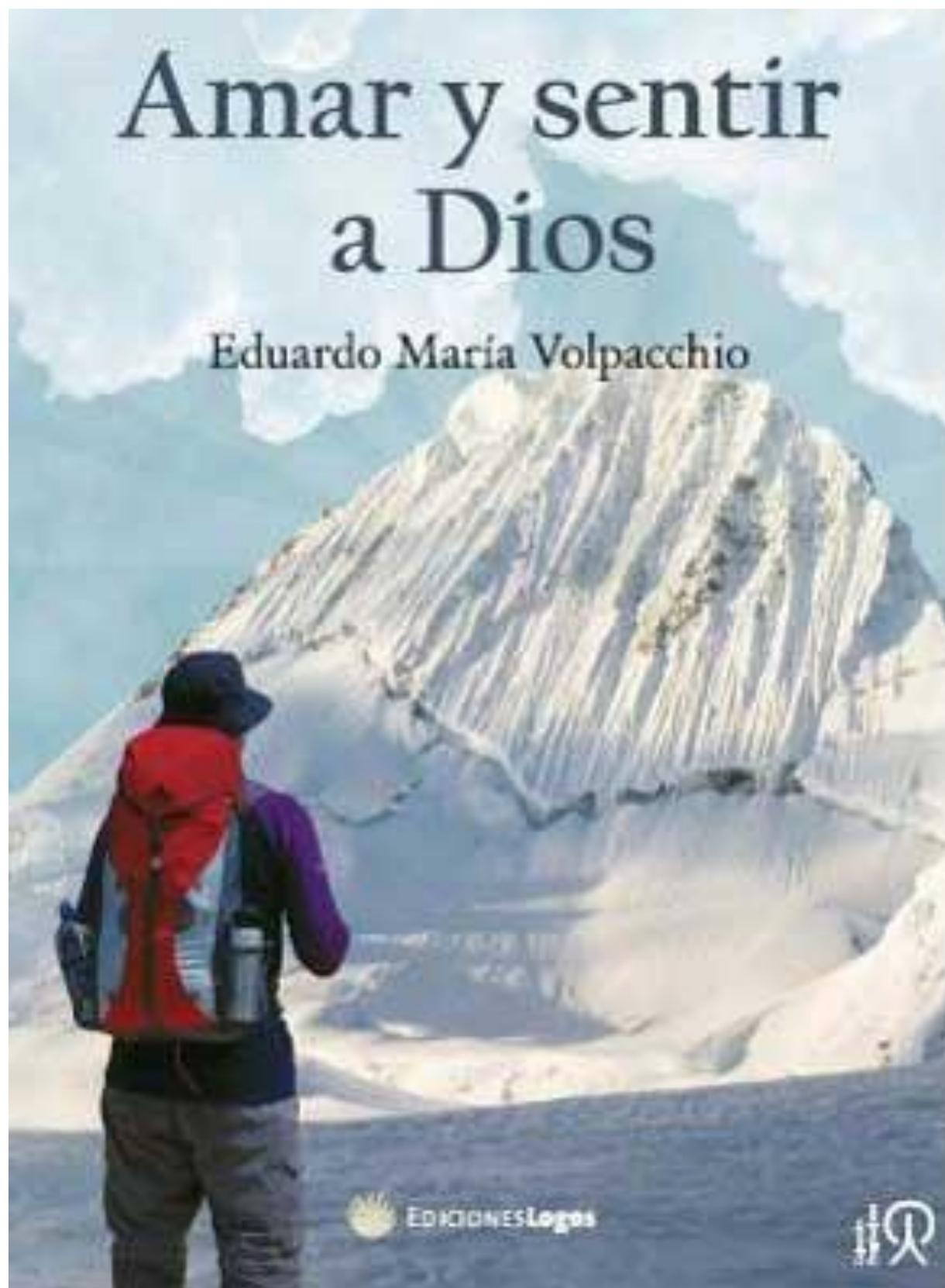


Amar y sentir a Dios

Eduardo María Volpacchio



EDICIONES Logos



Índice

Introducción
Una llamada demasiado grande
Entender el amor
Disfrutar del cristianismo
Aclararse con los sentimientos

PRIMERA PARTE: EL HOMBRE QUE AMA Y SIENTE

CAPITULO I AMOR Y SENTIMIENTOS

Creados para amar
Creados para amar a Dios
Carácter tendencial del hombre
Qué son los sentimientos
Qué es el amor
Amor como atracción y entrega
El amor realiza el bien del amado
El amor es entrega
El amor como don
Saberse amados por Dios
Amar con el amor de Dios
El amor está llamado a crecer y madurar
Solidez del amor
Cuidar el amor
Del amor afectivo al efectivo
Obras son amores... y expresión de libertad
El amor y la ley
La fuerza de los sentimientos para amar y servir a Dios
Amor y deberes
Asegurar el amor: la fidelidad
¿Por qué tanta insistencia en el amor?
De lo visible a lo invisible
¿Por qué tengo que obedecer?
Obediencia y amor a Dios

CAPITULO II ENTENDER MEJOR EL AMOR

Cristianismo y sentimientos
La confusión de amor y sentimientos
Libres para amar
Libertad y sentimientos
Libertad, amor y entrega

Apertura del corazón
Amor y alegría
Pecar no es divertido
Lo divertido y lo aburrido
Pecar hace daño
Amor y dolor
La verdadera felicidad
Ser felices en el dolor
La trampa del “quiero ser feliz”
La verdadera autoestima
El amor, los sentimientos y la verdad
Algunas distinciones finales
El querer y las ganas
Sentir y consentir
Mantenerlos en su lugar

CAPITULO III EN BUSCA DE LA UNIDAD PERDIDA

Amar no es fácil
El éxito en el amor
Nuestra riqueza (y complejidad) interior
Un peligroso dualismo: ¿amo o cumplo?
¿Cumplir por mera obligación?
Los males del voluntarismo
Los males del sentimentalismo
En un mundo de paradojas
Hacia la armonía interior
Dominio de sí
Cultivar los sentimientos adecuados
Inteligencia, voluntad y sentimientos
El primado de la inteligencia
El comando de la voluntad
Educar la sensibilidad: virtudes y elegancia
Camino de lucha

SEGUNDA PARTE EL HIJO DE DIOS QUE SIENTE Y QUE AMA

CAPITULO IV AMOR A DIOS Y SENTIMIENTOS EN LA VIDA ESPIRITUAL

La brújula: Cristo
La primacía de la gracia
El lugar de los sentimientos
El acceso sensible a Dios
Pasión por Dios
Los sentimientos en su lugar
La ausencia sensible del Señor

El fracaso de los meros sentimientos

- a) El fracaso en materias de fe
- b) Ante la caridad, el sacrificio y los defectos
- c) Primacía de los sentimientos: causa frecuente de fracaso personal

Hacia la unión de amor con Dios

- a) La unión en la oración
- b) “Meterse” en Dios: la oración mental
- c) Los vaivenes afectivos

Los sentimientos y la valoración de la vida espiritual

Espontaneidad y sacrificio

El amor en la rectitud de nuestra intención

Cuando la necesidad manda

Sentirse bien

¡Amar!

Egoísmo y vida espiritual

El caso de la Misa

CAPITULO V AMAR EN LA CRUZ

La hora del dolor

Para qué sufrir

El amor de Cristo sostiene

Amar hasta que duela

Falsas respuestas ante el sufrimiento

- 1) Un gran engaño y el miedo al dolor: la huida
- 2) Las falsas expectativas y el riesgo de la decepción

El caso de Judas

3) El peligro del celo amargo

El caso de Zacarías

A la búsqueda de culpables

Los reduccionismos

4) Sentimientos negativos comunes en la vida interior

5) A falsos problemas, falsas soluciones

El triunfo en la cruz

¿Qué hacer ante el dolor?

- 1) Aprender a sufrir
- 2) Refugiarse en Cristo
- 3) Aceptar con fortaleza, sostenidos por la esperanza

¿Amar la cruz?

Una cuestión de fe

Pequeñas o grandes revoluciones interiores

CAPITULO VI DIEZ CLAVES DEL PROGRESO INTERIOR

1) La fuerza del deseo y el papel del esfuerzo

2) El gusto por las cosas de Dios. Poner el corazón

Dimensión afectiva de la piedad

Valor teológico de la belleza

La infancia espiritual

3) Integrar los sentimientos con la inteligencia y la voluntad

Disfrutar de la fe

Dimensión voluntaria de la piedad

4) El amor requiere intimidad: estar a solas

5) Constancia: el plan de vida

Prejuicios contra el plan de vida

Los bienes que produce

6) Una sola vida

La vida “interior” se alimenta de la “exterior”

La vida “exterior” se alimenta de la “interior”

La vida interior se desborda hacia afuera

7) En la cuesta arriba

a. Cuando cuesta rezar: mirar a Dios

El amor de los mercenarios

Buscar a Dios

b. Perseverancia a la hora de la oscuridad

Nuestra respuesta

No sorprenderse

Fe

Paciencia

Entrega

Perseverancia

Dejarse guiar

Vale la pena, siempre hay fruto

8) Alegría y buen humor. Abandono

9) Cuidado con la rutina. Saber encenderse

La ayuda de la lectura

10) Comenzar y recomenzar

Para terminar...

BIBLIOGRAFÍA

Únicamente donde se ve a Dios comienza realmente la vida. Sólo cuando encontramos en Cristo al Dios vivo, conocemos lo que es la vida. No somos el producto casual y sin sentido de la evolución. Cada uno de nosotros es el fruto de un pensamiento de Dios. Cada uno de nosotros es querido, cada uno es amado, cada uno es necesario. Nada hay más hermoso que haber sido alcanzados, sorprendidos, por el Evangelio, por Cristo. Nada más bello que conocerle y comunicar a los otros la amistad con él[1].

Amar a Dios. Primer mandamiento y realización de la sublime unión del hombre con Dios. Experiencia que debería constituir lo más grandioso de la vida. Pero... ¿qué pasa cuando no lo sentimos? ¿Cuándo parece que Dios se esconde? ¿Es que la vida y aquello por lo que luchamos ha perdido sentido? ¿Habrá que tirar todo por la borda u obedecer ciegamente el deber?

Amar al prójimo. Segunda parte de único mandamiento del amor. Camino de realización personal y de unión con los demás... algo maravilloso. Pero... ¿qué pasa cuando nuestros sentimientos son opuestos al amor? ¿Cuando dejamos de sentir ese amor?

Queremos introducirnos en el mundo de los sentimientos y del amor a Dios, la vida espiritual y las emociones, el compromiso y la libertad, para entender un poquito mejor qué sucede dentro de nosotros y ser capaces de responder razonablemente.

Introducción

Una llamada demasiado grande

El cristiano tiene todo para vivir feliz.

Ha recibido en primera persona unas promesas de plenitud y vida eterna incomparables. Toda clase de dones naturales y sobrenaturales donados por su Padre Dios.

Y esto comenzó en el Bautismo, lo más grande que nos ha sucedido en la vida: muertos y sepultados con Cristo, hemos renacido a una vida superior, eterna, divina. Iniciada en germen, pero no por ello menos extraordinaria.

A partir de allí, estamos llamados a desarrollar —a través del amor— esa gracia bautismal en un crecimiento que carece de límites, ya que, por ser participación en la naturaleza divina —es decir de lo más íntimo de Dios—, nunca podremos agotarla.

Una aventura monumental, tan grande como nunca podríamos haber soñado. Un camino de amor, capaz de llenar toda vida humana.

Entender el amor

Pero en nuestro tiempo reina una gran confusión sobre la naturaleza del amor. En todos los niveles. Una confusión que crea no pequeños desconciertos y demasiados problemas prácticos. Y tiene enormes repercusiones en la vida cristiana.

Conscientes de que la realización plena de nuestra vida depende del amor, nos damos cuenta de la importancia de entenderlo y del peligro de los errores en este

tema. Quien confundiera el amor con otras realidades —a veces incluso opuestas—, estaría metido en un lío: podría llegar a pensar que es amor lo que no lo es, y que no es amor lo que sí... Y así le será muy difícil amar: en el amor humano llegará a pensar que, usando a una persona, la está amando; y que si la respetara, no la amaría... Su problema sería mayúsculo. Lo mismo sucede con el amor a Dios. Desgraciadamente a muchos les pasa. Y en el subibaja de la vida todos estamos expuestos a estas confusiones.

Por esta razón es muy beneficioso conocer al menos básicamente qué es el amor y cómo vivirlo, y así estar en mejores condiciones para realizar con éxito el proyecto de gracia y amor que es nuestra vida. En un mundo que no se aclara sobre tan crucial tema, resulta clave que tengamos ideas claras. Y, como con cierta frecuencia la mirada se nos nubla, resulta clave también renovar esa claridad de ideas cuando lo necesitemos.

Un hecho nos confirma en esta convicción: Benedicto XVI dedicó su primera encíclica —programática de su Pontificado— a rescatar al amor de algunos de estos equívocos y ofrecernos abundantes ideas para nuestra reflexión. Y la segunda, a sostenernos en la esperanza, prevenirnos de frustraciones y enseñarnos el camino para ejercitar esta virtud.

Disfrutar del cristianismo

Tenemos que aprender a disfrutar del cristianismo: disfrutar de Dios, de su amor, de las personas que ha puesto a nuestro lado para que las amemos y las hagamos felices, de los dones y talentos que Dios nos ha dado, de la tarea que nos encomienda en la vida.

Disfrutar con todo nuestro ser incluye el gozo intelectual, el gozo de la unión de voluntades, el gozo afectivo y el sensible.

Y aprender a ser felices.

Aclararse con los sentimientos

Para recorrer el camino de la unión con Dios y el amor al prójimo en la vida de todos los días, nos resulta de gran ayuda —dando por supuesto lo principal: la gracia de Dios y la ayuda de la Iglesia— conocer cómo somos por dentro, las características de la vida sobrenatural y los obstáculos que podemos encontrar.

Como consecuencia de la confusión cultural y de nuestra natural tendencia a la complejidad, resulta relativamente fácil enmarañarse en el propio mundo interior. Y de hecho, a lo largo de mi vida sacerdotal encuentro con cierta frecuencia personas confundidas con sus sentimientos. No saben bien qué significan, no los entienden, sufren porque no sienten lo que piensan que deberían sentir o porque sienten lo que suponen que no deberían... O se sienten fuertemente atraídas hacia lo que saben que no es bueno, o sienten un gran rechazo por lo que deberían hacer, etc. Les da miedo no ser felices por no seguir sus sentimientos; o suponen que para serlo deben dejarse llevar por el corazón. Y así, pasan por momentos de mucha angustia.

Para ellas está pensado este libro —el autor incluido—: porque todos necesitamos volver a ilusionarnos con la maravilla del amor a Dios, reubicarnos cuando estamos confundidos, tomar perspectiva cuando la perdemos, repensar cosas muy sabidas o que nos hemos olvidado, etc. Ha sido escrito con el propósito de

ofrecer ideas y reflexiones sencillas. Surgieron con naturalidad a partir del pedido de un amigo, padre de una ex alumna del colegio del que era capellán. Un día me comentó que su hija había estado faltando a Misa varios domingos porque no lo sentía, y me recomendó que en la formación que damos en el colegio insistiéramos más de este tema. A partir de allí comencé a escribir algunas ideas que dieron lugar a un artículo, que el tiempo —pasaron varios años— fue engordando hasta hacerse un folleto... y llegar a su forma actual.

También se trata de ubicar los sentimientos en la vida espiritual, precisar un poco qué es el amor de Dios y cómo conseguirlo. Discernir entre nuestros sentimientos. Guiar en los momentos de confusión. Explicar el porqué de algunas prácticas espirituales. Razonar sobre la importancia de ciertos aspectos de la vida interior. Poner al descubierto la falta de lógica de algunos planteos corrientes. Profundizar algunas ideas.

Debido a la complejidad del ser humano y del mundo sobrenatural, necesitamos matizar constantemente nuestras afirmaciones y contrapesar unas con otras para evitar que, subrayando demasiado un aspecto verdadero, lleguemos a afirmar algo que no lo es.

Entraremos en un terreno lleno de paradojas. Hablaremos del papel fundamental de los sentimientos, al tiempo que explicaremos que no pueden funcionar solos. A veces diremos que necesitan una guía, un control, un freno; y otras que debemos fomentarlos. Si los despreciamos, nuestro amor no es humano; y si los absolutizamos, tampoco.

Este libro no pretende agotar el tema, ni ser un tratado que lo abarque todo. Sólo quiere ser una ayuda y un guión que ayude a aclarar algunas ideas y aporte algunos consejos prácticos para la vida espiritual.

Una aclaración: este no es un libro de autoayuda.

En la vida cristiana el apoyo serio, definitivo, viene de lo alto: es Dios mismo. La gracia tiene la primacía. Es cierto que a veces —con bastante frecuencia— podemos necesitar aclararnos un poco, tomar fuerzas, despejar la mente, cobrar ánimos... y la lectura de un libro nos auxilia y abre horizontes. Pero esta ayuda —muchas veces necesaria— no es más que un complemento. La verdadera fuente de santidad es la gracia. El único apoyo definitivo es Dios. Es preciso que nos convenzamos de que “sólo Dios basta”. Este libro pretende ayudar a rezar mejor, ya que todo lo que podemos necesitar lo obtendremos en la oración: nos lo dará Dios. Y pretende todavía algo más: convencernos de que no abandonemos la oración en los momentos de dificultad, que son —deberían ser— los momentos de mayor unión con Dios, ya que es cuando toma el alma para modelarla a su medida: a la medida de Cristo crucificado y resucitado.

Para los momentos de dificultad —cuando experimentamos el silencio de Dios y no somos capaces de sentir nada— tenemos el ejemplo admirable que nos ha dejado la Madre Teresa de Calcuta[2]. Ella nos enseña con su vida cómo es posible amar a Dios y al prójimo con máxima perfección en la más absoluta oscuridad.

También nos muestra cuán valiosa puede ser esa entrega generosa: lo vemos en los frutos con que Dios ha llenado su vida.

El libro apunta a los dos últimos capítulos, en los que pensamos que residen dos claves de la perseverancia en el camino a la santidad: el amor en la cruz y el cultivo la vida interior. Allí trataremos de cuestiones prácticas sobre los sentimientos en la vida interior. Los cuatro primeros capítulos son el fundamento: estudiamos el amor y los sentimientos en general, procuramos aclarar equívocos frecuentes en nuestro tiempo, entender la unidad vital a la que apunta nuestra lucha, y el lugar preciso de los sentimientos en la vida interior.

Un consejo: estas páginas han sido escritas poco a poco, despacio —son fruto de mucha meditación y de veinte años de experiencia sacerdotal—, contienen quizá demasiadas ideas. Por ello, es recomendable leerlas también de a poco y sin apuro.

PRIMERA PARTE EL HOMBRE QUE AMA Y SIENTE

CAPITULO I AMOR Y SENTIMIENTOS

Creados para amar

Después de la resurrección de Jesús —pasado ya el drama de sus negaciones—, Pedro se encuentra con la pregunta más decisiva de su vida: “Simón, hijo de Juan, ¿me amas más que estos?”[3].

Creados inteligentes y libres, capaces de conocer y amar, quizá lo más importante que debemos conocer es el sentido de nuestra vida: indagar y descubrir el porqué y el para qué de nuestra existencia personal.

Encontramos la primera respuesta en el relato de la creación que nos ofrece el libro del Génesis: un verdadero canto de amor. Sus tres primeros capítulos nos dicen quiénes somos y para qué hemos sido hechos. Nos muestran la obra del universo como un gran acto de amor de un Dios que se ocupa personalmente de ir delineando todas las cosas, en un camino ascendente de perfección. Y la narración alcanza su punto culminante cuando Dios vuelca todo su amor para crear al hombre. Es como si Dios necesitase mirar para adentro —a su corriente de infinito amor trinitario— para crearlo: “Hagamos al hombre”. Y lo hace “a imagen y semejanza” del amor que es Él mismo. Con sus propias manos plasma su cuerpo y de su aliento divino procede su alma[4].

Y un Dios lleno de cariño y atenciones hace el Jardín de delicias en Edén para ese hombre que acaba de crear. Lo acompaña y vive en intimidad con él (¡hasta pasean juntos!).

La imagen divina se manifiesta también en que “no es bueno que el hombre esté solo”: imagen del amor de Dios, a Adán no le basta con amar a Dios, tiene que amar también a otros iguales —en los que encontrará a Dios mismo—, a los que necesita para volcarse hacia ellos.

De esta manera, la Sagrada Escritura presenta al hombre como fruto del amor de Dios y destinado a realizar ese amor en el mundo.

En una perspectiva antropológica y fáctica encontramos una confirmación de lo que acabamos de decir. Si miramos a la humanidad, encontraremos a muchos millones de hombres y mujeres, muy diferentes unos de otros y entre sí: jóvenes y viejos, cultos e ignorantes, ricos y pobres, sanos y enfermos; algunos viven cien años, otros no llegan a los diez; unos de inteligencia sublime, otros de muy limitada capacidad intelectual; de culturas tan diferentes; que realizan su vida en épocas tan distintas... Su realización tiene que estar en algo que todos sean capaces de hacer y que los conduzca a su plenitud. Obviamente, no se tratará de grandes proezas ni requerirá de una gran inteligencia.

La respuesta que buscamos cabe en las cuatro letras de la palabra “amor”: todos —a pesar de las diferentes circunstancias en que nos encontremos y lo distintos que seamos— somos capaces de amar. Y es precisamente el amor quien saca lo mejor de nosotros, y es amando como alcanzamos la plenitud personal para la que hemos sido creados.

Por esto mismo el amor da sentido a la vida y la llena de contenido. Así lo señaló Juan Pablo II en su primera encíclica: “El hombre no puede vivir sin amor. Él permanece para sí mismo un ser incomprensible, su vida está privada de sentido si no se le revela el amor, si no se encuentra con el amor, si no lo experimenta y lo hace propio, si no participa en él vivamente”[5]. Y Benedicto XVI, queriendo centrar la vida de los católicos en lo absolutamente esencial, dedicó su primer encíclica enteramente al amor: *Deus Caritas est*.

Creados para amar a Dios

Cuanto más perfecto es su amor, más plenitud alcanza el ser humano. Y cuanto más grande es el objeto de ese amor, mayor la realización personal. Desde esta perspectiva, es evidente que sólo Dios puede saciar las ansias de amor infinito que Él mismo ha puesto en el hombre: sólo Él es el amor infinito y perfecto.

En el contexto de las criaturas materiales, el gran privilegio del hombre es su capacidad de conocer y amar a su Creador. Ese es precisamente su fin, lo más elevado y perfecto a lo que puede aspirar, aquello en lo que alcanza su realización plena y con ella la felicidad.

En efecto, creado para amar, su destino está impreso en el primer mandamiento de la ley divina: “Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu mente, con toda tu alma y con todas tus fuerzas”. Amar a Dios con todo nuestro ser y nuestra vida: cuerpo y alma, potencias espirituales y sentimientos, afectos y obras. Amar a Dios en sí mismo y amarlo en sus criaturas.

Carácter tendencial del hombre

Sitivit in te anima mea, Domine, Deus meus![6]

En tres salmos se expresa la misma idea: el alma sedienta de Dios, que suspira por verlo, por su amor. Podríamos decir que toda inclinación, aspiración, apetito del hombre en el fondo —en último término— es tensión hacia Dios.

Nuestro ser es atraído por Dios existencialmente. Porque todo nuestro ser apunta hacia la felicidad. Un deseo natural que, según el Catecismo de la Iglesia, “es de origen divino: Dios lo ha puesto en el corazón del hombre a fin de atraerlo hacia él, el único que lo puede satisfacer”[7].

No es que necesitemos a Dios —obviamente lo necesitamos—, sino que es infinitamente más que necesidad. No es una cuestión utilitaria: que nos sirva para alcanzar nuestro fin, que necesitemos su ayuda poderosa, que lo necesitemos para ser felices.

Es muchísimo más, es un planteo esencial y enamorado: a Dios le podemos decir absolutamente “te necesito para vivir porque no puedo vivir sin vos”. Es el amor de quien descubre que la razón de su existencia es el amor de Dios.

La atracción hacia Dios es la disposición más real y profunda de nuestro ser. Definitiva. Absolutamente para lo que estamos hechos. Algo existencial, esencial, por naturaleza, dado.

Junto con esta tendencia existencial hacia Dios, cada una de nuestras potencias y facultades tiende a sus fines próximos —la verdad, el bien, el placer sensible, la conservación de la vida, etc.—; que se integran y unifican en el amor a Dios.

Tendenciales y libres: podemos torcer las tendencias más fuertes y fundamentales, orientarlas e incluso rechazarlas. Además, después del pecado original, podemos leerlas mal y seguirlas en direcciones equivocadas, alejándonos de la felicidad que tanto anhelamos.

Aquí entra el amor: adherir con todo el corazón y toda la vida —libremente y por amor— a Dios, querer amarlo, querer entregarnos a su amor. Este amor se cultiva. Necesita lucha para superar obstáculos, requiere adhesión voluntaria, y rechazo de lo que se le opone. Requiere educar nuestra inteligencia, nuestra voluntad, nuestra afectividad, nuestra sensibilidad, para que todo nuestro ser se acople, armónica, gozosamente a su tendencia más radical, la más realizadora, la única absoluta.

Este amor a Dios es posible. Los santos lo consiguieron. Precisamente ¡en esto consiste la santidad! Y este es el gran desafío de cada ser humano. Es célebre la anécdota que se cuenta de Santo Tomás de Aquino. Hacia el final de su vida, rezaba una noche ante el crucifijo. Y esa noche el Cristo le habló: “Bien has escrito de mí, Tomás. ¿Qué quieres de recompensa?”. El santo no necesitó pensar su respuesta: “Nada, Señor, sino Tú mismo”. ¡Esto es amor! Aquí tenemos en una brevísima escena fotografiado el amor.

Por otra parte, ¿qué otra cosa podía hacerlo feliz sino sólo Dios? Era consciente de la plenitud del amor infinito de Dios, en quien tendría todas las cosas. Pues de esto se trata. Llegar a amar a Dios, de verdad, así, con toda el alma, por Él mismo; y amar en Él a todas las criaturas. Y nada por fuera de su amor.

La felicidad —no sólo la de Santo Tomás, también la nuestra— dependerá de la calidad del amor que consigamos tener.

Ahora bien, ¿en qué consiste este amor? ¿Qué papel juegan los sentimientos en el amor, y más específicamente en el amor a Dios? ¿Cómo vivir ese amor en la propia vida espiritual? Intentaremos esbozar alguna respuesta en las páginas de este libro.

Qué son los sentimientos

Los sentimientos o pasiones designan las emociones o impulsos de la sensibilidad que inclinan a obrar o a no obrar en razón de lo que es sentido o imaginado como bueno o como malo[8]

Para entender el papel de los sentimientos en el amor y en la vida espiritual, hemos de comenzar considerando cómo funciona una persona humana, que tiene cuerpo y espíritu, sensibilidad y espiritualidad, y ambas integradas en la unidad de su persona.

La riqueza y complejidad de nuestro mundo interior procede en parte de nuestra misma naturaleza: no somos seres simples sino compuestos de alma y cuerpo, materia y espíritu. No unidos exteriormente, ni mezclados, sino en unidad sustancial. No como dos partes de la persona, sino como co-principios de una única realidad vital. Según se mire, se puede decir que somos un espíritu encarnado o un cuerpo espiritualizado, y las dos expresiones afirman lo mismo. El alma es la forma sustancial del cuerpo, que es humano gracias al alma que lo anima. El hombre no es un alma metida en un cuerpo, sino que su materia es parte esencial de su ser.

