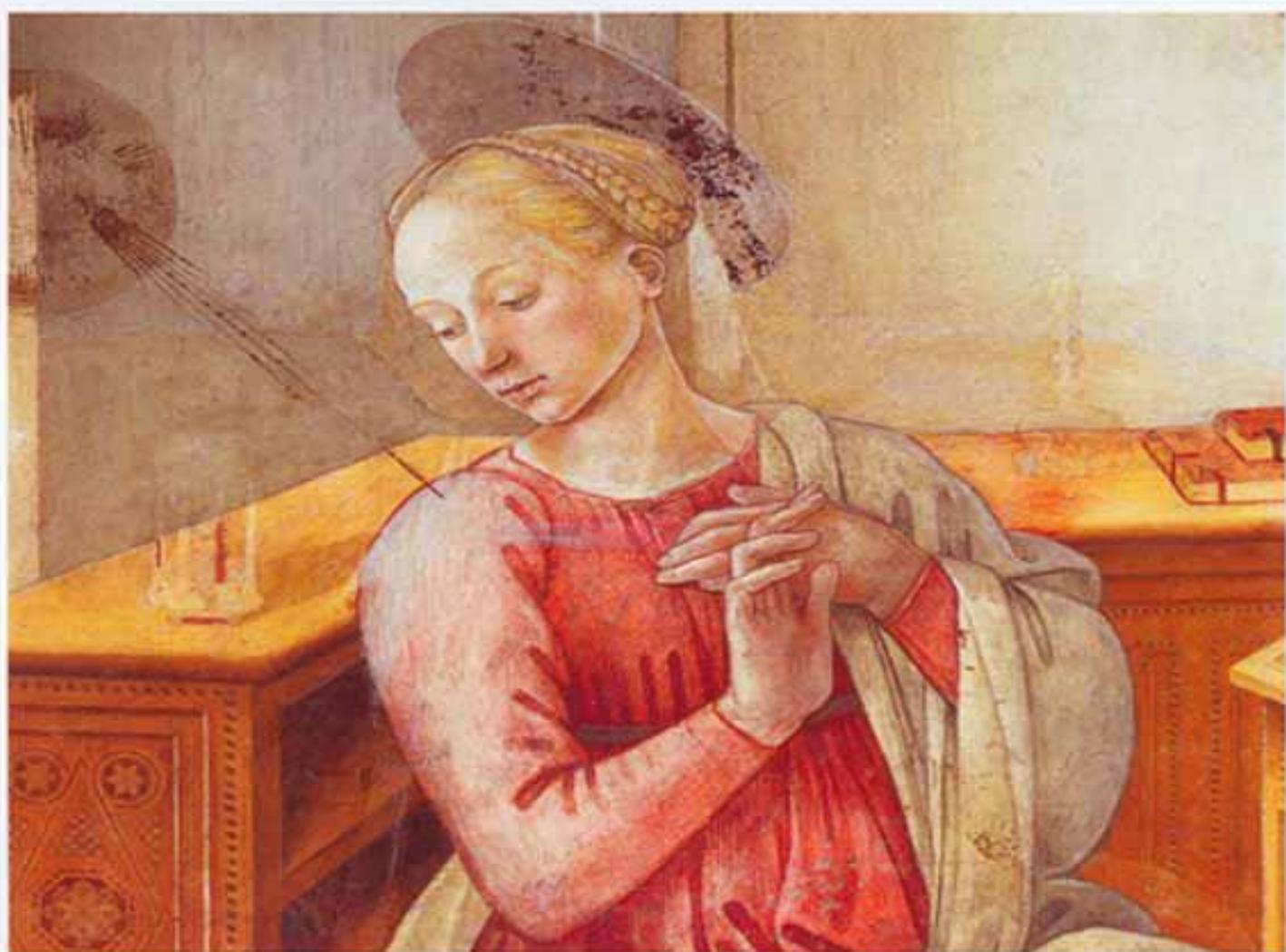


JACQUES PHILIPPE

*La paz interior*



**PATMOS**  
LIBROS DE ESPIRITUALIDAD



LA PAZ INTERIOR

JACQUES PHILIPPE



LA PAZ  
INTERIOR

Cuarta edición

EDICIONES RIALP, S. A.  
MADRID

Título original: *Recherche la Paix et poursuis-la*

© Editions Des Beatitudes S.O.C., 1991

© 2012 de la versión castellana realizada por MERCEDES VILLAR,

sólo para España, by EDICIONES RIALP, S.A., Alcalá, 290.28027 MADRID (España).



Conversión ebook: [CrearLibrosDigitales](#)

ISBN: 978-84-321-4122-5

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.

Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita reproducir, fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

## PRESENTACIÓN

«Que la paz de Cristo reine en vuestros corazones»<sup>1</sup>

*La experiencia os demostrará que la paz,  
que infundirá en vosotros la caridad,  
el amor a Dios y al prójimo,  
es el camino seguro hacia la vida eterna.*

(Juan de Bonilla, s. XVI)

Nuestra época es una época de agitación y de inquietud. Esta tendencia, evidente en la vida cotidiana de nuestros contemporáneos, se manifiesta también con gran frecuencia en el ámbito mismo de la vida cristiana y espiritual: nuestra búsqueda de Dios, de la santidad y del servicio al prójimo suele ser también agitada y angustiada en lugar de confiada y serena, como lo sería si tuviéramos la actitud de los niños que nos pide el Evangelio.

Por lo tanto, es fundamental que lleguemos a comprender un día que el itinerario hacia Dios y hacia la perfección que se nos pide es mucho más eficaz, más corto y también mucho más fácil cuando el hombre aprende poco a poco a conservar en cualquier circunstancia una profunda paz en su corazón.

Esto es lo que pretendemos hacer comprender a través de las consideraciones de la primera parte. Enseguida pasaremos revista a todo un conjunto de situaciones en las que frecuentemente nos encontramos, intentando explicar el modo de afrontarlas a la luz del Evangelio, a fin de conservar la paz interior.

En la tradición de la Iglesia, esta enseñanza ha sido abordada frecuentemente por los autores espirituales. La tercera parte consta de una serie de textos seleccionados de autores de diferentes épocas que recuperan e ilustran los distintos temas a los que aludimos.

<sup>1</sup> Col, 3, 15.

## I. LA PAZ INTERIOR CAMINO DE SANTIDAD

## 1. SIN MÍ NO PODÉIS HACER NADA

Para comprender la importancia fundamental que tiene, en el desarrollo de la vida cristiana, el afán por adquirir y conservar lo más posible la paz del corazón, en primer lugar hemos de estar plenamente convencidos de que todo el bien que podamos hacer viene de Dios y sólo de Él. «*Sin mí no podéis hacer nada*», ha dicho Jesús (Jn 15, 5). No ha dicho: no podéis hacer gran cosa, sino «*no podéis hacer nada*». Es esencial que estemos bien persuadidos de esta verdad, y para que se imponga en nosotros no sólo en el plano de la inteligencia, sino como una experiencia de to-do el ser, habremos de pasar por frecuentes fracasos, pruebas y humillaciones permitidas por Dios. Él podría ahorrarnos todas esas pruebas, pero son necesarias para convencernos de nuestra radical impotencia para hacer el bien por nosotros mismos. Según el testimonio de todos los santos, nos es indispensable adquirir esta convicción. En efecto, es el prelude imprescindible para las grandes cosas que el Señor hará en nosotros por el poder de su gracia. Por eso, Santa Teresa de Lisieux decía que la cosa más grande que el Señor había hecho en su alma era «haberle mostrado su pequeñez y su ineptitud».

Si tomamos en serio las palabras del Evangelio de San Juan citadas más arriba, comprenderemos que el problema fundamental de nuestra vida espiritual llega a ser el siguiente: ¿cómo dejar actuar a Jesús en mí? ¿Cómo permitir que la gracia de Dios opere libremente en mi vida?

A eso debemos orientarnos, no a imponernos principalmente una serie de obligaciones, por buenas que nos parezcan, ayudados por nuestra inteligencia, según nuestros proyectos, con nuestras aptitudes, etc. Debemos sobre todo intentar descubrir las actitudes profundas de nuestro corazón, las condiciones espirituales que permiten a Dios actuar en nosotros. Solamente así podremos dar fruto, «*un fruto que permanece*» (Jn 15, 16).

La pregunta: «¿Qué debemos hacer para que la gracia de Dios actúe libremente en nuestra vida?», no tiene una respuesta unívoca, una receta general. Para responder a ella de un modo completo, sería necesario todo un tratado de vida cristiana que hablara de la plegaria (especialmente de la oración, tan fundamental en este sentido...), de los sacramentos, de la purificación del corazón, de la docilidad al Espíritu Santo, etc., y de todos los medios por los que la gracia de Dios puede penetrar más profundamente en nuestros corazones.

En esta corta obra no pretendemos abordar todos esos temas. Solamente queremos referirnos a un aspecto de la respuesta a la pregunta anterior. Hemos elegido hablar de él porque es de una importancia absolutamente fundamental. Además, en la vida concreta de la mayor parte de los cristianos, incluso muy generosos en su fe, es demasiado poco conocido y tomado en consideración.

La verdad esencial que deseáramos presentar y desarrollar es la siguiente: para permitir que la gracia de Dios actúe en nosotros y (con la cooperación de nuestra voluntad, de nuestra inteligencia y de nuestras aptitudes, por supuesto) produzca todas esas *obras buenas que Dios preparó para que por ellas caminemos* (Ef 2, 10), es de la mayor importancia que nos esforcemos por adquirir y conservar la paz interior, la paz de nuestro corazón.

Para hacer comprender esto podemos emplear una imagen (no demasiado «forzada»), como todas

las com-  
paraciones) que podrá esclarecerlo. Consideremos la superficie de un lago sobre la que brilla el sol. Si la su-  
perficie de ese lago es serena y tranquila, el sol se reflejará casi perfectamente en sus aguas, y tanto más perfectamente cuanto más tranquilas sean. Si, por el contrario, la superficie del lago está agitada, removida, la imagen del sol no podrá reflejarse en ella.

Algo así sucede en lo que se refiere a nuestra alma respecto a Dios: cuanto más serena y tranquila está, más se refleja Dios en ella, más se imprime su imagen en nosotros, mayor es la actuación de su gracia. Si, al contrario, nuestra alma está agitada y turbada, la gracia de Dios actuará con mayor dificultad. Todo el bien que podemos hacer es un reflejo del Bien esencial que es Dios. Cuanto más serena, ecuánime y abandonada esté nuestra alma, más se nos comunicará ese Bien y, a través de nosotros, a los demás. *El Señor dará fortaleza a su pueblo, el Señor bendecirá a su pueblo con la paz* (Ps 29, 11).

Dios es el Dios de la paz. No habla ni opera más que en medio de la paz, no en la confusión ni en la agitación. Recordemos la experiencia del profeta Elías en el Horeb: Dios no estaba en el huracán, ni en el temblor de la tierra, ni en el fuego, ¡sino en el *ligero y blando susurro* (cf. 1 Re, 19)!

Con frecuencia nos inquietamos y nos alteramos pretendiendo resolver todas las cosas por nosotros mismos, mientras que sería mucho más eficaz permanecer tranquilos bajo la mirada de Dios y dejar que Él actué en nosotros con su sabiduría y su poder infinitamente superiores. *Porque así dice el Señor, el Santo de Israel: En la conversión y la quietud está vuestra salvación, y la quietud y la confianza serán vuestra fuerza, pero no habéis querido* (Is 30, 15).

Bien entendido, nuestro discurso no es una invitación a la pereza o la inactividad. Es la invitación a actuar, a actuar mucho en ciertas ocasiones, pero bajo el impulso del Espíritu de Dios, que es un espíritu afable y sereno, y no en medio de ese espíritu de inquietud, de agitación y de excesiva precipitación que, con demasiada frecuencia, nos mueve. Ese celo, incluso por Dios, a menudo está mal clarificado. San Vicente de Paúl, la persona menos sospechosa de pereza que haya existido, decía: «El bien que Dios hace lo hace por Él mismo, casi sin que nos demos cuenta. Hemos de ser más pasivos que activos».

## 2. PAZ INTERIOR Y FECUNDIDAD APOSTÓLICA

Hay quien podría pensar que esta búsqueda de la paz interior es egoísta: ¿cómo proponerla como uno de los objetivos principales de nuestros esfuerzos, cuando hay en el mundo tanto sufrimiento y tanta miseria?

En primer lugar, debemos responder a esto que la paz interior de la que se trata es la del Evangelio; no tiene nada que ver con una especie de impasibilidad, de anulación de la sensibilidad o de una fría indiferencia encerrada en sí misma de las que podrían darnos una imagen las estatuas de Buda o ciertas actitudes del yoga. Al contrario, como veremos a continuación, es el corolario natural de un amor, de una auténtica sensibilidad ante los sufrimientos del prójimo y de una verdadera compasión, pues solamente esta paz del corazón nos libera de nosotros mismos, aumenta nuestra sensibilidad hacia los otros y nos hace disponibles para el prójimo.

Hemos de añadir que únicamente el hombre que goza de esta paz interior puede ayudar eficazmente a su hermano. ¿Cómo comunicar la paz a los otros si carezco de ella? ¿Cómo habrá paz en las familias, en la sociedad y entre las personas si, en primer lugar, no hay paz en los corazones?

«Adquiere la paz interior, y una multitud encontrará la salvación a tu lado», decía San Serafín de Sarov. Para adquirir esta paz interior, él se esforzó por vivir muchos años luchando por la conversión del corazón y por una oración incesante. Tras dieciséis años de fraile, dieciséis como eremita y luego otros dieciséis recluido en una celda, sólo comenzó a tener una influencia visible después de vivir cuarenta y ocho años entregado al Señor. Pero a partir de entonces, ¡qué frutos! Miles de peregrinos se acercaban a él y marchaban reconfortados, liberados de sus dudas e inquietudes, descifrada su vocación, y curados en sus cuerpos y en sus almas.

Las palabras de San Serafín atestiguan su experiencia personal, idéntica a la de otros muchos santos. El hecho de conseguir y conservar la paz interior, imposible sin la oración, debiera ser considerado como una prioridad para cualquiera, sobre todo para quien desee hacer algún bien a su prójimo. De otro modo, generalmente no hará más que transmitir sus propias angustias e inquietudes.

### 3. PAZ Y COMBATE ESPIRITUAL

No obstante, hemos de afirmar otra verdad no menos importante que la enunciada anteriormente: que la vida cristiana es un combate, una lucha sin cuartel. En la carta a los Efesios, San Pablo nos invita a *revestirnos de la armadura de Dios* para luchar *no contra la carne o la sangre, sino contra los principados y potestades, contra los dominadores de ese mundo tenebroso, contra los espíritus malignos que están por las regiones aéreas* (Ef 6, 10-17), y detalla todas las piezas de la armadura que hemos de procurarnos.

Todo cristiano debe estar firmemente convencido de que, en ningún caso, su vida espiritual puede ser el desarrollo tranquilo de una vida insignificante, sin historia, sino que debe ser el terreno de una lucha constante, y a veces dolorosa, que sólo dará fin con la muerte: lucha contra el mal, las tentaciones y el pecado que lleva en su interior. Este combate es inevitable, pero hay que considerarlo como una realidad extraordinariamente positiva. Porque «sin guerra no hay paz» (Santa Catalina de Siena), sin combate no hay victoria. Y ese combate es realmente el terreno de nuestra purificación, de nuestro crecimiento espiritual, donde aprendemos a conocernos en nuestra debilidad y a conocer a Dios en su infinita misericordia; en definitiva, ese combate es el ámbito de nuestra transfiguración y de nuestra glorificación.

Sin embargo, el combate espiritual del cristiano, aunque en ocasiones sea duro, no es en modo alguno la lucha desesperada del que se debate en medio de la soledad y la ceguera sin ninguna certeza en cuanto al resultado de ese enfrentamiento. Es el combate del que lucha con la absoluta certeza de que ya ha conseguido la victoria, pues el Señor ha resucitado: «*No llores, ha vencido el león de la tribu de Judá*» (Ap 5, 5). No combate con su fuerza, sino con la del Señor que le dice: «*Te basta mi gracia, pues mi fuerza se hace perfecta en la flaqueza*» (2 Co 12, 9), y su arma principal no es la firmeza natural del carácter o la capacidad humana, sino la fe, esa adhesión total a Cristo que le permite, incluso en los peores momentos, abandonarse con una confianza ciega en Aquel que no puede abandonarlo. «*Todo lo puedo en Aquel que me conforta*» (Flp 4, 13). *El Señor es mi luz y mi salvación, ¿a quién temeré?»* (Sal 27).

El cristiano, llamado como está a «*resistir hasta la sangre luchando contra el pecado*» (Heb 12, 4), combate a veces con violencia, pero combate con un corazón sereno, y ese combate es tanto más eficaz cuanto más sereno está su corazón. Porque, como ya hemos dicho, es justamente esa paz interior la que le permite luchar no con sus propias fuerzas, que quedarían rápidamente agotadas, sino con las de Dios.

#### 4. LA PAZ SUELE ESTAR EN JUEGO A LO LARGO DE LA LUCHA

No obstante, debemos precisar una cosa más. Cualquiera que sea la violencia de la batalla, el creyente se esforzará por mantener la paz del corazón para dejar que el Dios de los Ejércitos luche en él. Además, debe ser consciente de que la paz interior no sólo es la condición del combate espiritual, sino que suele ser *lo que está en juego*. Frecuentemente, el combate espiritual consiste precisamente en eso: en defender la paz interior contra el enemigo que se esfuerza por arrebatárnosla.

En efecto, una de las estrategias más habituales del demonio para alejar a un alma de Dios y retrasar su progreso espiritual, consiste en intentar hacerle perder la paz interior. Lorenzo Scuopoli, uno de los grandes maestros espirituales del siglo xvi, muy apreciado por San Francisco de Sales, nos dice: «El demonio pone en juego todo su esfuerzo para arrancar la paz de nuestro corazón, porque sabe que Dios mora en la paz, y en la paz realiza cosas grandes».

