ¡Hágase tu voluntad!

414 Cfr. Ambroise Gardeil, *ibíd.*, pp. 150-166, relaciona el don de sabiduría con la caridad y la bienaventuranza de los pacíficos.

415 Juan Pablo II, *Regina Coeli*, 9 de abril de 1989.

longanimidad, benignidad, bondad, fe, mansedumbre, continencia”.⁴¹⁶ En la venida visible del Espíritu Santo en la fiesta de Pentecostés se notaron varios de ellos: entusiasmo, valentía, fe arrolladora, frutos apostólicos, don de lenguas símbolo de la dispersión producida por el pecado de Babel.

En la vida ordinaria, el que destaca, muchas veces citado en estas páginas, es la caridad, pero muy unido al gozo y la paz, es decir, con un aspecto esperanzado y atractivo; de hecho, un comentario al ver la vida ordinaria de los primeros era “mirad cómo se aman”.⁴¹⁷ Los demás son manifestaciones muy necesarias siempre, pero más en tiempos paganos: fortaleza en diversas formas y castidad, expresiones de fe y caridad especialmente queridas por el Espíritu Santo.

El contraste con la vida no espiritual es notable: “manifiestas son las obras de la carne, que son: fornicación, impureza, lujuria, idolatría, hechicería, enemistades, pleitos, celos, iras, riñas, discusiones, divisiones, envidias, embriagueces, orgías, y cosas semejantes. Sobre las cuales os prevengo, como ya dije, que los que hacen tales cosas no heredarán el Reino de Dios”.⁴¹⁸

La oración contemplativa en san Josemaría

La homilía *Hacia la santidad*, citada en los anteriores capítulos, muestra de forma muy clara la oración de unión. En ella se ve la quietud, el diálogo con la Personas divinas y el regalo con lucha. Todo ello dejando claro que no es cosa de privilegiados, pues está al alcance de todos.

“Habíamos empezado con plegarias vocales, sencillas, encantadoras, que aprendimos en nuestra niñez, y que no nos gustaría abandonar nunca. La oración, que comenzó con esa ingenuidad pueril, se desarrolla ahora en cauce ancho, manso y seguro, porque sigue el paso de la amistad con Aquel que afirmó: *Yo soy el camino*.⁴¹⁹ Si amamos a Cristo así, si con divino atrevimiento nos refugiamos en la abertura que la lanza dejó en su costado, se cumplirá la promesa del Maestro: *cualquiera que me ama, observará mi doctrina, y mi Padre le amará, y vendremos a Él, y haremos mansión dentro de Él*.⁴²⁰

El corazón necesita, entonces, distinguir y adorar a cada una de las Personas divinas. De algún modo, es un descubrimiento, el que realiza el alma

416 Gal 5, 22-23.

417 Act 3, 12.

418 Gal 5, 19-21.

419 Jn 14, 6.

420 Jn 14, 23.

en la vida sobrenatural, como los de una criaturita que va abriendo los ojos a la existencia. Y se entretiene amorosamente con el Padre y con el Hijo y con el Espíritu Santo; y se somete fácilmente a la actividad del Paráclito vivificador, que se nos entrega sin merecerlo: ¡los dones y las virtudes sobrenaturales!

Hemos corrido *como el ciervo, que ansía las fuentes de las aguas*,⁴²¹ con sed, rota la boca, con sequedad. Queremos beber en ese manantial de agua viva. Sin rarezas, a lo largo del día nos movemos en ese abundante y claro venereo de frescas linfas que saltan hasta la vida eterna.⁴²² Sobran las palabras, porque la lengua no logra expresarse; ya el entendimiento se aquieta. No se discurre, ¡se mira! Y el alma rompe otra vez a cantar con cantar nuevo, porque se siente y se sabe también mirada amorosamente por Dios, a todas horas.

No me refiero a situaciones extraordinarias. Son, pueden muy bien ser, fenómenos ordinarios de nuestra alma: una locura de amor que, sin espectáculo, sin extravagancias, nos enseña a sufrir y a vivir, porque Dios nos concede la Sabiduría. ¡Qué serenidad, qué paz entonces, metidos en *la senda estrecha que conduce a la vida*!⁴²³

¿Ascética? ¿Mística? No me preocupa. Sea lo que fuere, ascética o mística, ¿qué importa?: es merced de Dios. Si tú procuras meditar, el Señor no te negará su asistencia. Fe y hechos de fe: hechos, porque el Señor —lo has comprobado desde el principio, y te lo subrayé a su tiempo— es cada día más exigente. Eso es ya contemplación y es unión; esta ha de ser la vida de muchos cristianos, cada uno yendo adelante por su propia vía espiritual —son infinitas—, en medio de los afanes del mundo, aunque ni siquiera hayan caído en la cuenta.

Una oración y una conducta que no nos apartan de nuestras actividades ordinarias, que en medio de ese afán noblemente terreno nos conducen al Señor. Al elevar todo ese quehacer a Dios, la criatura diviniza el mundo. ¡He hablado tantas veces del mito del rey Midas, que convertía en oro cuanto tocaba! En oro de méritos sobrenaturales podemos convertir todo lo que tocamos, a pesar de nuestros personales errores.

Así actúa Nuestro Dios. Cuando aquel hijo regresa, después de haber gastado su dinero viviendo mal, después —sobre todo— de haberse olvidado de su padre, el padre dice: *presto, traed aquí el vestido más precioso, y ponédse-lo, colocadle un anillo en el dedo; calzadle las sandalias y tomad un ternero cebado,*

421 Ps 11, 2.

422 Cfr. Jn 14, 14.

423 Mt 7, 14.

*matadlo y comamos y celebremos un banquete.*⁴²⁴ Nuestro Padre Dios, cuando acudimos a Él con arrepentimiento, saca, de nuestra miseria, riqueza; de nuestra debilidad, fortaleza. ¿Qué nos preparará, si no lo abandonamos, si lo frecuentamos cada día, si le dirigimos palabras de cariño confirmado con nuestras acciones, si le pedimos todo, confiados en su omnipotencia y en su misericordia? Solo por volver a Él su hijo, después de traicionarle, prepara una fiesta: ¿qué nos otorgará, si siempre hemos procurado quedarnos a su lado?

Lejos de nuestra conducta, por tanto, el recuerdo de las ofensas que nos hayan hecho, de las humillaciones que hayamos padecido —por injustas, inciviles y toscas que hayan sido—, porque es impropio de un hijo de Dios tener preparado un registro para presentar una lista de agravios. No podemos olvidar el ejemplo de Cristo, y nuestra fe cristiana no se cambia como un vestido: puede debilitarse o robustecerse o perderse. Con esta vida sobrenatural, la fe se vigoriza, y el alma se aterra al considerar la miserable desnudez humana, sin lo divino. Y perdona, y agradece: Dios mío, si contemplo mi pobre vida, no encuentro ningún motivo de vanidad, y menos de soberbia: solo encuentro abundantes razones para vivir siempre humilde y compungido. Sé bien que el mejor señorío es servir.

*Me alzaré y rodearé la ciudad: por las calles y las plazas buscaré al que amo...*⁴²⁵ Y no solo la ciudad: correré de una parte a otra del mundo —por todas las naciones, por todos los pueblos, por senderos y trochas— para alcanzar la paz de mi alma. Y la descubro en las ocupaciones diarias, que no me son estorbo; que son —al contrario— vereda y motivo para amar más y más, y más y más unirme a Dios.

Y cuando nos acecha —violenta— la tentación del desánimo, de los contrastes, de la lucha, de la tribulación, de una nueva noche en el alma, nos pone el salmista en los labios y en la inteligencia aquellas palabras: *con Él estoy en el tiempo de la adversidad.*⁴²⁶ ¿Qué vale, Jesús, ante tu cruz, la mía; ante tus heridas mis rasguños? ¿Qué vale, ante tu Amor inmenso, puro e infinito, esta pobrecita pesadumbre que has cargado Tú sobre mis espaldas? Y los corazones vuestros, y el mío, se llenan de una santa avidez, confesándole —con obras— *que morimos de Amor.*^{427, 428}

Nace una sed de Dios, un ansia de comprender sus lágrimas; de ver su sonrisa, su rostro... Considero que el mejor modo de expresarlo es volver

424 Lc 15, 22-23.

425 Can 3, 2.

426 Ps 90, 15.

427 Cfr. Can 5, 8.

428 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 310.

a repetir, con la Escritura: *como el ciervo desea las fuentes de las aguas, así te anhela mi alma, ¡oh Dios mío!*⁴²⁹ Y el alma avanza metida en Dios, endiosada: se ha hecho el cristiano viajero sediento, que abre su boca a las aguas de la fuente”.⁴³⁰

La oración inicial se afianza en el alma que experimenta una notable transformación. Es luminoso que los textos más utilizados por san Josemaría sean el *Cantar de los cantares* y los salmos, al igual que lo han hecho otros muchos místicos que han dejado escrita su experiencia contemplativa. Ahora bien, la expresión de su oración contemplativa es particular porque está impregnada de lo que Dios le dio a entender el 2 de octubre de 1928: la llamada universal a la santidad, es decir, a la contemplación.

Fruto de esta unión con Dios es la santificación del mundo siendo instrumento en manos de Dios, pues en medio de ese afán noblemente terreno nos conducen al Señor. Al elevar todo ese quehacer a Dios, la criatura diviniza el mundo. Y muestra el apostolado como superabundancia de la vida para adentro.