“Los sentimientos son consecuencia de la unión sustancial de alma y cuerpo, que implica una profunda interconexión entre las operaciones de la sensibilidad y las propiamente racionales; por eso ni la actividad racional del hombre es igual a la de los espíritus puros (los ángeles) ni los actos de su sensibilidad son iguales a los de los animales”[9].

Como seres espirituales tenemos potencias espirituales, con las que conocemos y amamos. Como seres corporales tenemos inclinaciones y apetitos sensibles. Y quien conoce y quiere sensitiva y espiritualmente es el mismo sujeto: cada uno de nosotros.

El hombre se relaciona con el mundo material a través de los sentidos: ve colores y formas, escucha sonidos, palpa superficies, huele olores y gusta sabores. Pero va más allá de lo que registra con los sentidos (que es lo meramente exterior: cómo lo de fuera aparece ante nosotros). No se queda sólo en las impresiones que las

cosas dejan en sus sentidos: de lo que siente llega a lo que la cosa es —la conoce en sí— y es capaz de quererla —con su voluntad.

A nivel cognoscitivo primero vemos, oímos... es decir, conocemos sensitivamente.

Ante esta primera aproximación a las cosas —básicamente exterior—, tenemos una primera respuesta —también sensible—: agrado, desagrado. Respuesta que no es voluntaria: es cómo mi sensibilidad reacciona ante eso que tengo delante o que me pasa.

Los sentimientos son, en este sentido, una fuerza vital muy importante de nuestra naturaleza. Nos impulsan hacia lo que valoran —obviamente, a su nivel sensible— como un bien, y nos retraen de lo que sienten como un mal. Empujan o retienen; sentimos atracción o rechazo. Son un motor muy potente: todos experimentamos la fuerza de nuestra sensibilidad. El hombre tiene dos tipos de pasiones sensibles: el apetito concupiscible o afectivo (la atracción al bien sensible, el rechazo del mal sensible), y el irascible o anímico (la fuerza para alcanzar el bien arduo y superar el mal).

De esta primera valoración sensible llegamos después a la valoración global. No ya cómo le cae a alguno de mis sentidos o a mi sensibilidad en general, sino cómo la valoro yo en su totalidad, en confrontación con la totalidad de mi vida. Esa es tarea de la inteligencia. Y sobre la base de esta valoración, la voluntad decide: lo quiero o no lo quiero.

Quizá sea necesario aclarar que esta descripción es una primera aproximación, y matizar que debido a la unidad de la persona no son tres dimensiones independientes, sino que se influyen mutuamente y se integran en la unidad del sujeto que actúa (es la persona quien siente, piensa y quiere).

Veamos un ejemplo. Me produce desagrado una medicina amarga que libremente quiero tomar porque me cura. Ese desagrado no es global: es lo que siente mi sentido del gusto, aunque mi persona está conforme con el bien que hace a mi organismo. Mi persona está muy de acuerdo con la medicina, más allá de que mi sentido del gusto proteste un poco.

Los sentimientos nos proporcionan un modo muy humano de aproximarnos a la realidad. Pero no todo acaba allí, sino que precisamente allí comienza lo más interesante. Comienza la esfera del espíritu a entrar —a través de ellos— en el mundo de la inteligencia y de la voluntad.

Se podría decir que las emociones o sentimientos están a mitad de camino entre lo corporal y lo espiritual[10]. Y hay que valorarlos racionalmente: porque están a nivel sensible, la racionalidad no les corresponde por sí misma, sino cuando son elevados al orden espiritual, integrados con la inteligencia y la voluntad en la unidad del sujeto. No se les puede pedir lo que no pueden dar, lo que escapa a su esfera propia.

Los sentimientos —en sí mismos y en principio— no son libres en cuanto su aparición: yo no puedo decidir sentir lo que no siento o no sentir lo que siento. (Obviamente, puedo hacer libremente ciertas acciones buscando experimentar los sentimientos que ellas provocan. Aquí nos referimos al aspecto en principio pasivo — en cuanto respuesta no libre— de los sentimientos.) Son la reacción de mi sensibilidad ante lo que se le presenta. El sujeto es pasivo respecto a ellos: sencillamente siente. Y eso no depende de él.

Se siente frío, calor, hambre, dolor, dulzura, entusiasmo, miedo, amargura, etc. Y muchos otros sentimientos de distinto signo: emoción, satisfacción, gozo, paz, gusto de estar con alguien, bronca, simpatías, antipatías, celos, envidia, alegría, amargura, angustia, ansiedad, enojo, tristeza, desinterés, desgana, entusiasmo...

Esos sentimientos pueden pasar al ámbito de la libertad cuando se los consiente (la voluntad los hace suyos) o se los rechaza (no quiere saber nada con lo que siente); cuando se los provoca (voluntariamente hago lo que los suscita) o se los fomenta (se los alienta).

“En sí mismas, las pasiones no son buenas ni malas. Solo reciben calificación moral en la medida en que dependen de la razón y de la voluntad. Las pasiones se llaman voluntarias ‘o porque están ordenadas por la voluntad, o porque la voluntad no se opone a ellas’. Pertenece a la perfección del bien moral o humano el que las pasiones estén reguladas por la razón”[11].

No todo lo que sentimos es razonable. Los sentimientos pueden incluso no tener una base real, es decir, carecer de causa objetiva. A veces sentimos angustia, pero ¿de qué? No lo sabemos. Por más que busquemos no encontramos motivos concretos que la justifiquen. Podemos estar angustiados por nada.

En cierto sentido, puede decirse que a veces los sentimientos nos engañan. Por esto, no podemos creernos así nomás lo que experimentamos en nuestra afectividad.

Obviamente, no todo lo que sentimos es bueno. Puedo sentir —y de hecho, siento— malos sentimientos: envidia, celos, bronca, mal humor, rencor, antipatías, etc. Tonto sería no darse cuenta; y mucho peor, negarlo.

Los sentimientos miden sensaciones: agradable-desagradable, placentero-doloroso, divertido-aburrido, triste-alegre, entusiasmante-deprimente, animante-agobiante...

Por lo tanto, los sentimientos no son criterio de verdad-falsedad, ni de bondad-maldad. Los sentimientos a este nivel pueden equivocarse y, de hecho, se equivocan, conduciéndonos así al error si es que los seguimos... Puede caerme simpática una afirmación que es falsa, o chocante algo que es verdadero. Puede molestarme algo que es bueno, y agrardarme algo que es malo. No dependerá tanto de qué es algo, sino más bien de cómo se me presenta ese algo. Los sentimientos son la valoración sensible de las cosas, según el estado emotivo en que nos encontremos en ese momento. En este sentido se puede afirmar que es la más superficial, en cuanto no

considera las cosas en todas sus dimensiones. Superficial no quiere decir que sea fácil de sacar o que no se sienta con intensidad; estas valoraciones pueden estar profundamente arraigadas en las sensibilidades: puedo sentir un rencor muy hondo, incluso sabiendo que no es bueno y no queriendo sentirlo.

No todo a lo que los sentimientos empujan es bueno. No todo de lo que me retraen es malo. Puedo sentir la atracción de cosas desordenadas, puedo sentir el rechazo de cosas buenas y necesarias.

Por otro lado, podemos trabajar nuestra sensibilidad. Como explica un conocido profesor de Ética, “la coordinación e integración de las diversas tendencias no es algo dado de manera inmodificable. Está condicionado por las diferencias caracteriológicas individuales y por la concepción de la vida que se afirma en las diversas sociedades y culturas. Cada temperamento individual y cada cultura representa un punto de partida parcialmente diverso desde el que se ha de emprender la marcha hacia el equilibrio y la integración requeridas por un género de vida adecuado al bien de la persona. La regulación y encauzamiento de las tendencias en cada individuo es tarea propia de las virtudes éticas”[12].

Como ya hemos dicho, los sentimientos aparecen al margen de nuestra inteligencia y voluntad, pero no nos determinan: podemos aceptarlos o no. De manera que si bien —en línea directa— son independientes de nuestra libertad, sí dependen de ella —y mucho— indirectamente. Podemos fomentarlos, combatirlos, rechazarlos, superarlos, etc. Y, a través de este gobierno, podemos ir modelándolos. Esto lo hacemos por medio de las virtudes con las que perfeccionamos nuestras inclinaciones, afectividad y potencias operativas.

Qué es el amor

El hombre es capaz de mucho más que sentir... Es capaz de conocer y, sobre todo, de amar. Como ya hemos dicho, ha sido creado para amar, y en el amor y a través del amor encuentra la realización personal y con ella la felicidad.

Pero ¿qué es el amor? De entrada habría que decir que es algo terriblemente misterioso, cosa que verificamos recordando que la Sagrada Escritura proclama que “Dios es amor”. Si diéramos vuelta semejante definición de Dios, diríamos que el amor (en Dios, obviamente) es Dios mismo. Lo cual, lejos de ser una tautología, es un gran misterio. Una realidad demasiado profunda.

Esto explica que sobre el amor se hayan escrito bibliotecas enteras. Aquí vamos a ocuparnos de lo más básico, ya que no nos interesa tanto analizar la naturaleza del amor, sino cómo ser capaces de amar de verdad.

Comprobamos la complejidad de la naturaleza del amor cuando buscamos definiciones. Me resulta curioso —y pobre— que la Real Academia de la Lengua Española, al definir el vocablo “amor”, utilice sólo la palabra “sentimiento”. Las tres primeras acepciones que ofrece son:

1. Sentimiento intenso del ser humano que, partiendo de su propia insuficiencia, necesita y busca el encuentro y unión con otro ser.

2. Sentimiento hacia otra persona que naturalmente nos atrae y que, procurando reciprocidad en el deseo de unión, nos completa, alegra y da energía para convivir, comunicarnos y crear.

3. Sentimiento de afecto, inclinación y entrega a alguien o algo.

Amor como atracción y entrega

La riqueza del amor se manifiesta en primer lugar al realizarse en dos formas fundamentales. Ambas pueden parecer, en principio, distintas, alternativas y hasta contrarias, pero juntas realizan el amor humano en plenitud: el amor de concupiscencia y el de benevolencia[13].

El amor de concupiscencia es motivado por el bien que me produce lo amado. Amamos las personas, cosas, actividades, etc., que nos agradan, nos satisfacen, nos hacen bien. Nos atraen, nos mueven, entusiasman, alegran. Es natural. Es lógico. Lo necesitamos. Como amor que es, es bueno en sí mismo, pero muy primario.

Es el amor de deseo, donde lo amado es amado en la medida que me atrae porque me sirve de alguna manera. Es un amor posesivo —no necesariamente egoísta, pero fácilmente puede serlo.

Con este tipo de amor, amo, por ejemplo, la pizza. No se la ama en sí misma, sino por el bien que me hace, por lo bien que me lo paso comiéndola. Pero la pizza en sí misma no me importa. Cuando acabo de comer, no me preocupa qué pasa con la pizza restante: si va a congelarse en la heladera, se la regalan a un mendigo, se la tira a la basura, se pudre o se la dan de comer a un perro. No tengo un interés en ella por ella misma, sino que, en todo caso, la guardo para seguir disfrutándola después. Una escritora pro-vida americana, Mary Bonacci, no sin ironía llama a este tipo de amor pizza love[14].

El amor de benevolencia es el amor que sale de sí y busca el bien del amado, a quien se ama por sí mismo y cuyo gozo se hace propio, porque su bien es el mío.

Este segundo es el amor con que se ama a los seres humanos (no tendría sentido amar la pizza con amor de benevolencia). A las personas no se les puede amar simplemente deseándolas, porque las estaríamos usando para nuestra propia satisfacción. Hay que amarlas, además, con amor de benevolencia. Obviamente, a Dios mucho más. Y el amor de benevolencia lleva a la entrega.

Ambos tipos de amor no se excluyen, sin que se realizan plenamente cuando se unen: “eros y agapé —amor ascendente y amor descendente— nunca llegan a separarse por completo. Cuanto más encuentran ambos, aunque en diversa medida, la justa unidad en la única realidad del amor, tanto mejor se realiza la verdadera esencia del amor en general”[15].

El segundo por lo general nace del primero y se apoya en él. En el amor a Dios hay que llegar al segundo: no es suficiente amarlo sólo porque me dará el cielo o porque rezar me haga sentir bien (aunque evidentemente, si le soy fiel, Dios me concederá la gloria de la vida eterna y su amor llenará mi vida).

En sí mismo el amor es una realidad espiritual, pero el hombre ama como es: con todo su ser, con su cuerpo y su alma. Lo superior incorpora lo inferior, de tal manera que el amor incluye sentimientos y se articula con ellos. Ni prescinde de los sentimientos, ni los absolutiza identificándose con ellos.

Por esta compenetración de sentimientos y voluntad nos cuesta querer a quien nos resulta antipático: el amor parte espontáneamente de cierto gusto sensible por la persona. Pero también nos damos cuenta de que una persona que sabe querer mira con buenos ojos a los demás (así es difícil que le produzcan rechazo). Un corazón grande es capaz de amar a todos —no sólo a los que le caen bien—, porque no se queda en la propia complacencia y reconoce en todos su dignidad natural —los ve como otro yo— y su condición de hijos de Dios: eso hace que en todos encuentre aspectos valiosos que los hacen amables, es decir, queribles.

De la misma manera, cuando entre un hombre y una mujer se habla de “amor a primera vista”, en realidad se trata de algo sólo sensible. El amor como tal todavía no existe —ni puede existir— ya que es imposible amar a quien no se conoce (y a primera vista no se puede conocer a nadie). En este caso existe una primera impresión encantadora —se percibe a la otra persona como una promesa de plenitud—; que solamente con el posterior conocimiento y trato puede llegar a madurar y convertirse en amor verdadero.

Y cuando se ama con amor maduro se es capaz de superar los meros sentimientos, y no se deja de amar cuando estos flaquean.

Por esto, para entender con precisión qué es amar, hemos de tener claro que el amor a Dios y al prójimo que nos exigen los Mandamientos no es cualquier amor, sino el de benevolencia. No se nos piden siempre sentimientos, que sin culpa propia pueden estar ausentes.

El amor realiza el bien del amado

El amor no es algo que quede en el amante. Necesita salir, manifestarse, expresarse también exteriormente para así llegar al amado. Y realizar la bondad a la cual impulsa. Si nos preguntaran “¿Me querés?, ¿cuánto?”, deberíamos poder responder: “¿Acaso no se nota?” Triste sería que nos contra-respondieran: “Supongo tu amor... pero necesito experimentar el amor que decís tenerme”.

Amar a alguien necesariamente incluye el deseo de hacer el bien a la persona amada, de que mi amor lo haga feliz, lo enriquezca, lo beneficie.

¿Qué es amar? ¿Cómo se ama? El amor es una realidad muy compleja: es un don y una tarea; supone la libertad y requiere compromiso; llena de gozo y, en ocasiones, también de dolor; implica deber y diversión; tiene la fuerza de la pasión y también necesita cuidados y esfuerzo... Y tiene muchas manifestaciones diversas, dependiendo del tipo de amor de que se trate: a Dios, amor entre esposos, padres e hijos, hermanos, amigos, novios, a los necesitados, etc.

En general, como común denominador se podría decir que amar es vivir para otro, es pensar, valorar, admirar de alguna manera, recordar, soñar, querer estar

juntos, compartir, ayudar, decir cosas agradables, hacer favores, querer complacer, sintonizar con la otra persona... Con respecto a Dios, llega al deseo monumental expresado en aquella oración en la que pedimos “convertir todos los momentos y circunstancias de mi vida en ocasión de amarte” (le estamos hablando a Dios): que toda la vida sea un acto de amor.

A la pregunta ¿cómo se ama? se podría responder “saliendo de sí mismo”: eso es lo que llena. No es lo que recibo —que es muchísimo—, sino lo que doy. De aquí que para amar con plenitud haya que ser humilde y generoso.

El amor es entrega

Tanto amó Dios al mundo que le entregó a su Hijo Unigénito[16]

Nadie tiene amor mayor que el de dar la vida por sus amigos[17]

Hemos dicho que el éxito de una vida —su realización— reside en el amor. Mirando la gran diferencia de resultados amorosos en la vida de las personas —unos triunfan y otros fracasan —, se podría concluir que tener una vida realizada o no, depende de la suerte que se tenga en el amor: que se te dé o no se te dé[18].

Pero no es así: el amor no es cuestión de azar. El amor de verdad está en nuestras manos, en las de todos, porque el amor es una cuestión de entrega.

Esta sencilla y tan repetida afirmación desconcierta a muchos. No la entienden, y hasta les suena a verso: experimentan el amor como algo que los llena, los plenifica, los hace sentir realmente bien. Efectivamente es así, pero a través del intercambio amoroso de la entrega.

El gozo, el entusiasmo, la revolución que produce el amor en nosotros conduce —debe conducir— a la entrega de sí. Así lo explica Benedicto XVI: “Si bien el eros inicialmente es sobre todo vehemente, ascendente —fascinación por la gran promesa de felicidad—, al aproximarse la persona al otro se planteará cada vez menos cuestiones sobre sí misma, para buscar cada vez más la felicidad del otro, se preocupará de él, se entregará y deseará ‘ser para’ el otro. Así, el momento del ágape se inserta en el eros inicial”[19]. Y es precisamente a través de la entrega como el gozo alcanza su plenitud.

En la dinámica del amor, eros y ágape no son formas de amar opuestas, sino que en su plenitud se unifican totalmente. Juan Pablo II, en su Carta a las Familias, cita un famoso pasaje de la *Gaudium et spes* —“no puede encontrarse plenamente a sí mismo sino en la entrega sincera de sí mismo”[20]— y lo desarrolla: “Esto podría parecer una contradicción, pero no lo es absolutamente. Es, más bien, la gran y maravillosa paradoja de la existencia humana: una existencia llamada a servir la verdad en el amor. El amor hace que el hombre se realice mediante la entrega sincera de sí mismo. Amar significa dar y recibir lo que no se puede comprar ni vender, sino sólo regalar libre y recíprocamente”[21].

El amor es lo opuesto al egoísmo. Para amar hay que superar el propio egoísmo; salir de sí mismo. Se podría dar —y de hecho sucede con frecuencia— que una persona estuviera enamorada de estar enamorada... sin importarle demasiado de quién. Le resulta encantador el estado de enamoramiento en que se encuentra. Como

es evidente, esto está todavía muy lejos del amor. Habrá que corregir bastante este buscarse a sí mismo para llegar a ser capaz de amar al otro.

Se trata de una entrega enamorada. Me doy, porque quiero a esa persona. No vivo esa entrega como una pérdida, sino que experimento la alegría de enriquecerla con mi afecto, atenciones, etc. Lo que doy es lo de menos, será siempre cauce, expresión de mi amor.

Los que aman hasta el fondo, llegan hasta lo que parece locura: “Si, por un imposible, ni el mismo Dios viese mis buenas acciones, no me afligiría por ello lo más mínimo. Le amo tanto, que quisiera darle el gusto sin que ni él mismo lo supiese. Al verlo y al saberlo, está como obligado a ‘pagármelo’, y yo no quisiera causarle esa molestia...”[22]

Ese darme llena de sentido a mi vida y por eso me enriquece.

El amor está lleno de paradojas. Para amar hay que decidirse a seguir el camino indicado por el célebre poema de San Juan de la Cruz:

Baja si quieres subir;
pierde, si quieres ganar;
sufre, si quieres gozar;
muere si quieres vivir.

Un viernes por la tarde estaba detenido en un semáforo en Buenos Aires. Una chiquita de nueve años vendía flores (sus potenciales clientes eran sobre todo novios o esposos que volvían a sus casas). Al verme de sotana se acercó al auto; pensé que iba a pedirme limosna. Me quedé helado cuando, estirando la mano con un ramo, me dijo: “Tomá, llevale a la Virgen”. De más está decir que no quiso que le pagara. Era su regalo a María. Me conmovió, y el Espíritu Santo me dio por su intermedio una gran lección.

El amor necesita dar, y en lo que da, se da él mismo. Además de afectos, el amor tiene efectos: se manifiesta con actos, obras y acciones que testifican su existencia. Es lo que uno hace o está dispuesto a hacer por amor al otro.

Los afectos son sentimientos; los efectos son obras de la voluntad.

El amor-efectivo puede y debe gobernar al amor-afectivo.

La entrega tiene dos caras. “Por otro lado, el hombre tampoco puede vivir exclusivamente del amor oblativo, descendente. No puede dar únicamente y siempre, también debe recibir. Quien quiere dar amor, debe a su vez recibirlo como don”[23]. En efecto, el hecho de que el amor sea entrega implica necesariamente que también forme parte del amor recibir. Permitir a la otra persona amar supone, de nuestra parte, dejarse querer. Quien sólo diera y no estuviera dispuesto a recibir, haría muy difícil el amor mutuo porque no dejaría a la otra persona amar. Quizá piensa que ama de un modo perfecto, pero su amor es todavía bastante imperfecto.

Dar y recibir, entregarse y disfrutar del amor

El amor como don

Creados para amar, nuestra felicidad dependerá del amor que seamos capaces de conseguir. Sólo quien es capaz de amar llegará a ser feliz. Y tanto más feliz cuanto más sea capaz de amar: según sea el objeto de su amor —cuanto más perfecto, más pleno, más grande—, y la calidad y cantidad del mismo.

La felicidad plena sólo puede consistir en el amor a Dios: “sólo Dios basta”, según el sabio poema de Santa Teresa de Jesús. Sólo Dios satisface. Nada inferior a Dios será capaz de llenar nuestra sed de amor y plenitud. Y esto sólo se conseguirá en la vida eterna, cuando poseamos a Dios.

Si vamos al Evangelio, es interesante —y muy importante— considerar que, en último término, lo único que Dios nos pide es amor. En el Nuevo Testamento las palabras amor/amar aparecen 362 veces (99 en los Evangelios, siendo San Juan el hombre récord: 57 veces en su Evangelio y 52 en su primera carta —obviamente, el número exacto dependerá de las traducciones).

Y pide que lo amemos con todo nuestro ser: es lo único que hemos de conseguir en esta vida. ¿Por qué? Se podrían dar muchas explicaciones muy profundas. Propondremos dos muy simples: Él nos creó y nos creó para amar. Él es el origen de todo amor, Él mismo es amor.

En efecto, cuando le preguntaron a Jesús qué era lo realmente importante en la vida, lo redujo todo a una sola cosa, pero que abarca todo el ser y toda la vida. Lo leemos en Marcos 12, 28-34: “¿Cuál es el primero de todos los mandamientos? Jesús le contestó: El primero es: Escucha, Israel: El Señor, nuestro Dios, es el único Señor, y amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas. El segundo es: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No existe otro mandamiento mayor que éstos. Le dijo el escriba: Muy bien, Maestro; tienes razón al decir que Él es único y que no hay otro fuera de Él, y amarle con todo el corazón, con toda la inteligencia y con todas las fuerzas, y amar al prójimo como a sí mismo vale más que todos los holocaustos y sacrificios. Y Jesús, viendo que le había contestado con sensatez, le dijo: ‘No estás lejos del Reino de Dios’” (Los pasajes paralelos de Mt 22,36-42 y Lc 10, 26-28 son substancialmente iguales).

Es obvio que Dios no nos necesita. ¿Por qué entonces, nos pide que lo amemos? ¡Porque lo necesitamos nosotros! Es el primer mandamiento y, en el fondo, el único: todo se reduce a esto. En el primer mandamiento Dios nos muestra el camino a la plenitud, nos pide lo que necesitamos.

El fin de nuestra vida es amar a Dios con todo nuestro ser y con toda nuestra existencia (lo que hacemos, sentimos y nos pasa). Sólo por este camino podemos conseguir nuestra realización plena: la santidad.

El amor a Dios realiza de modo pleno todo lo que es el amor. Es más, en realidad la cuestión es al revés: todos los amores son una participación del amor

divino, de tal manera que en último término, es imposible amar al margen del amor de Dios (por eso en el infierno no puede haber amor).

Y todo esto es posible porque Él —que es amor— nos amó primero.
Saberse amados por Dios
Tanto amó Dios al mundo...[24]

El amor personal —a cada uno de nosotros— de Dios es la fuente de todos los bienes y la fuente inagotable de felicidad.

¡Qué importante para nosotros sabernos amados por Dios!

¡Qué importante para la humanidad entera enterarse del amor que Dios le tiene!

Benedicto XVI aprovechó su visita a la tumba de San Agustín en abril de 2007 para relanzar su encíclica *Deus Caritas Est*. En esa ocasión, hizo una confidencia de una convicción personal en la que se sentía muy unido a los últimos pontífices: “Siguiendo las enseñanzas del Concilio Vaticano II y de mis venerados predecesores Juan XXIII, Pablo VI, Juan Pablo I y Juan Pablo II, estoy convencido de que la humanidad contemporánea necesita este mensaje esencial, encarnado en Cristo Jesús: Dios es amor. Todo debe partir de esto y todo debe llevar a esto”[25].

San Juan nos dice que “nosotros, que hemos creído, conocemos el amor que Dios nos tiene. Dios es amor; y el que está en el amor, está en Dios, y Dios en él”[26].

Se podría decir que la felicidad reside en experimentar el amor que Dios nos tiene.

A partir del amor divino vivido personalmente, podemos plantearnos nuestro amor: “Quien acepta el amor de Dios interiormente queda plasmado por él. El amor de Dios experimentado es vivido por el hombre como una ‘llamada’ a la que tiene que responder”[27].

“Él nos ha amado primero y sigue amándonos primero; por eso, nosotros podemos corresponder también con el amor. Dios no nos impone un sentimiento que no podamos suscitar en nosotros mismos. Él nos ama y nos hace ver y experimentar su amor, y de este ‘antes’ de Dios puede nacer también en nosotros el amor como respuesta”[28]. El amor a Dios es un don, un regalo de Dios.

De manera que, cuando hablamos de amor, antes de pensar en lo que nosotros somos capaces de amar, hemos de pensar en el amor infinito de Dios.

El fundamento más profundo de la propia realización personal reside en saberse amado por Dios con un amor personal y en el amor que Él nos da para que lo amemos. Sólo a partir de allí podrá venir nuestra correspondencia, como bien lo señala San Juan: “En esto consiste el amor: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que Dios nos amó primero” (1 Jn 4,10). Y pocos versículos después vuelve a lo mismo: “Nosotros amamos porque Él nos amó primero”[29]. Sólo en cuanto somos amados por Dios nos hacemos capaces de amar. Sin el amor de Dios no

sería posible la experiencia del amor que Dios nos pide. Así, amar al prójimo como el Evangelio enseña, “sólo puede llevarse a cabo a partir del encuentro íntimo con Dios, un encuentro que se convertirá en comunión de voluntades, llegando al sentimiento”[30].

Amar con el amor de Dios

El amor de Dios ha sido derramado en nuestros corazones por el Espíritu Santo que se nos ha dado[31].

No ha de preocuparnos demasiado nuestra limitación para amar. El amor con que hemos de amar a Dios y a los demás es nuestro, pero sobre todo es un don de Dios: la caridad infundida en nuestras almas con la gracia: “el amor viene de Dios”[32].

El amor de Dios es un misterio en sentido estricto: va mucho más allá de nuestra capacidad de entender. En primer lugar, no es algo que provenga de nosotros (soy tan bueno que amo a Dios), tampoco una imposición externa (como si nos dijeran: “si querés el cielo, amame”), es primariamente un don. Como explica Benedicto XVI el amor a Dios y el amor al prójimo “viven del amor que viene de Dios, que nos ha amado primero. Así, pues, no se trata ya de un ‘mandamiento’ externo que nos impone lo imposible, sino de una experiencia de amor nacida desde dentro, un amor que por su propia naturaleza ha de ser ulteriormente comunicado a otros. El amor crece a través del amor. El amor es ‘divino’ porque proviene de Dios y a Dios nos une y, mediante este proceso unificador, nos transforma en un Nosotros, que supera nuestras divisiones y nos convierte en una sola cosa, hasta que al final Dios sea ‘todo para todos’(cf. 1 Cor 15, 28)”[33].