Recordarlo es extraordinariamente útil, pues puede suceder que en el transcurso cotidiano de nuestra vida cristiana nos equivoquemos de combate, por decirlo así, y que orientemos mal nuestros esfuerzos: en lugar de combatir en el auténtico campo de batalla en el que, por la gracia de Dios, estamos siempre *seguros de vencer*, luchamos en un terreno al que el demonio nos atrae sutilmente y donde puede vencernos. Y ese es uno de los grandes «secretos» de la lucha espiritual: no equivocarnos de combate, saber dis-

cernir, a pesar de la astucia del enemigo, cuál es el auténtico campo de batalla, contra qué hemos de luchar realmente, y dónde debemos centrar nuestro esfuerzo.

Por ejemplo, creemos que vencer en el combate espiritual significa librarnos de todos nuestros defectos, no sucumbir nunca a la tentación y dar fin a nuestras debilidades y nuestros fallos. Pero, ¡si en ese terreno somos vencidos inexorablemente! ¿Quién puede pretender no caer jamás? Ciertamente, eso no es lo que Dios exige de nosotros, *pues Él conoce de qué hemos sido hechos, se acuerda de que no somos más que polvo* (Sal 102).

Por el contrario, el auténtico combate espiritual, más que la lucha por una victoria definitiva o por una infalibilidad totalmente fuera de nuestro alcance, consiste sobre todo en aprender a aceptar nuestros ocasionales fallos sin desanimarnos, a no perder la paz del corazón cuando caemos lamentablemente, a no entristecernos en exceso por nuestras derrotas, y a saber aprovechar nuestros fracasos para saltar más arriba... Eso es siempre posible, a condición de que no nos angustiemos y conservemos la paz...

Podríamos, pues, enunciar razonablemente este principio: el objeto fundamental del combate espiritual, hacia el que debe tender prioritariamente nuestro esfuerzo, *no es conseguir siempre la victoria* (sobre nuestras tentaciones o nuestras debilidades), sino, más bien, *aprender a conservar la paz del corazón en cualquier circunstancia, incluso en caso de derrota*. Sólo así podremos alcanzar el otro objetivo, que consiste en la eliminación de nuestras caídas, defectos, imperfecciones y pecados. Debemos aspirar a esta victoria y desearla, pero siendo conscientes de que no la obtendremos gracias a nuestras fuerzas, y por lo tanto, que no hemos de pretender alcanzarla inmediatamente. Sólo la gracia de Dios nos conseguirá la victoria, gracia cuya acción

será más poderosa y eficaz siempre que mantengamos nuestro interior en la paz y el abandono confiado en las manos de nuestro Padre del Cielo.

## 5. LAS RAZONES POR LAS QUE PERDEMOS LA PAZ SON SIEMPRE MALAS RAZONES

Uno de los aspectos dominantes del combate espiritual es la lucha en el plano del pensamiento. Luchar significa con frecuencia oponer unos pensamientos que pueden reconfortarnos y devolvernos la paz, a los que provienen de nuestro propio espíritu, de la mentalidad que nos rodea, o incluso en ocasiones del Enemigo (el origen importa muy poco) y que nos llevan a la confusión, al temor, o al desaliento. Respecto a este combate, *dichoso el hombre que ha llenado su aljaba* (Sal 127) con esas flechas que son los buenos pensamientos, es decir, esas convicciones sólidas basadas en la fe que nutren la inteligencia y fortalecen el corazón en el momento de la prueba. Entre esas *flechas en la mano del héroe*, figura una de las afirmaciones de fe que debe habitar en nosotros permanentemente, es decir que *todas las razones que tenemos para perder la paz son malas razones*.

Ciertamente, esta convicción no puede basarse en consideraciones humanas. No puede ser más que una certeza de fe, fundada en la Palabra de Dios. Jesús nos ha dicho claramente que no se apoya en las razones del mundo: *«La paz os dejo, mi paz os doy; no como el mundo la da yo os la doy. No se turbe vuestro corazón, ni se acobarde...»* (Jn 14, 27).

Si buscamos la paz *como la da el mundo*, si esperamos nuestra paz por las razones del mundo, motivos por los que, según la mentalidad que nos rodea, se puede estar en paz (porque todo va bien, no tenemos contrariedades, nuestros deseos están absolutamente satisfechos, etc.), es seguro que nunca la encontraremos, o que nuestra paz será extremadamente frágil y de corta duración.

Para nosotros, creyentes, la razón esencial en virtud de la cual podemos estar siempre en paz no procede del mundo. *«Mi reino no es de este mundo»* (Jn 18, 36). Viene de la confianza en la Palabra de Jesús.

Cuando el Señor afirma que *nos deja la paz, que nos da la paz*, sus palabras son palabras divinas, palabras que tienen la misma fuerza creadora que las que hicieron surgir el cielo y la tierra de la nada, el mismo peso que las que calmaron la tempestad, las palabras que curaron a los enfermos y resucitaron a los muertos. Y puesto que Jesús nos declara en dos ocasiones que nos *da su paz*, creemos que esta paz no se nos retirará jamás. *«Los dones y la vocación de Dios son irrevocables»* (Rom 11, 29). Lo que ocurre es que no siempre sabemos recibirlos o conservarlos, porque con frecuencia nos falta la fe...

*«Os he dicho esto para que tengáis paz en mí. En el mundo tendréis tribulación; pero confiad: yo he vencido al mundo»* (Jn 16, 33). En Jesús podemos permanecer siempre en paz porque Él ha vencido al mundo, porque ha resucitado de entre los muertos. Por su muerte ha vencido a la muerte, ha anulado la sentencia de condenación que pesaba sobre nosotros. Ha mostrado la benevolencia de Dios hacia nosotros. Y *«si Dios está por nosotros, ¿quién contra nosotros?... ¿Quién nos separará del amor de Cristo?»* (Rom 8, 31).

A partir de ese fundamento inquebrantable de la fe, vamos a examinar ahora ciertas situaciones en las que frecuentemente solemos perder, en mayor o menor medida, la paz del corazón. A la luz de la fe trataremos de poner en evidencia lo vano que nos resulta trastornarnos así.

No obstante, será útil hacer previamente algunos comentarios a fin de concretar a quién se dirigen y para quién son válidas las consideraciones que vamos a exponer sobre este tema.

## 6. LA BUENA VOLUNTAD, CONDICIÓN NECESARIA PARA LA PAZ

Bien entendido, la paz interior de la que tratamos no se puede considerar como patrimonio de todos los hombres independientemente de su actitud en relación con Dios.

El hombre que se enfrenta a Dios, que más o menos conscientemente le huye, o huye de algunas de sus llamadas o exigencias, no podrá vivir en paz. Cuando un hombre está cerca de Dios, ama a su Señor y desea servirle, la estrategia habitual del demonio consiste en hacerle perder la paz del corazón, mientras que, por el contrario, Dios acude en su ayuda para devolvérsela. Pero esta ley cambia radicalmente para una persona cuyo corazón está lejos de Dios, que vive en medio de la indiferencia y el mal: el demonio tratará de tranquilizarla, de mantenerla en una falsa quietud, mientras que el Señor, que desea su salvación y su conversión, agitará e inquietará su conciencia para intentar inducirla al arrepentimiento.

El hombre no puede vivir en una paz profunda y duradera si está lejos de Dios, si su íntima voluntad no está totalmente orientada hacia Él: «Nos hiciste para ti, Señor, y nuestro corazón está inquieto hasta que descansa en ti» (San Agustín).

Una condición necesaria para la paz interior es, pues, lo que podríamos llamar *la buena voluntad*. También se la podría llamar limpieza de corazón. Es la disposición estable y constante del hombre que está decidido a amar a Dios sobre todas las cosas, que en cualquier circunstancia desea sinceramente preferir la voluntad de Dios a la propia, y que no quiere negar conscientemente cosa alguna a Dios. Es posible (e incluso cierto) que el comportamiento de ese hombre a lo largo de su vida no esté en perfecta armonía con esas intenciones y deseos, y que surjan imperfecciones en su cumplimiento, pero sufrirá, pedirá perdón al Señor y tratará de corregirse de ellas. Después de unos momentos de eventual desaliento, se esforzará por volver a la disposición habitual del que quiere decir sí a Dios en todas las cosas sin excepción.

Esto es la buena voluntad. No es la perfección, la santidad plena, pues puede coexistir con vacilaciones, con imperfecciones e incluso con faltas, pero es el camino: es exactamente la disposición habitual del corazón (cuyo fundamento se encuentra en las virtudes de fe, esperanza y caridad) que permite que la gracia de Dios nos conduzca poco a poco hacia la perfección.

Esta buena voluntad, esta disposición habitual de decir sí a Dios, tanto en las cosas grandes como en las pequeñas, es una condición *sine qua non* de la paz interior. Mientras no adoptemos esta determinación, continuaremos sintiendo en nosotros cierta inquietud y cierta tristeza: la inquietud de no amar a Dios tanto como Él nos invita a amarle, la tristeza de no haber dado todavía todo a Dios. El hombre que ha entregado su voluntad a Dios, en cierto modo ya le ha entregado todo. No podemos estar realmente en paz mientras nuestro corazón no encuentre su unidad; y el corazón sólo estará unificado cuando todos nuestros deseos se subordinen al deseo de amar a Dios, de complacerle y de hacer su voluntad. Por supuesto, eso implica también la determinación habitual de desprendernos de todo lo que sea contrario a Dios. Y en esto consiste la buena voluntad, condición necesaria para la paz del alma.

## 7. LA BUENA VOLUNTAD, CONDICIÓN SUFICIENTE PARA LA PAZ

No obstante, podemos afirmar recíprocamente que esta buena voluntad basta para tener el derecho de conservar en paz el corazón, incluso si, a pesar de eso, aún tenemos muchos defectos y debilidades: «*Paz en la tierra a los hombres de buena voluntad*», como decía el texto latino de la Vulgata.

En efecto, ¿qué nos pide Dios, sino esta buena voluntad? ¿Qué podría exigir de nosotros Él, que es un Padre bueno y compasivo, sino ver que su hijo desea amarle sobre todas las cosas, sufre por no amarle lo suficiente y está dispuesto, incluso si se sabe incapaz, a desprenderse de todo lo que se oponga a esa petición? ¿No tendrá el mismo Dios que intervenir ahora y dar cumplimiento a esos deseos que el hombre es incapaz de alcanzar sólo con sus propios medios?

En ayuda de lo que acabamos de decir, a saber, que la buena voluntad basta para hacernos agradables a Dios, y en consecuencia, para que vivamos en paz, ofrecemos un episodio de la vida de Santa Teresa de Lisieux relatado por su hermana Céline:

«En una ocasión en que Sor Teresa me había mostrado todos mis defectos, yo me sentía triste y un poco desamparada. Pensaba: yo, que tanto deseo alcanzar la virtud, me veo muy lejos; querría ser dulce, paciente, humilde, caritativa, ¡ay, no lo conseguiré jamás!... Sin embargo, en la oración de la tarde, leí que, al expresar Santa Gertrudis ese mismo deseo, Nuestro Señor le había respondido: “En todo y sobre todo, ten *buena voluntad*: esa sola disposición dará a tu alma el brillo y el mérito especial de todas las virtudes. Todo el que tiene buena voluntad, el deseo sincero de procurar mi gloria, de darme gracias, de compadecerse de mis sufrimientos, de amarme y servirme como todas las criaturas juntas, recibirá indudablemente unas recompensas dignas de mi liberalidad, y su deseo le será en ocasiones más provechoso que a otros les son sus buenas obras.”

»Muy contenta por aquellas frases, prosigue Céline, siempre en beneficio mío, se las comuniqué a Sor Teresa que, sobreabundando, añadió: “¿Has leído lo que se cuenta de la vida del Padre Surin? Mientras hacía un exorcismo, los demonios le dijeron: ‘Lo conseguimos todo; ¡únicamente no logramos vencer a esa perra de la *buena voluntad*!’ Pues bien, si no tienes virtud, tienes una ‘perrita’ que te salvará de todos los peligros. ¡Consuélate; te llevará al Paraíso! ¡Ah!, ¿dónde hay un alma que no desee alcanzar la virtud? ¡Es la vía común! ¡Pero qué poco numerosas son las que aceptan caer, ser débiles, que se sienten felices de verse por los suelos y que las demás las sorprendan en ese trance!”» (*Consejos y Recuerdos de Sor Genoveva*).

Como vemos en este texto, el concepto que Teresa (la santa más grande de los tiempos modernos, en palabras del Papa Pío XI) tenía de la perfección no es en absoluto el que nosotros tenemos espontáneamente. Pero volveremos sobre este punto. Limitémonos por el momento a recordar lo que se refiere a la buena voluntad, y pasemos a lo que habíamos anunciado, es decir al examen de las diferentes razones por las que perdemos frecuentemente la paz del corazón.

## II. CÓMO REACCIONAR ANTE LO QUE NOS HACE PERDER LA PAZ

## 1. LAS PREOCUPACIONES DE LA VIDA Y EL TEMOR A FALLAR

La causa más común por la que podemos perder la paz es el temor suscitado por ciertas situaciones que nos afectan personalmente haciendo que nos sintamos amenazados: aprensión ante las dificultades presentes o futuras, temor de fallar en algo importante, de no llevar a cabo tal o cual proyecto, etc. Los ejemplos son infinitos e inciden en todos los aspectos de nuestra vida: salud, vida familiar y profesional, conducta moral o la misma vida espiritual.

De hecho, en cada ocasión se trata de un bien de naturaleza variable, material (dinero, salud, fuerzas), moral (aptitudes humanas, estima, afecto hacia determinadas personas) o incluso espiritual; un bien que deseamos o consideramos necesario, que tenemos miedo de perder, de no conseguir, o del que carecemos realmente. Y la inquietud que nos provoca su falta, o el temor de fallar nos hacen perder la paz.

¿Qué es lo que nos permitirá permanecer siempre en paz frente a esta clase de situaciones? Ciertamente no bastan los recursos ni la sabiduría humana, ni sus cautelas, previsiones, reservas y seguridades de todo tipo. ¿Quién puede garantizarse la posesión de un bien, cualquiera que sea su naturaleza? No se consigue a base de cálculos y de preocupaciones. «*¿Quién de vosotros, por mucho que se preocupe, puede añadir a su estatura un solo codo?*» (Mt 6, 27). El hombre nunca está seguro de obtener lo que desea; todo lo que tiene entre sus manos puede desaparecer de un momento a otro; no cuenta con garantía alguna en la que pueda apoyarse plenamente... Y este no es realmente el camino que nos indica Jesús. Al contrario, nos dice: «*Quien quiera salvar su vida la perderá*» (Mt 16, 25).

Se puede decir que el medio más seguro de perder la paz es precisamente tratar de asegurar la propia vida con la única ayuda de medios humanos, de proyectos y decisiones personales, o apoyándose en otro. Dada nuestra incapacidad, la limitación de nuestras fuerzas, la imposibilidad de preverlo todo o las decepciones que pueden procurarnos las personas con las que contamos, el que trata de «salvarse» así se debate entre tormentos e inquietudes.

Para mantener la paz en medio de los avatares de la existencia humana, no tenemos más que una solución: apoyarnos únicamente en Dios con una confianza plena en Él, como ese «*Padre del Cielo que sabe que necesitáis todas esas cosas*» (Mt 6, 32).

*«Por eso os digo: Respecto a vuestra vida, no os preocupéis acerca de qué comeréis, ni respecto a vuestro cuerpo, acerca de qué os pondréis. ¿Acaso no es la vida más que el alimento y el cuerpo más que el vestido? Mirad las aves del cielo que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros, y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros más que ellas? ¿Quién de vosotros, por mucho que se preocupe, puede añadir a su estatura un solo codo? Contemplad cómo crecen los lirios del campo: no se fatigan ni hilan, y yo os digo que ni Salomón en toda su gloria se vistió como uno de ellos. Pues si la hierba del campo, que hoy es y mañana se echa al fuego, Dios así la viste, ¿no hará mucho más por vosotros, hombres de poca fe? No andéis, pues, inquietos diciendo: ¿qué comeremos?, o ¿qué beberemos?, o ¿con qué nos vestiremos? Por todas esas cosas se afanan los gentiles. Bien sabe vuestro Padre*

*celestial que necesitáis de todas ellas. Buscad primero el reino de Dios y su justicia, y todo lo demás se os dará por añadidura. Por tanto, no os inquietéis por el día de mañana, pues el mañana tendrá su propia inquietud. A cada día le basta su contrariedad» (Mt 6, 25-34).*

Evidentemente, Jesús no prohíbe que hagamos todo lo necesario para ganar nuestro sustento, para vestirnos y cubrir todas nuestras otras necesidades, pero quiere librarnos de las preocupaciones que nos atormentan y nos hacen perder la paz.

No obstante, muchos se sienten sorprendidos por estas palabras y no las asumen plenamente, incluso se escandalizan por esta manera de ver las cosas. Sin embargo, ¡cuántos disgustos y tormentos inútiles se ahorrarían si quisieran tomar en serio estas palabras que son palabras de Dios, y palabras de amor, de consuelo y de una ternura extraordinaria!

Este es nuestro gran drama: el hombre no tiene confianza en Dios, y entonces, en lugar de abandonarse en las manos dulces y seguras de su Padre del Cielo, busca por todos los medios arreglárselas con sus propias fuerzas, haciéndose así terriblemente desgraciado. ¡Qué injustificada es esta falta de confianza! ¿No es absurdo que un hijo dude así de su Padre, cuando ese Padre es el mejor y más poderoso que puede existir, cuando ese Padre es el Padre del Cielo?

A pesar de eso, vivimos frecuentemente en medio de esa absurda situación. Escuchemos el reproche que el Señor nos dirige por boca de Santa Catalina de Siena:

«Por qué no confías en mí, tu Creador? ¿Por qué te apoyas en ti? ¿No soy fiel y leal contigo?... Redimido, y recuperada la gracia en virtud de la sangre de mi Hijo único, el hombre puede, pues, decir que ha experimentado mi fidelidad. Y sin embargo, parece que todavía duda de que yo sea lo bastante poderoso como para socorrerle, lo bastante fuerte como para asistirle y defenderle contra sus enemigos, lo bastante sabio como para iluminar el ojo de su inteligencia, o de que tengo la clemencia necesaria como para querer darle lo que precisa para su salvación. Parece creer que no soy lo bastante rico como para hacer su fortuna, ni lo bastante hermoso como para hacerle hermoso; se diría que tiene miedo de no encontrar en mí el pan para alimentarse ni el vestido para cubrirse.» (*Diálogo*, cap. 14).