Es admirable su descripción de la vida que nace de la unión con Dios, y sus deseos crecientes de amor y a los demás: “Nace una sed de Dios, un ansia de comprender sus lágrimas; de ver su sonrisa, su rostro... Considero que el mejor modo de expresarlo es volver a repetir, con la Escritura: *como el ciervo desea las fuentes de las aguas, así te anhela mi alma, ¡oh Dios mío!* (Ps 41, 2). Y el alma avanza metida en Dios, endiosada: se ha hecho el cristiano viajero sediento, que abre su boca a las aguas de la fuente (cfr. Ecclo 26, 15). Con esta entrega, el celo apostólico se enciende, aumenta cada día —pegando esta ansia a los otros—, porque el bien es difusivo. No es posible que nuestra pobre naturaleza, tan cerca de Dios, no arda en hambres de sembrar en el mundo entero la alegría y la paz, de regar todo con las aguas redentoras que brotan del costado abierto de Cristo (cfr. Jn 19, 34), de empezar y acabar todas las tareas por Amor”. También es patente en él la no preocupación por si la oración es de grado ascético o místico, o si es de la primera o la séptima morada. En cuanto a la multiforme manera de asegurar que todo es don de Dios, le lleva a describir la vida de iluminación y unión con sus luchas que no cesan, y que van cambiando al darse una mayor identificación con Cristo y actuar el Espíritu Santo con mayor libertad: “Os hablaba antes de dolores, de sufrimientos, de lágrimas. Y no me contradigo si afirmo que, para un discípulo que busque amorosamente al Maestro, es muy distinto el sabor de las tristezas, de las penas, de las aflicciones: desaparecen en cuanto se acepta de veras la voluntad de Dios, en cuanto se cumplen con gusto

429 Ps 41, 2.

430 Cfr. Ecclo 26, 15.

sus designios, como hijos fieles, aunque los nervios den la impresión de romperse y el suplicio parezca insoportable. Pero dado que algunos pueden pensar que este grado de generosidad y de unión está reservado a seres excepcionales, añade con vigor: “Me interesa confirmar de nuevo que no me refiero a un modo extraordinario de vivir cristianamente”. Estos textos serán considerados por muchos autores como paradigmáticos de la vida de oración contemplativa en medio del mundo y para todos los fieles.

Por otra parte, parece clara la referencia autobiográfica de la experiencia del santo, aunque pudorosamente lo oculte pues no solo muestra un camino, sino que abre sendas nuevas y antiguas. Es fácil encontrar la influencia de la experiencia de san Juan de la Cruz y santa Teresa de Jesús, a quienes conocía bien. Pero él se expresa con una originalidad contundente. San Josemaría describe una vida contemplativa de alto vuelo, llevado por Dios y descendiendo continuamente a la vida ordinaria, donde se dan esas acciones de Dios en el alma bien dispuesta.

Esta unión en la que el alma, llena de Dios, da más de lo que posee es muy interesante, porque señala la vida mística como don gratuito en el que el alma es elevada, recreada y puede dar Dios a Dios; amar con el Amor de Dios introducido en el propio amor; tener el corazón de Cristo en lugar del propio corazón; ser otro Cristo, o el mismo Cristo.

La oración contemplativa en santa Teresa de Jesús, san Juan de la Cruz e Isabel de la Trinidad

La experiencia contemplativa adquiere una elevada cumbre en san Juan de la Cruz y en santa Teresa de Jesús, quienes, además, han sabido expresarla de modo literario. Un resumen de esa unión es el que muestra santa Teresa de Jesús en las moradas sextas y séptimas.

Sexas moradas. El alma vive en estrecha intimidad con su Dios, pero al mismo tiempo no deja de desearlo... Como paja que eleva el ámbar, el Rey regala sus joyas más preciosas: conocimiento de la grandeza de Dios, perfecto conocimiento de sí misma y humildad perfecta, desprecio de las cosas terrenas, sino es para utilizarlas en servicio de tan gran Señor. La Esposa quisiera gritar al mundo las maravillas de ese gran Dios de la Caballería, sin que le importe nada que se burlen de ella. Con tal de que sea alabado, “venga lo que viniere”. “Ya no tiene temor al infierno, no te importan penas ni gloria, porque su único negocio es amar ‘el alma y el espíritu son una misma cosa, como lo es el Sol y sus rayos’”.

Séptimas moradas. El alma está en Dios y Dios en el alma. Como si el agua del cielo cae en el río o en la fuente ya no se puede apartar cuál es

el agua del río y cuál es del cielo. Como dos ventanas por donde entrase gran luz, aunque estén divididas se hace todo una luz. Las palabras del Señor tienen fuerza de actos. El gusano convertido en mariposa ha acabado ya sus transformaciones. Tiene como fin esencial la Acción. Las fuerzas de la Esposa se redoblan “y no para gozar, sino para servir”. En adelante son inseparables Marta y María.

Extendiéndonos algo en la experiencia de su más elevada unión con Dios se puede leer lo siguiente. “Se le muestra la Santísima Trinidad, todas tres personas, con una inflamación que primero viene a su espíritu a manera de una nube de grandísima claridad, y estas Personas distintas, y por una noticia admirable que se da al alma, entiende con grandísima verdad ser todas tres Personas una sustancia y un poder y un saber y un solo Dios. Aparece-se el Señor en este centro del alma sin visión imaginaria sino intelectual, aunque más delicada que las dichas, como se apareció a los apóstoles sin entrar por la puerta, cuando les dijo: *Pax vobis*. Es un secreto tan grande y una merced tan subida lo que comunica Dios allí al alma en un instante, y el grandísimo deleite que siente el alma, que no sé a qué lo comparar, sino a que quiere el Señor manifestarle por aquel momento la gloria que hay en el cielo, por más subida manera que por ninguna visión ni gusto espiritual”. Para entenderlo usa la comparación del gusano que se ha convertido en mariposa con unos efectos prácticos no pequeños: “... un deseo de padecer grande [...] un gran gozo interior cuando son perseguidas [...] ahora es tan grande el deseo que tienen de servirle y que por ellas sea alabado, y de aprovechar algún alma si pudiesen, que no solo no desean morir, mas vivir muy muchos años padeciendo grandísimos trabajos [...]. Temor ninguno tiene de la muerte, más que tendría de un suave arrobamiento [...] los deseos de estas almas no son ya de regalos ni de gustos, como tienen consigo al mismo Señor, y Su Majestad es el que ahora vive [...]. Casi nunca hay sequedad ni alborotos interiores de los que había en todas las otras a tiempos, sino que está el alma en quietud casi siempre”. Ha experimentado fenómenos extraordinarios, pero ahora estos van desapareciendo: “En llegando aquí el alma todos los arrobamientos se le quitan, si no es alguna vez, el quitarse llama aquí cuanto a perder los sentidos, y esta no con aquellos arrebatamientos y vuelo de espíritu, y son muy raras veces y esas casi siempre no en público como antes, que era muy ordinario; ni le hacen al caso grandes ocasiones de devoción que vea, como antes, que si ven una imagen devota u oyen un sermón —que casi no era oírle— o música, como la pobre mariposilla andaba tan ansiosa, todo la espantaba y hacía volar. Ahora, o es que halló su reposo, o que el alma ha visto tanto en esta morada que no se espanta de nada, o que no se halla con aquella soledad que solía, pues goza de tal compañía”. Todo esto sin descuidar las cosas materiales y las obliga-

ciones: “Es necesario que anden juntas Marta y María [...]. Marta y María han de andar juntas para hospedar al Señor y tenerle siempre consigo, y no le hacer mal hospedaje no le dando de comer. ¿Cómo se lo diera María, sentada siempre a sus pies, si su hermana no le ayudara? Su manjar es que de todas las maneras que pudiéremos lleguemos almas para que se salven y siempre le alaben”.

Igual y distinta es la experiencia de san Juan de la Cruz cuando enseña que “para esta unión, como decíamos, no es el entender del alma, ni gustar, ni sentir, ni imaginar de Dios ni de otra cualquiera cosa, sino la pureza y amor, que es desnudez y resignación perfecta de lo uno y de lo otro solo por Dios; y cómo no puede haber perfecta transformación si no hay perfecta pureza; y cómo según la proporción de la pureza será la ilustración, iluminación y unión del alma con Dios, en más o en menos; aunque no será perfecta, como digo, si del todo no está perfecta, y clara y limpia”.⁴³¹ “Porque, como habemos dicho, el alma no se une con Dios en esta vida por el entender, ni por el gozar, ni por el imaginar, ni por otro cualquier sentido, sino solo por la fe según el entendimiento, y por esperanza según la memoria, y por amor según la voluntad. Las cuales tres virtudes todas hacen, como habemos dicho, vacío en las potencias: la fe en el entendimiento, vacío y oscuridad de entender; la esperanza hace en la memoria vacío de toda posesión; y la caridad, vacío en la voluntad y desnudez de todo afecto y gozo de todo lo que no es Dios. Porque la fe ya vemos que nos dice lo que no se puede entender con el entendimiento”.⁴³²

Santa Edith Stein dice del gran maestro de mística carmelita: “San Juan de la Cruz lo expresa bien claramente cuando dice que el alma puede dar a Dios más de lo que ella posee y es en sí; que da a Dios el mismo Dios en Dios.”⁴³³ Estamos, por consiguiente, aquí en presencia de algo que difiere fundamentalmente de la unión por gracia; porque estamos ante la más profunda inmersión del alma en la esencia divina, que la deja como divinizada; una unión e identificación de dos personas que no anula su independencia, sino que precisamente la supone; una compenetración solo superada y aventajada por la circuminsesión de las divinas personas, que es su prototipo. Esta es la unión, que san Juan de la Cruz ha tenido siempre presente como meta final a la que quiere conducir en sus libros”.⁴³⁴

San Juan de la Cruz expresa de modo sublime, poético, la unión con Dios del alma orante ya purificada:

431 San Juan de la Cruz, *Subida al Monte Carmelo*, II, c. 5, 8.

432 *Ibíd.*, II c. 6, 1-2.

433 *Llama de amor viva*, canción 3, v. 5 y 6.