De manera que necesitamos mucho que Dios nos conceda su amor, para lo que hemos de pedirlo con insistencia, como la Iglesia siempre ha hecho: “Traspasa, dulcísimo Jesús y Señor mío, la médula de mi alma con el suavísimo y saludabilísimo dardo de tu amor; con la verdadera, pura y santísima caridad apostólica, a fin de que mi alma desfallezca y se derrita siempre sólo en amarte y en deseo de poseerte: que por Ti suspire, y se desfallezca por hallarse en los Atrios de tu Casa”[34]. Son expresiones de un alma enamorada de Dios que la oración vocal nos permite hacer nuestras.

Como se trata de un don, nuestra limitación deja de ser un problema:

En este trueque de amor
no es mi falta:
es tu abundancia
lo que me asusta, Señor[35].

Si en todo amor cuestión importante es mirarse menos a uno mismo para mirar al amado, en el amor supremo —el divino— esto se hace absoluto: nos ama primero, nos llena de su amor y nos concede un amor muy superior a nuestras capacidades humanas para que podamos amarlo por encima de nuestras posibilidades.

El amor está llamado a crecer y madurar

La maduración es el proceso de crecimiento, con el consiguiente cambio, que conduce a la realización de la propia naturaleza. No implica sólo un aumento de cantidad sino sobre todo de calidad. El dinero poseído puede aumentar, pero no madurar. Una fruta, en cambio, madura: gana en tamaño, color, sabor, textura, etc. Madurar es llevar algo a su plenitud. En el caso del amor significará hacerlo más profundo, más propiamente humano, más espiritual, más estable, más intenso, en el cual la persona ame con todo su ser... Un amor que comienza siendo preponderantemente dependiente de lo sensible, y que en la medida en que madura va involucrando las distintas dimensiones de la persona. De esta manera, cuanto más maduro y rico, menos dependiente será del sentimiento —que, por supuesto, tendrá su lugar específico.

Solidez del amor

Hablar o escribir sobre el amor es lindísimo, pero no nos engañemos: amar no es fácil. A veces cuesta. Hay que superar obstáculos. Hay que purificar y agrandar el corazón para ser capaz de más y mejor amor. En general, madurar cuesta, hay que dejar atrás vivencias infantiles entrañables...

Para madurar, el amor debe desprenderse del egoísmo, rectificar la intención, vencer la soberbia... y todo eso duele. Por ello, como veremos más adelante, el dolor es un atajo en el camino del amor. Un amor que al principio suele ser fogoso, necesariamente inmaduro —como todo lo que nace—, tan ardiente como inestable, pero que está llamado a crecer y perfeccionar en su crecimiento a la misma persona que ama.

La estabilidad del ánimo es una de las características definitorias de la madurez. Una persona inmadura pasa rápidamente, sin motivos y sin previo aviso, de la exaltación a los bajoneos. Picos de entusiasmo y pozos de aburrimiento. Supercontentos y entusiasmados, mal humor y enojo. De aquí para allá.

Se madura con el tiempo (obviamente, si se aprovecha su paso...), se adquiere experiencia, capacidad de reflexión, etc. Con la lucha interior se va madurando, la persona y sus afectos se hacen más estables, uno es más previsible en primer lugar para sí mismo, más dueño de sí.

El amor al madurar, se hace más consolidado, más sólido, más estable, menos dependiente de vaivenes sentimentales.

Crecer en el amor. “Es un proceso que siempre está en camino: el amor nunca se da por ‘concluido’ y completado; se transforma en el curso de la vida, madura y, precisamente por ello, permanece fiel a sí mismo”[36]. Mientras vivamos aquí en la tierra, el amor nunca será algo definitivamente consolidado y delineado.

Cuidar el amor

Por ser algo vivo, está llamado a crecer y siempre habrá que cuidarlo y alimentarlo: de otro modo andará hambreado y acabará muriendo, ya que en el amor no se puede vivir de rentas. Por eso vemos divorcios de personas que se amaron de verdad, tanto, que llegaron entregarse de por vida en el matrimonio. Personas que se querían pero en algún momento dejaron de cultivar el amor, de alimentarlo; lo

descuidaron... y acabó apagándose. Lo mismo sucede con el amor nuestro a Dios (obviamente, no le sucede a Dios con nosotros).

Madurar es bueno. Envejecer (en sentido espiritual: perder frescura, flexibilidad, buen humor; anquilosarse, llenarse de manías) es malo. Hacer madurar el amor y mantenerlo siempre joven: éste es el desafío. Madurar sin perder la juventud de espíritu, la espontaneidad en el amor. Maduro y joven. Estable y renovado.

Un cristiano no puede ser tibio —y si lo es, con el paso del tiempo, corre el peligro de dejar de ser un cristiano auténtico— porque el cristianismo es una cuestión de amor, algo ardiente: no se puede poner vino nuevo —el amor de Dios— en odres viejos (cfr. Mt 9,17). Recientemente hemos contemplado la vida de una persona cuyo cuerpo envejeció hasta consumirse del todo, y que, sin embargo, fue joven hasta el final, como lo demuestra su sintonía con los jóvenes: el Papa Juan Pablo II.

Del amor afectivo al efectivo

Hay unas palabras tuyas precisamente a los jóvenes que nos pueden ser muy útiles para entender un poco mejor qué es el amor y en qué consiste su maduración. Hay que leerlas y meditarlas despacio, ya que si pasamos rápido por ellas, perderemos su riqueza:

Jesús nos habla el lenguaje maravilloso del don de sí mismo y del amor hasta el sacrificio de la propia vida. ¿Es un discurso fácil? Bien sabéis que no. El olvido de sí no es fácil; éste aleja del amor posesivo y narcisista para abrir al hombre al gozo del amor que se dona. Esta escuela eucarística de libertad y de caridad enseña a superar las emociones superficiales para radicarse firmemente en lo que es verdadero y bueno; libra del encerrarse en uno mismo y prepara para abrirse a los demás, enseña a pasar de un amor afectivo a un amor efectivo. Porque amar no es sólo un sentimiento; es un acto de voluntad que consiste en preferir de manera constante, por encima del propio el bien, el bien de los demás: “Nadie tiene mayor amor, que el que da su vida por sus amigos” (Jn 15,13) [37]

Tenemos que aprender a amar de verdad. Pero hemos de estar atentos porque en la actualidad, con demasiada frecuencia, cuando se habla de amor se piensa casi exclusivamente en la propia satisfacción: en el amor de concupiscencia, y en una perspectiva sólo sensible.

¿Y en qué consiste la maduración del amor? En el encuentro del eros y del ágape: “Sólo cuando ambos se funden verdaderamente en una unidad, el hombre es plenamente él mismo. Únicamente de este modo el amor —el eros— puede madurar hasta su verdadera grandeza”[38].

La maduración del amor se realiza por el camino de la entrega. Amar no es fácil: se aprende, se madura, cuesta; pero es glorioso. Es el desafío más importante de nuestra vida.

En la tercera parte veremos los aspectos concretos de cómo conseguir madurar el amor en general y en la cuarta, quinta y sexta, más específicamente en la vida interior.

Obras son amores... y expresión de libertad

El amor se encarna en obras, que lo manifiestan y realizan: su misma naturaleza lo lleva a concretarse en realidades de la existencia diaria.

Amor real. Amor concreto.

Jesús repite el reproche divino al Pueblo elegido expresado por Isaías: “Este pueblo me honra con los labios, pero su corazón está lejos de Mí”[39].

Y San Juan nos advierte claramente: “Hijos míos, no amemos de palabra ni de boca, sino con obras y de verdad”[40].

La inseparabilidad amor-obras resulta de nuestro mismo ser: compuestos de alma y cuerpo, lo más interior necesita expresarse con palabras, gestos, hechos.

Se ama con obras. Hay una correspondencia evidente entre el amor y cierto tipo de obras que lo expresan: todos lo entienden, no hace falta explicar nada, expresan amor por sí mismas. Si tuviera que explicar demasiado mi amor por alguien, seguramente no lo querría tanto. Y, al revés, hay obras que expresan lo contrario al amor.

Los regalos de los enamorados constituyen un buen ejemplo: cómo piensan qué regalar, cuánto esfuerzo hacen para regalar lo mejor a su alcance, aquello que más vaya a gustar al otro. En el regalo va mucho más que el objeto regalado. Y para el que lo recibe, el regalo se convierte en un tesoro cuyo valor está muy lejos de su valor material.

Y esto vale para todo amor. Y también para el amor a Dios. Dios nos ama. De acuerdo, pero para salvarse no es suficiente que Él nos quiera. El amor transforma en el amado. Amarlo es lo que nos transforma, lo que nos salva.

Dios respeta nuestra libertad, y hemos de quererlo también nosotros. No nos hace amarlo a la fuerza. Si lo amamos, Él nos santifica, nos llena de su gracia. Si nuestro amor es tibio, no nos transforma. Si rechazamos amarlo, es como si le atáramos las manos: le impedimos salvarnos.

Por eso no alcanza con invocar su misericordia, pensar que es bueno, que no quiere condenar a nadie. Si no lo amamos, no nos servirá de nada: no es una cuestión mágica: amo o no amo. Necesitamos amar de verdad. Quiero o no quiero. El respeto que Dios tiene de nuestra libertad es muy serio.

Y para saber si quiero y cuánto quiero, sólo tengo que ver mi vida. Este es el termómetro del amor: mis obras, mis intenciones, mi esfuerzo personal. Así se plasma el querer de mi libertad. El Evangelio es abundante en el tema:

Así, todo árbol bueno da frutos buenos, y el árbol malo da frutos malos. Un árbol bueno no puede dar frutos malos, ni un árbol malo frutos buenos. Todo árbol que no da buen fruto es cortado y arrojado al fuego. Por tanto, por sus frutos los conoceréis. No todo el que me dice: ‘Señor, Señor’ entrará en el reino de los cielos, sino el que hace la voluntad de mi Padre que está en los cielos[41].

Jesús seca con su maldición la higuera estéril porque no tenía frutos[42].

Y relata una parábola sobre la higuera estéril[43].

Al Doctor de la Ley que responde correctamente sobre el Primer Mandamiento, le dice que no alcanza con saber: “Has respondido bien: haz esto y vivirás”[44]. Y a la misma persona, pocos versículos más adelante, después de explicarle la Parábola del buen Samaritano, le insiste: “Anda y haz tú lo mismo” (v. 37).

Es decir que no basta con conocer el mandamiento del amor, no alcanza con entender su grandeza, tampoco con emocionarse hablando del mismo. ¡Hay que vivirlo! ¡Se trata simplemente de amar con obras y de verdad!

El amor y la ley

Plenitudo legis est dilectio[45]

Amar es una experiencia indudablemente subjetiva, pero el amor no es pura subjetividad, sino que también tiene unos parámetros objetivos. Entre ellos, existe una línea de mínimo, debajo de la cual no es posible el amor; que sirve de guardarrail, protegiendo el amor. Esa línea es la de la ley.

Más delante nos ocuparemos de la relación entre el amor y el cumplimiento de la ley; ahora sólo nos interesa subrayar la mutua necesidad que ambos tienen del otro.

En primer lugar, como Juan Pablo II enseñó ampliamente en su encíclica *Veritatis Splendor*, la ley moral —expresada en los Mandamientos— constituye la condición básica para amar a Dios y al prójimo y al mismo tiempo es su verificación[46]. Sin respeto de la ley —los derechos, la dignidad, los valores—, no cabe el amor. Es decir que el amor necesita del cumplimiento de la ley.

Pero también es cierta la necesidad en la dirección contraria: sin amor no se puede perseverar en el cumplimiento de la ley. “San Agustín se pregunta: ¿Es el amor el que nos hace observar los mandamientos, o bien es la observancia de los mandamientos la que hace nacer el amor?. Y responde: Pero ¿quién puede dudar de que el amor precede a la observancia? En efecto, quien no ama está sin motivaciones para guardar los mandamientos”[47].

La ley, en cierta medida, no es más que un camino pedagógico hacia el amor: hacia él debe conducir, y en él encuentra su plenitud.

La fuerza de los sentimientos para amar y servir a Dios

Así como un navegante aprovecha los vientos para avanzar en su travesía, hemos de aprovechar el empuje sensible del entusiasmo, el gusto por las cosas de Dios, para ponerlo a su servicio; y de ese empuje hacer ocasión de una entrega mayor. La fuerza de la afectividad es una gran ayuda en la vida espiritual.

No olvidemos que los Apóstoles siguieron a Cristo, más que por convicciones intelectuales, porque estaban deslumbrados por su Persona.

El Señor sigue despertando entusiasmo en las almas —en las nuestras—. Así animaba Benedicto XVI a los jóvenes en Loreto:

¡No tengáis miedo! Cristo puede colmar las aspiraciones más íntimas de vuestro corazón. ¿Acaso existen sueños irrealizables cuando es el Espíritu de Dios quien los suscita y cultiva en el corazón? ¿Hay algo que pueda frenar nuestro entusiasmo cuando estamos unidos a Cristo? Nada ni nadie, diría el apóstol San Pablo, podrá separarnos del amor de Dios, en Cristo Jesús, Señor nuestro (cf. Rm 8, 35-39).

Permitidme que os repita esta tarde: cada uno de vosotros, si permanece unido a Cristo, puede realizar grandes cosas. Por eso, queridos amigos, no debéis tener miedo de soñar, con los ojos abiertos, en grandes proyectos de bien, y no debéis desalentaros ante las dificultades. Cristo confía en vosotros y desea que realicéis todos vuestros sueños más nobles y elevados de auténtica felicidad[48].

También podemos aprovechar la fuerza del arrepentimiento. Cuántas veces el dolor de haber fallado es el mejor empuje para conseguir vencer en ese mismo tema, o el haber sido un desastre un día es el mejor aliciente para llenar de victorias el siguiente.

Amor y deberes

Os aseguro, hijos míos, que cuando un cristiano desempeña con amor lo más intrascendente de las acciones diarias, aquello rebosa de la trascendencia de Dios. (...) En la línea del horizonte, hijos míos, parecen unirse el cielo y la tierra. Pero no, donde de verdad se juntan es en vuestros corazones, cuando vivís santamente la vida ordinaria...[49]

Admiro el amor de nuestras madres cuando nos abrazan, se alegran al vernos, se ponen felices al escuchar nuestra voz en el teléfono... y ¡nunca se cansan de nosotros! Pero la dedicación amorosa se nota sobre todo en que cuando hemos cumplido los veinte años, ya nos han preparado unas 7000 veces el desayuno, nos habrán lavado unas 7000 veces una camisa, ropa interior, y un largo etc., etc., etc. ¡Eso es amor! Y lo hacen, no porque las emocione hacerlo, sino porque nos quieren, buscan lo que es bueno para nosotros, lo que necesitamos, lo que nos hace felices.

Eso es amor: una determinación estable por el bien de otra persona. Por eso el amor está sobre todo en lo ordinario, en la fidelidad, en lo más vulgar. Por supuesto que necesita sorpresa y novedad, divertirse juntos, etc. Pero sin el amor en el cumplimiento amoroso del deber, el amor divertido es un cuento chino.

El amor mutuo, al unir a las personas que se aman, crea relaciones estables entre ellas: sociedades, amistades, noviazgos, matrimonios. Los vínculos familiares —esencialmente de amor— también: paternidad-filiación, fraternidad entre hermanos, tíos y sobrinos, primos, etc. Estas relaciones en cuanto tales originan deberes y derechos, que surgen del amor y al amor se ordenan. El amor exige muchas cosas en nombre del mismo amor. Amar como esposos, padres, hermanos, amigos, etc. tiene unas manifestaciones bien determinadas, que la otra persona tiene derecho a esperar. Quizá no son exigibles como obligaciones, pero son auténticos deberes de amor.

El amor se manifiesta en primer lugar en asumir unos compromisos estables (por eso los novios que se van a vivir juntos y no se quieren casar ¡dan lástima!: no son capaces de amar de verdad). Cuánto de estables y con qué tipo de concreciones dependerá del tipo de amor de que se trate. Y el cumplimiento de los deberes que se derivan de esos compromisos será la manera más básica y primaria de amar: la línea de mínimos. Obviamente el amor irá a mucho más, pero si ni siquiera llega a esa línea mínima... no es amor.

Los distintos deberes —religiosos, familiares, profesionales, sociales, etc.— pertenecen por sí mismos al campo regulado por la justicia. “Deber” hace referencia a “lo debido”, está dentro de la esfera de la obligación, de la responsabilidad, la satisfacción de ciertos derechos ajenos.

Pero los ámbitos de la justicia y del amor no son comunicables. Un cristiano puede (y debería) llenar su vida de amor. Enriquecer los deberes con el amor, elevar por el amor sus compromisos a un plano superior. Un amor a Dios que los santifica.

Están además, los deberes del amor. Cabe entonces ahora preguntarnos: si el amor por sí mismo es gratuito (se da libremente), ¿puede ser un deber? ¿puede ser una obligación? Una primera percepción espontánea parecería indicar que no, que el amor no se puede imponer.

Sin embargo, nos encontramos que, de hecho, Dios lo exige. Esto nos muestra que el amor que Dios espera de nosotros no es, ni puede ser, pura espontaneidad. Al contrario, como señala Juan Pablo II, el amor “es ciertamente exigente” (nosotros añadiríamos que mucho más exigente que la obligación). Y “su belleza está precisamente en el hecho de ser exigente, porque de este modo constituye el verdadero bien del hombre y lo irradia también a los demás (...). El amor es verdadero cuando crea el bien de las personas y de las comunidades, lo crea y lo da a los demás. Sólo quien, en nombre del amor, sabe ser exigente consigo mismo, puede exigir amor de los demás; porque el amor es exigente. Lo es en cada situación humana; lo es aún más para quien se abre al Evangelio. ¿No es esto lo que Jesús proclama en su mandamiento? Es necesario que los hombres de hoy descubran este amor exigente”[50].

El amor es exigente porque quiere lo mejor del amado y, de esta manera, lleva a dar lo mejor de sí mismo. Así el amor conduce a exigir y a exigirse como requerimiento del mismo amor.

El cumplimiento amoroso —con ganas o sin ganas— de los deberes que surgieron del amor, hace concreto y operativo al mismo. Y ese amor, a su vez, da sentido y valor es esos deberes:

Conviene no olvidar, por tanto, que esta dignidad del trabajo (podríamos decir del cumplimiento de nuestros deberes) está fundada en el Amor. El gran privilegio del hombre es poder amar, trascendiendo así lo efímero y lo transitorio. Puede amar a las otras criaturas, decir un tú y un yo llenos de sentido. Y puede amar a Dios, que nos abre las puertas del cielo, que nos constituye miembros de su familia, que nos

autoriza a hablarle también de tú a Tú, cara a cara. Por eso el hombre no debe limitarse a hacer cosas, a construir objetos. El trabajo nace del amor, manifiesta el amor, se ordena al amor[51].

Si una persona —debido a la monotonía de los días iguales— perdiera de vista el amor que está en la raíz de sus compromisos y deberes, posiblemente acabará viéndolos como un peso —que incluso podría llegar a hacérsele insoportable—, del que sentirá deseos de liberarse. Es una tentación normal que todos podemos sufrir.

Así encontramos quienes ven en el cristianismo (o en sus deberes vocacionales o matrimoniales) una lista agobiante de deberes y prohibiciones hechas en nombre de un teórico deber ser o de una fría voluntad de Dios. Porque han perdido de vista la alegría del amor.

Antes de su viaje a Alemania a la Jornada Mundial de la Juventud, Benedicto XVI concedió una entrevista radial. Había muchas expectativas sobre estas primeras jornadas sin quien había sido su inventor, Juan Pablo II. Le preguntaron al Papa a qué iba a Colonia, qué mensaje quería transmitir. Su respuesta posiblemente sorprendió a muchos: “Quisiera mostrarles lo bonito que es ser cristianos, ya que existe la idea difundida de que los cristianos deben observar un inmenso número de mandamientos, prohibiciones, principios, etc., y que por lo tanto el cristianismo es, según esta idea, algo que cansa y oprime la vida y que se es más libre sin todos estos lastres. Quisiera en cambio resaltar que ser sostenidos por un gran Amor y por una revelación no es una carga, sino que son alas, y que es hermoso ser cristianos”[52].

Quienes se encontraran en esta situación —a todos con facilidad se nos mete la rutina— tienen un problema a resolver. Superar una posible ruptura interior: o me arruino no haciendo lo que debo (el irresponsable se hace mucho daño a sí mismo) o me amargo haciendo lo que debo (pero no querría hacer). O me destruyo haciendo lo que no debo (el pecado corrompe) o me frustró no haciendo lo que no debo (me resiento por no cometer ese pecado, porque la obediencia no asumida voluntariamente no realiza).

Se tratará de actualizar la intención. Actualizar el amor. No se puede vivir haciendo cosas que en el fondo uno no quiere hacer: cansa, frustra, harta. Pero no hacerlas hace más daño aún. Redescubrir por qué las hago y llenarme del amor que me llevó a asumir esos compromisos.

Amor y deberes no son contrapuestos. Solo el amor puede hacer gustoso el cumplimiento del deber y hacer que llene la vida.

El deber y el querer se unen en nuestro corazón.

Hacer lo que debo. Querer lo que hago. “Enganchar” amor y deber.

Hacer las cosas porque quiero, no sólo porque debo.

Asegurar el amor: la fidelidad

Con demasiada frecuencia se piensa que el amor es una explosión de emociones y pura espontaneidad. Que no se puede exigir ni forzar. Que sería un crimen encorsetarlo en obligaciones. Y que encadenarlo al compromiso equivaldría a

matarlo. Habría que gozarlo mientras esté ardiente y dejarlo cuando la pasión se apagó.

Pero resulta que la realidad es exactamente al revés.

El amor, cuanto más grande, más busca la plenitud, más desea hacerse definitivo, eterno.

Un amor total, necesariamente incluye la exclusividad —no puede compartirse del todo la propia vida con más de una persona: vale para el matrimonio y para las vocaciones de entrega a Dios— y la definitividad: no puede ser provisorio.

Ningún novio que ame de verdad puede decir a su novia: te quiero tanto que estoy dispuesto a amarte por los próximos tres años..., o mientras no envejezcas..., o hasta que encuentre otra mejor...

El amor verdadero tiende a eternizarse. Es aquí donde aparece el deber de fidelidad como custodio y garante del amor.

El P. Raniero Cantalamessa explicó en una meditación cuaresmal cómo el deber de la fidelidad, lejos de ser una imposición, surge del mismo amor:

En nuestra sociedad se cuestiona cada vez con mayor frecuencia qué relación puede haber entre el amor de dos jóvenes y la ley del matrimonio; qué necesidad de «vincularse» tiene el amor, que es todo impulso y espontaneidad. Así, son cada vez más numerosos quienes rechazan la institución del matrimonio y optan por el llamado amor libre o la simple convivencia de hecho. Sólo si se descubre la relación profunda y vital que hay entre ley y amor, entre decisión e institución, se puede responder correctamente a esas preguntas y dar a los jóvenes un motivo convincente para ‘atarse’ a amar para siempre y no tener miedo a hacer del amor un ‘deber’.

«Sólo cuando existe el deber de amar —apuntó el filósofo que, después de Platón, ha escrito las cosas más bellas sobre el amor, Kierkegaard—, sólo entonces el amor está garantizado para siempre contra cualquier alteración; eternamente liberado en feliz independencia; asegurado en eterna bienaventuranza contra cualquier desesperación»[53]. El sentido de estas palabras es que la persona que ama, cuanto más intensamente ama, más percibe con angustia el peligro que corre su amor. Peligro que no viene de otros, sino de ella misma. Bien sabe que es voluble, y que mañana, ¡ay!, podría cansarse y no amar más, o cambiar el objeto de su amor. Y ya que, ahora que está en la luz del amor, ve con claridad la pérdida irreparable que esto comportaría, he aquí que se previene «atándose» a amar con el vínculo del deber y anclando, de este modo, a la eternidad su acto de amor, el cual se sitúa en el tiempo.

Ulises deseaba volver a ver su patria y a su esposa, pero tenía que atravesar el lugar de las sirenas que fascinan a los navegantes con su canto y les llevan a estrellarse contra las rocas. ¿Qué hizo? Se hizo atar al mástil de la nave, después de haber tapado con cera los oídos a sus compañeros. Al llegar a tal lugar, hechizado, gritaba para que le desataran y poder alcanzar a las sirenas, pero sus compañeros no podían oírle, y así pudo volver a ver su patria y volver a abrazar a su esposa e hijo[54]. Es un mito, pero ayuda a entender el porqué, también humano y existencial, del matrimonio «indisoluble» y, en un plano diferente, de los votos religiosos.

El deber de amar protege al amor de la «desesperación» y lo hace «feliz e independiente» en el sentido de que protege de la desesperación de no poder amar para siempre. Dadme un verdadero enamorado —decía el mismo pensador— y él os

dirá si, en amor, existe oposición entre placer y deber; si el pensamiento de «deber» amar para toda la vida procura al amante temor y angustia, o más bien gozo y felicidad total.

Apareciéndose un día de Semana Santa a la beata Angela de Foligno, Cristo le dijo una palabra que se ha hecho célebre: «¡No te he amado en broma!»[55]. Cristo verdaderamente no nos ha amado en broma. Existe una dimensión lúdica y graciosa en el amor, pero él mismo no es una broma; es lo más serio y lo más cargado de consecuencias que existe en el mundo; la vida humana depende de él[56].

El deber de fidelidad es un salvavidas para tempestades. Salva del naufragio en las tormentas y crisis que puedan presentarse en la vida.

Nadie obliga al amante a obligarse sino precisamente su propio amor. Se obliga a sí mismo a seguir amando, porque no quiere exponerse a hacer tonterías. Quiere eternizar su amor: comprometerse con su amor para toda la vida.

¿Por qué tanta insistencia en el amor?

Queridos jóvenes, quisiera invitaros a “osar el amor”, a no desear otra cosa que un amor fuerte y hermoso, capaz de hacer de toda la existencia una realización gozosa del don de vosotros mismos a Dios y a los hermanos, imitando a Aquel que mediante el amor ha vencido para siempre el odio y la muerte (cfr. Ap 5,13). El amor es la única fuerza capaz de cambiar el corazón del hombre y de la humanidad entera, haciendo provechosas las relaciones entre hombres y mujeres, entre ricos y pobres, entre culturas y civilizaciones[57].

No sé si te has preguntado por qué tanta insistencia en el amor, por qué es lo primero y principal en la vida cristiana, por qué se dice que conduce a la plenitud, reside en él la felicidad...[58]

El Catecismo expresa maravillosamente el fin de nuestra vida (para lo que hemos sido creados y en lo que encontramos nuestra realización plena): “De todas las criaturas visibles sólo el hombre es ‘capaz de conocer y amar a su Creador’ (Constitución Pastoral *Gaudium et spes* 12,3); es la ‘única criatura en la tierra a la que Dios ha amado por sí misma’ (ídem 24,3); sólo él está llamado a participar, por el conocimiento y el amor, en la vida de Dios. Para este fin ha sido creado y ésta es la razón fundamental de su dignidad”[59].