Por ejemplo, son muchos los jóvenes que dudan en entregar totalmente su vida a Dios porque no confían en que Él sea capaz de hacerles plenamente felices. ¡Y al tratar de asegurarse su propia felicidad, se vuelven tristes y desdichados!

Esa es la gran victoria del Padre de la Mentira, del Acusador: ¡conseguir poner en el corazón de un hijo de Dios la desconfianza hacia su Padre!

Sin embargo, todos llegamos al mundo marcados por esta desconfianza: eso es el pecado original. Y toda nuestra vida espiritual consiste precisamente en un largo proceso de reeducación con objeto de recuperar, por la gracia del Espíritu Santo, esa confianza perdida que nos hace decir de nuevo a Dios: ¡*Abba, Padre!*».

Es cierto que ese «regreso a la confianza» nos resulta muy difícil, largo y penoso. Surgen dos obstáculos principales.

## 2. NUESTRA DIFICULTAD PARA CREER EN LA PROVIDENCIA

El primer obstáculo consiste en que, mientras no hayamos experimentado concretamente esa fidelidad de la Divina Providencia para proveer nuestras necesidades esenciales, nos cuesta creer y abandonarnos en ella. Somos obcecados, no nos bastan las palabras de Jesús; ¡para creer, queremos ver por lo menos un poco! Ahora bien, no la vemos actuar claramente entre nosotros... En ese caso, ¿cómo experimentarla?

Es importante saber una cosa: sólo experimentaremos el apoyo de Dios si le dejamos el espacio necesario para que pueda manifestarse. Me gustaría hacer una comparación: mientras el paracaidista no salte al vacío, no podrá comprobar que le sostienen las cuerdas, pues el paracaídas aún no ha tenido la posibilidad de abrirse. Es preciso saltar primero, y sólo entonces se sentirá sostenido. En la vida espiritual ocurre lo mismo: «Dios nos da en la medida en que esperamos de Él», dice San Juan de la Cruz. Y San Francisco de Sales: «La medida de la Providencia Divina para nosotros es la confianza que tenemos en ella». Ahí radica el auténtico problema: muchos no creen en la Providencia porque nunca la han experimentado, pero no la han experimentado porque nunca han dado el salto en el vacío, el salto de la fe, y no le dejan la posibilidad de intervenir: lo calculan todo, lo prevén todo, tratan de resolverlo todo por sus propios medios en lugar de contar con Dios. Los fundadores de órdenes religiosas van audazmente por delante en este espíritu de fe: compran casas sin tener un céntimo o recogen a pobres sin contar con qué alimentarlos. Entonces, Dios hace milagros a su favor, y llegan los cheques y se llenan los graneros. Pero con demasiada frecuencia, al cabo de unas generaciones, todo está planificado, contabilizado, y nadie se compromete a un gasto sin estar seguro de poder cubrirlo. ¿Cómo podrá manifestarse la Providencia? Y esto es también válido en el plano espiritual. Si para estar seguro de no quedar en mal lugar ante su auditorio, un sacerdote redacta todos sus sermones y sus conferencias hasta la última coma, sin haber tenido nunca la audacia de lanzarse a predicar apoyándose como única preparación en la oración y la confianza en Dios, ¿cómo llegará a experimentar la ayuda del Espíritu Santo que habla a través de su boca según las palabras del Evangelio: «*No os preocupéis de cómo o qué habéis de hablar, porque se os dará en aquella hora lo que habéis de decir. Pues no sois vosotros los que habláis, sino el Espíritu de vuestro Padre el que habla en vosotros*» (Mt 10, 19).

Seamos claros: evidentemente, no queremos decir que ser previsor, hacer un presupuesto o preparar un sermón sea mala cosa. ¡Nuestros talentos naturales son también instrumentos en manos de la Providencia!, pero todo depende del estado de ánimo con que lo hagamos. Tenemos que comprender que hay una enorme diferencia entre la actitud del corazón del que —por temor a verse desprevenido, y no creyendo en la intervención divina a favor de los que cuentan con ella— programa anticipadamente hasta los menores detalles y sólo actúa dentro de la medida exacta de su capacidad actual, y la del que, ciertamente, hace todo lo que es legítimo, pero se abandona confiadamente en Dios para emprender todo lo que le pide y que supera sus posibilidades. ¡Y lo que Dios nos pide está siempre por encima de nuestras posibilidades naturales!



### 3. EL TEMOR AL SUFRIMIENTO

El otro gran obstáculo para el abandono es la presencia del dolor en nuestra propia vida y en el mundo que nos rodea. Incluso Dios permite el sufrimiento de los que se abandonan en Él consintiendo que carezcan de ciertas cosas, a veces de un modo doloroso. ¿En qué pobreza vivió la familia de la pequeña Bernadette de Lourdes? ¿No es un desmentido de las palabras del Evangelio? No, porque el Señor puede permitir que nos falten ciertas cosas (a veces consideradas indispensables a ojos del mundo), pero nunca nos dejará privados de lo esencial: de su presencia, de su paz y de todo lo que, según sus designios, es necesario para la plena realización de nuestra vida. Si permite los sufrimientos, nuestra fuerza radica en creer que «Dios no permite sufrimientos inútiles», como dice Teresa de Lisieux.

Si queremos llevar al límite nuestra fe cristiana, hemos de estar convencidos de que, tanto en el ámbito de nuestra historia personal como en el de la historia del mundo, Dios es lo bastante bueno y poderoso como para utilizar a favor nuestro todo el mal, cualquiera que sea, y todo el sufrimiento, por absurdo e inútil que parezca. No podemos tener una certeza matemática o filosófica de esto: sólo puede ser un acto de fe, pero es precisamente ese acto de fe el que nos invita a proclamar la Resurrección de Jesús, entendida y asumida como la victoria definitiva de Dios sobre el mal.

El mal es un misterio, un escándalo, y lo será siempre. Hay que hacer lo posible por eliminarlo, por aliviar el dolor, pero está siempre presente en nuestra historia personal y en la del mundo. Su lugar en la economía de la Redención compete a la Sabiduría de Dios, que no es la sabiduría de los hombres, y que siempre llevará en sí algo incomprensible: *«Porque no son mis pensamientos vuestros pensamientos, ni mis caminos vuestros caminos, dice Yavé. Cuanto son los cielos más altos que la tierra, tanto están mis caminos por encima de los vuestros, y por encima de los vuestros mis pensamientos»* (Is 55, 9).

En ciertos momentos de su vida, el cristiano se verá, pues, invitado a creer en contra de las apariencias, a *«esperar contra toda esperanza»* (Rom 4, 18). Inevitablemente, surgen ocasiones en las que no podemos comprender los motivos de la actuación de Dios, porque en ellas no interviene la sabiduría de los hombres, una sabiduría a nuestro alcance, comprensible y explicable por la inteligencia humana, sino la misteriosa e incomprensible Sabiduría divina.

Y ¡afortunadamente no siempre podemos comprender! En caso contrario, ¿cómo sería posible dejar que la Sabiduría de Dios actuara según sus designios? ¿Habría entonces lugar para la confianza? Es cierto que, en muchas cosas, no nos comportaríamos como lo hace Dios. ¡No habríamos elegido la locura de la Cruz como medio de Redención! Afortunadamente, no es nuestra sabiduría, sino la Sabiduría de Dios la que dirige todas las cosas, pues es infinitamente más poderosa y más amante, y sobre todo más misericordiosa.

Y si la Sabiduría de Dios es incomprensible en sus caminos, y a veces desconcertante en su modo de actuar respecto a nosotros, es la prenda, que será también incomprensible, de lo que prepara para los que esperan en ella y que sobrepasa infinitamente en gloria y belleza a lo que podemos imaginar o conce-

bir: *«Lo que ni el ojo vio, ni oído oyó, ni llegó al corazón del hombre, eso preparó Dios para los*

*que le aman»* (I Cor 2, 9).

La sabiduría del hombre únicamente puede producir obras a la medida humana; sólo la Sabiduría divina puede llevar a cabo cosas divinas, y a esa grandeza divina nos tiene destinados.

Esta debe ser, pues, nuestra fuerza frente al problema del mal: no una respuesta filosófica, sino una confianza filial en Dios, en su Amor y en su Sabiduría. La certeza de que *«todas las cosas contribuyen al bien de los que aman a Dios»*, y que *«los sufrimientos del tiempo presente no son comparables con la gloria que se ha de manifestar en nosotros»* (Rom 8, 18).

#### 4. PARA CRECER EN LA CONFIANZA, UNA ORACIÓN DE HIJO

¿Cómo crecer en esta confianza total en Dios, cómo cultivarla y alimentarla en nosotros? Ciertamente, no sólo por especulaciones intelectuales y consideraciones teológicas que no se sostendrán en el momento de la prueba, sino por una *mirada de contemplación hacia Jesús*.

Lo que realmente inspira confianza es contemplar a Jesús, que da su vida por nosotros, y alimentarnos de ese «amor demasiado grande» que nos manifiesta en la Cruz. ¿Cómo esta prueba suprema de amor —*nadie tiene amor mayor que el de dar la vida por sus amigos* (Jn 15, 13)— incansablemente contemplada, embargada por una mirada de amor y de fe, no ha de fortalecer poco a poco nuestro corazón con una confianza inquebrantable? ¿Qué se puede temer de un Dios que nos manifiesta su amor de un modo tan evidente? ¿Cómo no ha de estar *por nosotros*, plena y absolutamente *a favor nuestro*, cómo no ha de hacer todo por nosotros ese Dios amigo de los hombres que «*ni a su propio Hijo perdonó, sino que lo entregó por nosotros*»? Y «*si Dios está por nosotros, ¿quién contra nosotros?*». Si Dios está con nosotros, ¿qué mal podrá acaecernos?

Vemos así la absoluta necesidad de la contemplación para crecer en la confianza. A fin de cuentas, son demasiadas las personas que se sienten intranquilas porque no son contemplativas y no se toman el tiempo de alimentar su propio corazón y devolverle la paz con una mirada de amor posada en Jesús. Para resistir al temor, al abatimiento, es preciso que, por medio de la oración, por una experiencia personal del Dios reencontrado, reconocido y amado a través de ella, podamos «*gustar y ver qué bueno es el Señor*» (Sal 34). La certeza que infunde en nosotros el hábito de la oración es más fuerte que la que se desprende de los razonamientos, aunque sean de la más alta teología.

Para resistir a los incesantes asaltos del mal y a los pensamientos de desaliento y desconfianza, nuestra oración ha de ser incesante e incansable. En numerosas ocasiones he acudido a hacer la hora cotidiana de adoración al Santísimo Sacramento en un estado de preocupación y desánimo y, sin que haya ocurrido nada de particular, sin decir ni sentir alguna cosa especial, he salido con el corazón apaciguado. Las circunstancias exteriores eran las mismas, los problemas seguían pendientes de resolver, pero el corazón había cambiado y, a partir de entonces, podía afrontarlos tranquilamente. El Espíritu Santo había hecho su trabajo en secreto.

Nunca insistiremos bastante en la necesidad de la oración silenciosa, la auténtica fuente de la paz in-

terior. ¿Cómo abandonarse en Dios y confiar en Él, si sólo lo conocemos de lejos, *de oídas*? «*Sólo de oídas te conocía, pero ahora te han visto mis ojos*» (Job 42, 5). El corazón sólo despierta a la confianza si despierta al amor, y tenemos necesidad de experimentar la dulzura y la ternura del corazón de Jesús. Eso se obtiene únicamente gracias al hábito de la oración, de ese dulce descanso en Dios que es la oración contemplativa.

Aprendamos pues a abandonarnos con la sencillez de los niños, a confiar totalmente en Dios tanto en las cosas grandes como en las pequeñas, y Él manifestará su ternura, su previsión y su fidelidad de un modo a veces conmovedor. Si en ciertos momentos nos trata con aparente rudeza, tiene también delicadezas imprevistas de las que sólo es capaz un amor tan tierno y puro como el suyo.

Al final de su vida, San Juan de la Cruz, camino del convento donde terminaría sus días, enfermo, agotado y no pudiendo más, sintió gana de comer espárragos como en su infancia. Junto a la piedra donde se sentó para recobrar aliento, aparecía un manojo, depositado allí milagrosamente.

En medio de nuestras pruebas experimentaremos esas delicadezas del Amor; no están reservadas a los santos, lo están para todos los pobres que creen realmente que Dios es su Padre. Y serán un poderoso estímulo para que nos abandonemos, un estímulo mucho más eficaz que cualquier razonamiento.

Creo que ahí radica la verdadera respuesta al misterio del mal y del dolor, una respuesta no filosófica, sino existencial: ejercitándome en el abandono, adquiero la experiencia concreta de que, efectivamente, «eso funciona», que Dios hace que todo coopere a mi bien, incluso el mal, incluso el dolor e incluso mis propios pecados. A fin de cuentas, cuando llegan ciertas situaciones que temía, después del primer impacto doloroso me parecen soportables y beneficiosas. Lo que consideraba en contra mía se revela como hecho a mi favor. Entonces me digo: lo que Dios, en su infinita Misericordia, hace por mí, tiene que hacerlo igualmente por los demás, y también por el mundo entero, de un modo misterioso y oculto.

## 5. O NOS ABANDONAMOS COMPLETAMENTE O NO NOS ABANDONAMOS EN ABSOLUTO...

Es conveniente hacer un comentario a propósito del abandono. Para que sea auténtico y engendre la paz, es preciso que sea pleno; que pongamos todo, sin excepción, en las manos de Dios, no tratando de organizar, de «salvarnos» por nosotros mismos en ningún terreno: material, afectivo o espiritual. No se puede dividir la existencia humana en secciones: en algunas sería legítimo abandonarse en Dios confiadamente, y en otras, por el contrario, convendría «desenvolverse» exclusivamente por uno mismo. Y sepamos una cosa: cualquier realidad que no abandonemos, que pretendamos organizar por nuestra cuenta sin dar «carta blanca» a Dios, continuará inquietándonos de un modo u otro. La medida de nuestra paz interior será la de nuestro abandono, es decir la de nuestro desprendimiento.

El abandono implica así una parte inevitable de renuncia, y eso es lo que nos resulta más difícil. Tenemos una tendencia natural a «apegarnos» a multitud de cosas: bienes materiales, afectos, deseos, proyec-

tos, etc., y nos cuesta terriblemente abandonar la presa, porque tenemos la impresión de perdernos, de morir. En esos momentos hemos de creer con todo nuestro corazón en la frase de Jesús, en esa ley de «quien pierde gana» tan explícita en el Evangelio: «*Quien quiera salvar su vida la perderá, pero quien pierda su vida por mí, la encontrará*» (Mt 16, 25). El que acepta la renuncia, esa muerte que es el desprendimiento, encuentra la verdadera vida. El hombre que se aferra a algo, que quiere salvaguardar su dominio sobre alguna porción de su vida para administrarlo a su conveniencia sin abandonarlo radicalmente en manos de Dios, hace un cálculo muy equivocado: se carga de preocupaciones inútiles y se expone a la inquietud de perderlo. Al contrario, el que acepta dejar todo en manos de Dios, darle el permiso para que dé y tome a su albedrío, encuentra una paz y una libertad interior inexplicables. «¡Ah, si supiéramos lo que se gana renunciando a todas las cosas!», dice Santa Teresa de Lisieux. Ese es el camino de la felicidad: si le dejamos actuar libremente, Dios es infinitamente más capaz de hacernos felices de lo que somos nosotros, pues nos conoce y nos ama más de lo que no-

sotros nos conocemos y nos amamos. San Juan de la Cruz expresa esta verdad en otros términos: «Se me han dado todos los bienes desde el momento en que ya no los he buscado». Si nos desprendemos de todo poniéndolo en las manos de Dios, Dios nos devolverá mucho más, el céntuplo, «*en esta vida*» (Mc 10, 30).

## 6. DIOS LO PIDE TODO, PERO NO LO TOMA TODO OBLIGATORIAMENTE

A propósito de todo lo que acabamos de considerar, es importante que sepamos desenmascarar un ardid que suele emplear el demonio para desconcertarnos y desalentarnos. Ante algún bien de los que disponemos (un bien material, una amistad, una actividad que nos gusta, etc.), y para impedir que nos abandonemos en Dios, el demonio nos hace imaginar que, si se lo entregamos todo, Dios, efectivamente, nos lo tomará todo y «arrasará» nuestra vida. ¡Eso provoca un temor que nos paraliza por completo! Pero no hay que caer en la trampa. Al contrario, el Señor nos pide únicamente una actitud de desprendimiento en el corazón, una disposición a darlo todo, pero no necesariamente toma «todo»: nos deja la posesión sosegada de muchas cosas, siempre que puedan servir a sus designios y no sean malas en sí mismas. Sabe también tranquilizarnos ante los escrúpulos que eventualmente podríamos sentir por disfrutar de ciertos bienes o de determinadas satisfacciones humanas, un escrúpulo frecuente entre los que aman al Señor y quieren hacer su voluntad. Hemos de creer firmemente que, si Dios nos pide un desprendimiento efectivo de determinada realidad, nos lo hará comprender claramente en el instante previsto; y ese desprendimiento, incluso si es doloroso en el momento, irá seguido de una profunda paz. Así pues, la actitud adecuada es sencillamente la de estar dispuesto a entregar todo a Dios sin temor alguno y, con una confianza total, dejarle actuar a su gusto.

## 7. ¿QUÉ HACER CUANDO NO CONSEGUIMOS ABANDONARNOS?

A Marthe Robin le plantearon esta misma pregunta. Su respuesta fue: «¡Abandonarnos de todos modos!» Es la respuesta de una santa y no me permito proponer ninguna otra. Coincide con la frase de Teresa de Lisieux: «¡Mi única ley es el abandono total!».