434 Santa Edith Stein, *La ciencia de la Cruz*, pp. 222-223.

¡Oh llama de amor viva,
que tiernamente hieres
de mi alma en el más profundo centro!
Pues ya no eres esquiva,
acaba ya, si quieres;
¡rompe la tela de este dulce encuentro!

Y explica que “sintiéndose ya el alma toda inflamada en la divina unión, y ya su paladar todo bañado en gloria y amor, y que hasta lo íntimo de su sustancia está revertiendo no menos que ríos de gloria, abundando en deleites (Cant 8, 5), sintiendo correr de su vientre los ríos de agua viva que dijo el Hijo de Dios (Jn 7, 38) que saldrían en semejantes almas, parécele que con tanta fuerza está transformada en Dios y tan altamente de Él poseída, y con tan ricas riquezas de dones y virtudes arreada, que está tan cerca de la bienaventuranza, que no la separa sino una leve tela. Y como ve que aquella llama delicada de amor, que en ella arde, cada vez que la está embistiendo, la está como glorificando con suave y fuerte gloria, tanto que, cada vez que la absorbe y embiste, le parece que le va a dar la vida eterna, y que va a romper la tela de la vida mortal, y que falta muy poco, y que por este poco no acaba de ser glorificada esencialmente, dice con gran deseo a la llama, que es el Espíritu Santo, que rompa ya la vida mortal por aquel dulce encuentro, en que de veras le acabe de comunicar lo que cada vez parece que vale dar cuando la encuentra, que es glorificarla entera y perfectamente. Y así, dice: *¡Oh llama de amor viva!*”.

Este es el comienzo de las poesías realizadas después de huir de la prisión de los calzados donde escribe *Noche oscura*. No se rebela y descubre la voluntad de Dios en aquella injusticia que padece. Y crece en el amor y la unión. Recogemos las cuatro estrofas de *Llama de amor viva*, que son la máxima expresión poética de la mística cristiana:

¡Oh llama de amor viva,
que tiernamente hieres
de mi alma en el más profundo centro!

Pues ya no eres esquiva,
acaba ya, si quieres;
¡rompe la tela de este dulce encuentro!

¡Oh cauterio suave!
¡Oh regalada llaga!

¡Oh mano blanda!, ¡Oh toque delicado,
que a vida eterna sabe y toda deuda paga!

Matando, muerte en vida las has trocado.
¡Oh lámparas de fuego,
en cuyos resplandores
las profundas cavernas del sentido,
que estaba oscuro y ciego,
con extraños primores
calor y luz dan junto a su Querido!

¡Cuán manso y amoroso
recuerdas en mi seno,
donde secretamente solo moras
y en tu aspirar sabroso,
de vida y gloria lleno,
cuán delicadamente me enamoras!

De la fecunda tradición carmelitana recogemos la famosa elevación de la beata Isabel de la Trinidad:

“¡Oh, Dios mío, Trinidad a quien adoro! Ayudadme a olvidarme enteramente para establecerme en Vos, inmóvil y tranquila, como si mi alma estuviera ya en la eternidad. Que nada pueda turbar mi paz, ni hacerme salir de Vos, ¡oh mi Inmutable!, sino que cada minuto me haga penetrar más en la profundidad de vuestro misterio. Pacificad mi alma, haced de ella vuestro cielo, vuestra morada amada y el lugar de vuestro reposo. Que no os deje allí jamás solo, sino que esté allí toda entera, completamente despierta en mi fe, en adoración total, completamente entregada a vuestra acción creadora.

¡Oh, mi Cristo amado, crucificado por amor, quisiera ser una esposa para vuestro corazón; quisiera cubriros de gloria, amaros... hasta morir de amor! Pero siento mi impotencia y os pido os dignéis «revestirme de Vos mismo», identificad mi alma con todos los movimientos de la vuestra, sumergidme, invadidme, sustituidme, para que mi vida no sea más que una irradiación de vuestra vida. ¡Venid a mí como Adorador, como Reparador y como Salvador!

¡Oh, Verbo eterno, Palabra de mi Dios! Quiero pasar mi vida escuchándoos, quiero hacerme dócil a vuestras enseñanzas, para aprenderlo todo de Vos. Y luego, a través de todas las noches, de todos los vacíos, de todas las impotencias, quiero miraros siempre y permanecer bajo vuestra gran luz. ¡Oh, Astro amado!, fascinadme para que no pueda ya salir de vuestra irradiación.

¡Oh, Fuego consumidor, Espíritu de Amor, «descended a mí» para que se haga en mi alma como una encarnación del Verbo. Que yo sea para Él una humanidad complementaria en la que renueve todo su Misterio. Y Vos, ¡oh Padre Eterno!, inclinaos hacia vuestra pequeña criatura, «cubridla con vuestra sombra», no veáis en ella más que al «Amado en quien Vos habéis puesto todas vuestras complacencias».

¡Oh, mis Tres, mi Todo, mi Bienaventuranza, Soledad infinita, Inmensidad donde me pierdo! Yo me entrego a Vos como una presa. Encerraos en mí para que yo me encierre en Vos, mientras espero ir a contemplar en vuestra luz el abismo de vuestras grandezas” (21 de noviembre de 1904).

Esta elevación la consigue a través de la Humanidad de Cristo aspirando a ser una humanidad unida al Verbo como la de Jesús, sintiendo lo que sintió, pensando lo que pensó y amando como amó. Por eso dice “Mi Esposo quiere que yo sea para Él una humanidad adicional en la cual Él pueda seguir sufriendo para gloria del Padre y para ayudar a la Iglesia”. Oración que repite con frecuencia en sus breves escritos, como cuando dice: “¡Oh, mi Cristo amado, crucificado por amor! Quisiera ser, en mi alma, una esposa para tu Corazón, quisiera cubrirte de gloria, quisiera amarte..., hasta morir de amor. Pero siento mi impotencia: te pido ser revestido de Ti mismo, identificar mi alma con cada movimiento de la Tuya, sumergirme en Ti, ser invadido por Ti, ser sustituido por Ti, para que mi vida no sea sino irradiación de tu Vida. Ven a mí como Adorador, como Reparador y como Salvador”.

Estas maravillosas expresiones de amor a lo divino se viven en el silencio interior y exterior, en el ambiente de la reforma carmelitana de los monasterios de descalzos y descalzas que tanta influencia han tenido en la Iglesia.

Sirvan dos poemas y sus comentarios para expresar la unión del alma con Dios:

NO DESPERTÉIS AL AMADO (CT 8, 4)

Os conjuro, hijas de Jerusalén
no despertéis, no desveléis al amor,
que es un sueño soñado por un niño,
mucho más de lo que puede desearse,
más aún que la esperanza más vibrante,
tanto más, pues es real,
y si pasa... ¿volverá?
No despertéis al Amado
hasta que Él quiera.
(1 de enero de 2007)

COMENTARIO

La oración continua es suave, sin grandes estridencias. La paz del alma no quiere salir de esa situación, por eso dice a las hijas de Jerusalén, a otras almas que buscan experiencias extraordinarias, no despertéis, no desveléis al amor, pues he encontrado a mi Señor en el centro de mi corazón y en toda la creación. Vivo ya en Dios y con Dios y mi estar tranquilo a su lado es como un sueño soñado por un niño, un niño menor que uno de dos años, que se abandona completamente en los brazos de su padre o de su madre, seguro, con la calidez de su fortaleza y la seguridad de su cariño, poseyendo mucho más de lo que puede desearse, en tal plenitud, que casi no se desea más, pues el cielo es para los que saben encontrarlo en esta vida. Esa situación es más que la esperanza más vibrante anteriormente conocida, tanto más, pues es real. Si el amor crece, también lo hacen la fe y la esperanza, pues siempre queda el temor de la ausencia de eternidad y de vivir en el tiempo. Si pasa... esta agradable situación ¿volverá? Y la esperanza crece con el amor poseído, viviendo sin ansias el amor vivido, por eso dice el Cantar: No despertéis al Amado hasta que Él quiera.

¡MIRA QUE ERES HERMOSO, AMADO MÍO! (CT 7, 9)

¡Mira que eres hermoso, amado mío!

Responde la esposa bienamada,
en canto de paloma con olivo.

No me basta escuchar tus alabanzas,
pues tengo que cantar por la mañana
lo apuesto de mi esposo poderoso.

Antes esperaba de Ti elogios,
necesitaba saberme amada,
ahora nos miramos a los ojos
y vemos en ellos luz y fuego.

¡Qué apuesto eres, esposo mío!

El rayo del sol ya no te hiere,
dando más esplendor a tu figura,
roble, luz y sombra en el estío.

Nuestro lecho será de flor y fruto,
escondido a las sombras y pesares,
manantial y fontana de agua viva,
oasis para sedientos caminantes.

Allí me dirás ¡por fin! ¡Descansa!

(2 de enero de 2007)

COMENTARIO

Dios ya habla con claridad al alma que va haciendo sus descubrimientos. La luz aparta las tinieblas. Como un Esposo a la Esposa le dice que es lirio de los valles, flor del campo. Pureza plena en un mundo en que existe tanto lodo, que es alegría en la tristeza, esperanza cuando los caminos de la tierra son intransitables, consuelo en las tribulaciones, fuego de amor encendido, Sorpresa no buscada, descanso en la mirada, lirio entre espinas, consuelo inesperado, escondido en los bosques. Y todo eso para ti, ¡esposa mía!