¡Hemos sido creados para participar de la vida divina! ¡Eso sí que es vida! ¡Eso sí que es plenitud! ¡Eso sí que es perfección y felicidad![60]

Participar de la vida divina significa una cierta divinización de nuestro ser, que es realizada por la gracia. Se trata de una transformación sublime, una glorificación que se actúa por el conocimiento y el amor. Es el amor —la caridad infundida en el alma junto con la gracia— quien nos cambia. El amor une, crea comunión. Y el amor divino nos diviniza. Por eso el amor es entrega —una entrega transformante— y supone apertura a la acción divina en nosotros.

Esto sucede debido a que el amor transforma, perfecciona o corrompe según lo que se ame. El amor identifica al amante con lo amado. Cuando amo el bien, me identifico con el bien que amo. De manera que me enriquezco en bien: identificándome con el bien, me hago bueno. Lo mismo sucede con el mal: al querer el mal identifico mi voluntad con él. Cuando quiero mentir, me identifico con la mentira haciéndome mentiroso. Así de alguna manera nos transformamos en lo que amamos: si amamos a Dios, nos divinizamos; si amamos basura... Y mientras Dios sea el objeto de nuestro amor, todo otro amor nos puede conducir al amor de Dios.

Si el amor nos cambia, para amar hemos de estar dispuestos a cambiar. Paul Wadell explica con claridad:

Ser amigos de Dios es darle libertad para que haga de nosotros lo que quiera. Es abrir nuestras vidas tan resueltamente que en el amor perfecto Él mismo pueda moldearnos como desea. (...) La caridad es una conversión permanente a Dios. (...) La caridad nos conduce a la semejanza con Dios porque cuando amamos a Dios y dejamos que Él nos ame, somos informados por el Espíritu del Amor, somos transfigurados en la bondad de Dios. Todo amor nos transforma, pero sólo la caridad nos transforma en Dios. Y aquí reside nuestra esperanza, ya que, si no pudiéramos compartir la bondad de Dios, nunca podríamos conocer la paz, la alegría y el amor a los que nada falta. La promesa de la caridad es precisamente nuestra esperanza: no podemos amar a Dios y permanecer igual, ningún amigo de Dios permanece sin cambios, y esto nos tranquiliza, porque es signo de que no esperamos la bondad en vano. En la caridad llegamos a ser exactamente quienes tenemos que ser para encontrar la alegría; empezamos a tener indicios de santidad[61].

Al mismo tiempo —y por lo mismo— el amor da valor a la vida. ¿Cuánto vale lo que hacemos? Depende del amor con que esté hecho. Esto constituye una verdadera revolución: ya no hay trabajos de menor o mayor categoría, cosas grandes o pequeñas, personas de mayor o menor importancia, ya que el más pequeño acto hecho por amor tiene un enorme valor redentor: cualquier duda, confrontar el valor del óbolo de la viuda en el Templo de Jerusalén[62].

De lo visible a lo invisible

Tanto tiempo que estoy con vosotros ¿y no me has conocido, Felipe?[63]

En el conocimiento y en el amor naturales vamos de lo sensible a lo espiritual. Y el orden sobrenatural respeta el mismo esquema: el amor a Dios y la vida divina pasan hacia nosotros por los sentidos.

Santo Tomás explica que “lo que es propio de la divinidad es lo que de suyo excita más al amor y, por consiguiente, a la devoción, pues Dios tiene que ser amado sobre todas las cosas. Pero de la debilidad de nuestro espíritu proviene el que, así como necesitamos que las cosas sensibles nos lleven como de la mano al conocimiento de lo divino, otro tanto nos acontezca en lo referente al amor”[64].

Para redimirnos Dios se hace hombre. Así, no sólo nos consigue el perdón, sino que nos diviniza. A través de su Humanidad Santísima tenemos acceso al Padre: “Nadie viene al Padre sino por Mí”[65]. Y así, como rezamos en el Prefacio de la Misa de Navidad, a través de lo visible llegamos a lo invisible: al conocimiento y al amor de Dios mismo. Es decir que Dios, mostrándose nos visiblemente en su Humanidad, nos arrebató, nos lleva irresistiblemente, al amor divino[66]. De aquí que Santo Tomás concluya que “lo que se refiere a la humanidad de Cristo es, por así decirlo, el guía que nos toma de la mano, excitando, más que ningún otro tema, nuestra devoción; y esto aun concediendo que la devoción consiste principalmente en lo que concierne a la divinidad”[67].

Cuando en la Última Cena, Felipe, en un alarde de audacia y de amor, pide a Jesús que le muestre al Padre, el Maestro parece como desconcertado por la petición. Habían vivido tres años juntos: lo habían visto, oído, tocado, compartido todo... Pareciera como si Jesús estuviera sorprendido de que no acaben de conocerlo. Y sin embargo había tanto más por descubrir. Nosotros, que también compartimos su vida e incluso llegamos a comérselo, quizá merezcamos el mismo reproche: “El que me ve a mí, ve al Padre. ¿Cómo me dices: Muéstranos al Padre?”[68] No es una forma de decir; es una realidad absoluta: un solo Dios, en tres Personas. Jesús es Dios. Tenemos a Dios con nosotros. Dios tomó un rostro amable. Tendremos que aprender a verlo y a amarlo.

Y a partir de su Encarnación, Dios establece una economía sacramental. Nos salva a través de signos sensibles, que usa como canales de su gracia: agua, aceite perfumado, pan y vino, imposición de manos... se hacen sacramento.

El cristianismo está muy lejos de ser una espiritualidad desencarnada. Una de las primeras herejías que tuvo que enfrentar la Iglesia fue la de los docetas, quienes negaban la realidad del cuerpo de Jesús (decían que había aparecido con un cuerpo aparente) y, por tanto, la Encarnación. Y la rechazó con energía, defendiendo la realidad del cuerpo humano del Redentor.

“La lógica de la Encarnación define intrínsecamente el cristianismo, se identifica con todo su mensaje; por tanto, el acceso a Dios, a través de la carne de su Hijo, caracteriza siempre el tiempo de la Iglesia: también hoy podemos ver y tocar y oír a Jesús, aunque no exactamente como hace dos mil años. No le vemos según su propia figura, no tocamos inmediatamente su cuerpo, pero le ‘vemos’ y ‘tocamos’ realmente a través del velo sacramental”[69].

“El Verbo envuelto en el velo de la carne reveló el Padre a los hombres y los llevó a Él; ese mismo Verbo encarnado, envuelto en los velos eucarísticos, se ofrece hoy a los fieles y, atrayéndolos a Sí, los conduce al Padre con la fuerza del Espíritu Santo. En ambos casos, el velo es sensible y permite a la criatura, que conoce y ama a través de lo sensible, el acceso a lo invisible e inmortal, a lo que nunca vio ni puede ver sobre esta tierra (cfr. Jn 1,18; 1 Tim 6,16)”[70].

Acceder a lo invisible a través de lo visible, que se convierte en una especie de puerta del misterio. Lo que buscamos está más allá de lo que vemos, tocamos y sentimos. Hemos de abrirnos paso hacia el misterio, llegar al amor de Dios. Pasamos a través de lo sensible, pero vamos más allá —mucho más allá— de lo sensible: llegamos al Dios invisible.

El itinerario del conocimiento es también itinerario del amor. El amor a Dios —espiritual, un misterio sobrenatural— también se remonta de lo visible a lo invisible.

¿Por qué tengo que obedecer?

Obediencia y amor a Dios

Amor de madres. Típica pregunta de un hijo al acercarse un aniversario: ¿Qué quieres que te regale para tu cumpleaños? Y la respuesta universal: “Que te portes bien”. A ninguna se le ocurre pasarnos una lista de pretensiones consumistas o lujosas. Lo que a nosotros nos hace bien —nos realiza— es lo mejor para ellas.

Dios no nos pide que tengamos buenos sentimientos para con Él, sino que correspondamos a su amor infinito con nuestro amor. Exige un amor total. Y ese amor se debe manifestar con hechos. En primer lugar, cumpliendo su voluntad: “Para ir adelante, en la vida interior y en el apostolado, no es la devoción sensible lo necesario; sino la disposición decidida y generosa, de la voluntad, a los requerimientos divinos”[71].

El cumplimiento de su voluntad convierte la vida en un camino de amor. De ahí la gran importancia de la obediencia en la vida cristiana.

En el Nuevo Testamento la relación entre el amor y el cumplimiento de los mandamientos es insoluble. Por citar sólo algunos ejemplos:

- En el Padrenuestro pedimos que se cumpla la voluntad de Dios en la tierra como en el cielo, obviamente comenzando por nosotros: no tendría sentido pedir que otros cumplan de la voluntad de Dios si nosotros no queremos hacerlo (sería una oración hipócrita).

- El poder de la obediencia es asombroso: el cumplimiento de su palabra nos convierte en ¡madre![72] y hermano de Jesús (Mt 12,61). Porque une a Dios de tal manera que crea con Él una relación comparable con las relaciones naturales más profundas.

- Todos los mandamientos se reducen a amar a Dios (Mt 22,30-40), lo que significa también que la primera forma de amarlo es cumplirlos.

- Hay una relación de ida y vuelta: del amor a la obediencia y de la obediencia al amor. Jesús lo señala explícitamente: “Si me amáis cumpliréis mis mandamientos” (Jn 14,15). Y viceversa: “Quien acepta mis mandamientos y los guarda, ése es el que me ama” (Jn 14,21). Repite lo mismo en el capítulo siguiente (Jn 15,10-15). (Cf. también 1 Jn 2,3-5; 5,2-3; 2 Jn 1,6.)

El mejor comprobante del amor a Dios es cumplir su voluntad. Pero no sólo eso; esa adhesión a su voluntad es un camino de identificación amorosa, como explica Benedicto XVI: “Querer lo mismo y rechazar lo mismo es lo que los antiguos han reconocido como el auténtico contenido del amor: hacerse uno semejante al otro, que lleva a un pensar y desear común. La historia de amor entre Dios y el hombre consiste precisamente en que esta comunión de voluntad crece en la comunión del pensamiento y del sentimiento, de modo que nuestro querer y la voluntad de Dios coinciden cada vez más: la voluntad de Dios ya no es para mí algo extraño que los mandamientos me imponen desde fuera, sino que es mi propia voluntad, habiendo experimentado que Dios está más dentro de mí que lo más íntimo mío”[73].

No sería extraño que, alguna vez, sintamos en nuestro interior ataques de rebeldía y nos preguntemos: “¿Pero por qué es tan importante obedecer a Dios?, ¿por qué no puedo hacer lo que me da la gana?, ¿por qué a Dios le importa tanto ser obedecido?”

El P. Cantalamessa nos respondería: “¡Ciertamente no por el gusto de mandar y de tener súbditos! Es importante porque obedeciendo hacemos la voluntad de Dios, queremos las mismas cosas que quiere Dios, y así realizamos nuestra vocación originaria, que es la de ser «a su imagen y semejanza»”[74]. De manera que no podemos considerar con superficialidad la obediencia, ya que nos perderíamos su más profundo sentido: la realización más auténtica de nuestro ser.

Hay premio por cumplir la voluntad de Dios: ¡nada menos que la vida eterna! Pero cuidado, entendamos bien las cosas: la cristiana no es una moral de recompensa, sino un camino de realización personal. En el primer caso se trata de una moral en la que “a quien cumple unos preceptos morales se le da un premio, el cual no está conectado esencialmente con el contenido de los preceptos”[75]. Los mandamientos no son unos mandatos arbitrarios para probar nuestra sumisión: son cauce de nuestra identificación con la vida que viviremos en el cielo[76].

Ya se ve que no se trata de un mecánico cumplimiento de órdenes. Ni del sometimiento del inferior al superior, del más débil al más fuerte, de la criatura a su Creador. Tampoco es el negocio de ceder en algunas cosas para ganar un premio. Es una cuestión de amor. Es unión de voluntades. “Amar es... no albergar más que un solo pensamiento, vivir para la persona amada, no pertenecerse, estar sometido venturosa y libremente, con el alma y el corazón, a una voluntad ajena... y a la vez propia”[77].

Entonces, ¿cuánto vale la obediencia? El amor con que obedecemos. Obviamente, quien no obedece no ama a quien lo manda, porque rechaza su voluntad. Pero también se podría obedecer sin amor, y esto sería una lástima. Que el motivo de nuestra obediencia sea amar a Dios; si fuera el orgullo, desvirtuaría esa obediencia, ya no sería un acto de amor a Dios, sino de amor propio.

Hacer lo que Dios quiere

porque Él lo quiere
por amor a Él

Querer lo que Dios hace
porque Él lo hace
por amor a Él

De esto se trata.

Lo más importante... “Marta, Marta, te afanas y te angustias por muchas cosas, pero sólo una es necesaria...” (Lc 10,41-42). Lo importante no es sentirse bien, sino amar. Lo importante no es hacer cosas, sino amar. Lo importante no es el bienestar personal, sino la entrega de nosotros mismos; no es pasarla bien, sino agradar a Dios. No es que Dios me escuche —siempre lo hace— sino que yo cumpla su voluntad.

Según afirma Santa Teresa —haciéndose eco de la doctrina evangélica— este es el sendero correcto: “Está claro que la perfección no consiste en regalos interiores ni en grandes arrobamientos sino que en que nuestra voluntad esté siempre tan conforme con la voluntad de Dios, que las cosas que nos damos cuenta que Él quiere, las queramos con toda nuestra voluntad”[78].

Ofrecerse uno mismo y ofrecer todo lo nuestro, sobre todo lo que duele, lo que cuesta, lo que no sale, lo que hace sufrir.

Y quien se entrega de esa manera por amor, con olvido de sí, tiene garantizada la felicidad: Dios no le falla.

CAPITULO II

ENTENDER MEJOR EL AMOR

El mundo del amor y los sentimientos requiere una serie de aclaraciones y matizaciones. A ello nos abocamos ahora: a delinear su sentido y aclarar una serie de equívocos que existen en nuestros días sobre estos temas.

Como en el juego de las 7 diferencias, en el que se presentan dos dibujos muy semejantes con siete detalles diferentes a descubrir, vamos a considerar en el amor y los sentimientos aspectos que se parecen, pero no tienen mucho que ver; o que parecen opuestos y, sin embargo, se exigen mutuamente. Se trata de considerar algunos errores frecuentes como la confusión de la parte con el todo (el sentimiento es parte del amor pero no todo el amor) y la armonía de asuntos aparentemente opuestos (libertad y obediencia, libertad y compromiso, gozo y dolor, felicidad y sufrimiento).

Queremos matizar y definir contornos para evitar algunos errores conceptuales no infrecuentes.

Cristianismo y sentimientos

En la vida cristiana, el Espíritu Santo realiza su obra movilizándolo el ser entero incluidos sus dolores, temores y tristezas, como aparece en la agonía y la pasión del

Señor. Cuando se vive en Cristo, los sentimientos humanos pueden alcanzar su consumación en la caridad y la bienaventuranza divina[79].

El Bautismo eleva a todo el hombre al orden sobrenatural. Haciéndolo partícipe de la naturaleza divina, lo convierte en hijo de Dios. Todo lo humano resulta así elevado al orden que alcanzará su plenitud en la vida eterna. Incluida la afectividad.

Sinteticemos en dos ideas la percepción cristiana de los sentimientos. En primer lugar —no podía ser de otra manera— el cristianismo valora los sentimientos, como todo lo humano, muy positivamente: están incluidos en la mirada complacida de Dios cuando crea al hombre[80], han sido asumidos y redimidos por Cristo, y son, por tanto, santificables. En el plano práctico, cuenta con ellos —los necesita— pero en el sitio que les es propio: procura integrarlos con la inteligencia y la voluntad, ya que de otro modo, se haría bastante difícil el seguimiento de Cristo.

La primera parte es fruto de la antropología unitaria del cristianismo:

El hombre, imagen de Dios.

Cuerpo y alma en unidad sustancial (el cuerpo forma parte de la naturaleza humana)

La bondad del mundo material en cuanto creado por Dios.

La Encarnación: Dios asume la naturaleza humana completa (que incluye obviamente los sentimientos).

La salvación por medio de un amor con todo el corazón. La resurrección de los cuerpos al fin de la historia, que incluirá la glorificación de los sentimientos.

Parece difícil encontrar una valoración más positiva.

Al mismo tiempo, el cristianismo no vive a base de sentimientos. Cuenta con ellos y los valora, pero la salvación no es una cuestión sentimental. Porque lo estrictamente sobrenatural por definición escapa a la experiencia sensible directa.

Dios nos presenta lo divino de manera que podamos percibirlo sensiblemente, pero no lo vemos en sí mismo en cuanto sobrenatural. El velo que nos lo hace presente, al mismo tiempo que nos lo muestra, nos lo oculta. Es el caso, por ejemplo, de las especies sacramentales, que nos permiten ver la presencia de Jesús en la Eucaristía (saber dónde está, poner la mirada en Él, estar cerca suyo, comérmolo), pero al mismo tiempo, nos “ocultan” su persona.

La confusión de amor y sentimientos

El amor no es solamente un sentimiento. Los sentimientos van y vienen. Pueden ser una maravillosa chispa inicial, pero no son la totalidad del amor[81].

El amor es un acto de la voluntad acompañado por sentimientos. Puede haber amor sin sentimientos, y también sentimientos sin amor. Sentir no es querer. Por eso es importante distinguir amor y sentimiento —porque no son lo mismo—, y así no confundir uno con el otro.

El sentimiento, que no necesariamente siempre acompaña al amor, puede llamarse afecto.

El afecto es sentir que se quiere.

Si amar es buscar el bien de la persona amada,
su principal efecto no puede ser la propia satisfacción:
sería contradictorio.

El amor no consiste en pasárselo bien, aunque amando uno se lo pasa bien. Amando también se sufre. Y, como acabamos de explicar, se puede ser feliz sufriendo. El fruto principal del amor no es de orden sensible: el gusto que puede producir. Si fuera así, el amor fácilmente se encerraría en sí mismo se haría, de esa forma, egoísta. Pero el egoísmo es, por definición, el anti-amor.

Como los sentimientos pueden ser muy intensos, con cierta facilidad podemos confundirnos y pensar que el sentimiento es amor, o que el amor desapareció si le falta el sentimiento, o muchas otras combinaciones.

Se trata de una confusión muy frecuente, tanto en el amor humano como en el amor divino, pues ambos son amor. Cuentan que un esposo fue a visitar a un sabio consejero y le dijo que ya no quería a su esposa y pensaba separarse. El sabio lo escuchó, lo miró a los ojos y solamente le dijo una palabra: “Ámela”. Luego se calló. “Pero es que ya no siento nada por ella”. “Ámela”, repuso el sabio. Y ante el desconcierto del hombre, después de un oportuno silencio, agregó lo siguiente: “Amar es una decisión, no un sentimiento; amar es dedicación y entrega. Amar es un verbo y el fruto de esa acción es el amor. El amor es un ejercicio de jardinería: arranque lo que hace daño, prepare el terreno, siembre, sea paciente, riegue y cuide. Esté preparado porque habrá plagas, sequías o excesos de lluvia, mas no por eso abandone su jardín. Ame a su esposa, es decir, acéptela, valórela, respétela, dele afecto y ternura, admírela y compréndala. Eso es todo, ámela”.

Todos distinguimos entre amor y sentimientos en nuestra relación con las personas que más queremos en la vida familiar (y pobre el que no los distinga...). Hablando con gente joven le suelo preguntar: ¿amas a tus padres? ¿Sientes emoción por ellos? Y claramente no siempre...: es más, con frecuencia sienten cierto enojo (sobre todo cuando les niegan un permiso). ¿Sientes algo muy intenso por tus hermanos? (a veces bronca...). ¿Y los quieres? Seguro que con toda el alma. Hay días en que se siente más entusiasmo, días fríos, días de hartazgo... Puede resultar paradójico —no lo es— pero podría ocurrir que los mayores enojos los tengamos con las personas que más queremos. Es normal.

Aquí reside la tragedia de una parte de la sociedad contemporánea: no son capaces de perseverar en el amor. Cuando no sienten, ¡chau!, se van a buscar otra persona que les despierte sentimientos más intensos... O, arrastrados por una pasión momentánea, destruyen un amor verdadero. Y este círculo vicioso hace imposible el amor.

Libres para amar

Si el amor nos ata a lo que amamos, lleva consigo deberes y compromisos... alguno podría concluir que amando perdemos la libertad.

Quien así pensara, no habría entendido el amor ni la libertad. Ni se habría dado cuenta de que la libertad no es un fin en sí mismo. Somos libres para realizar nuestra vida. Efectivamente cuando hacemos uso de la libertad reducimos las opciones posibles, pero no por ello perdemos libertad: la elección que hicimos nos hizo libres.

Libertad y sentimientos

Somos libres gracias a la inteligencia y a la voluntad: por su apertura potencialmente infinita, ningún bien finito puede determinarlos.

Los sentimientos, en cambio, nacen en el ámbito de la no-libertad: en principio no se deciden, sino que sencillamente se sienten. Para ser verdaderamente libres es necesario que no determinen nuestras decisiones —aunque influyan en ellas—. Se entiende entonces que sólo quien consiga cierta independencia de sus sentimientos, quien logre integrarlos con la inteligencia y la voluntad, pueda ser libre de verdad. De otro modo podría convertirse en esclavo de lo que siente, en un títere de sus sentimientos.

Hay personas que recurren a la excusa sentimental —“es lo que siento”, dicen— para justificar una actuación desacertada, como si no pudieran evitarla. Quizá no puedan evitar sentir lo que sienten, pero deberían ser conscientes que, aún sintiéndolo, siguen siendo libres. De ser cierto este determinismo afectivo, nos quedaríamos sin libertad.

Tenemos experiencia de que no podemos decidir nuestros sentimientos futuros: escapa a mis posibilidades proponerme tener ganas de hacer algo mañana. Puedo decidir hacerlo, fomentar voluntariamente mi entusiasmo en la cuestión, etc., pero no puedo decidir tener ganas de hacerlo. Esto hace que quien siga siempre sus sentimientos —“yo siempre hago lo que siento”— no sea realmente libre, ya que no

decide: otro decide por él, lo determina: sus ganas del momento. Con antelación no se sabe cómo actuará: no lo sabe ni él mismo. Es imprevisible hasta para sí mismo.

Esto vuelve a muchos incapaces del compromiso: el sólo pensar en vincularse a algo futuro —¡aunque sea ir a comer un asado!— les espanta: no saben si tendrán ganas... y lo evitan absolutamente.

Cambios constantes de decisión, falta de conocimiento propio: se sabe lo que siento... pero no lo que soy. Los sentimientos cambian... pero yo soy el mismo...

Este es uno de los motivos por los que a mucha gente joven le cuesta tanto elegir la carrera que van a estudiar al acabar sus estudios secundarios y, después, con tanta facilidad la cambian. No saben cómo son, no saben lo que quieren. Cifran todas las esperanzas en tests vocacionales (muy útiles por cierto): que venga alguien, los estudie y les diga qué tienen que estudiar. Y en cuanto no se sienten bien, comienzan a buscar otra carrera en que la que piensan se sentirán mejor...

¿Adónde voy? Y... si me guío ciegamente por los sentimientos..., a ninguna parte.

A veces me encuentro con chicos que querrían ser buenos estudiantes pero su pereza no los deja. No pueden hacer lo que se proponen. Su libertad está muy reducida por la falta de virtud y la gran dependencia que tienen de sus sentimientos y ganas: no son capaces de superarlos. Porque su voluntad es muy débil. Y no quieren luchar, ya que están muy cómodos dejándose llevar por lo que sienten. Dejarse llevar por la pereza produce cierto gozo en el momento, aunque después haya que sufrir mucho por los fracasos a los que arrastra.

Libertad, amor y entrega

Ser libre significa ser dueño de los propios actos. Tener el control de la propia actuación, decidirla.

Una manifestación obvia de libertad es decidir el futuro. Por ser dueños de nuestros actos podemos planearlos y determinarlos con anticipación. Y esto supone ser fiel a los compromisos libremente asumidos (que no se asumen en función de sentimientos).

Una persona que no domina sus sentimientos es peligrosa hasta para sí misma. Es el caso de una chica que se enamora de todo chico que le gusta o le da bolilla... y sigue ese encantamiento dócilmente.

Supuesta la libertad de coacción exterior (nadie me obliga coercitivamente desde fuera) y la interior (dominio de las propias acciones), surge la pregunta fundamental: ¿para qué somos libres? Porque la libertad no es un fin en sí mismo. No se acaba todo una vez conquistada la libertad, sino que precisamente allí comienza. “Al hombre se le da la libertad como tarea”[82]. “En el amor la libertad encuentra su más plena realización. La libertad es para el amor: su realización mediante el amor puede alcanzar incluso el grado heroico”[83].

Vivimos inmersos en la cultura del “sentirse bien”. Si ese eslogan se convirtiera en nuestro fin personal, habríamos perdido el rumbo. La vida se realiza

según el fin, la meta, el bien que buscamos alcanzar. Por eso el amor nos realiza: nos da el motivo para gastarla, para vivir. Surco lo expresa maravillosamente cuando dice que “lo que se necesita para conseguir la felicidad, no es una vida cómoda, sino un corazón enamorado”[84]. Vivir centrado en uno mismo es demasiado egoísta. La vida centrada en la búsqueda de satisfacciones personales puede convertir a los demás en medios, en instrumentos prescindibles. Una libertad centrada en sí misma es una libertad vacía.

Paradójicamente, uno puede sentirse bien —aunque a veces no se sienta bien— con la alegría del sacrificio, la satisfacción del deber cumplido, el gozo del bien ajeno. Y para ello, nos interesa mucho llegar a conseguir una menor dependencia de los sentimientos y tener más dominio sobre ellos. Y el camino es darles menos importancia. Pensar menos en ellos y, por tanto, en nosotros mismos. Estar menos pendiente de cómo me siento.

Si el amor es expresión de la libertad y el amor se realiza a través de la entrega, deberíamos concluir que la libertad se realiza en la entrega libre de sí por amor.

Una concepción sentimental de la vida malgasta la existencia. Quien vive para sí, pierde su vida. Juan Pablo II enseña que “el núcleo mismo de la verdad evangélica sobre la libertad” consiste en que “la persona se realiza mediante el ejercicio de la libertad en la verdad. La libertad no puede ser entendida como facultad de hacer cualquier cosa. Libertad significa entrega de uno mismo; es más, disciplina interior de la entrega. En el concepto de entrega no está inscrita solamente la libre iniciativa del sujeto, sino también la dimensión del deber”[85]. El amor une la verdad, la libertad, el deber, la entrega: porque el amor auténtico —es decir, no falsificado— es verdadero, libre, comprometido, generoso[86].

Una libertad egoísta, centrada en uno mismo, se cierra al amor y lo hace imposible: un planteo “basado en una libertad orientada con sentido individualista, o sea, una libertad sin responsabilidad, constituye la antítesis del amor”[87].

Quien se encierra en “hacer lo que quiero” (entendido como “lo que se me da la gana”, como capricho) todavía no ha aprendido a amar. El amor es otra cosa. Tendrá que madurar para ser capaz de salir de sí mismo y así llegar a amar. Confundir la libertad con la soberbia o el egoísmo es bastante peligroso. Hay que darse. Descubrir el gozo de la entrega.

Para ser libre hay que fortalecer la voluntad.

Para realizar la libertad hay que enamorarse de verdad.

Apertura del corazón

Algunas veces —me lo has oído comentar con frecuencia— se habla del amor como si fuera un impulso hacia la propia satisfacción, o un mero recurso para completar de modo egoísta la propia personalidad. Y siempre te he dicho que no es así: el amor verdadero exige salir de sí mismo, entregarse. El auténtico amor trae consigo la alegría: una alegría que tiene sus raíces en forma de Cruz[88].