El abandono no es natural, es una gracia que hay que pedir a Dios. Nos la concederá si rezamos con perseverancia. «*Pedid y recibiréis...*» (Mt 7, 7).

El abandono es un fruto del Espíritu Santo que el Señor no niega al que lo pide con fe: «*Si vosotros, siendo malos sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, ¿cuánto más el Padre del Cielo dará el Espíritu Santo a quienes se lo piden?*» (Lc 11, 13).

Una de las más hermosas expresiones del abandono confiado en las manos de Dios es el salmo 23 de la Biblia:

*El Señor es mi pastor, nada me falta.  
Me hace recostar en verdes praderas  
Y me lleva a frescas aguas.  
Recrea mi alma,  
me guía por las rectas sendas  
por amor de su nombre.  
Aunque haya de pasar por un valle tenebroso  
no temo mal alguno porque Tú estás conmigo.  
Tu clava y tu cayado son mis consuelos.  
Tú dispones ante mí una mesa  
enfrente de mis enemigos.  
Derramas el óleo sobre mi cabeza,  
y mi cáliz rebosa.  
Sólo bondad y benevolencia me acompañan  
todos los días de mi vida.  
Y moraré en la casa del Señor  
por dilatados días.*

Querríamos volver algunos momentos sobre esta sorprendente afirmación de la Sagrada Escritura según la cual Dios no permite que nos falte nada. Eso servirá para desenmascarar una tentación, a veces sutil, en la que caen muchas personas y que paraliza enormemente el avance espiritual.

Se trata concretamente de la tentación de creer que falta algo esencial en nuestra situación (personal, familiar...) y que, a causa de eso, se nos niega el avance y la posibilidad de desarrollarnos espiritualmente.

Por ejemplo, carezco de salud, y entonces no consigo rezar del modo que me parece indispensable; o bien, el entorno familiar me impide organizar mis actividades espirituales como quisiera; o también, no tengo las cualidades, la fuerza, las virtudes y los dones necesarios para hacer algo valioso en el terreno de la vida cristiana. No estoy satisfecho con mi vida, con mi persona o con mis condiciones, y vivo con la constante sensación de que, mientras las cosas sigan así, me será imposible vivir real e intensamente. Me siento en inferioridad respecto a los otros, y llevo conmigo la continua nostalgia de una vida distinta, mejor, más favorable, en la que, por fin, podría hacer cosas importantes.

Según la expresión de Rimbaud, tengo la sensación de que «la verdadera vida está en otra parte», en una parte en la que no está mi vida, y que esta no es una verdadera vida, que, por culpa de algunas limitaciones o algunos sufrimientos, no me ofrece las condiciones de un auténtico

florecimiento espiritual. Estoy concentrado en lo negativo de mi situación, en lo que me falta para ser feliz, y eso me vuelve descontento, envidioso y desanimado y, en consecuencia, no adelanto; me digo: la auténtica vida está en otra parte y, sencillamente, me olvido de vivir.

No obstante, a veces bastaría muy poca cosa para que todo fuera distinto y yo avanzara a pasos de gigante: bastaría otra mirada, una mirada de confianza y de esperanza en mi situación (basada en la certeza de que nada podrá faltarme). Y entonces, las puertas se abrirían delante de mí: unas posibilidades inesperadas de crecimiento espiritual.

A menudo vivimos en medio de una ilusión: queremos que cambie lo que nos rodea, que cambien las circunstancias, y tenemos la impresión de que, entonces, todo iría mejor. Pero eso suele ser un error: no son las circunstancias exteriores las que han de cambiar: en primer lugar ha de cambiar nuestro corazón, purificándose de su encierro, de su tristeza, de su falta de esperanza: *«Bienaventurados los limpios de corazón porque ellos verán a Dios»* (Mt 5, 8). Bienaventurados los que tienen el corazón purificado por la fe y la esperanza, que dirigen hacia su vida una mirada iluminada por la certeza de que, a pesar de las apariencias desfavorables, Dios está presente, atiende a sus necesidades esenciales y que, por lo tanto, nada les falta. Entonces, si tienen esta fe, verán a Dios: experimentarán la presencia de Dios, que les acompaña y les guía; comprenderán que todas aquellas circunstancias que les parecían negativas y perjudiciales para su vida espiritual, en la pedagogía de Dios son, de hecho, medios poderosos para hacerles avanzar y crecer. San Juan de la Cruz dice que *«suele ocurrir que, por donde cree perder, el alma gana y aprovecha más»*. Eso es muy cierto.

En algunas ocasiones estamos tan obnubilados por lo que no funciona, por lo que (¡según nuestros criterios!) debería ser diferente en nuestro caso, que olvidamos lo positivo, además de que no sabemos aprovechar todos los aspectos de nuestra situación, incluso los aparentemente negativos, para acercarnos a Dios y crecer en fe, en amor y en humildad. Lo que nos falta es, sobre todo, la convicción de que *«el amor de Dios saca provecho de todo, del bien y del mal que se encuentra en mí»* (Santa Teresa de Lisieux, inspirándose en San Juan de la Cruz). En lugar de lamentarnos y de querer librarnos a toda costa de nuestras imperfecciones, podríamos convertirlas en unas ocasiones espléndidas para avanzar en humildad y confianza en la misericordia de Dios y, como consecuencia, en santidad.

El problema de fondo es que estamos demasiado apegados a nuestras opiniones sobre lo que es bueno y lo que no lo es, y no confiamos suficientemente en la Sabiduría y el poder de Dios. No creemos que sea capaz de usar de todo para nuestro bien y que nunca, en cualquier circunstancia, dejará que nos falte lo esencial, en pocas palabras, lo que nos permita amar más, pues crecer o desarrollarse en la vida espiritual es aprender a amar. Si tuviéramos más fe, muchas circunstancias que consideramos perniciosas podrían convertirse en unas ocasiones maravillosas para amar más, ser más pacientes, más humildes, más dulces, más misericordiosos, y de abandonarnos más en las manos de Dios.

Cuando llegemos a convencernos de esto, obtendremos una fuerza inmensa: Dios puede permitir que algunas veces me falte el dinero, la salud, el talento, las virtudes, pero nunca me faltará Él mismo, su ayuda y su misericordia, y todo lo que me permita acercarme siempre más estrechamente a Él, amarle más intensamente, amar mejor al prójimo y alcanzar la santidad.



## 9. ACTITUD QUE DEBEMOS ADOPTAR ANTE EL SUFRIMIENTO DE LOS QUE NOS RODEAN

Frecuentemente surge una situación en la que corremos el riesgo de perder la paz interior: cuando una persona cercana se encuentra en circunstancias difíciles. A veces sentimos más preocupación y angustia por el sufrimiento de un amigo o de un niño, que por el nuestro. En sí, es un hermoso sentimiento, pero no debe ser motivo de desesperación. ¡Cuánta inquietud, exagerada en ocasiones, reina en las familias cuando un miembro sufre una prueba en su salud, está en paro, vive un momento de depresión, etc.! ¡Cuántos padres se dejan atormentar por la preocupación que les causa el problema de alguno de sus hijos...!

Por todas las razones que hemos expuesto en las páginas precedentes, el Señor nos invita, también en esos casos, a no perder la paz interior. Por legítimo que sea nuestro dolor, hemos de permanecer serenos. El Señor no nos abandonará: «*¿Puede acaso una mujer olvidarse del hijo que amamanta, no compadecerse del fruto de sus entrañas? ¡Aunque ellas se olvidaran, yo no te olvidaría!*» (Is 49, 15).

No obstante, querríamos insistir en el punto siguiente: como veremos a continuación, lo mismo que es importante saber distinguir entre la verdadera y la falsa humildad, entre el auténtico arrepentimiento, sereno y confiado, y el falso arrepentimiento —los inquietantes remordimientos que nos paralizan—, hemos de saber distinguir entre lo que podríamos llamar la verdadera y la falsa compasión.

Es cierto que, cuanto más avanzamos en la vida cristiana, más crece nuestra compasión. Mientras que por naturaleza somos duros e indiferentes, el espectáculo de la miseria del mundo y el dolor de los hermanos arrancan lágrimas a los santos cuya intimidad con el Señor ha hecho «líquido» su corazón, en palabras del Santo Cura de Ars. Santo Domingo pasaba las noches en llanto y oración suplicando al Señor: «Misericordia mía, ¡qué va a ser de los pecadores!» Y tendríamos derecho a poner en duda el valor de la vida espiritual de la persona que no manifestara una creciente compasión.

Sin embargo, la compasión de los santos, por dispuesta que esté a compartir y aliviar la miseria, siempre es dulce, pacífica y reconfortante. Es un fruto del Espíritu Santo.

Nuestra compasión suele ser inquieta y confusa. Tenemos un modo de implicarnos en el dolor ajeno que no siempre es el adecuado, que a veces procede más del amor propio que de un amor verdadero al prójimo. Creemos que está justificada nuestra preocupación por alguien que está en dificultades, que es una prueba del amor que sentimos por esa persona. Pero eso es falso. Generalmente, en esta actitud se oculta un gran amor propio. No soportamos el sufrimiento ajeno porque tememos sufrir nosotros: también en este caso nos falta confianza en Dios.

Es normal que nos sintamos profundamente afectados por el sufrimiento de un ser querido, pero si por este motivo nos atormentamos hasta el punto de perder la paz, significará que nuestro amor por esa persona no es plenamente espiritual, no es todavía un amor según Dios. Aún es un amor demasiado humano y sin duda egoísta, insuficientemente basado en una inquebrantable confianza en Dios.

Para que la compasión sea verdaderamente una virtud cristiana debe proceder del amor (que

consiste en desear el bien de la persona a la luz de Dios y de acuerdo con los planes divinos) y no del temor (miedo al dolor, miedo a perder algo). De hecho, con demasiada frecuencia nuestra actitud ante los que sufren en nuestro entorno está más condicionada por el temor que fundada en el amor.

Una cosa es cierta: Dios ama a nuestros prójimos infinitamente más e infinitamente mejor que nosotros. Desea que creamos en ese amor y que sepamos también abandonar en sus manos a los que amamos. Y, con frecuencia, nuestra ayuda será así más eficaz.

Nuestros hermanos y hermanas que sufren necesitan a su alrededor personas tranquilas, confiadas y alegres, que las ayudarán con mayor eficacia que las angustiadas y preocupadas. Nuestra falsa compasión no hace más que añadir una tristeza a otra, una decepción a otra, y no es una fuente de paz y de esperanza para los que padecen.

Me gustaría dar un ejemplo concreto del que he sido testigo recientemente. Se trata de una mujer joven que sufre de una penosa depresión; los temores y angustias que le produce su enfermedad le impiden salir sola por la ciudad. Su madre, desconsolada y llorando, me suplicaba que rezara por su curación. Yo respeto infinitamente el comprensible dolor de esa madre y, por supuesto, hemos rezado por su hija. Sin embargo, lo que me sorprendió fue que, cuando un poco más tarde tuve ocasión de hablar con la joven, me di cuenta de que soportaba su padecimiento con gran paz. Me dijo: «Soy incapaz de rezar, pero lo único que no ceso de decir a Jesús son las palabras del Salmo 23: *«El Señor es mi pastor, nada me falta»*. Me dijo también que veía los frutos positivos de su enfermedad, en especial por parte de su padre, que, muy duro respecto a ella en otras ocasiones, ahora había cambiado de actitud.

He visto a menudo casos de este estilo: una persona que sufre una prueba la vive mejor que su entorno, ¡agitado y nervioso! A veces se multiplican las peticiones de curación, incluso de remisión, y se buscan todos los medios posibles e imaginables con objeto de obtenerla para esa persona, olvidando que, evidentemente, la mano de Dios está sobre ella. No pretendo decir que no haga falta acompañar a las personas que sufren, pedir su curación con una plegaria perseverante y hacer todo lo humano y espiritualmente posible para lograrla; por supuesto, tenemos el deber de hacerlo, pero siempre en un clima de abandono y confianza en las manos de Dios.

## 10. JESÚS ESTÁ EN TODO EL QUE SUFRE

La razón definitiva que nos ayudará a afrontar serenamente el drama del dolor es la siguiente: hemos de tomar en serio el misterio de la Encarnación y el de la Cruz: Jesús tomó nuestra carne, tomó realmente sobre sí nuestros sufrimientos, y de este modo está en todo el que sufre. En el capítulo 25 del Evangelio de San Mateo sobre el Juicio Final, Jesús dice a los que han visitado a los enfermos y a los presos: «*Cuanto hicisteis a uno de estos mis hermanos más pequeños, a mí me lo hicisteis*». Esas palabras del Señor nos enseñan que «a la caída de la tarde nos examinarán en el amor» (San Juan de la Cruz), y en especial del amor a nuestros hermanos necesitados. Es una llamada a la compasión. ¿Acaso esas palabras de Jesús no nos invitan también a reconocer sus rasgos, su presencia en todos los que sufren? Nos llaman a recurrir a todas nuestras fuerzas para aliviar ese sufrimiento, pero también a dirigir sobre él una mirada de esperanza. En todo dolor hay un germen de vida y de resurrección, ya que Jesús en persona está en él.

Si, ante una persona que sufre, estamos convencidos de que es Jesús quien sufre en ella, que, en palabras de San Pablo, completa en ella lo que falta a su Pasión, ¿cómo desesperarse ante ese padecimiento? ¿Acaso no ha resucitado Cristo? ¿No es redentora su Pasión? «*No os aflijáis como esos otros que no tienen esperanza*» (1 Tes 4, 13).

## 11. LOS DEFECTOS Y LAS DEFICIENCIAS DE LOS DEMÁS

Ya he aludido a la inquietud ante cualquier mal que amenace o atente contra nuestra persona o contra nuestros prójimos como el motivo más frecuente de la pérdida de la paz interior.

La respuesta es el abandono en las manos de Dios, que nos libra de todo mal o que, si lo permite, nos da la fuerza para soportarlo y transformarlo en beneficio nuestro.

Esta respuesta sigue siendo válida para todas las demás causas que nos hacen perder la paz, en las que vamos a interesarnos ahora y que son casos particulares. No obstante, conviene hablar de ellas, pues si la única ley es el abandono, su práctica toma distintas formas según el origen de nuestros problemas y de nuestras preocupaciones.

Suele suceder que perdamos la paz no porque un sufrimiento nos afecte o nos amenace personalmente, sino más bien a causa del comportamiento, que nos aflige y nos preocupa, de una persona o un grupo de personas. En ese caso, lo que está amenazado no es directamente nuestro bien —en el que, por otra parte, estamos interesados—, sino el bien de nuestra comunidad, de la Iglesia o la salvación de una persona determinada.

Una mujer puede sentirse preocupada porque no ve que se produzca la deseada conversión de su esposo. El superior de una comunidad puede perder la paz viendo que uno de los frailes o de las religiosas hace lo contrario de lo que se espera de ellos. O más simplemente, nos irrita que un pariente no se comporte en la vida cotidiana como creemos que debía conducirse. ¡Cuánto nerviosismo provoca este tipo de situaciones!

La respuesta es la misma que la precedente: la confianza y el abandono. He de hacer todo lo que se me ocurra para ayudar a mejorar a los demás, serena y tranquilamente, y dejar el resto en las manos del Señor, que sabrá sacar provecho de todo.

A propósito de esto, querríamos enunciar un principio general, muy importante para la vida espiritual y para la cotidiana, y que es el punto en el que habitualmente tropezamos cuando se trata de los casos citados anteriormente. Por otra parte, su campo de aplicación es mucho más amplio que el tema de la paciencia con los defectos del prójimo.

Este principio es el siguiente: debemos velar no por desear únicamente cosas buenas en sí mismas, sino también por quererlas de un modo bueno. Estar atentos no sólo a *lo* que queremos, sino también a la *manera* en que lo queremos. En efecto: frecuentemente pecamos así: deseamos una cosa que es buena, incluso muy buena, pero *la deseamos de un modo que es malo*. Para hacerlo comprender mejor, volvamos a uno de los ejemplos anteriores: es normal que un superior de una comunidad vele por la santidad de los que le han sido confiados: es una cosa excelente, conforme con la voluntad de Dios. Sin embargo, si ese superior se enfada, se irrita y pierde la paz ante las imperfecciones o el escaso fervor de sus hermanos, ciertamente el Espíritu Santo no le está inspirando. Y a menudo mostramos esta tendencia: como la cosa que deseamos es buena, incluso realmente querida por Dios, nos creemos justificados para desearla de tal modo que, si no se realiza, nos impacientamos y disgustamos. ¡Cuanto más buena nos parece una cosa, más nos inquietamos y nos preocupamos por obtenerla!

Como ya he dicho, debemos pues, no sólo verificar que las cosas que deseamos son buenas en sí

mismas, sino también que es bueno nuestro modo de quererlas y buenas las disposiciones de nuestro corazón. Es decir, que nuestro querer debe seguir siendo sereno, pacífico, paciente, desprendido, abandonado en Dios. No debe ser un querer impaciente, demasiado precipitado, inquieto, irritable, etc. En la vida espiritual suele ocurrir que nuestra actitud es defectuosa: ciertamente no somos de los que quieren cosas malas, contrarias a Dios; deseamos cosas buenas, en conformidad con la voluntad de Dios, pero todavía las queremos de un modo que no es «el modo de Dios», es decir, el del Espíritu Santo, que es dulce, pacífico y paciente, sino a la manera humana: tenso, precipitado, y defraudado si no logra inmediatamente aquello hacia lo que tiende.

Todos los santos insisten en decirnos que debemos moderar nuestros deseos, incluso los mejores, pues si deseamos al modo humano que hemos descrito, el alma se conturba, se inquieta, pierde la paz y obstaculiza las actuaciones de Dios en ella y en el prójimo.

Eso se aplica a todo, incluso a nuestra propia santificación. ¡Cuántas veces perdemos la paz porque nos parece que nuestra santificación no avanza lo bastante aprisa, que tenemos todavía muchos defectos! Y eso no hace más que retrasar las cosas. San Francisco de Sales llega hasta decir que «nada retrasa tanto el progreso en una virtud como el desear adquirirla con demasiado apresuramiento». Volveremos sobre ello más adelante.