«Hemos corrido como el ciervo, que ansía las fuentes de las aguas; con sed, rota la boca, con sequedad. Queremos beber en ese manantial de agua viva. Sin rarezas, a lo largo del día nos movemos en ese abundante y claro venero de frescas linfas que saltan hasta la vida eterna. Sobran las palabras, porque la lengua no logra expresarse; ya el entendimiento se aquieta. No se discurre, ¡se mira! Y el alma rompe otra vez a cantar con cantar nuevo, porque se siente y se sabe también mirada amorosamente por Dios, a todas horas. No me refero a situaciones extraordinarias. Son, pueden muy bien ser, fenómenos ordinarios de nuestra alma: una locura de amor que, sin espectáculo, sin extravagancias, nos enseña a sufrir y a vivir, porque Dios nos concede la Sabiduría. ¡Qué serenidad, qué paz entonces, metidos en la senda estrecha que conduce a la vida!» (*Amigos de Dios*, n. 307). Lo más destacable es el paso de percibir la inactividad y el balbuceo, y pasar al quietamiento de la inteligencia. No solo ver, sino mirar y comprender. Acostumbrado a la meditación reflexiva del entendimiento, o a la práctica de oraciones vocales, que no se deben perder, se produce el paso a escuchar y el difícil dejar hacer, pues puede dar la sensación de que nada se hace. Pero ¿cómo se va a oír, si no se escucha? ¿Cómo se va a ver, si no se mira? La oración ya es oración continua, aunque no se deben dejar las prácticas que manda la obediencia. Con esta aparente inactividad, crecen la serenidad y la paz, no conseguidas a fuerza de relajación y de técnicas humanas de diversión, más bien es un proceso de conversión a la única fuerza que da paz. Todo esto sucede en todas las situaciones de la vida. Ahora es comprensible que el apostolado sea como una fuente que no se agota. Ya se sacia la sed. Se mira y se bebe el agua de la fuente.

ANEXO I

Oración ordinaria y fenómenos extraordinarios

En la década de 1920 se dio una discusión teológica sobre en qué consiste propiamente la santidad o, más en concreto, la contemplación. Se trataba de dilucidar la diferencia de los fenómenos ordinarios y los extraordinarios.

Ya hemos visto cómo san Josemaría salta por encima de la distinción entre ascética y mística diciendo que esa cuestión no le preocupa y que todo es don de Dios. Y a continuación, describe la vida de unión con Dios interpretando lo que, en general, se llama ordinario y lo extraordinario.

Ahora bien, es importante dilucidar qué se entiende por ordinario. Si por ordinario se entiende la mera lucha humana, entonces los fenómenos místicos reales, ampliamente descritos en muchos santos canonizados, serían la esencia de la verdadera santidad. Y el resto de santidades serían como una “santidad humana”, de segunda categoría, o una mera moral natural. Y no esto no es así. Tampoco se puede entender “ordinario” como una limitación del alma en la que Dios solo puede actuar en ella de modo limitado.

La propuesta que da el padre Arintero es más fina y equilibrada. Defiende que algunos llaman extraordinario a la verdadera vida contemplativa que la reducen solo a eso, cuando en realidad, lo extraordinario son los grados superiores de la santidad ordinaria. Dicho de otro modo, que todas las personas están llamadas a la santidad y pueden alcanzar la vida santa extraordinaria en la vida ordinaria. Así dice Arintero: En los santos y en los verdaderos místicos no son realmente extraordinarias muchas cosas que suelen pasar como tales. Pues, aunque rarísimas en la generalidad de los cristianos, por no ser los más de ellos lo que deben, son, sin embargo, o del todo ordinarias o a lo menos frecuentísimas en los cristianos perfectos, en quienes Cristo se complace viéndolos resplandecer con la claridad que Él les mereció y dándoles poder de hacer lo mismo que Él hizo, y aún cosas mayores, y a quienes, como verdaderos fieles y amigos —por más que los mundanos y los poco devotos se extrañen— quiere ya manifestárseles y comunicarles sus secretos (Jn 4, 21; 15; 17, 24)”⁴³⁵

El padre Pío de Petrelcina —un santo de nuestros días— es el que parece tener más abundantes fenómenos extraordinarios, especialmente la bilocación y los estigmas durante cincuenta años junto a otros muchos. La palabra

435 Padre Arintero, *Cuestiones místicas*, ed. BAC, 1956, p. 650.

estigma viene del griego y significa «marca o señal en el cuerpo»; y era el resultado del sello de un hierro candente con el cual se marcaba a los esclavos. En sentido médico, estigma quiere decir una mancha enrojecida sobre la piel que es causada porque la sangre sale de los vasos por una fuerte influencia nerviosa, pero que nunca llega a perforarse. En cambio, los estigmas que han tenido los místicos son lesiones reales de la piel y de los tejidos, llagas verdaderas como las han descrito los doctores Romanelli y Festa, en el caso del padre Pío.

Se pueden recoger muchos fenómenos extraordinarios vividos a lo largo de la historia, pero no es el cometido de este libro. Interesa saber si la santidad requiere experimentar estos fenómenos. Y la respuesta es: rotundamente, no.

La santidad es vivir la perfecta caridad. Ahora bien, estos fenómenos existen. ¿Qué decir de ellos? De momento, distinguir qué se entiende por ordinario y por extraordinario en la vida espiritual.

La distinción sin matices entre ordinario y extraordinario en la vida de oración se presta a interpretaciones insuficientes y desorientadoras. Si se entiende por oración en la vida ordinaria el fruto orante de la ética natural, es decir, su efecto exclusivo en la libertad humana, evidentemente, ese no es el sentido de ordinario referido a la oración cristiana.

Asimismo, si se reduce lo extraordinario a las gracias actuales extraordinarias como visiones, éxtasis, bilocación, estigmas, etc. hay que tener en cuenta que la mayoría de los cristianos y santos canonizados no las han experimentado. Por lo que el sentido de lo extraordinario habrá que encontrarlo no en la santidad, sino en la libertad divina que causa estos fenómenos.

Para evitar confusión, en los niveles de oración cristiana se distinguen dos extremos: la oración ordinaria inicial, asimilable a lo llamado antiguamente ascética; y la oración ordinaria desarrollada, también llamada mística. Y entre ambos se dan muchos grados, se puede decir que casi tantos como personas que se han iniciado en la vida espiritual. En realidad, todos los orantes son místicos y ascéticos, pues son fruto de la gracia actuando la libertad humana en esa oración.

También se puede distinguir entre extraordinaria psíquica y extraordinaria mística. En la primera, incluiríamos los fenómenos psíquicos alucinatorios u otros menos frecuentes, pero que no dejan de ser naturales, como ocurre en las religiones orientales; o los inducidos por el diablo con el fin de engañar. Y entendemos como fenómenos místicos los muchos manifestados en la Iglesia católica, aprobados o no por el magisterio, y que son fruto de la acción de Dios con un fin de ayudar a la comunidad. Es decir, los fenómenos místicos son verdaderos carismas para la vida de la Iglesia, más que para la santidad personal.

Pero la santidad no consiste en estos fenómenos, sino en la perfecta caridad con Dios y los demás, en la vida ordinaria. No todos los fenómenos extraordinarios son alucinaciones, pues no coinciden en absoluto con las descripciones psiquiátricas. Y se debe discernir con prudencia si son obra de Dios. Y dejar a la libertad de Dios que actúe como y cuando quiera en las almas, en los cuerpos y en la Iglesia.

Veamos dos ejemplos del siglo XXI en la misma persona:

“Señor mío, Jesucristo:

Escondida mi alma contigo en el sagrario ve como ves Tú. Mira el mundo con tus ojos. Aprende a amar como Tú.

Escondida mi alma contigo en el sagrario, unida a mi cuerpo, renueva el ofrecimiento que en Ti hizo un día a Dios Padre como víctima de holocausto por la purificación del alma y cuerpo de los sacerdotes de tu Iglesia, que es tu Cuerpo Místico.

Escondida mi alma contigo en el sagrario, anhela ayudar a quien busque ayuda.

Escondida mi alma contigo en el sagrario, descansa de tanta banalidad que hay en el mundo.

Escondida mi alma contigo en el sagrario, del Misterio cae el velo porque Tú, Trinidad Beatísima, Alfa y Omega, en Quien no existe tiempo ni espacio, te haces presente y asequible por el Amor, que es el Espíritu Santo, a todas las creaturas.

Te suplico, Señor mío, que siempre, como ahora, conserves mi alma, que es tan débil, junto a Ti escondida en el sagrario. Amén (MPT, 1 de enero de 2010).

Esta oración, recogida entre otras muchas, refleja una oración desarrollada en la vida ordinaria, con un nivel místico y sin fenómenos extraordinarios. Se advierte en ella presencia de Dios, fe intensa en la Eucaristía, deseos y anhelos de unión plena, caridad y don de ciencia en cuanto a la valoración de lo que no es Dios, sino solo creatura que coloca en su sitio. La palabra “escondida” es paulina y bíblica; y no se puede entender como un acto físico.

Lo extraordinario no es lo esencial de la vida contemplativa. Si se da, suele ir unido a alguna misión que Dios quiere encomendar a la persona beneficiada. Es conveniente evitar dos extremos: ignorancia y credulidad. Santa Teresa se queja mucho de incomprensiones por parte de directores espirituales que casi acallan a la santa reformadora haciéndola sufrir con malos consejos debidos a la ignorancia. Cabe también la credulidad en ver ángeles o demonios en todas partes; o, de un modo paralelo, solamente síntomas psiquiátricos. Es también una insuficiencia por ignorancia, añadida a la credulidad. Aquí el discernimiento es importante. Como mínimos esen-

ciales para discernir el fenómeno se debe observar la fe, la vida moral recta y la sinceridad de la persona, unidas a una discreción que solo habla por obediencia o por mandato expreso divino. Después ya vendrán otros signos de prudencia, como el paso del tiempo que suele aclarar muchas cosas.

Veamos lo expresado por la misma persona anterior.

Después de mi confesión general, sobre todo en la Santa Misa, suplicaba al Señor que me ayudase a conocerme para mejorar. Un día le ofrecí poner en la patena mi cerebro al que yo consideraba que estaba desestructurado para que Él lo volviese a estructurar según su justicia. Yo misma me sorprendí de mi ofrecimiento y petición, pero era consecuencia del deseo tan grande que tenía de mejorar y agradar a Dios.