Si amar supone vivir para otro, lleva consigo necesariamente salir de sí mismo. El amor de Dios —y todo amor— para ser auténtico debe estar abierto a los demás. De otro modo se enrarecería, como sucede con el aire de una habitación sin ventilar.

La riqueza del amor es expansiva. En cuanto se la encierra, se agosta. No debería encerrarse ni siquiera en dos seres que se quieren[89]. Un amor a Dios cerrado a los demás no es verdadero, pues estaría marcado por egoísmo. Fallaría en algo fundamental. Y, por eso mismo, haría daño, no vivificaría sino que asfixiaría. Y ese encierro, cada tanto, explota en quien lo sufre, haciéndoselo pasar mal a él mismo y a los que lo rodean.

Desde esta perspectiva se entiende también la importancia vital que la caridad con el prójimo y el apostolado tienen en la vida cristiana. No sólo como manifestación del amor a Dios, sino como componente esencial del mismo[90].

La vida interior no puede separarse del amor a los demás y del apostolado. Sería contradictorio buscar la propia santidad egoístamente.

Cerrarse en uno mismo hace daño, no sólo espiritualmente sino también en los sentimientos: enrarece el carácter, produce hartazgo de todo, amarga el humor, lleva a desconfiar de todos... lo que lleva a sentirse realmente mal.

Por eso, hay problemas que parecen de personalidad, pero que en el fondo son carencias en el amor debidas a falta de humildad y su reflejo en la pobreza de vida interior: “No dejaré de insistirte, para que se te grabe bien en el alma: ¡piedad!, ¡piedad!, ¡piedad!, ya que, si faltas a la caridad, será por escasa vida interior: no por tener mal carácter[91].

A la misma conclusión llega con respecto al trabajo: “Si sabes que el estudio es apostolado, y te limitas a estudiar para salir del paso, evidentemente tu vida interior anda mal”[92]. No es sólo problema de pereza, sino de proporciones: sucede que el amor no es suficientemente grande como para vencer la dejadez.

Y al revés, hay problemas que parecen de vida interior, pero en realidad su raíz está en problemas de caridad. Como señala Benedicto XVI, “si en mi vida omito del todo la atención al otro, queriendo ser sólo ‘piadoso’ y cumplir con mis ‘deberes religiosos’, se marchita también la relación con Dios. Será únicamente una relación ‘correcta’, pero sin amor. Sólo mi disponibilidad para ayudar al prójimo, para manifestarle amor, me hace sensible también ante Dios. Sólo el servicio al prójimo abre mis ojos a lo que Dios hace por mí y a lo mucho que me ama”[93].

Si mi alma se da a los demás, podré ver mejor a Dios. No es casualidad que, inmersa en una cultura individualista, a la gente le cueste más encontrarse con Dios, y que cuando nos ocupamos de los demás mejore también nuestra oración.

El corazón necesita respirar, y lo hace en la preocupación por los demás, por su bienestar temporal y eterno. Muchas veces nos sentimos mal porque la válvula está tapada por el egoísmo. Y tendremos que buscar la solución en estos dos campos: caridad y apostolado.

La entrega a los demás resulta una piedra de toque donde se verifica —nosotros mismos verificamos en primer lugar— la calidad de nuestro amor, y nos sirve además de cauce para mejorarlo y aumentarlo.

El desbordarse del amor de Dios en la caridad y en el apostolado da lugar a muchos sentimientos gozosos. Como nos hemos limitado a los sentimientos en la vida interior, no nos ocupamos aquí de ellos. Sólo mencionamos que el apostolado suscita sentimientos de entusiasmo muy grandes, al punto de considerar la vibración apostólica como una característica que debe cultivar el cristiano.

Amor y alegría

No sé qué te ocurrirá a ti..., pero necesito confiarte mi emoción interior, después de leer las palabras del profeta Isaías: «Ego vocavi te nomine tuo, meus es tu!» —Yo te he llamado, te he traído a mi Iglesia, ¡eres mío!: ¡que Dios me diga a mí que soy suyo! ¡Es como para volverse loco de Amor![94]

Creados para amar. Creados para ser felices. Y ambas cosas coinciden: amando alcanzaremos la felicidad.

De manera que podríamos decir que hemos sido creados para estar alegres. Y que Dios nos manda estarlo, ya que, según Santo Tomás de Aquino, la alegría “no es distinta de la caridad, sino cierto acto y efecto suyo”[95]. Quien ama está contento, el amor le llena la vida.

La alegría es el gozo en la posesión del bien o en la esperanza de poseerlo. De lo que se desprende que, según sea el bien que se posea o espere, tal será la alegría de que se goce. Es distinta la alegría proveniente de disfrutar un chorizo de la resultante de haberse enamorado. Será tanto más superficial o profunda según sea más grande el bien que se posea y se lo posea más profundamente. Sólo Dios puede dar la felicidad perfecta al hombre, porque sólo Él puede llenar las ansias de infinito que Él mismo puso en el corazón humano. Es el ser infinito, la bondad increada, en sí mismo amor infinito. Esta es la razón por la que ningún bien creado puede satisfacer plenamente al hombre. Y si lo hiciera, significaría que ese hombre se ha degradado a sí mismo, reduciéndose a algo colmable por un ser inferior a él.

La consideración de ese Dios infinito que llena el alma no es una fría cuestión metafísica, sino el acercamiento a un Padre amoroso que ama a sus hijos y a quien se puede amar con todo el corazón. En la filiación divina encontramos, entonces, el fundamento más sólido, estable y duradero de la alegría.

Encontrar nuestra alegría en Dios y en las cosas de Dios. La fe tiene una belleza insondable. Contiene promesas sorprendentes de vida plena y eterna. Está compuesta por misterios infinitos. Es una realidad esencialmente de amor. De aquí que sea una realidad gozosa y, por tanto, gozable.

Sabemos que el amor a Dios incluye la cruz, pero es evidente de que no todo es cruz. El cristianismo es una religión alegre, positiva, optimista, esperanzada. Y hemos de vivirla con alegría.

Quizá tengamos que aprender a disfrutar de nuestra fe. Es posible vivir lo divino sin darnos cuenta, y a no pocos les pasa. Como aquel chiquito que lloraba... porque se había tomado el helado sin darse cuenta: ¡no lo había disfrutado!

Hemos de disfrutar del cristianismo. No es un peso. Es un encuentro salvífico con Dios.

Ahora bien, “estar alegres” es una expresión análoga, hace referencia a diferentes cosas que tienen unos aspectos semejantes y otros distintos. Es el gozo en la posesión del bien. Es una virtud. Intervienen la inteligencia, la voluntad, los afectos. Estar contento también es un sentimiento y un estado de ánimo. La alegría a la que nos referimos aquí —esa que no es distinta de la caridad— es la global de la persona. No se trata, por tanto, de la sola dimensión sensible, el “sentirse bien”: esa alegría que San Josemaría definía como de “animal sano”: la del perro bien comido y bien bebido que, entonces, mueve la cola. La alegría del cristiano es algo mucho más grande y profundo. En último término se fundamenta en la fe, la esperanza y el amor, lo que la hace especialmente sólida. Es una actitud del alma ante la vida. Una actitud que se conquista: conseguir la alegría a veces puede ser laborioso. Y, como veremos, es compatible con el dolor, la enfermedad, la pobreza material, la persecución...

Por otro lado, hemos de tener en cuenta que la alegría es también una necesidad. A una persona amargada se le hace más difícil amar. Necesitamos la alegría para nuestra vida espiritual. San Felipe Neri —dando quizá la clave de su propia santidad— señaló que “un espíritu alegre llega a la perfección con mayor rapidez que cualquier otro”[96]. Y San Pedro de Alcántara afirmaba que “la alegría espiritual es el principal remo en esta navegación nuestra”[97]. Efectivamente la alegría aporta fuerzas, hace las cosas más fáciles, llena de optimismo, etc. De aquí que debamos cultivarla en nuestras almas para poder amar con mayor soltura.

Pecar no es divertido

De viaje por lugares nuevos, se agradece mucho una buena señalización vial. ¡Cuánto más cómodo se hace el viaje si podemos seguir carteles claros!

En el camino de la vida, la ley moral cumple este cometido. Su función es sobre todo pedagógica: mostrarnos el camino a nuestro destino y advertirnos dónde están los precipicios. Es una ayuda a nuestra libertad.

Y ¿qué es el pecado? Una desobediencia a la ley de Dios, un querer que nos aparta del camino del amor y del bien. Y por lo mismo, en sí mismo, autodestructivo.

¿Por qué hemos de evitar el pecado? Fundamentalmente porque nos hace mucho mal. Dios no es un aguafiestas sino que quiere —de verdad— lo que nos engrandece.

Desde esta perspectiva podemos afirmar que la ley es un camino hacia el amor, una guía hacia la plenitud y, como las marcas del camino, también señala lo que es incompatible con el amor y el desarrollo de la persona. Por esto algunos enunciados normativos son positivos (dicen lo que hemos de hacer) y otros tienen una sintaxis negativa (“no hagas tal cosa”).

En nuestra existencia pasamos por diferentes situaciones vitales. Hay momentos en que vemos todo claro, momentos de confusión, momentos de locura. Sólo así se explica el pecado. Hemos de pedir a Dios que no nos deje dejarlo. En la

liturgia de la Misa tenemos un modelo de esta petición, cuando el sacerdote, precisamente antes de la Comunión (el momento de mayor unión con Dios) reza: “Haz que siempre cumpla tus mandamientos y no permitas que me aparte de ti”: (a te nunquam separari permitas)”[98]. Como diciéndole: “no me dejes hacer tonterías”.

Lo divertido y lo aburrido

Es frecuente encontrar algunos estereotipos de personalidad —verdaderas caricaturas—impuestos por la sociedad. Así muchos piensan que a la hora de modelar el carácter tenemos una alternativa: ser personas divertidas y abiertas, o por el contrario, personas cerradas, formales y aburridas. En el primer caso, se asumirá un estilo zafado y transgresor; mientras que en el segundo, fieles cumplidores de las normas morales.

Ahora bien, ¿es esto cierto? ¿Es verdad que seguir lo que Dios quiere de nosotros nos transforma en seres aburridos?

En primer lugar, la ley divina no es un corsé que nos encasilla y nos coloca en un andarivel sin margen de acción. De ninguna manera impide la espontaneidad. El margen de nuestra libertad es tan amplio como el ámbito del bien: tiene una amplitud virtualmente infinita.

En lo positivo, nos señala líneas de conducta concretables de innumerables maneras, y en lo negativo sólo nos sitúa por dónde no ir: queda por delante un inmenso campo de acción.

Resulta cruel pensar que Dios nos haya impuesto una ley que nos aparte de la alegría y nos impida ser felices aquí en la tierra a la espera de una felicidad después de la muerte. Resulta muy duro creer que haya que apartarse de Dios para divertirse.

Benedicto XVI abordó este tema en la fiesta de la Inmaculada Concepción de 2005, contemplando precisamente a quien no ha tenido pecado, María Santísima, a quien ningún creyente en sus cabales vería como una persona gris y apagada.

La claridad de sus palabras justifica su cita.

En el contexto de las consecuencias del pecado original, el Santo Padre constata que “el hombre no se fía de Dios. Tentado por las palabras de la serpiente, abriga la sospecha de que Dios, en definitiva, le quita algo de su vida, que Dios es un competidor que limita nuestra libertad, y que sólo seremos plenamente seres humanos cuando lo dejemos de lado; es decir, que sólo de este modo podemos realizar plenamente nuestra libertad.

El hombre vive con la sospecha de que el amor de Dios crea una dependencia y que necesita desembarazarse de esta dependencia para ser plenamente él mismo. El hombre no quiere recibir de Dios su existencia y la plenitud de su vida. Él quiere tomar por sí mismo del árbol del conocimiento el poder de plasmar el mundo, de hacerse dios, elevándose a su nivel, y de vencer con sus fuerzas a la muerte y las tinieblas. No quiere contar con el amor que no le parece fiable; cuenta únicamente con el conocimiento, puesto que le confiere el poder. Más que el amor, busca el

poder, con el que quiere dirigir de modo autónomo su vida. Al hacer esto, se fía de la mentira más que de la verdad, y así se hunde con su vida en el vacío, en la muerte.

Amor no es dependencia, sino don que nos hace vivir. La libertad de un ser humano es la libertad de un ser limitado y, por tanto, es limitada ella misma. Sólo podemos poseerla como libertad compartida, en la comunión de las libertades: la libertad sólo puede desarrollarse si vivimos, como debemos, unos con otros y unos para otros. Vivimos como debemos, si vivimos según la verdad de nuestro ser, es decir, según la voluntad de Dios. Porque la voluntad de Dios no es para el hombre una ley impuesta desde fuera, que lo obliga, sino la medida intrínseca de su naturaleza, una medida que está inscrita en él y lo hace imagen de Dios, y así criatura libre.

Si vivimos contra el amor y contra la verdad —contra Dios—, entonces nos destruimos recíprocamente y destruimos el mundo. Así no encontramos la vida, sino que obramos en interés de la muerte. Todo esto está relatado, con imágenes inmortales, en la historia de la caída original y de la expulsión del hombre del Paraíso terrestre.

Queridos hermanos y hermanas, si reflexionamos sinceramente sobre nosotros mismos y sobre nuestra historia, debemos decir (...) que todos llevamos dentro de nosotros una gota del veneno de ese modo de pensar reflejado en las imágenes del libro del Génesis. Esta gota de veneno la llamamos pecado original.

Precisamente en la fiesta de la Inmaculada Concepción brota en nosotros la sospecha de que una persona que no peca para nada, en el fondo es aburrida; que le falta algo en su vida: la dimensión dramática de ser autónomos; que la libertad de decir no, el bajar a las tinieblas del pecado y querer actuar por sí mismos forma parte del verdadero hecho de ser hombres; que sólo entonces se puede disfrutar a fondo de toda la amplitud y la profundidad del hecho de ser hombres, de ser verdaderamente nosotros mismos; que debemos poner a prueba esta libertad, incluso contra Dios, para llegar a ser realmente nosotros mismos. En una palabra, pensamos que en el fondo el mal es bueno, que lo necesitamos, al menos un poco, para experimentar la plenitud del ser.

Pensamos que pactar un poco con el mal, reservarse un poco de libertad contra Dios, en el fondo está bien, e incluso que es necesario.

Pero al mirar el mundo que nos rodea, podemos ver que no es así, es decir, que el mal envenena siempre, no eleva al hombre, sino que lo envilece y lo humilla; no lo hace más grande, más puro y más rico, sino que lo daña y lo empequeñece. (...) Debemos aprender más bien esto: el hombre que se abandona totalmente en las manos de Dios no se convierte en un títere de Dios, en una persona aburrida y conformista; no pierde su libertad. Sólo el hombre que se pone totalmente en manos de Dios encuentra la verdadera libertad, la amplitud grande y creativa de la libertad del bien. El hombre que se dirige hacia Dios no se hace más pequeño, sino más grande, porque gracias a Dios y junto con él se hace grande, se hace divino, llega a ser verdaderamente él mismo. El hombre que se pone en manos de Dios no se aleja

de los demás, retirándose a su salvación privada; al contrario, sólo entonces su corazón se despierta verdaderamente y él se transforma en una persona sensible y, por tanto, benévola y abierta.”[99]

No, no necesitamos pecar para divertirnos, ni para sentirnos bien.

El pecado puede dar placer, pero no la felicidad.

Y son dos cosas muy distintas.

Pecar hace daño

Explicitando lo obvio, podemos decir que el bien hace bien y el mal hace mal. Por eso el bien es bueno y por eso el mal es malo. Cuando miento, mi voluntad se identifica con la mentira, haciéndose mentirosa. Cuando robo, se adhiere a la injusticia, haciéndose injusta. Y así sucesivamente. No se puede pecar sin dañarse a sí mismo. Aún en el caso de la conciencia invenciblemente errónea (el pecador no es responsable moralmente de su pecado, y por tanto, no se le exige cuenta del mismo), esa acción no deja de ser negativa, aunque no sea culpable de su negatividad.

Y además, no se trata de un daño superficial, sino que hace mucho daño. Afecta la concepción misma del amor. Así lo señala Benedicto XVI: “Como se constata en la actualidad, los fieles se encuentran inmersos en una cultura que tiende a borrar el sentido del pecado (...). En realidad, perder la conciencia de pecado comporta siempre también una cierta superficialidad en la forma de comprender el amor mismo de Dios[100].

Pecar también hace daño a nivel sensible. Porque pecar distorsiona la afectividad. Crea un afecto hacia las cosas que —por apartar de Dios— destruyen. Incrementa inclinaciones desordenadas. Disminuye el gusto por el bien. Lo hace más costoso. Desordena la sensibilidad, la tuerce. Y además, esclaviza.

A nivel de la sensibilidad, jugar con la tentación no es un “juego” inocente. Resulta interesante la respuesta de Paul Wadell a la pregunta de “¿cuál es el peligro de entretenernos en la tentación? Flirtear con la tentación no es inocuo, porque implica una consideración pausada de algo que no deberíamos desear. Aunque inicialmente lo hagamos de modo inocente, si contemplamos la tentación el tiempo suficiente, lo que en un principio era impensable se nos muestra como posible. Por eso, nuestro sentimiento hacia aquello cambia, y ya no lo vemos tan detestable. El caso es que, cuando más tiempo consideremos algunas cosas, más pronto perderemos nuestro aborrecimiento hacia ellas”[101].

Amor y dolor

No es posible separar el amor del dolor ni el dolor del amor; por esto, el alma enamorada se alegra en sus dolores y se regocija en su amor doliente[102]

El sufrimiento es un componente inevitable de la vida. Como componente necesario de la existencia terrenal, también estará presente en el amor. Pero el dolor no produce sensaciones agradables —por definición, es todo lo contrario—. De

manera que hemos de considerar cómo se armonizan el amor y los sentimientos negativos que produce el dolor.

Sentir dolor es un hecho inevitable. Habrá que asumirlo sin sorprenderse. Aceptarlo sin rebelarse. Entenderlo. Corresponde a la inteligencia descubrir su sentido (paradójicamente, los sentidos nunca le encontrarán sentido); y es muy importante descubrirlo. Y tendremos que aprender a sufrir, ya que sufrir, sufriremos. Como decía el Cura de Ars, “sufrir no es libre, lo que es libre es sufrir amando, o sufrir huyendo, quejándose”.

Ante el dolor (lo que nos cuesta, nos molesta, nos duele, nos ofende...) no somos libres en cuanto a no sentirlo, pero sí lo somos en cuanto a nuestra respuesta: resentimiento, aceptación, queja permanente, ofrecimiento gozoso... Entre lo que sentimos y nuestra respuesta —como afirma Steven Covey—, en el medio está siempre nuestra libertad. Lo que sentimos no nos determina, aunque nos afecte y, a veces, nos afecte mucho. Podemos responder libremente. Si alguien me trata mal, no estoy obligado a seguir del impulso de contestarle peor. No estoy obligado a demostrarle que puedo ser peor que él... ¡Puedo sonreírle! Sufrir no llena de amargura la propia existencia, lo que amarga es la no aceptación de ese sufrimiento.

Lo que realiza la vida es el amor, y se puede amar sufriendo... De hecho el amor está muy relacionado con el dolor.

No seamos ingenuos, como recuerda la encíclica *Spes Salvi*, “el «sí» al amor es fuente de sufrimiento, porque el amor exige siempre nuevas renunciaciones de mi yo, en las cuales me dejo modelar y herir. En efecto, no puede existir el amor sin esta renuncia también dolorosa para mí, de otro modo se convierte en puro egoísmo y, con ello, se anula a sí mismo como amor”[103].

En efecto, el amor nos hace vulnerables. Así como el cariño nos llena de alegría, también lleva consigo una mayor exigencia y la posibilidad de sufrir: porque nos importan las personas que amamos no somos indiferentes a lo que les pasa, a sus gozos y dolores. Nos afectan también a nosotros. Lo positivo nos llena de gozo, lo negativo nos duele. El amor sensibiliza y se comporta como un amplificador de dicha y desdicha. Tampoco somos inmunes a sus defectos, su posible mal trato, enojos, errores, etc. El amor que les tenemos agudiza la molestia que nos producen esas cosas negativas. Por eso, a quien quiera sufrir lo menos posible, podríamos aconsejarle que no ame a nadie. Así se ahorrará muchos disgustos, sufrimientos, angustias. Pero al mismo tiempo habrá que recordarle que, si no es capaz de amar, nunca será feliz — ¡no será plenamente humano!—, ya que la felicidad es un producto del amor. Y por este camino, acabará sufriendo mucho más.

La verdadera felicidad

A lo largo de estas páginas aparece constantemente la palabra felicidad. Para evitar equívocos, es necesario detenernos un momento y aclarar de qué felicidad estamos hablando.

Entendiendo por felicidad una experiencia de plenitud que satisface a toda la persona. Según el tipo de satisfacción, será el tipo de felicidad que experimentemos.

Está la felicidad del placer provocada por la experiencia sensible de lo placentero. Por definición, este tipo de felicidad es parcial y transitoria, debido a que sólo se experimenta mientras el estímulo placentero está presente. Hace ya 2300 años Aristóteles concluyó que la felicidad y la plenitud humana no se pueden conseguir en este nivel: sería degradante para el hombre y nunca podría satisfacerlo plenamente.

Por otro lado, sabemos que mientras estemos en esta tierra pasaremos frío, calor, hambre, enfermedad —ésta última a medida que transcurran los años, con más intensidad—, que habrá crisis en el mundo... Con lo cual, a nivel sensible, sólo nos sentiremos en plenitud por momentos que no serán definitivos.

Cuando hablamos de felicidad, nos referimos a la plenitud existencial del hombre, de toda la persona y no sólo de una dimensión de su ser. Satisfacción existencial, porque todos los apetitos —tanto corporales como espirituales— están plenamente satisfechos, sin experimentar necesidad ni deseo. El gozo de la plenitud sólo puede preceder de la posesión del Bien Supremo. Debe ser definitiva, ya que lo que se va a perder, no puede aportar más que una felicidad momentánea, con el miedo —seguro— de perderla.

Ahora bien, ¿es esta felicidad posible?

Los cristianos decimos que sí. Se nos ha prometido esta vida de felicidad plena para la que hemos sido creados. Será una realidad futura: sabemos que la alcanzaremos después de la muerte —por eso no es sano hacerse falsas expectativas de la vida terrenal—, y que estamos en camino hacia ella. Pero esta felicidad no es una realidad meramente del futuro, sino que ya aquí y ahora, participamos de ella; y sabemos que llegar a la plenitud prometida y ansiada requiere un largo proceso de desarrollo y purificación.

Quien aspira, busca y espera esta felicidad, ya ahora goza participadamente de ella. Porque, siendo Dios la causa de la misma, el cristiano ya lo posee: es hijo de Dios, ha sido redimido, se alimenta del Cuerpo y la Sangre de Dios mismo, la Trinidad divina habita en su alma en gracia. No se manifiesta plenamente, y es compatible con el dolor; pero no espera algo absolutamente futuro, sino que ya vive de ese misterio de amor divino.

Quien cree en esta felicidad, ¿va a renunciar a ella, y dedicarse a exprimirla a esta vida el placer sensible que pueda darle y pedir la eutanasia cuando le parezca que ya no tiene placer para ofrecerle? En realidad, el hedonismo es una gran crisis de esperanza de cosas grandes. Sólo renunciando a la grandeza, el hombre puede conformarse con tan poco.

Ser felices en el dolor

Se puede ser feliz sufriendo.

Sólo el amor es capaz de semejante milagro.

Es natural y obvio que el dolor nos duela: quien no es sensible al dolor, tampoco lo es al gozo. Pero no es en sí mismo esencialmente algo malo, sino que nos puede servir, y mucho.

La fe y el amor no nos quitan el dolor, sino que le dan sentido.

Porque la felicidad no consiste en sentirse bien. Es la vida del hombre en su conjunto la que es feliz o infeliz. Se puede estar plenamente satisfecho con la propia vida y experimentar sufrimiento.

Como ya hemos dicho, es inevitable que a veces no nos sintamos bien. Tenemos que asumirlo: es un hecho. De nada sirve quejarse, lamentarse. Hemos de aceptarlo y entonces podemos vivirlo con alegría. Forma parte de nuestra realidad. Así como nadie cuerdo vive en la amargura por no tener alas o por no ser capaz de respirar bajo el agua...

Este tema es muy importante, porque el dolor es el principal madurador del amor: “El amor se adquiere en la fatiga espiritual. El amor crece en nosotros y se desarrolla también entre las contradicciones, entre las resistencias que se le oponen desde el interior de cada uno de nosotros, y a la vez ‘desde fuera’, esto es, entre las múltiples fuerzas que le son extrañas e incluso hostiles”[104]. Qué bien lo experimentaron las almas grandes: “En esta forja de dolor que acompaña la vida de todas las personas que aman, el Señor nos enseña que quien pisa sin miedo —aunque cueste— donde pisa el Maestro, encuentra la alegría”[105].

Así sucede con el amor humano y con el divino. Y muchos fracasan en ambos amores, o no llegan a vivirlos con plenitud por fallar en este punto. San Josemaría enseñaba a los esposos que “tendría un pobre concepto del matrimonio y del cariño humano quien pensara que, al tropezar con esas dificultades, el amor y el contento se acaban. Precisamente entonces, cuando los sentimientos que animaban a aquellas criaturas revelan su verdadera naturaleza, la donación y la ternura se arraigan y se manifiestan como un afecto auténtico y hondo, más poderoso que la muerte”[106].

Es frecuente en la labor sacerdotal palpar la acción del Espíritu Santo en las almas, sobre todo en los enfermos. Atendía yo en una ocasión a una enferma terminal de cáncer. Cuando entró en estado de coma, sus hijos me llamaron y acudí al sanatorio. Al llegar, ella estaba recuperando la conciencia. Le administré la Unción de los enfermos. Al día siguiente le llevé la Comunión. Entonces me contó muy divertida lo que le había sucedido el día anterior: estando en coma, soñaba que estaba en el cielo. Comenzó a despertarse, y de repente se encontró conmigo delante, pensando que estaba delante de Dios. “Qué desilusión se habrá llevado”, le comento bromeando... y estuvimos riéndonos un rato de su confusión. A los pocos días iba a morir, pero no la inquietaba, incluso se podía reír con gracia.

Volveremos sobre el tema del dolor en el quinto capítulo, cuando nos ocupemos de cómo amar en la cruz. Por ahora nos interesa subrayar que felicidad y sufrimiento no son incompatibles. Todos tenemos un aprendizaje por delante: es muy

necesario que aprendamos a ser felices cuando sufrimos, las cosas no salen bien, no tenemos el éxito que esperábamos, etc. Entonces sabremos descubrir el amor de Dios y corresponder a su amor en todas esas situaciones.

La trampa del “quiero ser feliz”

Nadie es feliz, en la tierra, hasta que se decide a no serlo. Así discurre el camino: dolor, ¡en cristiano!, Cruz; Voluntad de Dios, Amor; felicidad aquí y, después, eternamente[107]

Todos queremos ser felices, porque para eso hemos sido creados. Pero hemos de estar atentos, porque un deseo de felicidad fuera de foco podría convertirse — paradójicamente— en una trampa que impide alcanzarla. Esto sucede cuando, en clave egoísta, la alegría y la felicidad se buscan por sí mismas.

Veamos otra de las paradojas de nuestra vida: la felicidad aparece cuando no se la busca. Quien busca la felicidad en sí misma, no la encuentra. Se trata de una experiencia universal: pero a veces no acabamos de creérselo...