Para terminar, recordemos lo siguiente: la prueba de que estamos en la verdad, que deseamos según el Espíritu Santo, no es sólo que la cosa ansiada sea buena, sino también que conservemos la paz. Un deseo que hace perder la paz, incluso si la cosa deseada es excelente en sí, no es de Dios. Hay que desear y anhelar, pero de un modo libre y desprendido, abandonando en Dios la realización de esos deseos como Él lo quiera y cuando lo quiera. Es de gran importancia educar el corazón en este sentido para progresar espiritualmente. Dios es quien hace crecer y quien convierte, no nuestra agitación, nuestra precipitación o nuestra inquietud.

## 12. PACIENCIA CON EL PRÓJIMO

Apliquemos, pues, todo lo dicho, al deseo que tenemos de que los que nos rodean mejoren su conducta, un deseo que ha de ser sereno y sin inquietudes; sepamos permanecer tranquilos aunque ellos actúen de un modo que consideramos erróneo o injusto. Hagamos, por supuesto, todo lo que dependa de nosotros para ayudarles, es decir reprenderlos o corregirlos en función de las eventuales responsabilidades que tengamos que asumir respecto a ellos, pero hagámoslo todo en un ambiente de cariño y de paz. Y cuando seamos incapaces, permanezcamos tranquilos y dejemos actuar a Dios.

¡Cuántas personas pierden la paz al pretender cambiar a toda costa a quienes les rodean! ¡Cuántas personas casadas se alteran y se irritan porque querrían que su cónyuge no tuviera este defecto o aquel otro! Por el contrario, el Señor nos pide que soportemos con paciencia los defectos del prójimo.

Tenemos que razonar así: si el Señor no ha transformado todavía a esa persona, no ha eliminado de ella tal o cual imperfección, ¡es que la soporta como es! Espera con paciencia el momento oportuno, y yo debo actuar como Él. Tengo que rezar y esperar pacientemente. ¿Por qué ser más exigente y más precipitado que Dios? En ocasiones creo que mi prisa está motivada por el amor, pero Dios ama infinitamente más que yo, y sin embargo ¡se muestra menos impaciente! «*Hermanos, tened paciencia hasta la venida del Señor. Mirad, el labrador aguarda el fruto precioso de la tierra, esperándolo con paciencia, mientras caen las lluvias tempranas y tardías*» (Sant 5, 7).

Esta paciencia es tanto más importante cuanto que opera en nosotros una purificación indispensable. Aunque creemos desear el bien de los otros o nuestro propio bien, ese deseo suele estar mezclado con una búsqueda de nosotros mismos, de nuestra propia voluntad, del apego a nuestros criterios per-

sonales estrechos y limitados, a los que nos aferramos y queremos imponer a los demás, y a veces, incluso a Dios. Debemos liberarnos a toda costa de esa estrechez de corazón y de juicio, a fin de que no se realice el bien que imaginamos, sino el que corresponde a los designios divinos, infinitamente más amplios y más hermosos.

### 13. PACIENCIA CON NUESTRAS PROPIAS FALTAS Y NUESTRAS IMPERFECCIONES

La persona que ha recorrido determinado camino en la vida espiritual, que desea realmente amar al Señor con todo su corazón y que ha aprendido a confiar en Él y a abandonarse en sus manos en medio de las dificultades, suele correr el riesgo de perder la paz y la tranquilidad del alma en una circunstancia que el demonio aprovecha con frecuencia para desanimarla y desconcertarla.

En esta ocasión se trata de la visión de su miseria, de la experiencia de sus propias faltas y, a pesar de su buena voluntad, de caídas en un terreno u otro.

También en este caso es importante comprender que la tristeza, la inquietud y el desánimo que sentimos en el alma después de una falta no son buenos y que, por lo tanto, debemos de hacer todo lo posible para permanecer en paz.

Existe un principio fundamental que debe guiarnos cuando experimentemos a diario nuestras miserias y nuestras caídas: no se trata tanto de hacer unos esfuerzos sobrehumanos para eliminar totalmente nuestros defectos y pecados (¡algo que, en cualquier caso, está fuera de nuestro alcance!), sino de recuperar lo antes posible la paz, evitando la tristeza y el desaliento cuando caigamos en una falta o cuando nos sintamos afectados por la experiencia de nuestras imperfecciones.

Esto no significa dejadez ni resignación ante nuestra mediocridad: al contrario, es el medio para santificarnos más rápidamente. Y así lo demuestran numerosas razones.

La primera es el principio fundamental al que ya hemos aludido en varias ocasiones: Dios actúa en el alma en paz. No conseguiremos liberarnos del pecado con nuestras propias fuerzas, eso solamente lo conseguirá la gracia de Dios. En lugar de rebelarnos contra nosotros mismos, será más eficaz que nos encontremos en paz para dejar actuar a Dios.

La segunda razón es que eso complace más al Señor. ¿Qué es lo que más le agrada? ¿Cuando después de una caída nos descorazonamos y atormentamos, o cuando reaccionamos diciendo: «Señor, te pido perdón, he pecado otra vez, ¡mira lo que soy capaz de hacer por mí mismo! Pero me abandono confiadamente en tu misericordia y en tu perdón y te doy gracias por no haberme permitido pecar aún más gravemente. Me abandono en ti con confianza porque sé que, un día, me curarás por fin. Mientras tanto, te pido que la experiencia de mi miseria me haga más humilde, más dulce con los otros, más consciente de que no puedo nada por mí mismo, sino que todo lo tengo que esperar solamente de tu amor y tu misericordia». La respuesta es clara.

La tercera razón es que la angustia, la tristeza y el desaliento que sentimos después de nuestras faltas y fracasos raramente son puros y no suelen deberse al simple dolor de haber ofendido a Dios: en ello se mezcla una buena parte de orgullo. Nos sentimos tristes y desalentados, no tanto por haber ofendido a Dios, sino porque la imagen ideal que teníamos de nosotros mismos se ha visto brutalmente destruida. ¡Frecuentemente nuestro dolor es el del orgullo herido! Este dolor excesivo es justamente la prueba de que confiábamos en nosotros mismos y en nuestras fuerzas, y no en Dios. Escuchemos a Lorenzo Scupoli, antes citado:

«Un hombre presuntuoso se cree seguro de desconfiar de sí mismo y de confiar en Dios (que

son los fundamentos de la vida espiritual, y que, por lo tanto, debemos esforzarnos por adquirir), pero está cometiendo un error que sólo advertirá cuando se produzca alguna caída. Entonces, si se altera, si se aflige, si pierde la esperanza de hacer nuevos progresos en la virtud, demuestra que no ha puesto toda su confianza en Dios sino en sí mismo; y cuanto mayor sea la tristeza y la desesperanza, más culpable se considerará.

Cuando el que desconfía de sí mismo y confía totalmente en Dios comete alguna falta, no se extraña, no se disgusta ni se inquieta, porque comprende perfectamente que es el resultado de su fragilidad y del poco cuidado que ha tenido en depositar su confianza en Dios. Esa caída, al contrario, le enseña a desconfiar todavía más de sus fuerzas y a confiar cada vez más en la ayuda del Único que tiene el poder; detesta su pecado por encima de todo; condena la pasión o la costumbre perniciosa que ha sido la causa; siente un vivo dolor de haber ofendido a Dios, pero ese dolor, siempre sereno, no le impide volver a sus ocupaciones anteriores, a soportar las pruebas acostumbradas y a perseguir hasta la muerte a sus crueles enemigos...

Existe además la ilusión, muy común, de atribuir a un sentimiento de virtud el temor y la turbación que se siente después del pecado. Aunque la inquietud que sigue al pecado vaya siempre acompañada de cierto dolor, procede, sin embargo, de un fondo de orgullo, de una secreta presunción causada por una excesiva confianza en las propias fuerzas. Así, cuando la persona que se cree asentada en la virtud y desprecia las tentaciones llega a reconocer —por la triste experiencia de sus caídas— que es tan frágil y pecadora como las demás, se asombra ante un hecho que no debía haber sucedido y, privada del débil apoyo con el que contaba, se deja invadir por el disgusto y la desesperanza.

Esta desdicha no sucede nunca en el caso de los humildes, que no presumen de ellos mismos, y solamente se apoyan en Dios, porque cuando caen, ni se sorprenden ni se turban, pues la luz de la verdad que los ilumina les hace ver que su caída es un efecto natural de su debilidad y su inconstancia» (*Combate espiritual*, cap. 4 y 5).

La cuarta razón por la que esta tristeza y ese desaliento no son buenos radica en que no debemos tomar trágicamente nuestras propias faltas, pues Dios es capaz de sacar un bien de ellas. Santa Teresa de Lisieux gustaba mucho de esta frase de San Juan de la Cruz: «El Amor sabe sacar provecho de todo, del bien como del mal que encuentra en mí, y transformar en Él todas las cosas». Nuestra confianza en Dios debe llegar hasta ahí: hasta creer que Él es lo bastante bueno y poderoso como para sacar provecho de todo, incluidas nuestras faltas y nuestras infidelidades.

Cuando San Agustín cita la frase de San Pablo: «*Todo coopera al bien de los que aman a Dios*», añade: «*Etiam peccata*»: ¡incluso el pecado!

Por supuesto, hemos de luchar enérgicamente contra el pecado y batallar por corregir nuestras imperfecciones. Dios vomita a los tibios, y nada enfría tanto el amor como la resignación ante cierta mediocridad, una resignación que es, además, una falta de confianza en Dios y en su capacidad para santificarnos. Cuando hemos sido causantes de cualquier mal debemos también intentar repararlo en la medida de lo posible, pero no debemos sentirnos excesivamente desolados por nuestras faltas, pues, cuando volvemos a Él con un corazón arrepentido, Dios es capaz de hacer surgir un bien de ellas. Esa actitud nos hará crecer en humildad y nos enseñará a poner algo menos de confianza en nuestras propias fuerzas y un poco más solamente en Él.

¡Grande es la misericordia del Señor, que emplea nuestras faltas en beneficio nuestro! Ruysbroek, un místico flamenco de la Edad Media, dice lo siguiente: «En su clemencia, el Señor ha querido volver nuestros pecados contra ellos mismos y a favor nuestro; ha encontrado el medio de hacer que nos sean útiles, de convertirlos en instrumentos de salvación en nuestras manos. Que esto no disminuya nuestro temor a pecar, ni nuestro dolor por haber pecado. Pero nuestros pecados se han convertido, para nosotros, en una fuente de humildad.»

Añadamos que también pueden convertirse en un manantial de ternura y misericordia para con el prójimo. Yo, que caigo tan fácilmente ¿puede permitirme juzgar a mi hermano? ¿Cómo no ser misericordioso con él como el Señor lo ha sido conmigo?

Por lo tanto, después de una falta, cualquiera que sea, en lugar de quedarnos hundidos en medio del desaliento y de machacar sobre ella, debemos volvernos confiadamente a Dios de inmediato e incluso agradecerle el bien que, en su misericordia, ¡sacará de esa falta!

Hemos de saber que una de las armas que el demonio suele emplear para impedir el camino de las almas hacia Dios consiste precisamente en hacerles perder la paz y llegar a desalentarlas a la vista de sus faltas.

Necesitamos saber distinguir el auténtico arrepentimiento, el verdadero deseo de corregirnos —que siempre es tranquilo, apacible y confiado—, del falso arrepentimiento, de esos remordimientos que nos conturban, nos desaniman y nos paralizan. ¡No todos los reproches que proceden de nuestra conciencia están inspirados por el Espíritu Santo! Algunos provienen de nuestro orgullo o del demonio, y tenemos que aprender a discernirlos. Y la paz es un criterio esencial en el discernimiento del espíritu. Los sentimientos que inspira el Espíritu de Dios pueden ser poderosos y profundos, pero no por ello menos sosegados. Oigamos de nuevo a Scupoli:

«Para mantener el corazón en un perfecto sosiego, es necesario también despreciar ciertos remordimientos interiores que parecen venir de Dios, porque son unos reproches que nos hace nuestra conciencia sobre auténticos defectos, pero que proceden del espíritu maligno, según se puede comprobar por las consecuencias. Si los remordimientos de conciencia sirven para humillarnos, si nos hacen más fervorosos en la práctica de buenas obras, y si no disminuyen en absoluto nuestra confianza en la misericordia divina, hemos de recibirlos con acciones de gracias y como favores del Cielo. Pero si nos causan angustia, si hacen decaer nuestro ánimo, y si nos vuelven perezosos, tímidos o lentos en el cumplimiento de nuestros deberes, hemos de creer que son sugerencias del enemigo y *debemos seguir haciendo las cosas del modo habitual, sin dignarnos escucharlas* (*Combate espiritual*, cap. 25).

Comprendamos esto: para la persona de buena voluntad, la gravedad del pecado no radica tanto en la falta en sí, como en el abatimiento que provoca. El que cae, pero se levanta inmediatamente, no ha perdido gran cosa; más bien ha ganado en humildad y en experiencia de la misericordia divina. Pierde más el que permanece triste y abatido. La prueba del progreso espiritual no es tanto la de no caer, sino la de ser capaz de levantarse rápidamente de las caídas.

## 15. ¿QUÉ HACER CUANDO HEMOS PECADO?

De todo lo que acabamos de decir se deduce una regla de conducta muy importante para nosotros cuando caigamos en cualquier falta. Ciertamente hemos de sentir dolor por haber pecado, pedir perdón a Dios y suplicarle humildemente que nos conceda la gracia de no ofenderle así, y formar el propósito de confesarnos en el momento oportuno. Todo ello sin entristecernos ni desanimarnos, recuperando la paz lo antes posible gracias a las consideraciones antes expuestas, y reanudando nuestra vida espiritual normal como si nada hubiera pasado. ¡Cuanto antes recobremos la paz interior, mejor será! ¡Avanzaremos así mucho más que impacientándonos con nosotros mismos!

Veamos el siguiente ejemplo, muy importante: bajo la confusión que nos invade al caer en cualquier falta, generalmente sentimos la tentación de relajarnos en nuestra vida de piedad, de abandonar, por ejemplo, nuestro tiempo habitual de oración personal. Y encontramos buenas excusas: «¿Cómo yo, que acabo de caer en el pecado, que acabo de ofender al Señor, me voy a presentar ante Él en este estado?» Y a veces pasan varios días hasta que recuperamos nuestros hábitos de oración. Pero eso es un gran error: no es más que la falsa humildad inspirada por el demonio. Es imprescindible no variar nuestros hábitos de oración, sino todo lo contrario. ¿Dónde encontraremos la curación de nuestras faltas sino junto a Jesús? Nuestros pecados son un mal pretexto para alejarnos de Él, pues cuanto más pecadores somos, más necesitamos acercarnos al que dice: «*No tienen necesidad de médico los sanos, sino los enfermos... No he venido a llamar a los justos, sino a los pecadores*» (Mt 9, 12-13).

Si esperamos ser justos para llevar una vida de oración habitual, podemos esperar mucho tiempo. Y al contrario, al aceptar presentarnos delante del Señor en nuestra condición de pecadores, recibiremos la curación y poco a poco nos transformaremos en santos.

Hemos de abandonar una ilusión muy importante: ¡querríamos presentarnos delante del Señor únicamente cuando estamos limpios y bien peinados, además de satisfechos de nosotros mismos! Pero en esta actitud hay mucho de presunción. A fin de cuentas, nos gustaría no necesitar de su misericordia. Sin embargo, ¿qué clase de naturaleza es la de esa pseudo-santidad a la que aspiramos, a veces inconscientemente, que nos haría prescindir de Dios? Por el contrario, la verdadera santidad consiste en reconocer siempre que dependemos exclusivamente de su misericordia.

Para terminar, citaremos un último pasaje del *Combate espiritual* que nos remite a todo lo dicho y que nos indica la línea de conducta que hemos de seguir cuando caigamos en alguna falta; se titula: «Lo que hemos de hacer cuando recibimos alguna herida en el Combate Espiritual»:

«Cuando os sintáis heridos, es decir cuando veis que habéis cometido alguna falta, sea por mera fragilidad, o intencionadamente y con malicia, no debéis entristeceros demasiado: no os dejéis invadir por el disgusto y la inquietud, sino dirigíos *inmediatamente* a Dios con humilde confianza: “Ahora, ¡oh Dios mío!, dejo ver lo que soy, porque ¿qué podía esperarse de una criatura débil y ciega como yo, sino errores y caídas?” Deteneos un poco en este punto, a fin de recogeros en

vosotros mismos y concebir un vivo dolor por vuestras faltas.

Después, sin angustiarnos, dirigid vuestra cólera contra todas las pasiones que os dominan, especialmente contra la causante de vuestro pecado.

“Señor, diréis, habría cometido crímenes aún mayores si, con vuestra infinita bondad, no me hubierais socorrido.”

Enseguida, dad miles de gracias a ese Padre de las misericordias; amadle más que nunca, viendo que, lejos de sentirse agraviado por la ofensa que acabáis de hacerle, os tiende de nuevo la mano ante el temor de que caigáis de nuevo en algún desorden semejante.

Por fin, llenos de confianza, decidle: “Muestra lo que eres, ¡oh Dios mío!; haz sentir tu divina misericordia a un humilde pecador; perdona todas mis ofensas; no permitas que me separe, que me aleje ni siquiera un poco de ti. Fortaléceme con tu gracia de tal modo, que no te ofenda jamás.”

Después, no os dedicéis a pensar si Dios os ha perdonado o no: eso significa querer preocuparos en vano y perder el tiempo; y en este procedimiento hay mucho orgullo e ilusión diabólica, que, a través de estas inquietudes del alma, trata de perjudicaros y atormentaros. Así, abandonaos en su misericordia divina y continuad vuestras prácticas con la misma tranquilidad del que no ha cometido falta alguna. Incluso si habéis ofendido a Dios varias veces en un solo día, no perdáis jamás la confianza en Él. Practicad lo que os digo la segunda, la tercera y la última vez como la primera... Esta manera de luchar es la que más teme el demonio, porque sabe que agrada mucho a Dios, y porque, verse dominado por el mismo al que ha vencido fácilmente en otras contiendas, le produce siempre un gran desconcierto...