Sentí que Dios estaba por unos momentos encima de mí [...]; sentí la presencia de Dios de tal forma que no fue suficiente arrodillarme, pegué mi frente contra el suelo y durante 2 o 3 minutos que dura la canción, seguí sintiendo de una manera inexplicable (solo ahora que he leído la explicación que da santa Teresa puedo explicar lo que viví) la presencia de Dios justo por encima de mí. Solo tenía conocimiento para pedir perdón y llorar. No percibí que Dios me dijese nada, de la misma forma que noté su presencia, la fui dejando de notar. No me moví del suelo, el cassette seguía sonando y vi en mi mente, si me lo imaginé, no hice nada por imaginármelo (vino solo), vi una gran multitud de personas vestidas de blanco y yo iba delante de ellas guiándolas, no sé hacia dónde. No vi nada más” (MPT, 1999).

“Estoy en oración, veo con los ojos cerrados un suelo muy limpio. Empiezan a caer gotas de sangre en él. Una, dos, tres. ¿De dónde vienen? Veo una cabeza inclinada hacia abajo coronada de espinas. Es por eso que de la frente caen gotas de sangre en el suelo.

¿Quién es? Soy yo, clavada en una cruz.

Desde hace unos días, me suele pasar que me parece que llevo una corona de espinas en la cabeza” (MPT, 2000).

ANEXO II

La gracia transforma al orante

Para esta difícil cuestión conviene ver que la libertad humana es movida desde dentro por la gracia. Así se evitan contraposiciones que no corresponden a la realidad. No se puede decir: o la gracia o la libertad; sino la gracia y la libertad (no *aut aut*, sino *et et*).

La gracia de Dios es Dios mismo actuado en el interior del hombre, en lo más íntimo suyo que es su acto de ser. La gracia eleva ese acto a una participación más intensa en el Ser de Dios. Entonces, cuando el hombre actúa, su acción es suya, pero influida por el cambio que supone participar más intensamente de Dios, según su capacidad. En este sentido, las acciones (crear, esperar o amar) son causadas por Dios y por el hombre, tanto en su principio como en su final.

La gracia en el hombre se suele llamar gracia creada al producir un cambio permanente en los hábitos del hombre y en su mismo ser íntimo. Se denomina gracia increada a Dios mismo que se da como Don. La gracia actúa en el alma como el conocido está presente en el que conoce y como el amante está presente en el amado.

Veamos ahora en la Revelación en qué convierte la gracia divina al hombre. “No habéis recibido el espíritu de siervos para recaer en el temor, antes habéis recibido el espíritu de adopción, por el cual clamamos: ¡Abba, Padre! El Espíritu mismo da testimonio con nuestro espíritu de que somos hijos de Dios, y si hijos, también herederos, herederos de Dios, coherederos de Cristo”.⁴³⁶

Esa filiación divina se suele llamar adoptiva, para distinguirla de la filiación de Jesucristo. Pero es más que un reconocimiento jurídico, pues hace al hombre partícipe de la naturaleza divina. Dios habita en el pensamiento humano como Alguien conocido; y en la voluntad y el corazón como Alguien amado. Además vive en su intimidad más presente, en una relación real que se puede expresar con los nombres de las relaciones humanas: paternidad, filiación, amistad, desposorio y matrimonio. Cada una de estas relaciones muestra algo de esa realidad del “endiosamiento” bueno.

“La elevación es un cierto ‘introducirse’ de Dios creador en el hombre creado.⁴³⁷ Ese introducirse que hace al hombre partícipe de la Vida de Dios.

436 Gal 4, 5 y ss.

437 Quizá cabría afirmar que los actos realizados por el hombre elevado al orden sobrena-

Por eso, la elevación sobrenatural también puede explicarse como un ‘ser introducido’ del hombre en el misterio escondido tras el acto con el que Dios lo crea, es decir, en la entrega del Hijo al Padre en la que es formado el hombre”.⁴³⁸

Como el único Dios son Tres personas, las Tres inhabitan personalmente en el alma del justo. El Espíritu Santo moldea el alma para santificarla más y más. Santificar es introducir en el Santo, que es Dios mismo. No se reduce la santificación al buen comportamiento moral, aunque lo exige. Con las buenas acciones el ser humano se abre y deja espacio espiritual para la presencia de Dios en él: “Si alguno me ama guardará mi palabra, y mi Padre le amará, y vendremos a él y en él haremos morada”.⁴³⁹ La Redención realizada por Cristo cambia de tal manera la situación del hombre que se puede decir que es como una nueva creación. Recrea un hombre nuevo.

Veamos en qué consiste esta re-creación.

Adán, por libre designio amoroso de Dios, había sido elevado a la condición sobrenatural de hijo de Dios. Al tomar el Hijo de Dios la naturaleza humana, la elevó más aún. El acto de ser que da vida al alma y al cuerpo de Jesús es divino. El hombre nuevo es miembro de Cristo, con eso su elevación al orden sobrenatural es superior a la de Adán. Su acto de ser está unido al del Hijo Unigénito sin confundirse.

Se dice que es “hijo en el Hijo”, lo que quiere decir que la situación de la humanidad de Cristo es superior a la creada y natural; y que todos los que son miembros suyos, también son elevados o re-creados en Él. “Esa es la gran osadía de la fe cristiana: proclamar el valor y la dignidad de la humana naturaleza, y afirmar que, mediante la gracia que nos eleva al orden sobrenatural, hemos sido creados para alcanzar la dignidad de hijos de Dios. Osadía ciertamente increíble, si no estuviera basada en el decreto salvador de Dios Padre, y no hubiera sido confirmada por la sangre de Cristo y reafirmada y hecha posible por la acción constante del Espíritu Santo”.⁴⁴⁰

La gracia, re-creación personal

La gracia se dirige, en primer lugar, a la persona en una auténtica re-creación. Si se comprende esto se solucionan bastantes problemas.

tural eran de algún modo entregados al Hijo por el Padre y tomados por el Hijo como si fuesen suyos, es decir, en su entregarse como Hijo al Padre. Podría decirse que en Dios los actos del hombre eran divinizados. En esta línea estaría la gracia increada.

438 Miguel Ángel Castelló, *Tesis doctoral*, cap. 4, 2002.

439 Jn 14, 23.

440 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, ed. Rialp, p. 133.

La patrística habla frecuentemente de un auténtico endiosamiento (teiosis) obrado por Cristo Salvador. La gracia no puede ser como una forma sustancial de la persona, pues entonces se trataría de un panteísmo o absorción de lo humano en lo divino. Afirman que la gracia creada permanece en el alma como un accidente cualidad, con lo que se salva el problema panteísta. Pero la presencia divina es más que un accidente. Aunque sea una cualidad muy especial (las virtudes sobrenaturales), no solo es eso, pues si fuera así, disminuiría la fuerza evocadora de la inhabitación de la Santísima Trinidad en el alma.⁴⁴¹

Esta realidad queda iluminada cuando se explica como una relación personal. Esta relación es distinta a las relaciones humanas que conocemos, pues se da entre Dios y el hombre. Pero a través de ellas entendemos mejor la filiación divina.

Santo Tomás considera con frecuencia la elevación sobrenatural como una nueva creación o re-creación. Ya en el comentario a las sentencias afirma una “completa semejanza entre creación y re-creación, basada en que por la creación Dios constituye las cosas en su ser natural mediante una forma natural en la misma cosa creada, y también en la elevación Dios constituye al alma en un nuevo ser (*esse gratiae*) mediante una forma creada (la gracia)”.⁴⁴² Ocáriz señala que “esta novedad de ser consiste en un modo de ser divino o deiforme; en una vida divina que es participación de la Vida íntima de Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo”.⁴⁴³

La elevación de nuestros primeros padres fue una re-creación. Dios crea al hombre inteligente y libre, capaz de amar y capaz de Dios. E inmediatamente, le da otro don para elevarlo a una filiación más alta. A esta elevación sigue el pecado. El acto de ser personal es herido en lo más íntimo. Esta herida afecta a todas las potencias humanas, también la intimidad personal. La nueva re-creación en Cristo es más poderosa que la primera creación, porque en Cristo su Humanidad está personalmente unida a su divinidad. “Para salvar al hombre Dios ha querido donarle un corazón nuevo, el cora-

441 MPT, 2001, “El Señor me ha hecho ver a modo de ejemplo que el gran regalo que tenemos los hombres, lo único que de verdad importa, es la Santísima Trinidad y la Iglesia fundada por Él para nuestra salvación. Todas las estructuras humanas, formas y demás... son el envoltorio, un importante envoltorio porque así lo requiere tan importante Regalo. Pero tenemos que vigilar, tengo que vigilar que al ser el envoltorio tan deslumbrante no me quede tan solo en él, olvidándome de lo que contiene. Pues si nos cambian el envoltorio o a nosotros nos parece que ya no es el mismo que antes nos deslumbraba, al no haber descubierto el gran regalo, nos olvidemos del envoltorio con el del gran Regalo que es Dios, el cual nunca cambia”.

442 In Sent., d.17, q. 1, a.1 ad 3.

443 Ibíd.

zón de Cristo, obra maestra del Espíritu Santo, que comenzó a latir en el seno virginal de María y fue traspasado por la lanza en la cruz, transformándose así en fuente inagotable de vida eterna”.⁴⁴⁴

La libertad finita que por el pecado había pasado a ser una libertad errante, aunque no totalmente esclava, con la gracia pasa a ser humanamente una libertad amante y divinizada: la “libertad de gloria de los hijos de Dios”.⁴⁴⁵ Es decir, su libertad actúa plenamente como humana, pero precedida, acompañada y llevada a su plenitud por la colaboración divina. Dios, por su perfección, mueve lo necesario como necesario y lo libre como libre. Son dos amores que se juntan. Y el humano necesita y desea el divino, que le envuelve sin desnaturalizarlo ni deshumanizarlo. El hombre sigue siendo hombre, pero la expresión “hombre nuevo” cuadra perfectamente con esta situación.