Algunas personas razonan de la siguiente manera: “Tengo que cumplir la voluntad de Dios para ser feliz”. Y eso las lleva a cumplir con generosidad el querer divino. Está bien, el planteo es correcto en el sentido global de la vida, de cara a la vida eterna. Pero habría que advertirles que tengan cuidado. Es preciso matizar la expresión y entenderla correctamente para evitar sorpresas desagradables y frustraciones ingenuas.

Si implica hacer la voluntad de Dios como un pago por el que recibo a cambio, como premio, la felicidad... el planteo puede ser peligroso. Y lo es si se confunde la felicidad con “sentirse bien” —error demasiado frecuente en nuestros días—. Porque a veces no nos sentimos bien, y no podemos echar la culpa a Dios...

La vida cristiana no es una garantía de éxito terrenal. No pocas veces razonamos erróneamente como los Apóstoles antes de la resurrección. Si me porto bien, entonces Dios hará que las cosas me vayan bien, como si hubiera un contrato implícito. Si hago lo que Dios quiere, no puedo sentirme mal. Pero la cuestión no es así. Dios nunca nos ha prometido el bienestar temporal imperturbable.

El cumplimiento de la voluntad de Dios es el camino hacia la propia plenitud en el amor, también por caminos que, a veces, no entendemos, o se nos hacen costosos, o nos hacen sufrir. La voluntad de Dios incluye la cruz, y en la cruz se sufre, no se lo pasa nada bien. Si se ama, se sufre feliz, como bien señala Santa Teresa: “Esta fuerza tiene el amor, si es perfecto: que olvidamos nuestro contento por contentar a quien amamos. Y verdaderamente es así, que, aunque sean grandísimos trabajos, entendiendo [que] contentamos a Dios, se nos hacen dulces”[108].

La felicidad es un efecto secundario del amor. Cuando se ama desinteresadamente —es decir, de verdad— se es feliz. En cuanto se la busca directamente —por sí misma, para uno—, la felicidad se desvanece.

Pero si nos falta amor, y cumplimos la voluntad de Dios egoístamente como un medio para alcanzar la propia felicidad, entonces la cuestión se complica. En cuanto nos encontremos mal —cosa normal en esta vida— nos sentiremos defraudados por Dios o por el camino de su seguimiento que estamos recorriendo. Y todo el edificio espiritual comenzará a temblar.

Es cierto que quien cumple la voluntad de Dios por amor será plena y definitivamente feliz con Dios ¡en el cielo!, y en la tierra podrá gozar de la relativa felicidad que aquí puede alcanzarse, con contrariedades incluidas... Jesús lo aclara específicamente: “Yo os aseguro: nadie que deje casa, hermanos o hermanas, madre o padre, hijos o tierras por mí y por el Evangelio, dejará de recibir el ciento por uno ya en esta vida, en casas, hermanos, hermanas, madres, hijos y tierras, con persecuciones; y en el siglo venidero, la vida eterna”[109]. La promesa es segura: “no dejará de recibir”; la generosidad de Dios es total y no falla. Incluso aquí en la tierra. Pero no excluye problemas, sino que los incluye explícitamente. Y precisamente entre las bendiciones que Dios concede están las persecuciones, como nos enseñan las bienaventuranzas: “Bienaventurados los que lloran..., los que sufren...”[110].

Porque la felicidad es compatible con problemas, sufrimientos, enfermedades, etc.

Por todo esto, mejor no confundir la alegría y la felicidad con el mero “sentirse bien”, y buscar amar en el cumplimiento de la voluntad de Dios.

He visto personas abandonar la vida espiritual porque de repente encuentran que no están contentas —habiéndolo estado, y mucho, antes—. La entrega deja de llenarles o las cosas de Dios comienzan a costarles o a aburrirles. Comienzan a sufrir por su falta de alegría y por haber dejado de pasarlo bien. Entonces se sienten frustrados; y se van deslizando por la pendiente de la tristeza y la melancolía, pero no porque tengan graves problemas o sufrimientos, sino sencillamente porque no se sienten bien, y eso les preocupa. Su visión de las cosas se va deformando y comienza a molestarles cualquier cosa —casi todo—. El mal momento les hace olvidar lo bien que estaban no mucho antes; y hasta aseguran, convencidos, que en realidad nunca habían sido felices. Entonces dejan el camino (llámese fidelidad matrimonial, vocación de entrega, asistencia a Misa, etc. según sea el caso) al grito de “¡Quiero ser feliz!” o de “Tengo derecho a ser feliz”; como si la búsqueda de la felicidad exigiera en su caso el abandono de Dios (o como si fuera la prueba demostrativa de que el matrimonio no es indisoluble, o el suyo es nulo, o no tenían vocación, o la práctica religiosa en realidad no es tan importante). Triste felicidad conseguirán por ese camino. Han caído en la trampa de un “quiero ser feliz” sin dolor ni problemas.

De manera que, cuando nos sentimos mal, cuando nos parece que estamos siendo infelices, no hemos de buscar la solución primariamente en cambios exteriores —sin descontar que en determinadas ocasiones ciertos cambios pueden ser convenientes o incluso necesarios—. El principal problema está adentro, y allí hemos de buscar la solución. Teniendo en cuenta que es posible ser felices —en algunos casos con una felicidad dolorosa—, independientemente de las circunstancias

exteriores que nos toca vivir. Jesús en la cruz y la Virgen al pie de la cruz sufrieron mucho, pero seguramente nadie se atrevería a afirmar que fueron infelices.

Esto nos muestra que en ocasiones tenemos que revisar nuestro concepto de felicidad.

El deseo natural e irresistible de felicidad (“yo quiero ser feliz”) no se identifica con el ingenuo sueño de una vida sin dolor (“no quiero sufrir”). Son dos cosas diferentes. Se puede experimentar un gran vacío existencial, sin ningún dolor concreto —ni físico ni moral—, con la consecuente insatisfacción e infelicidad. Y se puede ser feliz en medio de mucho dolor. Ser feliz es bueno. Sufrir es, en principio, algo negativo, pero de lo que puede también salir el bien. Y a veces, mucho bien: el caso testigo y definitivo es la crucifixión de nuestro Señor Jesucristo.

La verdadera autoestima

En nuestros días se habla mucho de autoestima. En un escrito que trata sobre los sentimientos no puede faltar una referencia al tema —sabiendo que, si buscáramos en los autores de espiritualidad clásicos, no encontraríamos nada sobre el asunto...

Es un tema muy interesante, cuyo tratamiento equilibrado requiere un sinfín de matices. Aquí sólo lo encuadraremos y advertiremos sobre el riesgo de los excesos —la inflación— de la cuestión[111].

En el fondo —y dejando de lado enfermedades psiquiátricas— la autoestima es una cuestión de humildad. La persona humilde no tiene problemas de autoestima. No se envanece —vanidad viene de vano, de vacío— al ver sus capacidades y talentos. No se queda aplastada al comprobar sus limitaciones y errores. Ni autoestima artificial y ridículamente por las nubes. Ni complejos que la ponen a nivel de un quinto subsuelo. Una persona ubicada en su realidad.

El humilde es inmovible porque su confianza se apoya en Dios, no en sí mismo. Es seguro, porque está cimentado sobre la roca, Cristo. Vive contento, porque en las dificultades y dolores ve la cruz redentora de Cristo. Sus miserias no lo amargan, se refugia en la misericordia de Dios y confiado en su ayuda vuelve a luchar. No se compara con los demás, lo que es fuente de frustración y de soberbia. Tiene pocos problemas personales porque piensa poco en sí mismo. ¡Qué maravilla ser humildes! Lástima que no sea tan sencillo...

A veces se escuchan consejos del tipo de “tenés que pensar más en vos mismo, ocuparte de vos, ser vos mismo, confiá en tus posibilidades”, etc. Expresiones todas ellas que habría que matizar bastante para que adquirieran un sentido cristiano. De otra manera, podrían degenerar en una exaltación del egoísmo y la soberbia.

El problema es que muchos no entienden la humildad. Piensan que es rebajarse, considerarse tonto, inútil. Nada más lejos de la virtud. La humildad consiste en la verdad. Saber quién es Dios y quién soy yo. Conocerse. Valorar lo bueno sin vanidad; reconocer lo malo con serenidad, sin angustia. Descomplicarse interiormente. Aceptarnos como somos, al tiempo que buscamos mejorar. Y un largo

etcétera. A la persona humilde no la enorgullece el éxito. Tampoco la desaniman sus caídas: pide perdón y se levanta cada vez que cae. No se compara con los demás. Nada la humilla, ya que sólo se puede humillar a quien no es humilde. Esa sencillez lo llena de paz.

Como se puede constatar en el Magníficat, la Virgen no se sentía inútil... y era superhumilde. No tuvo problemas de baja autoestima. Se consideraba la esclava del Señor y sabía que la glorificarían todas las generaciones: ¡y ambas cosas al mismo tiempo!

La estima más valiosa no es la del auto (la de uno mismo) sino la de Dios. Dios me ama, eso es lo que llena. Necesitamos sabernos amados personalmente por Dios. Si Dios me ama, me estima tanto como para haberme creado, haberse hecho hombre y muerto por mí. Si me ha llamado a su Iglesia, me pide que lo ame y quiere contar conmigo para evangelizar el mundo... ¿quién soy yo para poner en duda mi valor?

Entender la humildad, procurar alcanzarla. Entender la filiación divina, gozar de ser hijo de Dios. Este es el secreto para sentirse bien con uno mismo.

Por último, una consideración obvia: nuestra grandeza es la de Dios. De aquí la importancia de la oración de alabanza: no es que Dios la necesite, la necesitamos nosotros y mucho.

Aclamar a Dios, proclamar su grandeza nos hace mucho bien: agranda el corazón, lo llena, ensancha el alma. La Sagrada Escritura está llena de alabanzas: el alma mira a Dios y exulta de gozo. “¡Mi alma glorifica al Señor!”, “Yo te alabo, Padre, porque...”. “Alabad al Señor porque es bueno, porque es eterno su amor. Que lo diga Israel porque es bueno...”[112]

Exultar de gozo en Dios es un sentimiento muy positivo.

Evita centrarnos en nosotros mismos. Nos lleva a mirar a Dios, en quien encontramos la paz y la alegría.

El amor, los sentimientos y la verdad

Sólo en la verdad resplandece la caridad y puede ser vivida auténticamente. La verdad es luz que da sentido y valor a la caridad. Esta luz es simultáneamente la de la razón y la de la fe, por medio de la cual la inteligencia llega a la verdad natural y sobrenatural de la caridad, percibiendo su significado de entrega, acogida y comunión[113].

Por definición, los sentimientos están a nivel de la sensibilidad, no de la racionalidad. Decíamos que están como a mitad de camino entre los sentidos y el espíritu.

Los sentimientos no son la medida de la verdad. No son la medida de la fe. La realidad —que de eso se trata— se mide con la inteligencia. De hecho, la verdad se define como la adecuación de la mente con las cosas. Obviamente, lo que siento no es la medida de la realidad de Dios, ni del mundo, ni de lo que Dios ha revelado. Es razonable confiar más en la razón que en los sentimientos; es muchísimo más razonable confiar más en Dios que en mis sentimientos.

De ahí que deban ser asumidos o corregidos por la inteligencia y la voluntad, y es entonces cuando, entrando en el ámbito de la libertad, adquieren su dimensión moral y, por tanto, son plenamente humanos.

El corazón necesita dirección. "El corazón supone una gran ayuda, pero, para que no nos traicione, necesita un correctivo espiritual. En vez de achicar el corazón para evitar posibles inconvenientes, habría que purificarlo, quitándole su tendencia al afán posesivo. El lema podría ser: ¡siempre con el corazón, pero nunca sólo con el corazón! Se trata de amar con afecto intenso y desprendido"[114]. Ésta es una dirección que no puede darse a sí mismo.

Benedicto XVI en su tercera encíclica nos advierte de los peligros de un amor sin referencia a la verdad:

Sin verdad, la caridad cae en mero sentimentalismo. El amor se convierte en un envoltorio vacío que se rellena arbitrariamente. Éste es el riesgo fatal del amor en una cultura sin verdad. Es presa fácil de las emociones y las opiniones contingentes de los sujetos, una palabra de la que se abusa y que se distorsiona, terminando por significar lo contrario. La verdad libera a la caridad de la estrechez de una emotividad que la priva de contenidos relacionales y sociales, así como de un fideísmo que mutila su horizonte humano y universal[115].

Y, como consecuencia, subraya el papel fundamental de la verdad en cuestiones de amor:

La verdad, rescatando a los hombres de las opiniones y de las sensaciones subjetivas, les permite llegar más allá de las determinaciones culturales e históricas y apreciar el valor y la sustancia de las cosas. La verdad abre y une el intelecto de los seres humanos en el lógos del amor: éste es el anuncio y el testimonio cristiano de la caridad. En el contexto social y cultural actual, en el que está difundida la tendencia a relativizar lo verdadero, vivir la caridad en la verdad lleva a comprender que la adhesión a los valores del cristianismo no es sólo un elemento útil, sino indispensable para la construcción de una buena sociedad y un verdadero desarrollo humano integral. Un cristianismo de caridad sin verdad se puede confundir fácilmente con una reserva de buenos sentimientos, provechosos para la convivencia social, pero marginales[116].

Algunas distinciones finales

El querer y las ganas

Los sentimientos son ambivalentes: manifiestan mi impresión o estado de ánimo ante algo, no mi respuesta más profunda, que está en manos de la voluntad. De ahí la importancia de distinguir los sentimientos de la voluntad: tener ganas[117] (entendido como sentimiento), no es lo mismo que querer (entendido como decisión de la voluntad). Las ganas pertenecen al campo de los sentimientos, no de la voluntad.

Entre el sentir y el querer libre pueden darse todas las posibilidades: ir juntos (quiero lo que siento) o en direcciones contrarias (siento lo que no quiero o no siento lo que quiero), de manera que, en algún momento, puedo incluso llegar a sentir

rechazo por algo que amo, desear algo que desprecio, no tener ganas de algo que quiero... (La próxima idea tiene fuerza propia: merece un párrafo aparte.)

Y a veces aclararse uno mismo no es tan fácil... ¿Qué quiero? Porque se puede querer hacer algo que no tengo ganas de hacer. Y así, por ejemplo, estudiar para un examen que quiero aprobar: aunque sienta mucha pereza, me sobrepongo a la falta de ganas.

Debemos distinguir también entre hacer las cosas sin ganas y hacerlas de mala gana. Cuando no tengo ganas de hacer algo que Dios me pide (en realidad, esto vale para todo, no sólo para las cosas de Dios), caben varias posibilidades.

1) Puedo no hacerlo, y esto sería malo, pues estaría desobedeciendo.

2) Puedo hacerlo de mala gana, con desinterés, y hasta con bronca por tener que hacerlo. Esto no es bueno (pero tampoco puede decirse que sea malo), ya que mi voluntad lo rechaza. Lo hago, pero no puede decirse que obedezca.

3) También puedo hacerlo sin ganas, porque debo, por mera obediencia: cumplo y punto. Esto ya es bueno —obedezco— pero es imperfecto, es pobre: no desobedezco —no pecho, lo cual es bueno—, pero tampoco crezco en amor.

4) Si lo hiciera por amor —porque quiero agradar a Dios, aunque yo no sienta nada— sería mucho más perfecto. Es el momento de decir: “Señor no tengo ganas de hacerlo, si fuera por mí no lo haría, pero lo voy a hacer porque te quiero”.

Sentir y consentir

Puedo sentir cosas que en realidad no quiero. En momentos de enojo, una persona puede decir con mucha pasión: “Lo mataría”. Pero es mentira, porque no lo mataría nada. Una hermana indignada con su hermano puede decirse a sí misma: “Lo odio”. Y es mentira porque no lo odia nada.

De ahí surge una distinción fundamental: una cosa es sentir y otra muy distinta consentir. Una cosa es el puro sentimiento, otra cosa es el sentimiento espiritualizado (asumido por el espíritu).

No hay mérito ni pecado sin intervención de la voluntad: no puedo amar ni pecar sin quererlo libremente. Que sienta bronca por un hermano mío no quiere decir que lo odie. Que me sienta impulsado a ayudar a los demás no quiere decir que haya hecho algo bueno. Se pueden sentir cosas buenas y malas, pero sólo cuando libremente asumo el sentimiento —lo con-siento—, he ingresado en el campo moral, actuado bien o mal, según sea el caso.

Por tanto, no te inquietes cuando sientas cosas malas (envidia, celos, bronca, odio, malos pensamientos, deseos impuros...). Sencillamente no te adhieras con tu voluntad a lo que sientas. Ante estos sentimientos negativos, has de rechazar el pensar en eso, esforzarte por llevar el pensamiento a otras cosas tantas veces como haga falta, ya que por más que los alejes, posiblemente esos pensamientos y sentimientos volverán. Ayuda a conservar la paz el tener en cuenta que una cosa es disfrutar de malos pensamientos y otra muy distinta sufrirlos, muestra clara de que no los quiero. El sentirse incómodo ante los malos sentimientos es la mejor señal de que no se los está aceptando.

Al mismo tiempo, es bueno recordar la necesidad de consentir los buenos sentimientos. Seguramente, muchas inspiraciones del Espíritu Santo deben quedarse en meras emociones espirituales agradables, porque no las consentimos, no las maduramos, no las incorporamos de un modo más estable a nuestras almas, no las ponemos por obra.

Mantenerlos en su lugar

Los sentimientos no son lo más elevado del hombre. El primado corresponde a la inteligencia y a la voluntad: el conocimiento y el amor espiritual son lo más perfecto.

Por lo mismo, lo que siento no es lo más importante, ni el criterio de verdad, ni de bondad. No determinan la bondad o maldad de una persona.

Lo que sentimos no nos define ni nos hace; ya que los sentimientos pueden ser falsos o estar distorsionados. Que nos sintamos vacíos por dentro no quiere decir que lo estemos en realidad. Que nos sintamos superiores o inferiores a los demás no quiere decir que lo seamos; ni nos hace ni mejores ni peores. Por esto hemos de “tomar con pinzas” lo que sentimos y no quedarnos en el análisis sentimental de nosotros mismos, de los demás o de las cosas.

Los sentimientos suben y bajan: por definición, les falta estabilidad. Son la reacción de nuestra sensibilidad ante estímulos sensibles. Dependen de estados de ánimo, cosas exteriores, resultado de actuaciones, cuánto y cómo hemos dormido, cómo nos han tratado, etc. Se parecen bastante al clima (verano, otoño,... lluvia, tormenta, soleado...) y con frecuencia ¡hasta lo acompañan! (porque solemos estar de mejor humor con mejor clima).

A veces aparecen y desaparecen sin aviso y sin motivo. ¿Por qué a veces no se siente nada? ¿Quiere decir que no amo, que el amor desapareció? Por supuesto que no.

A medida que una persona madura, sus sentimientos se hacen más estables, ya que están más integrados en la persona (esto sucede para bien —con los buenos sentimientos— y para mal —también con los malos).

No se pueden identificar amor y sentimientos: son dos realidades distintas y relacionadas, no necesariamente coincidentes. Se puede amar sin sentir nada. Se debe seguir amando cuando los sentimientos callan. El amor se demuestra más en el sacrificio que el gozo. Quien ama se lo pasa bien amando, pero no es lo que busca: el amor egoísta se busca a sí mismo.

El amor no se mide por la satisfacción o el bienestar que me produce: el sentirse bien es parte del amor, pero no es el amor en sí mismo.

El valor de las cosas no se mide por sentimientos. Cuánto vale lo que hacemos no depende de la satisfacción que nos produce, ni de lo bien que nos lo pasamos haciéndolo, ni del entusiasmo con que las hacemos. Principalmente el valor de las cosas es objetivo: valen lo que valen, independientemente de lo que yo sienta.

La fidelidad —el amor en el tiempo— va mucho más allá de los sentimientos. El amor fiel es verdadero: si tuviera fecha de vencimiento no sería auténtico (como el oro siempre lo será). El amor verdadero no puede estar sujeto a los vaivenes de los estados de ánimo.

CAPITULO III EN BUSCA DE LA UNIDAD PERDIDA

Amar no es fácil

El camino del cristiano es un camino de amor. Un camino que, dirigido y sostenido por la gracia, es grandioso. Una aventura apasionante. Pero que de por sí no es sencilla; y encuentra, además, dificultades y obstáculos.

Esto no es una sorpresa para nosotros. Por experiencia sabemos que lo que cuesta, vale. Además Jesús nos anunció que la cruz entraba en los planes de Dios para nuestra vida (y la de todo el mundo). De manera que sería ingenuo —y a la larga peligroso— que no entrara en los nuestros.

Necesitamos saber, comprender, estar prevenidos de las dificultades, problemas y obstáculos que encontraremos para ponernos en condiciones de superarlos.

Algunas dificultades proceden de nuestra pequeñez personal frente a la grandiosidad del proyecto divino: lo que Dios quiere hacer en nosotros es desproporcionadamente grande para nuestras posibilidades (obviamente, no para las suyas). Otras se derivan de la complejidad propia de nuestra naturaleza, herida además por el pecado original. A lo que debemos añadir la tarea obstructiva del demonio y la influencia que el pecado presente en el mundo ejerce sobre cada uno. Todo esto representa un problema para nosotros. No lo es para Dios, quien sabe usar y dirigir todas las cosas —incluso las que a nosotros nos parecen negativas— según sus designios.

A esto se añade un ambiente cultural bastante confundido en cuestiones de amor, y un gran analfabetismo afectivo. Vivimos inmersos en una cultura sentimental, que nos presiona y hasta obsesiona para que sigamos dócilmente los sentimientos.

El éxito en el amor

En todos los ámbitos de la existencia humana, el éxito requiere tiempo y se prepara con esfuerzo, empeño, constancia y sacrificio. Y cuando se alcanza, más trabajo demanda todavía el mantenerlo. Deportistas de elite necesitan un duro entrenamiento, dietas especiales, etc. La investigación científica requiere también años de estudio, exámenes, verificaciones. Cualquier instrumento musical implica años de ensayos, trabajo y estudio. El ejercicio de una profesión... Es un hecho incuestionable que en ningún ámbito de la existencia humana el éxito es fruto del azar y menos del dejarse llevar. Hasta ganar la lotería exige la compra de un número...

El campo del amor no puede ser diferente. Para triunfar en el amor hay que prepararlo, cultivarlo, cuidarlo, fomentarlo, alimentarlo.

Es imposible que el éxito en el amor se consiga a través de un dejarse llevar, arrastrado por el impulso, la pasión, los sentimientos... Es contrario a la experiencia humana en todos los campos: ni en la ciencia, ni en el deporte, ni en las artes, ni en la industria, ni en el comercio (añada el lector el ámbito humano que quiera) el éxito es fruto del dejarse llevar. En todo terreno son necesarios el esfuerzo, la paciencia y el sacrificio.

Algo tan obvio como esto es necesario afirmarlo y repetirlo porque en nuestros días parece no estar tan claro. Uno de los mayores engaños que se publicitan en la televisión, los best-seller, el cine, etc., es hacer creer que el amor es cuestión de una chispa mágica, encantadora, que se enciende sola y que la cuestión es dejarse llevar por esa pasión... sin darse cuenta de que a veces —desgraciadamente con demasiada frecuencia— ciegos van hacia el precipicio.

Con el amor no se juega: es frágil, se rompe, se desgasta, necesita madurar, crecer.

¿Quieres tener éxito en el amor? Tómalo en serio. Es lo más importante de la vida: tanto el amor a Dios como los amores humanos.

En esta parte tercera nos ocuparemos del necesario equilibrio entre la cabeza, la voluntad y el corazón, y la lucha dirigida a integrarlos y madurar el amor.

Nuestra riqueza (y complejidad) interior

Hemos sido creados para amar no de cualquier manera, sino según nuestra propia naturaleza. Intentemos introducirnos en nosotros mismos y nuestro mundo interior.

Cuando miramos para adentro encontramos un mundo realmente apasionante. De una riqueza insondable y una variedad asombrosa.

Está hecho de pensamientos, amores y sentimientos. Intuiciones y raciocinios. Tendencias, deseos y sueños. Fantasías y realidades. Ciencia, arte y diversión. Afectos y resentimientos.

Tiempos de bonanza y consuelos. Tiempos de tempestades y ansiedades. Calmas y tormentas. Claridades y oscuridades. Seguridad y miedos. Confianzas y audacias. Risas y llantos.

Nos sentimos bien y nos sentimos mal.

Experimentamos las emociones del amor y también amor sin emociones; e incluso, emociones sin amor.

Crecemos y maduramos. Tenemos grandezas y mezquindades.

Nuestro corazón es tan grande que uno puede perderse en él. Y a veces, tan pequeño que resulta difícil encontrarlo.

Y un Dios infinito quiere venir a vivir dentro de nosotros.

Para comprobar la complejidad de nuestras vivencias puede ser interesante una rápida ojeada a lo que pasa en nuestras dimensiones fundamentales y jugar con las distintas combinaciones que resultan:

CABEZA (conocimiento)

VOLUNTAD

(decisión)

CORAZÓN

(sentimientos)

Entiendo

Es razonable

Sé que es bueno

Quiero

Lo acepto

Tengo ganas / Me gusta / Me entusiasma

Me da igual / Me atrae / Me muero por...

No entiendo

Sé que es malo

Es inaceptable

No quiero / lo rechazo

No sé lo que quiero

No tengo ganas / No me gusta / Me molesta / Me revienta / Me cuesta / ¡Qué fiaca! / indiferencia / apatía...

Cosas que aunque sé que son buenas, me molestan, y por eso decido no hacerlas; o que hago, sin hacer caso a que me moleste el hacerlas.

Cosas que tengo ganas de hacer, que no entiendo, y que rechazo...

Y pasa que los hombres dicen no entender a las mujeres; y las mujeres a los hombres. Y también nos cuesta entender a los demás, ya sean hombres o mujeres. Y como si fuera poco, a veces ¡no nos entendemos a nosotros mismos! Y entonces nos trabamos: nos empantanamos en los sentimientos. No sé si alguna vez te ha pasado de quedarte encajado en el barro: empantanado. El auto no va ni para adelante ni para atrás. No hay manera de moverlo. Cuanta más fuerza hace el motor, más hondo se mete en el barro. Así nosotros podemos quedarnos encajados en una confusión afectiva. Para salir de ella, algunos prefieren seguir la cabeza, otros la voluntad y otros los sentimientos. Tres posibles vías que se presentan como alternativas.

Un peligroso dualismo: ¿amo o cumplo?

Con frecuencia se presenta en el interior de las personas un dilema a la hora de actuar: ¿hacer las cosas por obligación (entendida la obligación como una imposición externa) o hacer lo que me da la gana (entendido esto como seguir lo que sale de adentro)? ¿Cumplir el deber o hacer lo que siento, ser auténtico o ser responsable?

En tiempos de exaltación del individualismo y del relativismo es raro que la balanza no se incline hacia el lado de la espontaneidad, de hacer lo que siento, precisamente porque lo siento.

Pero esa aparente alternativa no es real: no tenemos que elegir entre dos únicas posibilidades excluyentes. Sencillamente porque ambas no son opuestas. No se trata de armonizar dos contrarios, sino de lograr una síntesis de ambos: reemplazar la “o” por la “y”. Valorar la ley —la ley moral viene de Dios—, interiorizarla, hacerla propia, entonces se acaban los problemas.

Dos pasajes del Nuevo Testamento nos colocan frente a esta posible antinomia:

- 2 Cor 3,6: “la letra mata”. San Pablo se refiere a la Ley y no es un anarquista. Se trata de una expresión muy fuerte, más todavía si se considera que se refiere a la Ley Mosaica (dada por Dios). La letra sola mata la espontaneidad, el amor, la frescura... Y el cristianismo es vida, no es letra. No somos seguidores de un libro (por más santo que sea): somos discípulos de Jesucristo (nada menos que Dios hecho Hombre) y adoramos a un Dios que es amor.