...Si, desgraciadamente, caéis en una falta que os produce angustia y desánimo, lo primero que debéis hacer es tratar de recobrar la paz de vuestra alma y la confianza en Dios...»

Para concluir este punto, querríamos añadir un comentario: es cierto que es peligroso hacer el mal, y que debemos hacer todo lo posible por evitarlo. Pero reconozcamos que, tal y como somos, ¡lo peligroso sería que no hiciéramos más que el bien!

En efecto, marcados por el pecado original, tenemos una tendencia tan enraizada a la soberbia, que nos es difícil, incluso inevitable, hacer algún bien sin apropiárnoslo, ¡sin atribuirlo al menos en parte a nuestras aptitudes, a nuestros méritos y a nuestra santidad! Si el Señor no permitiera que de vez en cuando actuemos mal, que cometamos errores, ¡correríamos un peligro enorme! Caeríamos inmediatamente en la vanidad, en el desprecio hacia el prójimo, y nos olvidaríamos de que todo nos viene de Dios gratuitamente.

Y nada como esta soberbia impide el amor verdadero. Para preservarnos de ese gran mal, el Señor permite en ocasiones un mal menor, como el de caer en algún defecto; y debemos darle las gracias por ello, pues, sin ese parapeto, ¡correríamos un gran peligro de perdernos!

La última razón que vamos a estudiar, y que frecuentemente nos hace perder la paz, es la incertidumbre, el desconcierto que provoca en nuestra conciencia el hecho de tener que tomar una decisión que no vemos con claridad. Tenemos miedo de equivocarnos y de que eso tenga consecuencias perjudiciales: tememos no hacer la voluntad del Señor.

Las circunstancias de este tipo pueden ser bastante penosas, y algunos dilemas muy angustiosos. En estas situaciones de incertidumbre nos será especialmente valiosa la actitud general de abandono y confianza de la que hemos hablado, esa entrega de todas las cosas en las manos de Dios que nos impedirá «dramatizar» ¡incluso las consecuencias que puedan tener nuestros errores!

No obstante, querríamos hacer algunas reflexiones útiles para conservar la paz interior cuando tenemos que tomar decisiones.

Lo primero que hemos de decir (y todo ello de acuerdo con lo expuesto hasta el momento) es que, frente a una decisión importante, uno de los defectos que hemos de evitar evidentemente es el de la precipitación y el apresuramiento excesivos. A menudo es necesaria cierta parsimonia para ponderar bien las cosas y dejar que nuestro corazón se oriente con paz y serenidad hacia la solución acertada. San Vicente de Paúl tomaba las decisiones que se le planteaban después de maduras reflexiones (¡y sobre todo de oración!), hasta el punto de que algunos de los que le rodeaban le reprochaban su excesiva lentitud. Pero ¡por sus frutos se juzga al árbol!

Antes de adoptar una decisión, es preciso hacer todo lo necesario para ver con claridad, y no decidir de modo precipitado o arbitrario: analizar la situación y sus distintos aspectos; estudiar nuestros motivos para decidir con un corazón limpio, y no en función de nuestros intereses personales; rezar pidiendo al Espíritu Santo

la luz y la gracia de actuar conforme a la voluntad de Dios y, por último, pedir eventualmente el consejo

de personas que puedan iluminarnos en esta decisión.

En este sentido, hemos de saber que, sobre todo

en la vida espiritual, cualquier persona se encontrará en determinadas situaciones en las que no podrá obtener la luz, y será incapaz de decidir en paz si no recurre a un guía espiritual. El Señor no desea que seamos autosuficientes y, como parte de su pedagogía, permite que a veces nos encontremos incapaces de encontrar la luz y la paz por nuestros propios medios, una luz y una paz que no podemos recibir más que a través de otra persona a la que nos abrimos. En esta apertura del corazón relacionada con dilemas o con preguntas que nos planteamos, hay una actitud humilde y confiada que agrada mucho al Señor y desmonta las trampas que, con objeto de confundirnos o desconcertarnos, nos tiende el enemigo. En determinados momentos de nuestra vida no podremos encontrar solos esa valiosa paz interior de la que tanto hemos hablado: necesitaremos la ayuda de alguien a quien abrir el alma. San Alfonso María de Liguori era un director de almas excepcional, pero en lo que se refería a su vida interior, solía ser incapaz de orientarse sin la ayuda de una persona a la que se confiaba y cuyos consejos obedecía.

Dicho esto, es importante saber una cosa: a pesar de las precauciones (oración, reflexión,

consejo...) que tome una persona para obtener la luz antes de adoptar una decisión y para estar seguro de obedecer a la voluntad de Dios (es un deber tomar estas precauciones, pues no tenemos derecho a decidir con ligereza, sobre todo en terrenos importantes), no siempre obtendrá esta luz de un modo claro y evidente. No siempre tendremos la respuesta cuando, ante una situación concreta, nos preguntemos (¡y siempre debemos hacerlo!): ¿qué debo hacer, cuál es la voluntad del Señor? Si hacemos un esfuerzo de discernimiento y de búsqueda de la voluntad de Dios, el Señor nos hablará por distintas vías, y nos hará comprender de un modo claro cuál debe ser nuestro modo de actuar. Y entonces tomaremos nuestra decisión en paz.

Sin embargo, puede ocurrir que el Señor no nos responda. ¡Eso es completamente normal! En ocasiones nos deja simplemente libres; a veces, tiene sus razones para no manifestarse. Bueno es saberlo, pues suele ocurrir que, por temor a equivocarse, a no hacer la voluntad de Dios, haya personas que, a toda costa, traten de obtener la respuesta: multiplican las reflexiones, las plegarias, abren la Biblia diez veces para buscar en el texto la luz deseada. Y todo ello, les inquieta y angustia aún más y, sin embargo, no consiguen ver con mayor claridad: tienen un texto, pero no saben cómo interpretarlo.

Si el Señor nos deja así, en medio de la incertidumbre, debemos aceptarlo tranquilamente. Más que querer «forzar las cosas» y atormentarnos inútilmente porque no damos con una respuesta clara, hay que seguir el principio que nos da Sor Faustina:

«Cuando no se sabe qué es lo mejor, hay que reflexionar, estudiar y pedir consejo, porque no tenemos derecho a actuar en medio de la incertidumbre. En la incertidumbre (si continúa) hay que decir: haga lo que haga, estará bien, puesto que intento hacer el bien. Lo que nosotros consideramos bueno, Dios lo acepta y lo considera bueno. No nos entristezcamos si, después de cierto tiempo, vemos que esas cosas no son buenas. Dios mira la intención con la que empezamos y nos concederá la recompensa de acuerdo con esa intención. Es un principio que debemos seguir» (*Diario*, n.º 799. Ed. Padres Marianos de la Inm. Congregación de la Santísima Virgen María).

A menudo nos atormentamos excesivamente a propósito de nuestras decisiones. Así como hay una falsa humildad, una falsa compasión, podríamos decir lo mismo en lo que concierne a las elecciones. A veces hay lo que podríamos llamar una «falsa obediencia» a Dios: querríamos tener siempre la plena seguridad de seguir la voluntad de Dios en todas nuestras elecciones y de no equivocarnos jamás, pero en esta actitud hay algo que no es correcto. Por distintos motivos:

Por una parte, ese deseo de saber lo que Dios quiere oculta a veces nuestra dificultad para soportar una situación de incertidumbre: querríamos estar dispensados de tener que decidir por nosotros mismos. No obstante, la voluntad del Señor suele ser la de que sepamos decidir, incluso si no estamos absolutamente seguros de que esta decisión es la mejor. En efecto, en esta capacidad de decidir en medio de la incertidumbre, haciendo lo que creemos lo mejor y sin pasar horas dándole vueltas, existe una actitud de confianza y abandono: «Señor, he reflexionado y rezado para conocer tu voluntad; no la veo muy clara-

mente, pero no me inquieto, y no voy a pasarme horas dándole vueltas: decido tal cosa, porque, bien estudiado, me parece lo mejor que puedo hacer. Y dejo todo en tus manos. Sé muy bien que, incluso si me equivoco, tú no te enfadarás conmigo, pues he actuado con recta intención; y si me

equivoco, sé que sabrás sacar un bien de este error mío. ¡Será para mí una fuente de humildad, y obtendré de ello alguna enseñanza!» Y me quedo tranquilo...

Por otra parte, nos gustaría ser infalibles, no equivocarnos jamás, pero en ese deseo hay mucho orgullo, además del temor de vernos juzgados por los demás. Al contrario, el que acepta serenamente sus frecuentes equivocaciones, así como que los demás las adviertan, manifiesta una auténtica humildad y un verda-

dero amor de Dios.

No tengamos, tampoco, una falsa idea de lo que Dios exige de nosotros: Dios es un Padre bueno y compasivo que conoce las enfermedades de sus hijos y la limitación de nuestros juicios. Nos pide buena voluntad, recta intención, pero ¡en modo alguno nos exige que seamos infalibles ni que nuestras decisiones sean las perfectas! Además, ¡si todas nuestras decisiones fueran perfectas, eso nos acarrearía mucho más mal que bien! Rápidamente nos consideraríamos un superman.

Para terminar, el Señor ama más al que sabe decidir sin atormentarse demasiado aunque se sienta inseguro, y que se abandona confiadamente en Él con todas sus consecuencias, que al que se tortura indefinidamente para saber lo que Dios espera de él, y no se decide jamás. Porque en la primera actitud hay más abandono, más confianza y, por lo tanto, más amor que en la segunda. Dios ama a los que caminan con libertad de espíritu y no se entretienen demasiado en detalles nimios. El perfeccionismo tiene muy poco que ver con la santidad...

Es importante también el hecho de saber distinguir el caso en el que es necesario que nos tomemos el tiempo para discernir y decidir, por ejemplo, cuando tales decisiones afectan al conjunto de nuestra vida, o a la inversa, el caso en que sería estúpido y contrario a la voluntad de Dios el tomarnos demasiado tiempo y adoptar demasiadas precauciones antes de decidir, cuando no hay demasiada diferencia entre un aspecto y otro. Como dice San Francisco de Sales, «si es normal pesar cuidadosamente los lingotes de oro, cuando se trata de monedas menudas nos limitamos a hacer un cálculo rápido». Siempre intentando intranquilizarnos, el demonio nos hace preguntarnos, ante la menor decisión, si actuando de un modo u otro obedecemos la voluntad del Señor, y suscita en nosotros inquietud, escrúpulos y remordimientos de conciencia por algo que realmente no merece la pena.

Hemos de tener el deseo profundo y constante de obedecer a Dios. Pero este deseo será fruto del Espíritu Santo si va acompañado de paz, de libertad interior, de confianza y de abandono, y no cuando sea una especie de angustia que paraliza la conciencia e impide adoptar una decisión libre.

Es cierto que el Señor puede permitir que atravesemos por momentos en los que el deseo de obedecerle nos cause un auténtico tormento. Se da también el caso de personas escrupulosas por temperamento: es una prueba extremadamente dolorosa de la que el Señor no siempre libra totalmente en esta vida.

Habitualmente hemos de esforzarnos por caminar así, en medio de la libertad interior y de la paz. Y saber, como acabamos de decir, que el demonio trata insistentemente de intranquilizarnos: es astuto y, para inquietarnos, utiliza el deseo que tenemos de cumplir la voluntad de Dios. No hay que «dejarse engañar». Cuando una persona está alejada de Dios, el Adversario le tienta, le atrae hacia el mal. Pero, si esta persona está cerca de Dios, le ama, nada desea tanto como agradarle y obedecerle, aunque el demonio le tienta por medio del mal (¡y qué fácil es detectarlo!), lo tienta aún más por medio del bien. Eso significa que se sirve de nuestro deseo de actuar bien para

angustiarnos, para hacernos perder la paz y desanimarnos suscitando escrúpulos; nos presenta el bien que hemos de realizar haciéndonos verlo como algo superior a nuestras fuerzas actuales, o que no es lo que Dios nos pide. Quiere persuadirnos de que no hacemos lo suficiente, de que lo que hacemos no lo hacemos realmente por amor de Dios, que el Señor no está contento de nosotros, etc. Por ejemplo, nos hará creer que el Señor nos pide determinado sacrificio del que somos incapaces, y eso nos conturbará extraordinariamente; nos inspira toda clase de preocupaciones y de escrúpulos de conciencia que, pura y simplemente, debemos ignorar arrojándonos en brazos de Dios como niños pequeños. Cuando por razones parecidas a las citadas perdemos la paz, digámonos claramente que el demonio debe estar enredando, y tratemos de recobrar la calma; y si no lo conseguimos solos, abrámonos a una persona de vida interior. Generalmente, el simple hecho de desahogarnos con alguien, bastará para hacer desaparecer totalmente la angustia y nos devolverá la paz.

A propósito de este espíritu de libertad que debe inspirar todas nuestras acciones y decisiones, terminemos escuchando a San Francisco de Sales:

«Tened el corazón abierto y siempre puesto en la Divina Providencia, lo mismo en las cosas grandes que en las pequeñas, y procurad cada vez más que el espíritu de calma y de tranquilidad inunde vuestro corazón.» (A Mme. de la Flechère, 13 de mayo de 1609).

«Os he dicho con frecuencia que no es necesario ser demasiado puntilloso en el ejercicio de las virtudes, sino que hay que ir hacia ellas prontamente, francamente, ingenuamente, a la buena de Dios, con libertad, con buena fe, grosso modo. Yo temo a las almas raquílicas y sombrías. Deseo que, en el camino hacia Nuestro Señor, mostréis un corazón grande y generoso.» (A Mme. de Chantal, 1 de noviembre de 1604).

En definitiva, ¿por qué este modo de avanzar, basado en la paz, en la libertad, en el confiado abandono en Dios, en la aceptación serena de nuestras enfermedades e incluso de nuestras caídas, es el camino aconsejable? ¿Por qué es más acertado que la búsqueda de la voluntad de Dios que se lleva a cabo en medio de la preocupación, de los escrúpulos, de un deseo tenso e inquieto de perfección?

Porque *la única perfección verdadera es la del amor*, y hay más amor de Dios en el primer modo de proceder que en el segundo. Sor Faustina decía: «Cuando no sé qué hacer, pregunto al amor, ¡es el mejor consejero!» El Señor nos llama a la perfección: «*¡Sed perfectos como mi Padre celestial es perfec-*

*to!*» Pero, según el Evangelio, no es más perfecto el que se comporta de un modo irreprochable, sino el que ama más.

La conducta más perfecta no es la del que corresponde a la imagen que a veces nos hacemos de la perfección como la de un comportamiento impecable, infalible y sin tacha: es la del que tiene más amor desinteresado de Dios, y menos de búsqueda orgullosa de sí mismo. El que acepta ser débil, pequeño, caer con frecuencia, no ser nada a sus propios ojos y a los de los demás, sin preocuparse excesivamente por ello, pues le anima una gran confianza en Dios y sabe que su amor es infinitamente más importante y pesa mucho más que sus propias faltas e imperfecciones, ése ama más que aquel cuyo afán por su propia perfección le empuja al desasosiego.

«*Bienaventurados los pobres de Espíritu porque de ellos es el Reino de los Cielos*»: bienaventurados los que, iluminados por el Espíritu Santo, han aprendido a no hacer un drama de su pobreza, sino a aceptarla alegremente porque no ponen su esperanza en ellos mismos, sino en Dios. Dios será su riqueza, su perfección, su santidad, sus deseos... Bienaventurados los que saben amar su pobreza porque dan a Dios una ocasión maravillosa para manifestar la inmensidad de su Amor y su Misericordia. Alcanzaremos la santidad el día en que nuestra impotencia y nuestra nada no sean un motivo de tristeza y de inquietud para nosotros, sino un motivo de paz y de alegría.

Este camino de la pobreza, que es también el camino del amor, es el más eficaz para hacernos crecer, para ir adquiriendo progresivamente todas las virtudes y para purificarnos de nuestras faltas. Sólo el amor es fuente de crecimiento; sólo él es fecundo; sólo el amor purifica profundamente del pecado. «El fuego del amor purifica más que el fuego del purgatorio» (Teresa de Lisieux). Este camino basado en la aceptación gozosa de la propia pobreza no es en absoluto una resignación ante la mediocridad ni una abdicación de nuestras aspiraciones a la perfección; es la vía más rápida y más segura que nos conduce a ella, porque nos coloca en unas disposiciones de pequeñez, confianza y abandono por las que nos ponemos plenamente en las manos de Dios, cuya gracia puede actuar entonces conduciéndonos, por pura misericordia, a esa perfección que en ningún caso podríamos alcanzar por nuestras propias fuerzas.

Tratemos, pues, de poner en práctica todo lo dicho, con paciencia y perseverancia y sobre todo, ¡sin desanimarnos si no lo conseguimos completamente! Si puedo permitirme esta fórmula algo paradójica, sobre todo no hay que perder la paz porque ¡no siempre conseguimos permanecer en la paz tanto como querríamos! Nuestra reeducación es lenta, y necesitamos mucha paciencia con nosotros mismos.

Así pues, principio fundamental: «¡No me desanimaré nunca!» Es de nuevo una frase de Santa Teresita, que es el modelo acabado del espíritu que hemos tratado de describir en estas páginas. Y recordemos también una frase de la gran Santa Teresa de Jesús: «La paciencia todo lo alcanza».