Se trata de dos libertades que se quieren y se buscan. Dos amores que se van uniendo en la medida en que el humano se purifica por medios divinos y humanos (la mística y la ascética). Dos notas que forman una armonía que se suele llamar “don y tarea”.⁴⁴⁶ Todo es don de Dios, desde el inicio de la fe hasta la unión de perfecta caridad, pasando por los deseos ardientes de la esperanza y los grados de los dones que ya veremos. Pero también todo es acción humana, de persona no solo pasiva.

El final es llegar a lo que se llama la unión mística del matrimonio espiritual; y a la transformación de las realidades creadas, en el cielo nuevo y la tierra nueva, anticipados ahora en espera de que llegue el don total de la parusía.

La gracia re-crea el acto de ser constitutivo de la persona humana. Esta realidad lleva a una conclusión reconfortante: Dios y el hombre entran en una nueva relación personal espiritual. Lo propio de una relación de amor entre personas es la comunión de amor, de tal modo que el tú y el yo están en cierta manera uno en el otro. En el caso del hombre en gracia se da como una inmersión en la pericóresis divina, en los tres Tú divinos, el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo. Dios inhabita en la persona de una manera nueva, en una creación gratuita de amor de donación desproporcionado y elevante.

Esta unión se realiza con un orden. El ser humano recibe la gracia del Hijo en cuanto hombre y en él se hace presente el Verbo. Con la gracia, el que era hijo por creación se hace hijo en el Hijo por re-creación. Es un ama-

444 Juan Pablo II, *Angelus*, 23 de junio de 2002.

445 Todo el capítulo 8 de la epístola de San Pablo a los Romanos es una explicación de esta realidad.

446 Álvaro del Portillo, Conferencia en el Simposio de la Universidad de Navarra. *Sacerdotes para una nueva evangelización*.

do en el Amado engendrado por el Padre. Además se añade la nueva vida resucitada que da el Padre al Hijo en su Humanidad. La relación que el hijo tiene con el Padre es similar a la que tiene Dios Hijo con Dios Padre. No obstante, la generación del hijo no es eterna, sino que se inicia en la fe y se perfecciona por la vida santa.

La expresión de filiación adoptiva sirve para distinguirla de la Filiación del Verbo, pero es más que algo externo y jurídico. Es generación a una vida nueva, con importantes consecuencias en el modo de comportarse y conocer a Dios. El Espíritu Santo es el dador de esta vida nueva y el educador de la libertad de los hijos de Dios.

La gracia, sin que la persona pierda su humanidad, la introduce en las procesiones y en las misiones divinas, con todo lo que ello supone. Permite participar en la generación del Hijo haciendo al hombre hijo amado, de modo similar a como el Hijo Unigénito es el Amado. También por medio de la fe y los dones, le llena de la Verdad del Logos. Y la introduce en la procesión de la espiración del Espíritu Santo espirado por el Padre y el Hijo. Por esta procesión divina el Espíritu lleva al nuevo hijo a clamar ¡Abba!, en un clamor de amor encendido, en la medida en que supera las cadenas del pecado. Mueve al nuevo hijo de Dios como movió al Hijo de Dios, Jesús, a quien lo llevó al desierto de la oración y la purificación, a predicar la buena nueva, a exultar al ver expulsado a Satanás o a aceptar la Cruz amando... Por fin, le da la nueva vida de Resucitado. Y en cada persona opera como un nuevo Pentecostés con todo tipo de dones. Toda esta realidad está en el creyente como una semilla que se crece con su vida santa. La incorporación a la misión del Hijo y del Espíritu Santo hace apóstol al orante, portador de la buena nueva de la salvación.

En concreto, participa en la obra de la Creación que se atribuye a Padre, siguiendo su querer original: transformar el mundo con el trabajo. Por el derecho y el deber que le ha conferido el bautismo, participa en la misión del Hijo colaborando como corredentor con su apostolado de las más diversas formas. Participa en la misión del Espíritu Santo a través de la vida de oración, que debe ser mística y ascética.

De esa unión con las tres Personas divinas se alcanza la unidad personal con Dios sin dobles vidas. De este modo, se va “convirtiendo el trabajo en oración”.⁴⁴⁷ Y el apostolado es “una superabundancia de tu vida para adentro”.⁴⁴⁸ En una palabra, se vive una auténtica unidad de vida como las Tres personas son un solo y único Dios.

447 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 58.

448 San Josemaría, *Camino*, n. 961.

Veamos un ejemplo de oración que expresa esta realidad:

“Mi alma, respecto a Dios Padre, se siente amada por ser obra suya desde la eternidad, agasajada con su Amor, comprendida, respetada, conciliada, acogida por Él.

Mi alma, respecto a Dios Hijo, se siente redimida, llorada, sufrida, ensalzada, acompañada, sanada, perdonada, amada con Amor de Dios y Hombre verdadero, eternizada por Él.

Mi alma, respecto a Dios Espíritu Santo, se siente elevada a Él, henchida por su Amor, inspirada en Él, enseñada, consolada, penetrada, guiada, fortalecida, apaciguada, conocida por Él.

Mi alma se siente, respecto a la Santísima Trinidad, unida e introducida en su misterio.

Es el Espíritu Santo, Amor tan inmenso que se manifiesta en todo lo creado, Amor que desde el principio fue, Amor que irradia Amor, Amor que es para el Hombre inimaginable.

Amor que tanto ama, que todo lo une.

Amor que si no se le abre no penetra, pero que constantemente busca, aunque no siempre encuentra.

Amor fuerte, penetrante. Pero, a la vez, sutil, como un soplo, como un aliento silencioso, misterioso para nosotros los hombres.

Amor que yo busco. Intento perderme en su inmensidad, abrirme a Ti. Pero no sé si algún día aquí te podré encontrar de verdad.

Amor tan inmenso que en nosotros no cabes. A ese Amor que es el Espíritu Santo, a ese Amor que da fuerza, le pido que de verdad nos ayude para que de verdad sepamos amarle.

El Espíritu Santo es Amor de Dios que envuelve la Tierra, es coraza y muralla fuerte contra el enemigo que día a día nos acecha, porque aunque a veces parece que sabemos lo que hacemos o que nos pertenecemos, sin el Espíritu Santo sería nuestro fin.

Es por lo que le suplico a Dios que no aparte ni por un momento su Espíritu de la Tierra. La Tierra de donde escogió a su Hija, a su Esposa, a su Madre. La Tierra a la que vino para mostrarnos el camino que nos conducirá a Él. Por eso los que creemos y confiamos en Él, tenemos que conseguir que toda la Tierra, la Tierra entera, sea una oblación perfecta para Él”.⁴⁴⁹

449 MPT, enero de 2001.

ANEXO III

Orantes en el mundo

Todo lo anteriormente dicho es válido para todo cristiano y para toda espiritualidad. Sin embargo, conviene aclarar en qué consiste ser “contemplativos en medio del mundo”. El término mundo en los Evangelios tiene el sentido de creación culturizada, lo que los griegos llaman cosmos, es decir, la creación con un cierto orden. Y por otro, especialmente la usada por san Juan, se entiende como realidad humana infectada por el pecado que llega a ser, en cierto sentido, dominio de Satanás. De ahí las expresiones “no quiero que los apartes del mundo sino que los preserves del mal”, “que sean del mundo como el Padre y el Hijo son del mundo” o “ser del mundo sin ser mundanos”. Son muy expresivas y merecen ser comentadas.

Son muy claras las palabras de Jesús en la última cena: “Si me amáis, guardaréis mis mandamientos; y yo rogaré al Padre y os dará otro Paráclito: el Espíritu de verdad, al que el mundo no puede recibir porque no le ve ni le conoce; vosotros le conocéis porque permanece a vuestro lado y está en vosotros. No os dejaré huérfanos, y volveré a vosotros. Todavía un poco y el mundo ya no me verá, pero vosotros me veréis, porque yo vivo y también vosotros viviréis. En aquel día conoceréis que yo estoy en el Padre, y vosotros en mí y yo en vosotros. El que acepta mis mandamientos y los guarda, ese es el que me ama. Y el que me ama será amado por mi Padre y yo le amaré y yo mismo me manifestaré a él”.⁴⁵⁰

La densidad de la revelación es grande. ¿Qué quiere decir Jesús con el mundo? ¿Es que ya no se dirige a todos los hombres la salvación? ¿No ha estado insistiendo Jesús continuamente en que quiere que todos se salven y no solo las ovejas de Israel? Algo más adelante, Jesús insiste aclarando: “Si el mundo os odia, sabed que antes que a vosotros me ha odiado a mí. Si fuerais del mundo, el mundo amaría lo suyo; pero como no sois del mundo, sino que yo os escogí del mundo, por eso el mundo os odia”.⁴⁵¹ Luego, para que no tiemblen ante este mundo pecador, aparentemente tan poderoso, les dice: “Confíad, yo he vencido al mundo”.⁴⁵² Y añade hablando con el Padre:

450 Jn 14, 15-22.

451 Jn 15, 18-19.

452 Jn 16, 33.

“No pido que los saques del mundo, sino que los guardes del Maligno”,⁴⁵³ porque los discípulos “no son del mundo como Yo no soy del mundo”,⁴⁵⁴ dice el Señor.

Debían comprender la malicia del pecado y que Dios no quiere quitar la libertad a los rebeldes, pues sería un mal mucho mayor. Gran misterio es el de la libertad pecadora y obstinada. En esta consideración sobre el mundo como reino del pecado se han apoyado las espiritualidades que siguen el apartamiento del mundo como criterio central para buscar la unión con Dios.