- Mt 5,17-19: “no he venido a abolir la Ley y los Profetas, sino a darle cumplimiento”. De manera que Jesucristo lleva a la plenitud esa Ley que, sola, mata.

La confrontación “ley versus amor” fue superada por Cristo hace dos mil años. Cuando le preguntaron por lo verdaderamente importante: “Maestro, ¿cuál es el mandamiento mayor de la Ley?”, Él respondió: “Amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu mente. Este es el mayor y el primer mandamiento. El segundo es semejante a éste: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. De estos dos mandamientos penden toda la Ley y los Profetas”[118]. Esto es todo. Amar acaba siendo el mandamiento, resumen de todos los demás, que lo concretan. Amor, por un lado, y Ley-Profetas, por otro, no se oponen. El segundo término es una concreción del primero, existe en función suya y adquiere su valor del mismo.

“Jesús lleva a cumplimiento los mandamientos de Dios interiorizando y radicalizando sus exigencias: el amor al prójimo brota de un corazón que ama y que, precisamente porque ama, está dispuesto a vivir las mayores exigencias”[119].

Creados para amar. La plenitud de la ley es el amor: cumplir por amor. Quien no cumple la ley no puede amar, porque no respeta al autor de la ley (léase Dios); y el respeto es la línea de mínima del amor. Debajo del respeto de la ley no es posible el amor; el pecado —desobediencia a la ley de Dios— es desamor por definición. Pero cuidado, porque puede cumplirse la ley sin amar y sería un fracaso porque esa persona no conseguiría llegar donde la conduce la ley, que tiene sobre todo una función pedagógica: indicar el camino hacia la realización personal en el amor.

En la parábola del hijo pródigo encontramos los dos prototipos: el hijo mayor, cumplidor que no consigue amar, amargado por servir a su padre; que no entiende y hasta le molesta que éste sea misericordioso con su hermano. Y el hijo menor que

sueña con huir de casa, no soporta el deber diario, trabajar para su padre lo agobia. Uno sirve sin amar y el otro se marcha para no servir. Los dos fallan en lo más importante: el amor.

¿Cumplir por mera obligación?

Este es el momento para aclarar otra confusión relativamente frecuente. Cumplir la ley por mero deber es algo imperfecto. Esto es claro. Pero hay quienes, equivocadamente, identifican lo imperfecto con lo moralmente malo. Es el caso de quienes dicen: “Para ir a Misa un domingo por mera obligación (es decir, por cumplir pero sin amar), mejor no ir”. Como si se tratara de una hipocresía, que hay que resolver no yendo a Misa.

Las distinciones bueno-malo y perfecto-imperfecto pertenecen a categorías diferentes. La primera hace referencia al bien o mal moral (algo es bueno o malo); mientras que la segunda, a la calidad de ese bien o de ese mal. Así alguna cosa podría ser perfectamente mala, en el sentido que podría ser técnicamente perfecta: un crimen perfecto es malo aunque sea perfecto. Y su perfección técnica, obviamente no lo haría bueno.

Pero lo imperfecto no es necesariamente malo. Algo bueno puede ser imperfecto, sin por ello dejar de ser bueno. Es bueno, aunque por carecer de perfección, no llegue a ser perfecto. Y algo malo puede ser perfectamente malo..., lo que no lo hace bueno.

Hacer cualquier cosa buena que se debe hacer por mera obligación es mucho mejor que no hacerla. Esto es evidente.

El razonamiento propuesto para el caso de la Misa no es correcto, ya que para evitar una acción buena pero imperfecta, ¡propone una mala! (faltar a Misa un día de precepto). La alternativa no es entre ir a Misa por obligación o no ir. Una acción buena –ir a Misa– puede ser hecha perfectamente (por amor) o imperfectamente (sólo porque es obligación). La imperfección del acto obviamente no lo hace malo. El planteo correcto debería ser “para ir a Misa por obligación, mejor es ir por amor”.

Por otro lado, deberíamos aclarar que cumplir con nuestros deberes sin sentirlo no significa imperfección. Es el caso de quien quiere cumplir la voluntad de Dios, más allá de que en este momento no lo sienta. Su falta de sentimientos no quita valor a su acción, sino que muestra una mayor decisión de hacer el bien.

Debemos cumplir la ley, pero la ley no lo es todo: sola no alcanza.

Es el principio, ella misma no santifica.

El cielo no es para los que cumplen la ley: es para los que aman a Dios.

No nos hace santos el cumplimiento de la ley, lo que santifica es el amor.

La primera muestra de amor es el cumplimiento de la voluntad de Dios:

Quien no cumple la ley, muestra no amar.

De manera que hay que cumplir la ley, pero por amor.

Quizá por esto los conversos son más capaces de amar: descubren el amor infinito de Dios, inmerecido, gratuito... El cristianismo no es un peso, es una gracia, un don muy grande, al que hay que corresponder por amor.

Los males del voluntarismo

Dios nos llama a la perfección, pero no es perfeccionista[120]

Es importante tener ideas claras. Sin embargo, no todo es cuestión de frío cálculo intelectual.

Es importante cultivar una voluntad fuerte para cualquier cosa que queramos hacer. Pero no todo es cuestión de proponérselo.

La vida es más rica. Necesitamos muchas cosas. Entre ellas, mucha humildad: tener una inteligencia humilde y una voluntad humilde. Y, sobre todo, hace falta amar.

Quien busca la santidad, siguiendo el llamado de Cristo —“Sed perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto” (Mt 5,48)— busca la perfección. Pero su actitud está muy lejos del perfeccionismo, que busca la perfección por la perfección misma. El cristiano, porque ama, busca dar lo mejor de sí mismo. La diferencia es tanta como la que media entre buscar la perfección por egoísmo y soberbia o por amor y humildad.

Se trata de un tender hacia... ¿cuánto de perfecto? No hay una medida objetiva exterior que señale que hemos llegado: la meta es Cristo, identificarnos con Él, buscar vivir su vida y que viva en nosotros. Por eso siempre estaremos en camino.

Se trata de la parábola de los talentos: dar lo mejor de nosotros mismos, no importa si es uno, cinco o diez, pero tiene que serlo todo. De una entrega por amor.

El cumplimiento de “el deber por el deber” —cuando las cosas salen bien— puede llevar fácilmente al orgullo, a vanagloriarse de los propios éxitos espirituales y apostólicos —cosa obviamente muy poco santa, aunque normalmente el interesado ni se entere—. Una lucha de este estilo está impregnada de amor propio desordenado.

Para hacernos santos, Dios tiene que demoler esa soberbia. Y lo hace por medio de reveses y dificultades, que —si falta rectitud de intención— pueden conducir al desánimo, a la decepción, al pesimismo, a la amargura. Y por consiguiente a dejar la lucha espiritual. Es decir que la falta de rectitud de intención es fatal, ya salgan las cosas bien o mal. En el primer caso conduce al orgullo, en el segundo a la desesperanza.

En este tipo de planteo, las relaciones con Dios se deforman con facilidad. No se desarrollan en el clima de confianza que un buen hijo tiene con el mejor de los padres. Las variantes son muchas: la piedad rígida de quien hace todo por obligación —como si tuviera una deuda que pagar a Dios o que comprar la vida eterna con lo que hace—; el temor de quien siempre se siente culpable y nunca acaba de sentirse perdonado; el mercantilista que calcula sus méritos delante de Dios...

Es el riesgo de quienes pretenden “estar en regla con Dios”, no deberle nada. Tan preocupados por cumplir que no llegan a amar. Formalistas. La ley por la ley. Y no es extraño —a veces sucede— que acaben hartos de cumplir y tiren todo por la borda ante la sorpresa de los demás, que los consideraban perfectitos. (A propósito, los perfectitos son una caricatura bastante deformada de un cristiano.)

Ahora bien, el extremo opuesto no es mejor, sino peor. Es el caso de los que en nombre del amor no respetan la ley, lo que constituye una verdadera farsa.

“La ley sin amor nos deja en un intelectualismo frío. El amor sin ley, por otra parte, se corrompe y degenera”[121]. Pero no se trata de elegir entre dos opciones falsas, sino otra verdadera: “Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu mente, con todas tus fuerzas”. “La ley está orientada hacia el amor y el amor perfecciona la ley”[122].

La realidad constituye un problema para el voluntarista (no así para los humildes que lo tienen asumido): se morirá con defectos como el resto de la humanidad. Si no encuentra la vía del amor y la humildad, posiblemente se verá en una falsa encrucijada: o ignorar sus defectos para vivir tranquilo, o vivir enojado o desanimado consigo mismo por sus fallos.

La santidad no consiste en que todo salga bien. Los santos no son una especie de Superman o Mujer Maravilla espirituales. La santidad es obra de la gracia, no de nuestras obras. Consiste en amar. Un amor que se muestra en obras. Pero un amor que es una gracia, un don gratuito e inmerecido al que hay que corresponder. Y se puede amar cuando las cosas salen mal, cuando no sentimos nada, incluso cuando nos sentimos mal. Se puede amar también cuando fracasamos y experimentamos debilidades: ¿qué es, sino un acto de amor, el auténtico dolor de los pecados? Es cuestión de vivir de fe, esperanza y caridad.

Los males del sentimentalismo

Entendemos aquí por sentimentalismo la actitud de quien prioriza el papel de los sentimientos sobre la inteligencia y la voluntad, y piensa que debe regir su vida por ellos. Su objetivo básico será “sentirse bien”.

El sentimentalismo es una enfermedad cultural que causa mucho daño a las almas que caen en ella. Empeña el futuro, ya que al dar la mayor importancia a la sensación de bienestar actual, no proyecta sus acciones hacia adelante. Hace muy difícil —cuando no casi imposible— el sacrificio. Lleva consigo una carga tan grande de egocentrismo que hace muy difícil también el amor.

En este campo nos encontramos con el problema de la exaltación de lo divertido. Es importante divertirse. Los santos no fueron amargos. La alegría es una virtud cristiana. Pero cuando la diversión se convierte en el centro de la vida, en su parte principal... ¡sonamos! Hemos caído entonces en la frivolidad más simple. Sufrimos una crisis aguda de infantilismo. Si no cambiamos el planteamiento, se hará muy difícil la vida espiritual (su finalidad no es divertirse). Resulta curioso —y triste— que la principal acusación de muchos cristianos contra la Santa Misa sea que es aburrida (como si fuera obligación del sacerdote hacer la Misa más divertida para facilitar el cumplimiento del precepto...). Incapaces de llegar más allá de lo que ven, no llegan al misterio... no llegan a Dios. Se quedan en lo que se ve y se siente: un poco de pan y de vino, que no les dice nada y les aburre.

La exaltación y casi absolutización de los sentimientos empobrece la vida cristiana, porque la fe y la relación con Dios no son un mero sentimiento.

Desgraciadamente en algunos ambientes cristianos se ha generalizado un estilo de catequesis, de liturgia, etc., que privilegia las emociones sobre los conocimientos, los afectos sobre la voluntad, los sentimientos sobre la obediencia.

La experiencia muestra que la excesiva dependencia de los sentimientos en la vida espiritual lleva al fracaso. Es un obstáculo para la unión con Dios y trae consigo muchos males espirituales. Produce cristianos ignorantes porque lleva a desatender —cuando no a despreciar— la formación doctrinal. Empobrece la liturgia, porque centrándola en suscitar buenos sentimientos, descuida el misterio que se celebra. Humaniza lo divino: la gloria de Dios y la santificación de los fieles dejan de ser lo importante, para centrarse en los sentimientos de quienes lo celebran. Imposibilita la perseverancia y da lugar a cristianos muy inconstantes que funcionan a base de sentimientos y, cuando éstos faltan, lo dejan todo. Lleva consigo el riesgo de un cristianismo subjetivista y en constante cambio, cuyas verdades de fe y normas de comportamiento dependerán de cómo se las sienta. Paradójicamente, forma cristianos incapaces de ser cristianos auténticos. El sacrificio pertenece a la esencia del cristianismo (“quien quiera venir detrás de Mí...”) y el sentimentalismo rehúye de la cruz porque en la cruz uno siempre se siente mal. Los cristianos enemigos de la cruz... son muy poco cristianos.

Lleva a minusvalorar la realidad objetiva (no tenerla en cuenta). Es el caso de las personas que reciben la Eucaristía en estado de pecado mortal porque —dicen— “sentí la necesidad de comulgar”. Saben que es necesario el estado de gracia para recibir el sacramento, pero dan prioridad a su sentimiento de necesidad, que justificaría —en su entender— el incumplimiento de una condición tan básica. Como si satisfacer una necesidad emotiva justificara recibir el Señor indignamente. Por otro lado, la solución sería muy sencilla, ya que si esa persona estuviera tan necesitada de comulgar, lo razonable sería que dispusiera los medios para confesarse. La falta de lógica es evidente ya que la necesidad de unión con Dios comienza con la remoción del pecado y una necesidad subjetiva nunca puede justificar un sacrilegio objetivo. Pero en el sentimentalismo los sentimientos funcionan al margen y por encima de la razón y de la voluntad.

Lleva a confundir la conciencia —juicio de la razón sobre la moralidad de un acto— con la reacción sentimental que el acto provoca. Es el caso de personas que ante pecados graves dicen no sentirlos graves, como si la gravedad del pecado dependiese del malestar sentimental que provoca en la persona. Cuando dicen “Tengo la conciencia tranquila”, en realidad se refieren a que ese comportamiento no les hace sentir mal. Pero la conciencia es otra cosa, es un juicio del intelecto práctico y no un sentimiento. Para que algo sea pecado no es necesario que me haga sentir mal: el pecado es una ofensa a Dios, no a mis sentimientos. Una persona puede tener conciencia de pecado (saber que desobedeció la ley de Dios), sin sentirse mal en absoluto por lo que hizo. Así un ladrón talentoso puede “sentirse bien” por su propio robo... aunque conozca la malicia de robar.

Así el sentimentalismo puede confundir en cuestiones de fe y moral. Si uno se deja llevar por los sentimientos, con facilidad se distorsiona su visión de la realidad y de los hechos, y la firmeza de su fe se desvirtúa. Por ejemplo, hemos de estar atentos para que el cariño que tenemos a una persona que comete un pecado no cambie nuestra valoración del mismo. Desgraciadamente pasa con frecuencia. A veces sucede que ante un hermano abandonado por su esposa... que comienza a salir con una chica muy simpática, la claridad de la indisolubilidad del matrimonio se oscurece, y surgen pensamientos como “Pobre, ¿cómo se le va a exigir que viva solo el resto de su vida...? Es una chica buena”. Nadie dice que no sea doloroso o que la chica no sea buena... pero el concubinato nunca es bueno. Y cumplir la ley de Dios no es cruel. Lo mismo vale para el resto de los temas morales: desde un hijo o un hermano que se va a vivir con la novia o que sale con alguien divorciado, una amiga que aborta, el padre de familia que coimea, etc. Hemos de estar atentos para que los sentimientos no cambien la percepción de la realidad: un pecado no es distinto según quién lo cometa. Que el cariño hacia una persona no lleve a justificar o aprobar conductas que ofenden gravemente a Dios y, por lo mismo, privan de la gracia.

La convalidación de lo que se siente por el mero hecho de ser sentido hace muy difícil entender el espíritu cristiano, que a veces exige renuncia y sacrificio. Y a confundirse en temas muy básicos. La exaltación de la autenticidad (entendida como manifestar todo lo que se siente, tal cual se siente, sin filtros) puede así —bajo el lema de “es lo que siento”— llevar a considerar buenas cosas que no lo son y al revés. En una ocasión, un estudiante universitario me preguntó muy serio si tratar bien a una persona que le caía mal no sería un acto de hipocresía... No había entendido lo más básico de la caridad.

La búsqueda obsesiva del sentirse bien lleva a crear un cristianismo a la carta, según el propio gusto del momento: tomo lo que me agrada, dejo lo que me molesta; acepto lo que me convence, rechazo lo que no entiendo; apruebo lo que hago bien, abandono lo que me cuesta o me sale mal, o no quiero hacer. Se llega así a un cristianismo relativista, lo que constituye un auténtico contrasentido: cristiano y frívolo no son términos compatibles.

Deja de ser una religión revelada (por tanto, recibida de lo alto), para convertirse en un menú que me armo según mis complacencias. Deja de tener sentido la obediencia a la Iglesia, la fidelidad a sus enseñanzas, etc. Los sentimientos se convierten en un tribunal doctrinal inapelable.

Pero los sentimientos son inestables, cambiantes, no son creíbles por sí mismos, no son confiables —pueden traicionar—, no son constantes. Todo esto hace que no pueda fundarse la vida espiritual (ni nada llamado a durar) sobre ellos. Sería como construir sobre arena (Cf. Mt 7,24-27).

La vida cristiana requiere el fundamento sólido de la fe (alimentada por la doctrina: tener una inteligencia católica), la esperanza (apuntamos a la vida eterna) y

la caridad, asentadas en una voluntad forjada por virtudes humanas. De otro modo no puede durar.

Es imposible que una persona siempre tenga sentimientos positivos, que siempre tenga ganas, siempre le guste lo que tiene que hacer, nunca le cuesten las cosas buenas.

Afirmar lo contrario supondría desconocer la psicología humana por un lado, y la realidad del pecado original y de la cruz en la redención por otro.

En la base de este error está la confusión del amor con los sentimientos. Dios no nos pide que nos sintamos bien, sino que lo amemos con obras y de verdad.

En un mundo de paradojas

A veces olvidamos que nuestra existencia humana y cristiana tiene mucho de misterio: no sólo se desarrolla inmersa en ese misterio, sino que forma parte del mismo. Por eso encontramos tantas aparentes paradojas.

Abandono en las manos de Dios pero haciendo todo lo que Dios quiere que hagamos. Rezar y trabajar. Empeño y entrega. Trabajo y esperanza.

Dios lo hace todo, pero no hace nada sin nosotros. Y nosotros sin Él no podemos nada... pero hemos de poner todo lo nuestro: los cinco panes y dos pescados para que haya milagro. Y ese mismo Señor que nos recuerda nuestra impotencia, nos exige que le entreguemos todo: que dejemos todas las cosas por su amor y el servicio del Reino de los Cielos.

Pedir y hacer... lo primero como si todo dependiese sólo de Dios; y lo segundo, como si todo dependiese sólo de nosotros.

Abandono en las manos de Dios y esfuerzo (entrega total).

Amor y cruz.

Vida eterna y preocupación terrenal.

Misericordia y justicia.

Libertad y obediencia.

El amor infinito y tierno de un Dios que es Padre y la necesidad de pasar por la cruz.

Don y exigencia. Gracia y entrega.

Perdón y juicio. Amor y ley.

Momentos de éxtasis y momentos de angustia. Gloria y miedo.

Y nosotros... tratando de entender... realidades tan distintas que forman parte de la única y misma realidad: frío y calor, sol y oscuridad, día y noche, hielo y fuego, dolor y alegría...

Invierno, primavera, otoño y verano. Un árbol no es mejor en primavera que en otoño, cuando se le caen las hojas y parece que se muere... En invierno no está

muerto aunque no sea capaz de producir una mísera hojita. Tiene mucho futuro, aunque mirándolo parezca acabado. Es el mismo árbol en las cuatro estaciones, más allá de sus apariencias... y las cuatro son necesarias.

Nosotros hemos de amar en nuestros inviernos y en nuestros veranos... siempre. Pase lo que pase, me sienta como me sienta, me salgan las cosas bien o mal, tenga éxito o fracase... Tranquilos, serenos.

¿Es desconcertante? Sí y no. Si lo miramos superficialmente son contrastes fuertes, parece algo de locos, incluso absurdo. Y, de hecho, a veces no entendemos nada. Se ve que en esos momentos no hace falta entender: que se nos pide amar en seco.

Contraste de la vida. También en la de Cristo: basta mirarlo. Por momentos lo contemplamos amoroso y enternecedor en la cuna de Belén; por momentos nos emocionamos con su misericordia; pero también nos resulta duramente exigente cuando pide todo a sus discípulos o expulsa mercaderes del Templo; o en momentos aterradorantes en el Calvario... La misma realidad. El mismo Dios.

El problema no está en la realidad sino en la limitación de nuestro entendimiento que sólo puede abarcar una partecita por vez. Ya contemplaremos todo en Dios... y veremos la armonía y el sentido de cosas que ahora nos resultan molestas y confusas.

El problema no está en Dios sino en nosotros, en nuestras naturales limitaciones, a las que se añaden las consecuencias del pecado original.

Vivir de fe, esperanza y amor no es algo que se realiza en un momento... Dios lo concede a los que lo buscan, se entregan, se juegan del todo por Él.

Hacia la armonía interior

Todos experimentamos la falta de unidad de nuestras distintas potencias. Cada una tironea para su lado, les falta armonía.

Se trata de una consecuencia del pecado original. Dios concedió a nuestros Primeros Padres —junto con la gracia— cuatro dones preternaturales. Dones que, sin ser sobrenaturales, estaban más allá de las exigencias de su naturaleza y la perfeccionaban: inmortalidad, impasibilidad, ciencia infusa e integridad. Ahora nos interesa éste último. Gracias al mismo, todas las potencias, apetitos y tendencias, estaban armónicamente integradas. Perdido este don y con la herida de la concupiscencia a cuestas, se perdió esta integración. Por consiguiente, con facilidad cada potencia busca su propio bien particular, desconectado del bien global de la persona.

Como explica un tratado de Teología Espiritual, “las pasiones y los sentimientos han de estar situados bajo la guía de la razón y de la fe, pero no deben ser aniquilados, ni forzados, sino ordenados según la razón y ello desde dentro de ellos mismos, de manera que, moderados en algunos momentos, vivificados en otros,

se integren en el movimiento por el que el cristiano, llamado a encaminarse hacia Dios, se dirige hacia Él con la totalidad de su ser, inteligencia y voluntad, mente y corazón, aspiraciones y sentimientos, afectos y decisiones”[123].

Integrar obviamente hacia arriba, hacia lo más perfecto: no se trata de animalizar las potencias superiores —inteligencia y voluntad— poniéndolas al servicio de las inclinaciones y las emociones, sino de espiritualizar nuestra sensibilidad. No aplastarla, sino elevarla, “impregnar de razón las pasiones y los apetitos de la sensibilidad humana”[124], según la expresión del Catecismo. Y esto no es una imposición extrínseca o arbitraria: “La inclinación a comportarse razonablemente en todas las situaciones y ámbitos de la vida es la fuerza básica y profunda que anima todas las tendencias humanas”[125].

Parte de la lucha interior de cada persona reside en esta integración: recuperar la armonía entre las distintas dimensiones de nuestro ser, y con ella la paz.

En ocasiones se plantea esta cuestión en términos antagónicos: razón versus sentimientos. Pero no se trata de quién gana la confrontación, porque “la falta de acuerdo entre la razón y la afectividad es siempre causa de frustración”[126]. Son los mismos sentimientos quienes necesitan ser vividos de modo plenamente humano.

Esta tarea de integración tiene una faz negativa, de control y dirección: evitar que se desorbiten, que funcionen alocadamente, ordenar, disciplinar. Y una positiva, de desarrollo y crecimiento.

Dominio de sí

Si el amor es entrega —entrega de sí—, habrá que ser dueño de uno mismo, para poder amar.

Nadie da lo que no tiene. Como apunta el Catecismo, “la alternativa es clara: o el hombre controla sus pasiones y obtiene la paz, o se deja dominar por ellas y se hace desgraciado (Cf. Si 1, 22). ‘La dignidad del hombre requiere, en efecto, que actúe según una elección consciente y libre, es decir, movido e inducido personalmente desde dentro y no bajo la presión de un ciego impulso interior o de la mera coacción externa. El hombre logra esta dignidad cuando, liberándose de toda esclavitud de las pasiones, persigue su fin en la libre elección del bien y se procura con eficacia y habilidad los medios adecuados’ (Constitución Pastoral *Gaudium et spes* 17)”[127].

Paul Wadell —profesor de Ética en la Unión Teológica Católica de Chicago— explica muy claramente los problemas de quien carece de dominio de sí:

Una persona pueril pierde el autocontrol y es esclava de sus afectos. Su vida no está bien ordenada, es temeraria, caótica, llena de excesos. Una persona intemperante es una criatura dada al capricho, próxima a ser compulsiva y perder su libertad.

Esto conlleva a envilecerse. Cuando nuestras emociones están tan mal dirigidas que quedan fuera del propio control, nos dominan en vez de ser dominadas por

nosotros. Nos destruyen, nos degradan, nos avergüenzan. Y unas líneas más abajo, concluye: Ser esclavo de las emociones significa degradarse[128].

Desde la perspectiva del amor, Benedicto XVI constata la necesidad que el amor tiene de la disciplina interior: “El eros ebrio e indisciplinado no es elevación, ‘éxtasis’ hacia lo divino, sino caída, degradación del hombre. Resulta así evidente que el eros necesita disciplina y purificación para dar al hombre, no el placer de un instante, sino un modo de hacerle pregonar en cierta manera lo más alto de su existencia, esa felicidad a la que tiende todo nuestro ser”[129].

“Entre el amor y lo divino existe una cierta relación: el amor promete infinidad, eternidad, una realidad más grande y completamente distinta de nuestra existencia cotidiana. Pero, al mismo tiempo, se constata que el camino para lograr esta meta no consiste simplemente en dejarse dominar por el instinto. Hace falta una purificación y maduración, que incluyen también la renuncia. Esto no es rechazar el eros ni ‘envenenarlo’, sino sanarlo para que alcance su verdadera grandeza”[130].

El camino hacia la disciplina interior comienza por la vía negativa: sólo se consigue diciendo que no, sujetando las pasiones, frenando los impulsos, etc. Un freno que a veces requerirá ser ejercido con fuerza para que funcione: no se detiene a un caballo desbocado tirando suavemente de las riendas. A veces necesitamos hacernos violencia, para domar las pasiones y así adquirir el gobierno de nuestras tendencias.

Se trata de conseguir el dominio de las pasiones, del carácter, de los sentidos, de la imaginación, de la memoria, etc., para conquistar todas las dimensiones de nuestro ser. Y esto se logra con el cultivo de las virtudes. Es la faz positiva. A través de ellas, “las emociones paulatinamente se transforman, se intensifican y se orientan hacia los fines de la persona”[131]. Entonces el hombre puede aprovechar la fuerza de las emociones. Es interesante considerar que no se trata de anular la afectividad sino de transformarla, intensificarla, orientarla; es decir, de dotarla de perfección. Una sensibilidad integrada es mucho más perfecta y más humana que una sensibilidad descontrolada.

Dominio de sí que no es estoicismo, que no supone el rechazo de la sensibilidad, sino su elevación: conducirla a su plenitud. Frenar, decir que no, encauzar, potenciar. Trabajo necesario para todos. De hecho, toda tarea educativa se dirige a esto: desde la necesidad del deporte, el desarrollo intelectual, el artístico, la disciplina escolar, la modelación del carácter, y un largo etcétera.

Y es tarea de toda la vida, porque siempre podemos mejorar y porque si nos descuidamos –aflojamos–, nos deshumanizamos.

Llegar a este dominio de uno mismo, a ser dueño de las propias decisiones y de los propios actos para ser dueños de la propia vida. De esto se trata. Integrar en unidad de vida todo nuestro ser. Recuperar la unidad perdida y enriquecer nuestra

humanidad personal en sus distintas dimensiones (inteligencia, voluntad, afectividad, carácter). Para poder amar con toda nuestra humanidad.