Otro principio práctico es el siguiente: ¡si no soy capaz de hacer cosas grandes no me descorazono, porque hago las pequeñas! En ocasiones, incapaces de hacer cosas grandes, de realizar actos heroicos, desdeñamos las cosas pequeñas que están a nuestro alcance, y que, sin embargo, son extraordinariamente féculdas para el progreso espiritual y fuente de una gran alegría: «*Siervo bueno y fiel; has sido fiel en lo poco, yo te confiaré lo mucho: entra en el gozo de tu Señor*» (Mt 25, 21). Si el Señor nos encuentra fieles, perseverando en nuestros menudos esfuerzos por poner por obra lo que espera de nosotros, Él mismo intervendrá y nos colocará en un lugar más elevado. Consecuencia: no soy capaz de conservar la paz en circunstancias difíciles, pues bien, empezaré por conservarla en las situaciones más sencillas de todos los días; llevaré a cabo mis tareas cotidianas sin nervios y con serenidad, empeñándome en hacer bien cada cosa en el momento presente, sin preocuparme por la siguiente; hablaré con los que me rodean en un tono dulce y sosegado, y evitaré la precipitación en mis gestos, ¡hasta en mi modo de subir las escaleras! ¡Los primeros peldaños de la escalera de la santidad, muy bien pueden ser los de mi apartamento! ¡El alma se reeduca frecuentemente por medio del cuerpo! Las cosas pequeñas, hechas por amor y para agradar a Dios, son extremadamente provechosas para hacernos crecer: ese es uno de los secretos de la santidad de Santa Teresita de Lisieux.

Y si perseveramos así en la oración y en esos gestos menudos de nuestra colaboración con la gracia, podremos vivir las palabras de San Pablo:

*«Por nada os inquietéis, sino presentad en toda oración y plegaria al Señor vuestras peticiones, acompañadas de la acción de gracias. Y la paz de Dios, que supera toda inteligencia, guardará vuestros corazones y vuestros pensamientos en Cristo Jesús»* (Flp 4, 6-7).

Y nada podrá arrebatarnos esta paz.



### III. LO QUE NOS DICEN LOS SANTOS

# JUAN DE BONILLA

Franciscano español del siglo XVI, autor de un espléndido Tratado sobre la paz del alma.

## 1. LA PAZ, CAMINO HACIA LA PERFECCIÓN

La experiencia os demostrará que la paz, que inundará vuestra alma con la caridad, el amor a Dios y al prójimo, es el camino recto hacia la vida eterna.

Cuidad de no dejar que vuestro corazón se turbe, se entristezca, se conmueva o se mezcle con lo que podría causarle inquietud. Trabajad siempre por mantenerlo tranquilo, pues el Señor dice: «Bienaventurados los pacíficos». Hacedlo y el Señor edificará en vuestra alma la ciudad de la paz y hará de vosotros la Mansión de delicias. Lo que desea de vuestra parte es únicamente que siempre que os turbéis recuperéis vuestra calma, vuestra paz en vosotros mismos, en vuestras obras, en vuestros pensamientos y en vuestros movimientos sin excepción.

Lo mismo que una ciudad no se construye en un día, no penséis alcanzar en un día esa paz, ese sosiego interior, pues se trata de edificar una morada para Dios y convertirnos en su templo. Y el que tiene que construir es el mismo Dios: sin Él, vuestro trabajo sería inexistente.

Considerad, por otra parte, que este edificio tiene como fundamento a la humildad.

## 2. TENER EL ALMA LIBRE Y DESPRENDIDA

Que vuestra voluntad esté siempre preparada para cualquier eventualidad. Y que vuestro corazón no se esclavice a nada. Cuando experimentéis algún deseo, hacedlo de un modo que no sufráis en caso de fracaso, sino mantened el espíritu tan tranquilo como si no hubieseis anhelado cosa alguna. La verdadera libertad consiste en no apegarse a nada. Desprendidos de este modo, Dios busca vuestra alma para realizar en ella cosas grandiosas<sup>1</sup>.

# SAN FRANCISCO DE SALES (1567-1622)

## 1. DIOS ES EL DIOS DE LA PAZ

Como el amor sólo mora en la paz, cuidado de conservar la santa tranquilidad de corazón que os recomiendo con tanta frecuencia.

Todos los pensamientos que nos causan inquietud y agitación del alma no son en absoluto de Dios, que es el Príncipe de la Paz. Son tentaciones del enemigo y, por consiguiente, hay que rechazarlas y no tomarlas en cuenta.

Sobre todo, es preciso vivir pacíficamente. Aunque nos llegue el dolor, interior o exterior, debemos recibirlo pacíficamente. Si nos llega la alegría, es preciso recibirla pacíficamente sin estremecernos de gozo. ¿Hay que huir del mal? Hay que hacerlo pacíficamente, sin preocuparnos, porque, de otro modo, al huir podríamos caer y proporcionar al enemigo el placer de matarnos. Hay que hacer el bien, hay que hacerlo pacíficamente, pues afanándonos, cometeríamos numerosas faltas. Hay que vivir pacíficamente incluso la mortificación (Carta a la Abadesa del Puy d'Orbe).

## 2. CÓMO CONSEGUIR LA PAZ

Hagamos tres cosas, muy querida hija, y conseguiremos la paz: tengamos la completa y pura intención de buscar en todas las cosas la honra de Dios y su gloria; hagamos lo poco que podamos con este objeto siguiendo los consejos de nuestro padre espiritual, y dejemos que Dios se encargue del resto. ¿Por qué se angustia el que tiene a Dios como objeto de sus intenciones y hace lo que puede? ¿Qué tiene que temer? No, no; Dios no es tan terrible con los que ama; se contenta con poco porque sabe muy bien que no tenemos mucho. Sabed, querida hija, que en la Sagrada Escritura el Señor recibe el nombre de Príncipe de la Paz, y que, por lo tanto, donde es el dueño absoluto reina la paz. No obstante, es cierto que, antes de poner paz en un lugar, es preciso luchar, separar el corazón y el alma de los afectos más queridos, familiares y ordinarios, es decir el amor desmesurado de uno mismo, la confianza en uno mismo, la complacencia en uno mismo y afectos semejantes.

Ahora bien, cuando el Señor nos separa de esas pasiones tan amables y queridas, parece que nos destroza el corazón, y surgen sentimientos de amargura; el alma se debate hasta casi no poder más, pues tal separación es dolorosa. Pero toda esa lucha del alma es pacífica, pues en definitiva, aunque abrumados por esa aflicción, no por ello dejamos de depositar nuestra voluntad resignada en la de Nuestro Señor y la mantenemos allí, clavada en ese divino deseo, sin abandonar nuestras obligaciones y su cumplimiento, sino realizándolas animosamente. (Carta a la Abadesa del Puy d'Orbe).

### 3. PAZ Y HUMILDAD

La paz nace de la humildad.

Nada nos altera como el amor propio y la estima que tenemos de nosotros mismos. ¿Qué significa si no el hecho de que nos sorprendamos, nos sintamos confusos e impacientes cuando caemos en alguna imperfección o en algún pecado? Indudablemente, creíamos ser buenos, firmes y sólidos; y, en consecuencia, cuando comprobamos que no hay nada de eso y que hemos dado con nuestros huesos en el suelo, nos sentimos engañados, y en consecuencia alterados, ofendidos e inquietos. Si supiéramos bien quiénes somos, en lugar de sentirnos sorprendidos por vernos por los suelos, nos sorprenderíamos de poder permanecer en pie.

### 4. TODO COOPERA AL BIEN DE LOS QUE AMAN A DIOS

Todo coopera al bien de los que aman a Dios. Y en realidad, si Dios puede y sabe sacar el bien del mal, ¿por quién lo haría, sino por los que se han entregado a Él sin reservas?

Sí, incluso los pecados, de los que Dios en su bondad nos defiende, contribuyen al bien de los suyos. David no hubiera estado nunca tan lleno de humildad si no hubiera pecado, ni Magdalena tan amante de su Salvador, si Él no la hubiera perdonado tantos pecados, y nunca se los hubiera perdonado si ella no los hubiera cometido.

Ved, querida hija, a ese gran hacedor de misericordia: convierte nuestras miserias en gracia y fabrica la medicina que cura nuestra alma de la víbora de nuestras iniquidades.

Decidme, os lo ruego, ¿qué no hará de nuestras penas, de nuestros trabajos, de las persecuciones que sufrimos? Si, pues, en alguna ocasión os afecta algún disgusto, de la clase que sea, asegurad a vuestra alma que, si ama a Dios, todo se convertirá en bien. Y aunque no veáis los caminos por los que ese bien ha de llegaros, tened la completa seguridad de que llegará. Si Dios os arroja a los ojos el barro de la ignominia, es para daros una vista magnífica y ofrecer un espectáculo de honor. Si Dios os hace caer, como tiró a San Pablo por tierra, es para elevaros hasta su gloria.

### 5. DESEAR SOLAMENTE A DIOS DE UN MODO PLENO, AL RESTO MODERADAMENTE

Solamente a Dios hay que amar de un modo pleno, invariable, inviolable; pero hay que desear serenamente y débilmente los medios de servirle, a fin de que, si nos impide emplearlos, no nos sintamos gravemente afectados.

### 6. CONFIANZA EN LA DIVINA PROVIDENCIA

La medida de la Divina Providencia en nosotros es la confianza que tenemos en ella.

No preveáis los accidentes de esta vida con temor, sino prevedlos en medio de una profunda esperanza pues Dios, al que pertenecéis, os librá de ellos a medida que se presenten. Os ha guardado hasta el momento; manteneos firmemente en manos de la Divina Providencia, y os asistirá en todas las ocasiones, y cuando no podáis caminar, Él os llevará. ¿Qué vais a temer, querida hija, siendo de Dios, que nos ha asegurado firmemente que todo contribuye al bien de los que le aman? No penséis en lo que ha de suceder mañana, pues el mismo Padre Eterno que os cuida hoy os cuidará mañana y siempre; no os dará mal alguno, y si lo hace, os dará el valor invencible para soportarlo.

Permaneced en paz, querida hija, arracad de vuestra imaginación lo que pueda angustiaros y decid con frecuencia a Nuestro Señor: ¡Oh Dios! Vos sois mi Dios y yo confiaré en vos; me ayudaréis y seréis mi refugio, y no temeré nada, pues no sólo estáis conmigo, sino que estáis en mí y yo en vos. ¿Qué puede temer un hijo en brazos de semejante Padre? Sed, pues, un niño, querida hija y, como sabéis, los niños no piensan tanto en sus asuntos porque tienen quien piense por ellos, y son lo suficientemente fuertes si permanecen con su padre. Hacedlo así, querida hija, y estaréis en paz.

#### 7. EVITAR LA PRECIPITACIÓN

Es preciso tratar los asuntos cuidadosamente, pero sin prisa ni preocupación.

No os lancéis a la tarea, pues cualquier clase de precipitación oscurece la razón y el juicio, y nos impide incluso hacer bien la cosa que emprendemos...

Cuando Nuestro Señor reprende a Marta, le dice: «*Marta, Marta, te preocupas e inquietas por muchas cosas*». Mirad, si ella hubiera sido simplemente cuidadosa, no se hubiera alterado, pero como estaba preocupada e inquieta, se apresuraba y se angustiaba, y por eso la reprendió el Señor...

Una tarea que se hace con ímpetu y precipitación nunca estará bien hecha... Recibid serenamente, pues, las ocupaciones que os lleguen y tratad de hacerlas por orden, una tras otra....

#### 8. PAZ ANTE NUESTROS DEFECTOS

Es preciso aborrecer nuestros defectos, pero con un aborrecimiento tranquilo y pacífico, no con un odio despechado e inquieto; hay que tener paciencia al descubrirlos y sacar el provecho de un santo desprecio de nosotros mismos. Si no es así, hija mía, vuestras imperfecciones, que veis sutilmente, os inquietarán aún más sutilmente, y a causa de esto se mantienen, pues no hay nada que conserve más nuestras taras que la inquietud y la prisa por arrancarlas.

#### 9. DULZURA Y PAZ EN EL CELO HACIA LOS OTROS

A una maestra de novicias:

¡Oh, hija mía!, Dios os ha concedido la gran misericordia de haber llamado a vuestro corazón al

don gratuito de ayudar al prójimo, y de haber vertido santamente el bálsamo de la suavidad de vuestro corazón hacia otros en el vino de vuestro celo... Solamente os faltaba eso, querida hija; vuestro celo era muy bueno, pero tenía el defecto de ser un poco amargo, un poco acuciante, un poco inquieto, un poco puntilloso. Ahora bien, vedlo purificado de todo ello: de ahora en adelante será dulce, benigno, gratuito, pacífico y tolerante».

10. Y POR ÚLTIMO: ¡ACEPTAR SIN INQUIETUD EL HECHO DE NO SIEMPRE LOGRAR MANTENER LA PAZ!

Tratad, hija mía, de mantener en paz vuestro corazón, por la igualdad del ánimo. Yo no digo: «Mantenedlo en paz, sino: Tratad de mantenerlo. Que sea esta vuestra principal preocupación, y guardaos bien de angustiarnos cuando no podáis calmar inmediatamente la variedad de vuestro ánimo<sup>2</sup>.

SANTA TERESA DE JESÚS  
(1515-1582)

VERDADERA Y FALSA HUMILDAD

Guardaos también, hijas mías, de unas humildades que pone el demonio con gran inquietud de la gravedad de nuestros pecados, que suele apretar aquí de muchas maneras, hasta apartarse de las comuniones y de tener oración particular (por no merecer, los pone el demonio); y cuando llegan al Santísimo Sacramento, en si se aparejaron bien o no, se les va el tiempo que habían de recibir mercedes. Llega la cosa a término de hacer parecer a un alma que, por ser tal, la tiene Dios tan dejada, que casi pone duda en su misericordia. Todo le parece peligro lo que trata y sin fruto lo que sirve, por bueno que sea. Dale una desconfianza que se le caen los brazos para hacer ningún bien, porque le parece que lo que lo es en los otros, en ella es mal.

La humildad no inquieta ni desasosiega ni alborota el alma, por grande que sea; sino viene con paz y regalo y sosiego. Aunque uno, de verse ruin, entienda claramente merece estar en el infierno y se aflige y le parece con justicia todos le habían de aborrecer, y que no osa casi pedir misericordia, si es buena humildad, esta pena viene con una suavidad en sí y contento que no querríamos vernos sin ella. No alborota ni aprieta el alma, antes la dilata y la hace hábil para servir más a Dios. Estotra pena todo lo turba, todo lo alborota, toda el alma revuelve, es muy penosa. Creo pretende el demonio que pensemos tenemos humildad, y si pudiese, a vueltas, que desconfiásemos de Dios (*Camino de perfección*, cap. 39)<sup>3</sup>.

MARÍA DE LA ENCARNACIÓN  
(1566-1618)

ABANDONO EN LA VOLUNTAD DE DIOS

Si echando una mirada a nuestro interior pudiéramos ver lo que hay de bondad y de misericordia en los planes de Dios para cada uno de nosotros, incluso en lo que llamamos desgracias, disgustos o penas, nuestra felicidad consistiría en arrojarnos a los brazos de la Voluntad divina, con el abandono de un niño que se echa en los brazos de su madre. Actuaríamos en todas las cosas con intención de agradar a Dios, y luego nos quedaríamos en un santo reposo, convencidos de que Dios es nuestro Padre, y que desea nuestra salvación, más que la deseamos nosotros.

FRANÇOIS-MARIE-JACOB LIBERMANN  
(1802-1852)

Judío converso, fundador de la Congregación del Espíritu Santo. Pasajes de sus cartas de dirección espiritual.

1. LA PAZ, REINO DE JESÚS EN EL ALMA

Los grandes medios de instaurar en nosotros el reino admirable de Jesús son concretamente el espíritu de oración continua y la paz del alma...

Recordad sin cesar y fijad sólidamente esta verdad en el alma y en el corazón: el medio más grande, incluso el medio infalible para conseguir esa oración continua, es la de mantener el alma en paz delante de Nuestro Señor.

Fijad vuestra atención en esta frase: mantener el alma en paz; es un término empleado por nuestro divino Maestro. Es preciso que tengáis el alma recogida en sí misma, o más bien, que Jesús more en ella; no aprisionada y como encerrada con cerrojos de hierro, sino en un dulce reposo, entregada a Jesús que la tiene en sus brazos.

El esfuerzo y la reserva encierran el alma, mientras que un dulce descanso, una manera serena de actuar y un comportamiento interior reposado, ponderado y tranquilo, la ensanchan.

2. LA PAZ, CONDICIÓN DE LA DOCILIDAD

Nuestra alma, sacudida y alterada por sus propias potencias, girando continuamente a derecha y a izquierda, no puede dejarse ir hasta el Espíritu Santo... El alma encontrará su fuerza, su riqueza y su plena perfección en el Espíritu de Nuestro Señor, siempre que desee abandonarse a su dirección. Pero al desobedecerla, y querer actuar por ella y en ella misma, no encuentra más que la angustia, la miseria y la impotencia más profunda... Debemos aspirar a esa paz y a esa moderación interior con objeto de no vivir más que en Dios, pero siempre en medio de la dulzura y la sumisión, e intentando hacer una continua abstracción de nuestras personas. Hemos de olvidarnos de nosotros mismos para volver incesantemente el alma hacia Dios y abandonarla serena y sosegadamente en Él.

3. CONFIANZA EN DIOS

Yo querría poder reprenderos por tener tan escasa confianza en Nuestro Señor. No hay que temerle, eso es una gran ofensa, pues es bueno, dulce, amable y está lleno de ternura y de misericordia para nosotros. Ante Él podéis aparecer lleno de confusión por culpa de vuestra pobreza y maldad, pero es preciso que esta confusión sea la del hijo pródigo después de su regreso, confiado y lleno de ternura. Así es como habéis de presentaros delante de nuestro buen Padre y Señor. Siempre teméis no amarle: querido, en esos momentos probablemente le amáis más que nunca y Él nunca estará más cerca de vos. No midáis vuestro amor a Nuestro Señor por la sensibilidad: esa es una medida muy pequeña. Abandonaos confiadamente en sus manos: vuestro amor crecerá continuamente, pero no os daréis cuenta: no es imprescindible en absoluto...

#### 4. NO DEJÉIS QUE OS AGOBIEN VUESTRAS MISERIAS

No dejéis que os agobien vuestras miserias; a la vista de éstas, manteneos humillado delante de Dios —en el caso de que os sea concedido de lo alto— y conservad una gran paz. Enfrentaos a vuestras miserias, cualesquiera que sean, con la dulzura, la paz, la suavidad y la moderación interior delante de Dios, abandonándoos sencillamente en sus brazos para que haga de vos y en vos todo lo que le parezca bueno, deseando dulce y sosegadamente no vivir más que para Él, con Él y en Él.