Sin embargo, si se tiene en cuenta que las obras de Dios son buenas, que el mundo creado es bueno y que es el lugar en el que viven, necesariamente, casi todos los cristianos, se puede decir que podemos ir por el mundo entero tranquilamente a través de un camino que es a la vez nuevo y viejo: el de los primeros cristianos.

La actitud del orante en medio del mundo ha de tener en cuenta la necesidad del trabajo como personal vocación, como medio de vida, de progreso y servicio a los demás, teniendo siempre en cuenta que el pecado está muy presente en el mundo.

Ciñéndonos a la vida de oración en medio del mundo, se debe profundizar en la relación entre trabajo y oración. Seguiré la exposición de monseñor Echevarría en el año 2010. “Profundicemos en lo que constituye el núcleo de esta enseñanza: la necesidad de esforzarse por convertir el trabajo —cualquier trabajo, manual o intelectual— en verdadera oración. El Evangelio afirma claramente ‘la necesidad de orar siempre y no desfallecer’.⁴⁵⁵ Y san Pablo, haciéndose eco de esta enseñanza, añade: ‘Orad sin interrupción’⁴⁵⁶. La recomendación tiene la fuerza de un mandato. Pero no sería posible llevarlo a la práctica, si lo interpretásemos equivocadamente en el sentido de que es preciso estar constantemente rezando, vocal o mentalmente, actuación imposible en nuestra actual condición terrena.

La realización de las tareas que nos ocupan —familiares, profesionales, sociales, deportivas, etc.— exige muchas veces una atención completa de nuestra memoria y de nuestra inteligencia y un firme empeño de nuestra voluntad. Y esto sin tener en cuenta la necesidad de dedicar al sueño las horas necesarias. San Josemaría experimentó una gran alegría cuando, después de haber enseñado durante años que hasta el sueño podemos con-

453 Jn 17, 15.

454 Jn 17, 16.

455 Lc 18, 1.

456 1 Ts 5.

vertirlo en oración, leyó un texto de san Jerónimo que expresaba la misma idea.⁴⁵⁷

Pero hemos de considerar en su verdadera hondura esa urgencia del Maestro. Nos invita a vivificar la entera existencia humana, en todas sus dimensiones, con el afán de transformarla en plegaria: una oración “continua, como el latir del corazón”,⁴⁵⁸ aunque con frecuencia no se exprese en palabras. Así lo enseñó san Josemaría a sus hijas e hijos, y a todas las personas que desean santificarse según el espíritu de la Obra. Repetía: “el arma del Opus Dei no es el trabajo: es la oración. Por eso convertimos el trabajo en oración y tenemos alma contemplativa”.⁴⁵⁹

Convertir el trabajo en oración. Este intento diario de conducirnos como mujeres y hombres contemplativos en las más diversas circunstancias de la existencia, nos señala la meta elevada de la santidad, que —convenzámonos— se convierte en asequible con la ayuda de la gracia. “Es preciso vivir una espiritualidad que ayude a los creyentes a santificarse a través de su trabajo”,⁴⁶⁰ declaraba el papa Benedicto XVI a propósito de la figura de san José. Solo situando el trabajo ordinario en íntima relación con el afán de santidad es posible, para la inmensa mayoría de los cristianos, aspirar seriamente a la plenitud de la vida cristiana.

Me vienen a la memoria las acciones de gracias que brotaban del alma de nuestro Padre cuando leía las cartas de sus hijas y de sus hijos. Se removió mucho cuando un campesino, un fiel de la Obra, le decía que se levantaba muy de madrugada y ya rogaba al Señor que nuestro Padre descansara en el sueño. Y añadía esa persona que luego, mientras abría con el tractor los surcos en la tierra, rezaba *Acordaos* y otras plegarias. Disfrutó mucho nuestro fundador al comprobar la realidad de una vida contemplativa en medio de los trabajos del campo.

El beato Juan Pablo II, en la carta apostólica que escribió al comienzo del nuevo milenio invitando a la santidad, se expresaba de la siguiente manera: “Este ideal de perfección no ha de ser malentendido, como si implicase una especie de vida extraordinaria, practicable solo por algunos ‘genios’ de la santidad. Los caminos de la santidad son múltiples y adecuados a la vocación de cada uno [...]. Es el momento de proponer de nuevo a todos con convicción este ‘alto grado’ de la vida cristiana ordinaria. La vida entera de la comunidad eclesial y de las familias cristianas debe ir en esta dirección”.⁴⁶¹

457 Cfr. san Jerónimo, *Tratado sobre los Salmos*, comentario al Salmo I (CCL 78, 5-6).

458 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 8.

459 San Josemaría, *Notas de una reunión familiar*, 23 de abril de 1959.

460 Benedicto XVI, Homilía, 19 de marzo de 2006.

461 Juan Pablo II, carta apostólica *Novo Millennio ineunte*, 6 de enero de 2001, n. 31.

San Josemaría reiteró esta doctrina una vez y otra, afirmando que “la contemplación no es cosa de privilegiados. Algunas personas —afirmaba de modo gráfico, para que quedara bien grabado en los oyentes— con conocimientos elementales de religión, piensan que los contemplativos están todo el día como en éxtasis. Y es una ingenuidad muy grande. Los monjes, en sus conventos, están todo el día con mil trabajos: limpian la casa y se dedican a tareas con las que se ganan la vida. Frecuentemente me escriben religiosos y religiosas de vida contemplativa, con ilusión y cariño a la Obra, diciendo que rezan mucho por nosotros. Comprenden lo que no comprende mucha gente: nuestra vida secular de contemplativos en medio del mundo, en medio de las actividades temporales. Nuestra celda está en la calle: ese es nuestro encerramiento. ¿Dónde se encierra la sal? Hemos de procurar que no haya nada insípido. Por eso nuestro retiro han de ser todas las cosas del mundo”.⁴⁶²

Así como el cuerpo necesita del aire para respirar y de la circulación de la sangre para mantenerse en vida, así el alma precisa permanecer en contacto con Dios a lo largo de las veinticuatro horas de la jornada. Por eso, la piedad auténtica impulsa a referir todo al Señor: el trabajo y el descanso, las alegrías y las penas, los éxitos y los fracasos, el sueño y la vigilia. Como escribía don Álvaro en 1984, “entre las ocupaciones temporales y la vida espiritual, entre el trabajo y la oración no puede haber solo un ‘armisticio’, más o menos conseguido; debe existir una unión plena, una fusión que no deja residuos. El trabajo alimenta la oración y la oración empapa de sí el trabajo”.⁴⁶³ Para alcanzar esta meta, además del auxilio de la gracia se requiere un esfuerzo personal constante, que a menudo se concreta en pequeños detalles: recitar una jaculatoria o una breve oración vocal aprovechando un desplazamiento o una pausa en la tarea; dirigir una mirada cariñosa a la imagen del crucifijo o de la Santísima Virgen, que discretamente hemos colocado en nuestro lugar de trabajo, etc. Todo esto sirve para mantener viva en el alma una orientación de fondo hacia el Señor, que tratamos de fomentar cotidianamente en la misa y en los ratos dedicados expresamente a la meditación. Y así, aunque en muchos momentos estemos concentrados en las diversas ocupaciones, porque la mente se sumerge plenamente en la realización de las diferentes tareas, el alma sigue fija en el Señor y mantiene con Él un diálogo que no está compuesto de palabras, y ni siquiera de pensamientos conscientes, sino de afectos del corazón, de deseos de realizar todo, hasta lo más menudo, por Amor, con el ofrecimiento de aquello que nos ocupa.

462 San Josemaría, *Notas de una reunión familiar*, 30 de octubre de 1964.

463 Álvaro del Portillo, *Il lavoro si trasforma in orazione*, artículo publicado en la revista “Il Sabato”, 7 de diciembre de 1984 (“Rendere amabile la verità”, Libreria Editrice Vaticana, Roma 1995, p. 649).

Cuando nos conducimos con semejante empeño, el trabajo profesional se convierte en una palestra donde se ejercitan las más variadas virtudes humanas y sobrenaturales: la laboriosidad, el orden, el aprovechamiento del tiempo, la fortaleza para rematar la faena, el cuidado de las cosas pequeñas y tantos detalles de atención a los demás, que son manifestaciones de una caridad sincera y delicada. “Persuadíos de que no resulta difícil convertir el trabajo en un diálogo de oración. Nada más ofrecérselo y poner manos a la obra, Dios ya escucha, ya alienta. ¡Alcanzamos el estilo de las almas contemplativas en medio de la labor cotidiana! Porque nos invade la certeza de que Él nos mira, de paso que nos pide un vencimiento nuevo: ese pequeño sacrificio, esa sonrisa ante la persona inoportuna, ese comenzar por el que-hacer menos agradable pero más urgente, ese cuidar los detalles de orden, con perseverancia en el cumplimiento del deber cuando tan fácil sería abandonarlo, ese no dejar para mañana lo que hemos de terminar hoy: ¡todo por darle gusto a Él, a Nuestro Padre Dios! Y quizá sobre tu mesa, o en un lugar discreto que no llame la atención, pero que a ti te sirva como despertador del espíritu contemplativo, colocas el crucifijo, que ya es para tu alma y para tu mente el manual donde aprendes las lecciones de servicio”.⁴⁶⁴

Con la misma fuerza con que impulsaba a convertir el trabajo en oración, san Josemaría insistía en la necesidad de no abandonar los tiempos dedicados exclusivamente al Señor: la misa y la comunión frecuentes, los ratos de oración mental, el rezo del rosario y otras prácticas de piedad largamente experimentadas en la Iglesia. Con tanto más cuidado y atención cuantas mayores dificultades surgen a causa de un horario apretado de trabajo, la fatiga o los momentos áridos que antes o después no faltan en la vida de nadie. “Tales ejercicios —recordaba don Álvaro— no han de concebirse como interrupciones del tiempo dedicado al trabajo; no son como paréntesis en el transcurso de la jornada. Cuando rezamos, no abandonamos las actividades “profanas” para sumergirnos en las actividades “sagradas”. Por el contrario, la oración constituye el momento más intenso de una actitud que acompaña al cristiano en toda su actividad y que crea el lazo más profundo, porque es el más íntimo, entre el trabajo realizado antes y el que se tornará a realizar inmediatamente después. Y, paralelamente, justamente del trabajo sabrá obtener materia con que alimentar el fuego de la oración mental y vocal, impulsos siempre nuevos para la adoración, la gratitud, el confiado abandono en Dios”.^{465, 466}

464 San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 67.

465 Álvaro del Portillo, *Il lavoro si trasformi in oratione in diario*, Il Sábado, 7 de diciembre de 1984, en *Render amabile la verità*, ed. Vaticana, Roma, 1995, pp. 650-651.