#### 5. NO OS PREOCUPÉIS POR UNA APARENTE TIBIEZA

No os dejéis abatir o desalentar si os parece que no hacéis nada, que sois cobarde y tibio. Si veis que aún estáis sujeto a afectos naturales, a pensamientos de amor propio y a tristeza, tratad simplemente de olvidar todas esas cosas, y dirigid el alma hacia Dios, presentándoos ante Él con el deseo sosegado y continuo de que haga de vos y en vos lo que le plazca. Intentad únicamente olvidaros de vos y caminad ante Él en medio de vuestra pobreza, sin prestaros atención... Mientras os inquieten esos movimientos de la naturaleza, estaréis ocupado en vos mismo; y mientras os ocupéis de vos mismo no recorreréis mucho trecho en el camino de la perfección. Esos movimientos sólo cesarán cuando los despreciéis y olvidéis. Además, os aseguro que carecen de importancia y de consecuencias. Burlaos de ellos y no veáis más que a Dios, y ello, por la mera y simple fe.

#### 6. NO OS INQUIETÉIS POR LAS CAÍDAS

Olvidad siempre el pasado, y no os preocupéis por vuestras caídas, por numerosas que sean; siempre que os levantéis no ocurrirá nada, mientras que ocurriría mucho si os entristecierais o desanimarais demasiado por ellas. Haced las cosas con toda la calma y tranquilidad posible y por el grandísimo, purísimo y santísimo amor de Jesús y de María.

#### 7. PACIENCIA

Uno de los mayores obstáculos que aparecen en el camino de la perfección es el deseo precipitado e inquieto de avanzar y llegar a poseer las virtudes de las que somos conscientes que carecemos. Al contrario, el verdadero medio de avanzar sólidamente y a grandes pasos consiste en ser paciente, tener calma y apaciguar esas inquietudes... No os adelantéis a vuestro guía, pues corréis el riesgo de desviaros y salir del camino que os traza, y, en lugar de llegar sano y salvo, caer en el precipicio. Ese guía es el Espíritu Santo. Con el pretexto de avanzar con mayor rapidez os adelantáis a Él con vuestro trabajo y vuestras inquietudes, con vuestra angustia y vuestra

precipitación. Y ¿qué sucede? Corréis al lado del camino, donde el terreno es más duro y más escarpado y, lejos de avanzar, retrocedéis o, por lo menos, perdéis el tiempo.

#### 8. DEJAR ACTUAR AL ESPÍRITU DE DIOS

Cuando Dios se complació en crear el universo, trabajó desde la nada, y ¡mirad las cosas hermosas que hizo! De igual modo, si quiere trabajar en nosotros para realizar cosas infinitamente superiores a todas las bellezas salidas de sus manos, no es necesario que nos pongamos en movimiento para ayudarle... dejémosle hacer; le agrada trabajar desde la nada. Mantengámonos serenos y tranquilos en su presencia y sigamos sencillamente las indicaciones que nos hace... Conservemos, pues, nuestra alma en paz y nuestras potencias espirituales en reposo, esperando sólo de Él la vida y el movimiento. Y tratemos de no tener otro movimiento, otra voluntad u otra vida que no sea en Dios y por el Espíritu de Dios... Olvidaos de vos mismo para volver continuamente el alma hacia Dios y dejarla dulce y sosegadamente en su presencia.

#### 9. MODERAR LOS DESEOS

La mayor ocupación de vuestra alma ha de ser la de moderar sus impulsos y adquirir una humilde sumisión y abandono en las manos de Dios. Os está permitido, y además es bueno, tener deseos de avanzar espiritualmente, pero esos deseos deben ser sosegados, humildes y sometidos a la voluntad de Dios. Un pobre que pide limosna impacientemente y con violencia, no obtiene nada. Si la pide con humildad, dulzura y afecto, conmueve a las personas a quienes la pide. Los deseos demasiado intensos proceden de la naturaleza; todo lo que procede de la gracia es dulce, humilde, sereno, llena el alma y la hace buena y obediente a Dios. Vuestro principal empeño consistirá, pues, en moderar los movimientos de vuestra alma y mantenerla sosegada delante de Dios, sumisa y humilde en su presencia.

Deseáis avanzar en el camino de la santidad. Él es quien os concede este deseo y es también Él quien debe cumplirlo. San Pablo dice que Dios nos concede el querer y el hacer. En el orden de la gracia, no podemos nada por nosotros mismos: Dios nos da ese querer, y cuando lo tenemos, no podemos llegar a hacerlo realidad por nosotros mismos: Dios nos concede el hacer. A nosotros nos corresponde el ser fieles a la voluntad de Dios dejándole efectuar en nosotros lo que considera bueno. Ajetrearnos, apresurarnos a ejecutar los buenos deseos que nos inspira, es echar a perder la gracia en nosotros, retroceder en nuestra perfección. No tratemos de ser perfectos inmediatamente; cumplamos lo que nos pide con calma y con serena fidelidad. Si le complace dirigir nuestra barca más lentamente de lo que nosotros deseamos, sometámonos a sus divinos designios.

Cuando seguimos viendo los mismos defectos en nosotros, mantengámonos en nuestra bajeza en su presencia, abrámosle nuestra alma a fin de que vea nuestras llagas y nuestras cicatrices, y las cure cuando y como le plazca; intentemos solamente no seguir el impulso de esos defectos y, para ello, empleemos un único medio: mantenernos humildemente prosternados ante Él y, a la vista de nuestra pobreza y nuestra miseria, soportar los asaltos de dichos defectos con calma, con paciencia, con serenidad, confianza y humildad delante de Dios, firmemente decididos a ser todo suyos en medio

de ellos, a no prestarles atención y a soportarlos hasta el final de la vida, si tal es Su voluntad. Enteraos bien, una vez que nuestra alma no consiente en ellos, ya no es culpable, no ofende a Dios y, al contrario, saca un gran provecho para su avance.

#### 10. VIVIR EL MOMENTO PRESENTE

Sed dócil y flexible en las manos de Dios. Ya sabéis lo que es necesario para ello: mantenerse en paz y completo sosiego; no inquietarse jamás y no alterarse por nada; olvidar el pasado; vivir como si el futuro no existiera; vivir para Jesús en el momento presente, o más bien, vivir como si no hubiera vida en vos, sino dejando a Jesús vivir a su gusto; caminad así en cualquier circunstancia y en cualquier ocasión, sin temor ni preocupación, como conviene a los hijos de Jesús y de María; jamás pensad voluntariamente en vos mismo; abandonad en Jesús el cuidado de vuestra alma, etc. Él nos la ha arrebatado, le pertenece, Él se cuidará de ella, pues es su dueño. No temáis el juicio de tan dulce Dueño. Apartad todo temor y reemplazad por el amor semejante sentimiento; actuad en todo serenamente, suavemente, ponderadamente, sin precipitación, sin arrebatos; mantened la calma cuando sea preciso, caminando con completo sosiego, abandono y plena confianza. El tiempo de este exilio dará fin, y Jesús será nuestro y nosotros suyos. Entonces, cada una de nuestras tribulaciones será una corona de gloria que depositaremos en la cabeza de Jesús, para quien es toda la gloria.

#### 11. NUESTRA INCAPACIDAD NO HA DE SER MOTIVO DE TRISTEZA O INQUIETUD, SINO DE PAZ Y DE ALEGRÍA

La conciencia de nuestra incapacidad y de nuestra nulidad ha de ser para nosotros motivo de paz, convencidos de que es Dios mismo quien quiere poner manos a la obra para llevar a cabo en nosotros y con nosotros todas las grandes cosas a las que nos ha destinado. Él conoce, mejor que nosotros, nuestra pobreza y nuestra miseria. Entonces ¿por qué nos ha elegido, sabiendo que no podemos nada, sino para mostrar con claridad que Él es quien actúa y no nosotros?

No obstante, en mi opinión hay un motivo de gozo aún mayor: el hecho de que nuestra extremada miseria y maldad nos hacen ver la necesidad absoluta de recurrir siempre a Dios y de mantenernos bien unidos a Él en todos los momentos y circunstancias de nuestra vida. Dependemos de Él más que el cuerpo depende del alma. ¡Pues bien! ¿Acaso molesta al cuerpo esa continua dependencia del alma, y de recibir de ella su vida y sus movimientos? Al contrario, le resulta glorioso y grato, porque, gracias a eso, participa de una vida mucho más noble y más elevada que la que tendría por sí mismo. Lo mismo sucede en relación con nuestra dependencia de Dios, pero de un modo muy superior; cuanto más dependemos de Él, más grandeza, hermosura y gloria adquiere nuestra alma, de tal modo que podemos glorificarnos audaz-

mente de nuestras enfermedades; cuanto mayores son, mayor ha de ser también nuestra alegría y nuestra felicidad, pues nuestra dependencia de Dios se hace entonces más necesaria. Así pues, querido hijo mío, no os inquietéis si os sentís débil; al contrario, regocijaos porque Dios será vuestra fuerza. Cuidad solamente de tener siempre el alma vuelta hacia Él en medio de la paz, del más profundo abandono, y de la mayor confusión y humillación por vuestra parte<sup>4</sup>.



# PADRE PIO

Religioso capuchino estigmatizado (1887-1968)

La paz es la sencillez del espíritu, la serenidad de la conciencia, la tranquilidad del alma y el lazo del amor. La paz es el orden, la armonía en cada uno de nosotros, una alegría constante que nace del testimonio de una buena conciencia, la santa alegría de un corazón en el que reina Dios. La paz es el camino de la perfección, o mejor, la perfección se encuentra en la paz. Y el demonio, que sabe muy bien todo esto, pone todo su esfuerzo en hacernos perder la paz. El alma no debe entristecerse más que por un motivo: la ofensa a Dios. Pero, incluso en este punto, hemos de ser prudentes: debemos lamentar, sí, nuestros fallos, pero con un dolor paciente, confiando siempre en la misericordia divina. Pongámonos en guardia frente a ciertos reproches y remordimientos que, probablemente, proceden del enemigo con el propósito de alterar nuestra paz en Dios. Si tales reproches y remordimientos nos humillan y nos hacen diligentes en el bien obrar, sin retirarnos la confianza en Dios, tengamos por seguro que vienen de Dios, pero si nos confunden y nos vuelven temerosos, desconfiados, perezosos y lentos en hacer el bien, tengamos por seguro que vienen del demonio y apartémoslos, buscando nuestro refugio en la confianza en Dios<sup>5</sup>.

# SAN JOSEMARÍA ESCRIVÁ

## Sacerdote, Fundador del Opus Dei

De los tres libros de aforismos de San Josemaría (*Camino, Surco y Forja*), se ofrece una selección de algunos puntos que se refieren a la paz interior<sup>6</sup>.

### CAMINO

258 Rechaza esos escrúpulos que te quitan la paz. —No es de Dios lo que roba la paz del alma. Cuando Dios te visite sentirás la verdad de aquellos saludos: la paz os doy..., la paz os dejo..., la paz sea con vosotros..., y esto, en medio de la tribulación.

607 La humildad es otro buen camino para llegar a la paz interior. —“El” lo ha dicho: “Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón... y encontraréis paz para vuestras almas”.

691 ¿Estás sufriendo una gran tribulación. —¿Tienes contradicciones? Di, muy despacio, como paladeándola, esta oración recia y viril:

“Hágase, cúmplase, sea alabada y eternamente ensalzada la justísima y amabilísima Voluntad de Dios, sobre todas las cosas. —Amén. —Amén”.

Yo te aseguro que alcanzarás la paz.

758 La aceptación rendida de la Voluntad de Dios trae necesariamente el gozo y la paz: la felicidad en la Cruz. —Entonces se ve que el yugo de Cristo es suave y que su carga no es pesada.

767 Ese abandono es precisamente la condición que te hace falta para no perder en lo sucesivo tu paz.

768 El «*gaudium cum pace*» —la alegría y la paz— es fruto seguro y sabroso del abandono.

### SURCO

850 Fomenta, en tu alma y en tu corazón —en tu inteligencia y en tu querer—, el espíritu de confianza y de abandono en la amorosa Voluntad del Padre celestial... —De ahí nace la paz interior que ansías.

855 Aunque todo se hunda y se acabe, aunque los acontecimientos sucedan al revés de lo previsto, con tremenda adversidad, nada se gana turbándose. Además, recuerda la oración confiada del profeta: “el Señor es nuestro Juez, el Señor es nuestro Legislador, el Señor es nuestro Rey; El es quien nos ha de salvar”.

—Rézala devotamente, a diario, para acomodar tu conducta a los designios de la Providencia, que

nos gobierna para nuestro bien.

860 Cuando te abandones de verdad en el Señor, aprenderás a contentarte con lo que venga, y a no perder la serenidad, si las tareas —a pesar de haber puesto todo tu empeño y los medios oportunos— no salen a tu gusto... Porque habrán “salido” como le conviene a Dios que salgan.

873 Paradoja: desde que me decidí a seguir el consejo del Salmo: “arroja sobre el Señor tus preocupaciones, y El te sostendrá”, cada día tengo menos preocupaciones en la cabeza... Y a la vez, con el trabajo oportuno, se resuelve todo, ¡con más claridad!

FORJA

54 Gozas de una alegría interior y de una paz, que no cambias por nada. Dios está aquí: no hay cosa mejor que contarle a El las penas, para que dejen de ser penas.

423 Ten seguridad: el deseo —¡con obras!— de conducirte como buen hijo de Dios da juventud, serenidad, alegría y paz permanentes.

429 La santidad se alcanza con el auxilio del Espíritu Santo —que viene a inhabitar en nuestras almas—, mediante la gracia que se nos concede en los sacramentos, y con una lucha ascética constante.

Hijo mío, no nos hagamos ilusiones: tú y yo —no me cansaré de repetirlo— tendremos que pelear siempre, siempre, hasta el final de nuestra vida. Así amaremos la paz, y daremos la paz, y recibiremos el premio eterno.

649 Característica evidente de un hombre de Dios, de una mujer de Dios, es la paz en su alma: tiene “la paz” y da “la paz” a las personas que trata.

102 La paz, que lleva consigo la alegría, el mundo no puede darla.

—Siempre están los hombres haciendo paces, y siempre andan enzarzados con guerras, porque han olvidado el consejo de luchar por dentro, de acudir al auxilio de Dios, para que El venza, y conseguir así la paz en el propio yo, en el propio hogar, en la sociedad y en el mundo.

—Si nos conducimos de este modo, la alegría será tuya y mía, porque es propiedad de los que vencen; y con la gracia de Dios —que no pierde batallas— nos llamaremos vencedores, si somos humildes.

\*\*\*

Santa María —así la invoca la Iglesia— la Reina de la Paz. Por eso, cuando se alborota tu alma, el ambiente familiar o el profesional, la convivencia en la sociedad o entre los pueblos, no ceses de aclamarla con ese título: «Regina pacis, ora pro nobis!» —Reina de la paz, ¡ juega por

nosotros! ¿Has probado, al menos, cuando pierdes la tranquilidad?... —Te sorprenderás de su inmediata eficacia (*Surco*, 874).

[1](#) Juan de Bonilla, *Breve Tratado donde se declara cuán necesaria sea la paz del alma* (Alcalá, 1580).

[2](#) *Oeuvres complètes*, publiées par la Visitation d'Annecy.

[3](#) Santa Teresa de Jesús, *op. cit.*, col. Nebli, Rialp.

[4](#) *Lettres du Vénérable Père Libermann*, L. Vogel, DDB, París 1964.

[5](#) Extracto de una carta traducida por el autor.

[6](#) Camino, Rialp, Madrid, 76.<sup>a</sup> ed. 2002; *Surco*, Rialp, 21.<sup>a</sup> ed. 2002; Forja, Rialp, 13.<sup>a</sup> ed. 2003.

EDICIÓN DIGITAL EN CASTELLANO

ESTE LIBRO DIGITAL, PUBLICADO POR  
EDICIONES RIALP, S. A., ALCALÁ, 290, 28027 MADRID, Y  
PREPARADO POR CREAMLIBROSDIGITALES

SE TERMINÓ

EL DÍA 19 DE MARZO DE 2012

FESTIVIDAD

DE SAN JOSÉ

[WWW.RIALP.COM](http://WWW.RIALP.COM)

# Table of Content

## PRESENTACIÓN

### I. LA PAZ INTERIOR, CAMINO DE SANTIDAD

1. Sin mí no podéis hacer nada
2. Paz interior y fecundidad apostólica
3. Paz y combate espiritual
4. La paz suele estar en juego a lo largo de la lucha
5. Las razones por las que perdemos la paz son siempre malas razones

6. La buena voluntad, condición necesaria para la paz

7. La buena voluntad, condición suficiente para la paz

### II. CÓMO REACCIONAR ANTE LO QUE NOS HACE PERDER LA PAZ

1. Las preocupaciones de la vida y el temor a fallar

2. Nuestra dificultad para creer en la Providencia

3. El temor al sufrimiento

4. Para crecer en la confianza, una oración de hijo

5. O nos abandonamos completamente o no nos abandonamos en absoluto...

6. Dios lo pide todo, pero no lo toma todo obligatoriamente

7. ¿Qué hacer cuando no conseguimos abandonarnos?

8. El Señor es mi pastor, nada me falta

9. Actitud que debemos adoptar ante el sufrimiento de los que nos rodean

10. Jesús está en todo el que sufre

11. Los defectos y las deficiencias de los demás

12. Paciencia con el prójimo

13. Paciencia con nuestras propias faltas y nuestras imperfecciones

14. Dios puede sacar el bien incluso de nuestras faltas

15. ¿Qué hacer cuando hemos pecado?

16. La inquietud que nos invade cuando hemos de tomar decisiones

17. El camino real del amor

18. Algunos consejos a modo de conclusión

### III. LO QUE NOS DICEN LOS SANTOS

Juan de Bonilla

San Francisco de Sales

Santa Teresa de Jesús

María de la encarnación

François-Marie-Jacob Libermann

Padre pío

San Josemaría Escrivá