466 Monseñor Javier Echevarría, carta del prelado, julio de 2010.

Desde el don de ciencia del Espíritu Santo el orante capta de modo simultáneo la miseria del mundo y la belleza de la creación:

“Todo es efímero, todo caduco, solo en Ti es eterno.

Todo roto, todo dividido, nada unido, si no lo unes Tú.

Todo frío, todo apagado, si no lo enciendes Tú.

Todo vacío, si no lo llenas Tú.

Todo falso, todo incierto, si detrás no estás Tú.

Todo amargo, todo áspero, todo insípido, todo hastío, si Tú no le das tu sabor.

Todo oscuro, todo tinieblas, todo brillo, todo a tientas, todo a ciegas, si no lo iluminas Tú con tu luz.

Todo sucio, todo sin sentido, todo indiferente, todo parco, todo asco, sin tu Amor.

Todo opresión, todo conflicto, todo esclavitud, todo un no amar, todo dolor, todo pena, todo muerte, todo pecado, si no lo perdonas, liberas y resucitas Tú.

Todo ínfimo, todo perdido, todo feo, todo escaso, todo extraño, todo perverso, todo antagonico, todo hacia fuera, nada hacia dentro, si no lo engrandesces y embelleces Tú.

Todo un no poder, todo un no querer todo un no hacer, todo un pesar, todo un costar, todo un enloquecer, si no lo fortaleces Tú.

Todo un querer morir, todo un no querer vivir, si no lo vivificas Tú.

Todo un no ir, todo un no avanzar, todo un no mover, si no empujas Tú.

Todo un desaliento, todo un descontento, todo débil, todo sin ánimo, si no lo animas Tú.

Todo pobre, todo mísero, si no lo enriqueces Tú.

Todo triste, todo deprimente, todo un llorar si no lo alegras Tú.

Todo ignorancia, todo ofuscación, todo torpeza, todo imperfección, si no lo haces sabio y perfecto Tú.

Todo orgullo, vanidad, todo soberbia, todo maldad, si no nos enseñas tu humildad.

Todo este maravilloso mundo creado por Ti, se tambalea y se viene abajo si no lo sostienes Tú.

Y todo lo que te he dicho lo trueco si te tengo a Ti, porque Tú lo transformas todo. ¡Oh! Belleza inigualable, Misericordia infinita, Justicia Divina, Inmensa Bondad, Amor eterno, sin Ti todo se difumina, Tú eres el Centro, mi Dios y Señor del Universo. Amén”.⁴⁶⁷

“En Dios están todas las cosas. Él lo contiene todo: lo que sabemos, lo que nos imaginamos y lo que ni por asomo podemos imaginar.

467 MPT, 20 de febrero de 2001.

Él nos contiene a nosotros y nosotros lo contenemos a Él. Dios es contenido y continente a la vez.

Dios ama todo lo que contiene y todo lo que contiene tiene que amarle a Él. Cuando algo de lo que contiene no le ama se produce en Dios algo que no podemos entender pero que debe ser algo muy importante lo que se produce en Dios.

Todo lo que Dios contiene le ama y le da gloria. Así lo observamos en todo lo creado por Él. Pero los hombres son como un capricho de Dios. No es que crea que Dios es un caprichoso. He buscado en el diccionario la palabra capricho y de las definiciones que hay me quedo con la que dice: «obra de arte en que el ingenio rompe con gracia y buen gusto la observancia de las reglas», también dice «antojo, deseo». No lo recuerdo bien, pero me parece que Dios dice: «Mis delicias son estar entre los hijos de los hombres». ¿Nos creó Dios porque tenía deseo de nosotros?

Pues como decía, los hombres que son como un capricho de Dios, los primeros, al desobedecerle, al no amarle, debió pasar algo muy importante. Está pasando, pasará (el tiempo de Dios no es el nuestro) para nosotros pasó, pasó algo muy importante en Dios para que quisiese conciliar al hombre consigo mismo.

Como al principio decía, yo concibo a Dios como continente de todo y, a la vez, contenido de todo.

Y es en la Eucaristía, cuando comulgamos con el Cuerpo, la Sangre, el Alma y Divinidad del Señor, donde mejor podemos apreciar la unión que hay entre contenido y continente; y continente y contenido.

Contenemos nosotros a Dios mismo que a la vez contiene todo en Sí. Nos contiene también a nosotros, siendo a la vez continente y contenido.

Si yo al comulgar con tu Cuerpo, con tu Sangre, con tu alma y con tu Divinidad, te contengo a Ti, Señor, y Tú eres continente de todo, también de mí, el continente pasa a ser continente y contenido a la vez. Y si yo estoy contenida en Ti, al comulgar Contigo paso a ser continente de Quien a la vez me contiene. ¿Puede haber mayor unión?⁴⁶⁸

Después de ver esto en la oración, hoy que han pasado unos días desde que lo escribí, también he visto después de comulgar, mirando a todos los que habían comulgado, que si Dios es continente de todos ellos y yo comulgo a Dios, a la vez contengo a todos. Y todos al contener también me contienen a mí.

Y el Señor me ha hecho experimentar cómo es la comunión de los santos, lo que solo creía por fe y solo podía imaginar”.

El goce de la santificación en medio del mundo

El trabajo es el goce sobre el que gira la santificación en medio del mundo. El trabajo del lema *ora et labora* de san Benito tiene el sentido de superar la ociosidad. En cambio, para los que tienen la vocación de santificarse en medio del mundo, el trabajo tiene otros sentidos. Así lo explica san Josemaría. “Vosotros, que celebráis hoy conmigo esta fiesta de san José, sois todos hombres dedicados al trabajo en diversas profesiones humanas, formáis diversos hogares, pertenecéis a tan distintas naciones, razas y lenguas. Os habéis educado en aulas de centros docentes o en talleres y oficinas, habéis ejercido durante años vuestra profesión, habéis entablado relaciones profesionales y personales con vuestros compañeros, habéis participado en la solución de los problemas colectivos de vuestras empresas y de vuestra sociedad. Pues bien: os recuerdo, una vez más, que todo eso no es ajeno a los planes divinos. Vuestra vocación humana es parte, y parte importante, de vuestra vocación divina. Esta es la razón por la cual os tenéis que santificar, contribuyendo al mismo tiempo a la santificación de los demás, de vuestros iguales, precisamente santificando vuestro trabajo y vuestro ambiente: esa profesión u oficio que llena vuestros días, que da fisonomía peculiar a vuestra personalidad humana, que es vuestra manera de estar en el mundo; ese hogar, esa familia vuestra; y esa nación, en la que habéis nacido y a la que amáis”.

“El trabajo acompaña inevitablemente la vida del hombre sobre la tierra. Con él aparecen el esfuerzo, la fatiga, el cansancio: manifestaciones del dolor y de la lucha que forman parte de nuestra existencia humana actual, y que son signos de la realidad del pecado y de la necesidad de la redención. Pero el trabajo en sí mismo no es una pena, ni una maldición o un castigo: quienes hablan así no han leído bien la Escritura Santa. Es hora de que los cristianos digamos muy alto que el trabajo es un don de Dios, y que no tiene ningún sentido dividir a los hombres en diversas categorías según los tipos de trabajo, considerando unas tareas más nobles que otras. El trabajo, todo trabajo, es testimonio de la dignidad del hombre, de su dominio sobre la creación. Es ocasión de desarrollo de la propia personalidad. Es vínculo de unión con los demás seres, fuente de recursos para sostener a la propia familia; medio de contribuir a la mejora de la sociedad, en la que se vive, y al progreso de toda la Humanidad”.

“Para un cristiano, esas perspectivas se alargan y se amplían. Porque el trabajo aparece como participación en la obra creadora de Dios, que, al crear al hombre, lo bendijo diciéndole: *Procread y multiplicaos y henchid la tierra y sojuzgadla, y dominad en los peces del mar, y en las aves del cielo, y en todo animal que se mueve sobre la tierra.*⁴⁶⁹ Porque, además, al haber sido asumido

469 Gen I, 28.

por Cristo, el trabajo se nos presenta como realidad redimida y redentora: no solo es el ámbito en el que el hombre vive, sino medio y camino de santidad, realidad santificable y santificadora”.⁴⁷⁰

Pensar que el trabajo aleja de la oración contemplativa se debe a que se olvida que la contemplación es un don de Dios. Consecuencia de esta perspectiva del trabajo será la actitud laboriosa del orante que se sabe inmerso en los planes de Dios que le dan una motivación nueva a todo su quehacer más allá de la motivación de ganarse la vida, de sacar adelante a su familia o del deseo de crecer como persona. Su trabajo es oración y ocasión de vivir la caridad con todos los hombres. Algunos piensan que la oración contemplativa es la que se da en los éxtasis, y no es así. La contemplación es fruto de la entrega incondicional a Dios que se entrega a los que se entregan a Él.

470 San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, números 46 y 47.