Cultivar los sentimientos adecuados

Venimos afirmando que para amar de verdad debemos evitar dejarnos arrastrar por sentimientos incontrolados. Añadimos ahora que también hemos de cultivar los sentimientos que enriquecen y favorecen el amor. La fuerza de la sensibilidad es una gran ayuda; pero si no se la forja propiamente, puede constituir, por el contrario, un gran obstáculo.

Aprender a amar lo que es realmente bueno y a odiar el verdadero mal, y hacer ambas cosas con pasión y entusiasmo. La gente virtuosa siente fervor para lo realmente bueno; del mismo modo que aborrece apasionadamente el mal y la falsedad. Su virtud no es insulsa, sino inspirada. Estas personas no hacen el bien por un sentido del deber ni por temor, sino porque realmente aman el bien, de la misma manera que evitan el mal porque lo desprecian.

(...) La auténtica virtud se deriva del amor auténtico. Solo podemos ser buenos cuando hacemos el bien por amor al bien mismo; no somos virtuosos si hacemos el bien por temor o interés, lo somos cuando lo hacemos porque hemos desarrollado una pasión de amor por él. Crecer en bondad requiere aprender a amar lo bueno y a odiar lo malo. (...) Llegar a ser una persona virtuosa depende de cultivar los afectos correctos[132].

Integrar los sentimientos en la unidad de la persona significa espiritualizarlos: elevarlos por encima de sí mismos, enriquecerlos, hacerlos funcionar al unísono con la inteligencia y la voluntad. Y después, un paso más, cristianizarlos: imbuirlos de espíritu cristiano. Así, por ejemplo, algunas veces se habla de tener olfato católico. Se refiere de esta manera a la capacidad de intuir la coherencia o no de un asunto con la doctrina cristiana, de un vistazo, en algo que no se conoce. Se trata de un puro sentimiento. Una sensibilidad cristianizada que percibe por connaturalidad. Es una primera aproximación, pero en un alma santa, funciona correctamente y acierta.

Aprender a querer, aprender a amar. Aprender a amar el bien por el bien mismo. A encontrar complacencia en el bien. Aprendizaje que dura toda la vida. De manera que “amar adecuadamente se convierte en el mayor reto de nuestra vida moral. Lo que amamos y cómo lo hacemos determina nuestro desarrollo personal y, por eso, es menester buscar un amor que nos haga al mismo tiempo buenos y felices”[133].

Para considerar hacia dónde apuntamos, cito unas palabras de San Josemaría que condensan con delicado equilibrio y exquisita claridad el asunto:

“La existencia del cristiano —la tuya y la mía— es de Amor. Este corazón nuestro ha nacido para amar. Y cuando no se le da un afecto puro y limpio y noble, se venga y se inunda de miseria. El verdadero amor de Dios —la limpieza de vida, por

tanto— se halla igualmente lejos de la sensualidad que de la insensibilidad, de cualquier sentimentalismo como de la ausencia o dureza de corazón.

Es una pena no tener corazón. Son unos desdichados los que no han aprendido nunca a amar con ternura. Los cristianos estamos enamorados del Amor: el Señor no nos quiere secos, tiesos, como una materia inerte. ¡Nos quiere impregnados de su cariño! El que por Dios renuncia a un amor humano no es un solterón, como esas personas tristes, infelices y alicaídas, porque han despreciado la generosidad de amar limpiamente”[134].

Inteligencia, voluntad y sentimientos

Para conseguir el dominio de sí, la integración y el desarrollo personal hay que formar la inteligencia (estudiar, aprender a pensar), forjar la voluntad (conseguir las distintas virtudes) y educar los sentimientos, entrenarlos, para evitar que se desboquen, integrarlos en una personalidad unitaria. Todo esto se consigue con una esforzada y constante lucha interior.

Juan Pablo II constata que “con el pasar del tiempo, el hombre que sigue con perseverancia al Maestro, que es Cristo, siente cada vez menos en sí la fatiga del luchar contra el pecado y experimenta más el gozo de la luz de Dios que impregna toda la Creación”[135]. La lucha va integrando. El cumplimiento de la ley se convierte en una vía pedagógica y formativa —nos da forma, nos hace connaturales con el bien— y entonces deja de ser algo exterior, algo que viene de fuera. La lucha conduce a poder gozar del amor de Dios.

El primado de la inteligencia

Seres racionales como somos, necesitamos guiarnos por la cabeza: saber dónde voy, tener objetivos, metas, y hacia ellos dirigirnos.

Vivimos en un tiempo que privilegia los sentimientos y los desorbita. No se trata de suprimirlos, pero es importante ponerlos en su lugar.

Estar pendiente de lo que sentimos puede tornarse enfermizo. Así como hay hipocondríacos que sufren permanentemente pensando que están enfermos, analizando cada cosa que les pasa, pensando que puede ser algo grave, etc. , hay hipocondríacos afectivos, siempre preguntándose cómo se sienten, sospechando que no se sienten tan bien como les gustaría, etc. Tienen que dar menos importancia a los sentimientos; estar menos atentos a cómo están, a cómo se sienten; en fin, pensar menos en sí mismos.

A quien ha entronizado el sentimiento en su vida, hablar del primado de la inteligencia y de la voluntad le parecerá una imposición externa insoportable, un atentado a su libertad y autonomía. Pero no es cierto, porque la inteligencia es tan mía como los sentimientos...

Hay quienes consideran a la verdad y a la inteligencia como sus enemigos. “Si pienso, me daré cuenta de que tengo que hacer cosas que no quiero... ¡Terrible! ¡Malvada inteligencia!” Y concluyen —obviamente no llegan a explicitar el razonamiento— que tendrían que darle menos margen de acción a la inteligencia, que me quiere imponer cosas que yo no quiero; y así conseguir que no me moleste.

La verdad está en las cosas, la inteligencia la descubre. La inteligencia no es el enemigo, juega a mi favor: es mi guía, muestra el camino, me conduce a mi plenitud.

Hablamos de primado porque va por delante, pero no lo es todo. En una persona madura y equilibrada la inteligencia y la voluntad deberían funcionar en unidad. Hay quienes quieren entenderlo todo y no están dispuestos a dar un paso en su vida religiosa sin demostraciones. Georges Chevrot les explicaría de un modo magistral: “Dios se hace amar antes que hacerse comprender”[136]. Sucede que a Dios lo conocemos más a través del amor que de la inteligencia.

Como explicaba el cardenal Ratzinger en el Via Crucis que dirigió en el Coliseo durante los últimos días de Juan Pablo II, “únicamente podemos ver a Jesús con el corazón. Solamente el amor nos deja ver y nos hace puros. Sólo el amor nos permite reconocer a Dios, que es el amor mismo”[137].

Juan entendió con más profundidad a Jesús no porque fuera más inteligente sino porque lo amó más y, por tanto, tuvo más intimidad con Él. Quien no entiende a Dios, debería comenzar a tratar de amarlo y lo acabará entendiendo. El camino inverso no es de éxito seguro: con facilidad se enreda por la soberbia, y para encontrar la fe, la humildad es requisito fundamental.

Me impresionó la situación de una chica de dieciocho años. Al terminar el secundario, me dejó en la oficina una carta en la que resumía su vida y recordaba cómo había acudido a la dirección espiritual en plena crisis de fe (estaba convencida de que no la tenía). Decía “le agradezco que no haya tratado de convencerme, que me haya recomendado pasar más tiempo con Jesús”. Y así, rezando, reencontró la fe que en realidad nunca había perdido. Los argumentos son importantes, pero muchas veces necesitamos primero encontrar a Jesús.

Y a quien lo entiende —aquel a quien el cristianismo le cierra perfectamente— todavía tiene camino por recorrer, para llegar a amarlo con todo el corazón.

El comando de la voluntad

Que el navío se incline al levante o poniente, al mediodía o septentrión, sea cual fuere el viento que le empuje, nunca su aguja dejará de mirar a su hermosa estrella norte y del polo. De igual modo, aunque todo se revuelva de arriba abajo en derredor de nosotros, y aun en nuestro interior, esto es, que nuestra alma esté triste o alegre, entre dulzuras o amargas, o en tranquilidad o en guerra, en claridad o en tinieblas, en tentaciones, gusto o disgustos, en sequedad o en ternura, que el sol la abraze o el rocío la refresque, siempre la cumbre del corazón y del espíritu, esto es, nuestra voluntad superior que es nuestra brújula, ha de mirar sin cesar y se ha de dirigir perpetuamente el amor de Dios. La parte inferior de nuestra alma quizá se halle en la inquietud y agitación, mas la voluntad ha de permanecer tranquila en medio de la borrasca, vuelta hacia Dios y no buscando otra cosa que a Él, sin que nada pueda jamás separarnos de su amor: ni la tribulación, ni la angustia, ni el dolor presente, ni el temor de males futuros. Amar a Dios y hacer su santísima voluntad, ¿no es lo esencial y nuestro mismo fin?[138]

A la voluntad le corresponde decidir y ejecutar libremente a la luz de lo que la inteligencia le ha mostrado. Esto no quiere decir que la voluntad sea esclava de la

inteligencia, ya que ésta no la determina (somos libres). La voluntad no es neutra: ama naturalmente el bien, lo busca, es su objetivo. Cuando la inteligencia se lo muestra se adhiere a él porque, de algún modo, ha encontrado lo que buscaba.

Educación de la sensibilidad: virtudes y elegancia

La felicidad implica la satisfacción de nuestros deseos. Pero nuestra apetitividad no es infalible en cuanto a la realización personal (sí lo es en cuanto a su objeto inmediato). Así “a veces no somos felices porque deseamos cosas equivocadas, o deseamos las cosas adecuadas de forma errónea, o con un anhelo desmesurado. [...] La felicidad depende del cultivo de las preferencias adecuadas y de alimentar los deseos correctos. Tenemos que aprender donde encontrar la verdadera felicidad. [...] Para ser verdaderamente felices hemos de llegar a ser personas que aman el bien en el que se encuentra la felicidad”[139].

Se trata de educar la sensibilidad, de modo que se integre con la inteligencia y con la voluntad, y así se espiritualice de alguna manera. Según como viva, tendré una sensibilidad refinada o embrutecida. Es cuestión de educación y exigencia.

El papel fundamental del perfeccionamiento de los apetitos sensibles corresponde a las virtudes. La fortaleza perfecciona el apetito irascible; la templanza, el concupiscible; y un largo elenco de virtudes conectadas con ellas. Las virtudes perfeccionan las facultades en tres aspectos: cognoscitivo (le dan facilidad para conocer cómo se concreta la virtud), dispositivo (la disponen a actuar más fácilmente y mejor), y afectivo (le dan gusto por lo virtuoso).

En este libro no trataremos de las virtudes, sólo haremos referencia a un tema en principio menor, pero que actualmente requiere atención: el tono humano.

En la educación de la sensibilidad juegan su papel los buenos modales y los convencionalismos sociales: ¡la buena educación! —tan desvalorizada en nuestros tiempos—. Los buenos modales no son meras formalidades, forman la sensibilidad en la elegancia y el buen gusto; y, a través de ella, la personalidad. Me tiran para arriba. La elegancia, el respeto, la delicadeza, la cortesía, el buen gusto, la limpieza, etc., hacen bien, mejoran a la persona. La suciedad, el descuido, las malas palabras, la ordinariez, etc., hacen mal. El hombre se eleva o se rebaja a través de la sensibilidad. La excelencia humana crea un clima favorable para la virtud y la moral. Desde el vestir con elegancia, comer con corrección, la forma de sentarse, de hablar y un largo etcétera que hace al nivel humano de una persona. Algo que no depende de nivel social ni de posición económica, sino que en el fondo es cuestión de caridad —se hace también por los demás— y de un poco de mortificación personal, en cosas muy pequeñas.

Es cierto que las formas se pueden quedar en mera exterioridad, ser artificiales, acartonadas, expresiones sin vida, vacías. Habrá que llenarlas de sentido, de dignidad, y, en el fondo, de amor. Pero es todavía más cierto que las faltas de educación y de buenos modales no pueden ser nunca expresión de amor, y siempre embrutecen la sensibilidad.

Camino de lucha

Necesitamos aprender a gobernar los sentimientos. Para dirigir la vida, habrá que seguirlos, fomentarlos o reprimirlos, según su conveniencia o no. Esquemáticamente, podríamos señalar seis puntos:

1. Saber dónde queremos ir. Cómo queremos ser (qué tipo de persona quiero llegar a ser). Qué fin nos hemos propuesto en nuestra vida. Si no sabemos adónde vamos, viviremos a la deriva. No sólo no llegaremos a ninguna parte, sino que estaremos en continuo peligro de naufragio.

Hoy se habla mucho de motivación. ¿Y qué motivación más poderosa que el amor infinito de Dios, los deseos de santidad, el amor al prójimo? ¿Qué motivación mejor que sacar adelante una familia, una sociedad, un mundo mejor? Para empezar, hay que tener claro el rumbo. “Comenzar con el fin en la mente” diría Covey.

2. Buscar entendernos un poco. La función de entender corresponde a la inteligencia. Mirar para adentro. Despacio. Si no sé qué me pasa, si no entiendo lo que quiero, tendré que pararme a pensar hasta que me aclare conmigo mismo. A veces puede suceder que no sabemos bien qué pensamos o qué queremos de verdad. Habrá que desarrollar la capacidad de reflexionar sobre nosotros mismos. Tratar de entender nuestros pensamientos, querer y sentimientos.

Saber qué pasa en uno. ¿Qué siento? ¿qué me pasa? ¿y por qué siento lo que siento? ¿qué quiero realmente? ¿En qué tengo la cabeza? ¿En qué pienso cuando voy por la calle, cuando estoy solo...?

Reflexionar sobre nuestros sentimientos. Pensar. Aclararse, discernir. Poner los sentimientos en perspectiva: mirarlos como desde fuera. Juzgarlos con la razón: ¿es bueno esto que siento? Tratar de objetivarlos un poco: ¿qué aconsejaría a un amigo que sintiera lo que estoy sintiendo? Mirar las consecuencias a futuro: ¿esto cómo sigue? ¿Adónde me lleva este sentimiento? ¿Qué pensaré de esto en un año...? Los sentimientos no se juzgan a sí mismos: hay que mirarlos “desde arriba”. Ponerlos en relación con lo que realmente deseo: ¿quiero sentir lo que siento? ¿Encaja con lo que pretendo realmente para mi vida?

Tendremos que aprender a entender qué nos pasa. No es infrecuente encontrar personas incapaces de explicarse lo que sienten. Piensan: “me siento raro...”, “siento como una cosa...”. No pueden precisar más porque no saben exactamente qué es la angustia, qué el desánimo, qué la frustración, la aridez, el cansancio, la ansiedad... Para entenderse mejor deberán comenzar por enriquecer su vocabulario, con los consiguientes conceptos. Sólo así tendrán un diagnóstico de lo que les sucede y estarán en condiciones de resolverlo.

La inteligencia necesita calma. Muchas veces hace falta tiempo para entender, para que las cosas decanten, tomen perspectiva. No resolvemos los problemas vitales como los teoremas matemáticos, sino por aproximaciones sucesivas: al principio vemos borroso, después se va aclarando, discernimos mejor... Si con ansiedad

queremos resolver el asunto ya mismo —en medio de la agitación—, la razón no funcionará correctamente. Pensar serenamente. Leer. Rezar.

Para aclararse, una de las cosas que más ayudan son el papel y el lápiz: escribir lo que sentimos, hacer listas de cosas positivas y negativas, escribir los pros y los contras, qué nos parece que podríamos o deberíamos hacer, etc. Así conseguiremos ver con un poco más de perspectiva las cosas. Y dejar pasar un día o más, y luego volver a leer lo que escribimos. A veces nos sorprenderemos de la falta de objetividad que hay en lo escrito.

También hay que tener en cuenta que, a veces, la voluntad se alía con los sentimientos para actuar irrazonablemente y trata de cegar la inteligencia presentándole falsos argumentos, tratando de que no piense, haciendo decidir precipitadamente. Me he encontrado a alguna persona enojada que dice “No quiero pensar en eso”, rechazando de lleno cualquier planteo racional sobre el asunto. Si es el caso, al menos saber que no quiero pensar y que eso no es muy razonable. Normalmente sucede cuando hay un temporal adentro. Habrá que esperar a que pase.

3. Fortalecer la voluntad. Para poder amar de verdad es necesario desarrollar la voluntad, para que asuma los sentimientos sin dejarse dominar por ellos.

Hay que insistir: que los sentimientos no nos determinen; dejarlos gobernar la propia vida es una locura. Y esto en el sentido más propio de la expresión: porque son locos, funcionan sin lógica alguna.

Para esto habrá que ejercer cierto control sobre la imaginación: no dejarla vagar por todos lados —es la loca de la casa—, ya que dispersa mucho y lleva donde no debería... y donde uno nunca quiere llegar. Y, como no es cuestión de voluntarismo sino de una lucha centrada en la gracia, hace falta pedir mucha ayuda a Dios.

Decir que no, negarse a uno mismo forja el carácter, temple la voluntad, ubica a los sentimientos, acota los caprichos, es una manera fundamental de educarse a uno mismo.

Decidir por uno mismo. Hacer propósitos. Ser fieles a nuestros compromisos. ¡Vencer la flojera! Hacernos capaces de hacer lo que tenemos que hacer.

Adquirir virtudes, esas perfecciones estables de nuestra naturaleza.

4. Poner el corazón en lo que hacemos. Superar el formalismo cumplidor. Ser responsables sin caer en el voluntarismo. Aprender a amar en el cumplimiento de nuestros deberes.

5. Dejarse ayudar. Como ser sociable, el hombre necesita de los demás (y los demás nos necesitan a nosotros). Hablar, abrir el corazón, contar lo que nos pasa... ayuda mucho a aclararse. En una ocasión, una persona mayor que venía a verme para dirección espiritual, me contó dónde residía la ayuda más importante que le prestaba: “Me hace bien venir a verlo”, me dijo; pero no se refería a los consejos que yo podía darle, sino a que, contándome su vida, “me aclaro a mí mismo”, me explicó.

Y, obviamente, también necesitamos de consejo.

Querer y dejarse querer. Ayudar y dejarse ayudar. Todos necesitamos y debemos ambas cosas.

6. Resolver los conflictos que se presenten. Y hacerlo razonablemente, no dejándose arrastrar por la corriente sentimental. Teniendo en cuenta que a veces sentimos tentaciones es muy importante lo expuesto sobre reflexionar sobre nuestros sentimientos: si llegáramos a confundir una tentación con una idea genial..., sería bastante difícil que manejemos bien el asunto. Poner los sentimientos en orden es imbuirlos de racionalidad.

El punto 166 de Surco refleja muy bien los posibles conflictos:

En tu vida hay dos piezas que no encajan: la cabeza y el sentimiento.

La inteligencia —iluminada por la fe— te muestra claramente no sólo el camino, sino la diferencia entre la manera heroica y la estúpida de recorrerlo. Sobre todo, te pone delante la grandeza y la hermosura divina de las empresas que la Trinidad deja en nuestras manos.

El sentimiento, en cambio, se apega a todo lo que desprecias, incluso mientras lo consideras despreciable. Parece como si mil menudencias estuvieran esperando cualquier oportunidad, y tan pronto como —por cansancio físico o por pérdida de visión sobrenatural— tu pobre voluntad se debilita, esas pequeñeces se agolpan y se agitan en tu imaginación, hasta formar una montaña que te agobia y te desalienta: las asperezas del trabajo; la resistencia a obedecer; la falta de medios; las luces de bengala de una vida regalada; pequeñas y grandes tentaciones repugnantes; ramalazos de sensiblería; la fatiga; el sabor amargo de la mediocridad espiritual... Y, a veces, también el miedo: miedo porque sabes que Dios te quiere santo y no lo eres.

Permíteme que te hable con crudeza. Te sobran “motivos” para volver la cara, y te faltan arrestos para corresponder a la gracia que Él te concede, porque te ha llamado a ser otro Cristo, “ipse Christus!” —el mismo Cristo. Te has olvidado de la amonestación del Señor al Apóstol: “¡Te basta mi gracia!”, que es una confirmación de que, si quieres, puedes.[140]

Este proceso no es unidireccional, sino que a veces serán los sentimientos los que aporten y nos enriquezcan. Así la inteligencia también necesita ser puesta en la vía del amor, como sugiere Forja:

No te importe hacer pequeñas niñadas, te he aconsejado: mientras esos actos no sean rutinarios, no resultarán estériles.

—Un ejemplo: supongamos que un alma, que va por vía de infancia espiritual, se siente movida a arropar cada noche, a las horas del sueño, a una imagen de madera de la Santísima Virgen.

El entendimiento se rebela contra semejante acción, por parecerle claramente inútil. Pero el alma pequeña, tocada de la gracia, ve perfectamente que un niño, por amor, obraría así.

Entonces, la voluntad viril, que tienen todos los que son espiritualmente chiquitos, se alza, obligando al entendimiento a rendirse... Y, si aquella alma infantil

continúa cada día arrojando la imagen de Nuestra Señora, cada día también hace una pequeña niñería fecunda a los ojos de Dios.[141]

Llegar a ser una persona madura, una persona equilibrada.

Poner los sentimientos en su lugar. Ni despreciarlos ni exaltarlos. Ni aniquilarlos ni obedecerlos. Integrarlos en la unidad de la persona.

Todos somos distintos, de ahí que tengamos luchas diferentes. Lo que es cóncavo de un lado, es convexo del otro. Quien es muy responsable, seguramente deberá desarrollar más la afectividad. Quien es sensible, deberá fortalecer la voluntad. Y así sucesivamente.

Conocerse es vital para saber dónde están nuestra fortaleza y nuestra debilidad, dónde tenemos que invertir para crecer.

El equilibrio no es fácil... Cabeza-Voluntad-Corazón. Nos vamos de un extremo al otro. Ni fríos y puramente cerebrales... ni sentimentales románticos anti-razón, ni voluntaristas estoicos: personas con cabeza y corazón, que piensan y saben querer, firmes en la voluntad y con afectos. Renunciar a alguna de esas dimensiones sería mutilar nuestro ser. Sólo así seremos felices: armonizándoles, integrándolos. Cuesta: es quizá la principal pérdida del pecado original: el don de integridad. Pero vale la pena.

Parte de la gloria del cielo será la armonía interior: no tener que cuidarse de uno mismo, de los excesos; la ausencia de peligros externos y de tentaciones.

Ya lo gozaremos... Ahora, mientras vivamos en la tierra, es tiempo de lucha y vigilancia.

SEGUNDA PARTE EL HIJO DE DIOS QUE SIENTE Y QUE AMA

Amar y sentir: camino a la santidad

CAPITULO IV AMOR A DIOS Y SENTIMIENTOS EN LA VIDA ESPIRITUAL

La brújula: Cristo[142]

¿A quién iremos? Tú tienes palabras de vida eterna[143]

Todo caminante, en principio, va a alguna parte. De otra forma, no caminaría. Y debería tener bien claro su destino. Cuanto más largo sea el viaje, mayor será el riesgo de perder el rumbo, de desanimarse, de descaminarse. De ahí que sea también mayor su necesidad de pensar muchas veces en la meta y chequear si va bien encaminado.

El viaje de nuestra vida es el más largo, ya que sólo acaba con la muerte: somos existencialmente peregrinos y necesitamos una brújula que nos señale el norte.

Dios se hizo hombre para divinizar nuestra existencia y ser nuestra puerta de entrada en Dios. En Cristo encontramos lo que Dios quiere hacer de nosotros: el proyecto divino para el hombre.

Él mismo nos presenta el programa: “Yo soy el Camino, la Verdad y la Vida”[144].

¡Mucho más que una brújula!

Nuestro itinerario espiritual consiste en irnos identificando con Él. Nuestro viaje no es geográfico ni temporal, se podría decir que es existencial: transformarnos en Cristo. Para esto hasta se nos da para que lo comamos: “El que come mi carne y bebe mi sangre permanece en mí y yo en él. Como el Padre que me envió vive y yo vivo por el Padre, el que me come también vivirá por mí”[145].

Por eso, la santidad consiste en una transformación interior. Fue el programa de vida de San Juan Bautista: “Es necesario que Él crezca y yo disminuya”[146]. Y la experiencia cristiana de San Pablo: “Vivo, pero no yo, sino que es Cristo quien vive en mí”[147].

Su vida es nuestro punto de referencia, su palabra es nuestra luz. Él mismo, nuestro alimento y nuestra vida.

En uno de los momentos más tensos de la vida de Jesús, cuando las masas lo abandonan en Cafarnaúm porque se resisten a aceptar el mensaje eucarístico, el Maestro se dirige a los Apóstoles y les pregunta si ellos también quieren marcharse. Pedro parece desconcertado por la pregunta. En su respuesta (“¿A quién iremos?”) refleja su convicción de que fuera de Jesús no hay nadie a quien se pueda acudir.

A veces buscamos fórmulas: ¿cuál es el secreto? ¿Cómo conseguir...? Muy sencillo: mirar a Cristo, buscar a Cristo, amar a Cristo. No hay más. Nos lo recordaba el papa Juan Pablo II al comienzo del Tercer Milenio:

No nos satisface ciertamente la ingenua convicción de que haya una fórmula mágica para los grandes desafíos de nuestro tiempo. No, no será una fórmula lo que nos salve, pero sí una Persona y la certeza que ella nos infunde: ¡Yo estoy con vosotros!

No se trata, pues, de inventar un nuevo programa. El programa ya existe. (...) Se centra, en definitiva, en Cristo mismo, al que hay que conocer, amar e imitar, para vivir en él la vida trinitaria y transformar con él la historia hasta su perfeccionamiento en la Jerusalén celeste[148].

San Josemaría plasmó en la dedicatoria de un libro que regalaba a un joven universitario en los primeros años de su labor sacerdotal este ideal de la vida cristiana. Se trataba de *La Pasión del Señor*, de Luis de la Palma, y la fórmula indicaba: “Que busques a Cristo, que encuentres a Cristo, que ames a Cristo”.

Mirar a Cristo. En Él encontraremos todo el amor de Dios y nos enamoraremos.

Apuntamos a poder llegar a decir con el clásico poema anónimo:

No me mueve, Señor, para quererte
El cielo que me tienes prometido
Ni me mueve el infierno tan temido
Para dejar por eso de ofenderte.

Muévesme tú, mi Dios, muéveme el verte
Clavado en esa Cruz, y escarnecido,
Muéveme el ver tu cuerpo tan herido,
Muévenme tus afrentas y tu muerte.

Muéveme en fin tu amor en tal manera
Que si no hubiera cielo yo te amara,
Y si no hubiera infierno te temiera.

No me tienes que dar porque te quiera,
Porque si cuanto espero no esperara,
Lo mismo que te quiero te quisiera.

Esto no es una teoría, es una actitud vital, algo que hemos de realizar en lo concreto de nuestra vida. No basta con saberlo. Hemos de hacerlo.

Sucede a veces que en momentos de duda o confusión, de sufrimiento, de oscuridad, sabemos lo que deberíamos hacer, pero no lo hacemos. Incluso podemos llegar a pensar que la teoría no funciona en nuestro caso... Y quizá busquemos entender más, o sentirnos mejor, o hacer más fuerza con la voluntad. Y lo que tendríamos que hacer es buscar a Jesús. Pues, sencillamente, hagámoslo.

Obviamente en última instancia es una cuestión de fe: Él dijo que siempre estaría a nuestro lado. Si es que no falla, también está cuando no sentimos su presencia. Merece nuestra confianza... y sobre todo nosotros necesitamos confiar en Él.

La primacía de la gracia

Sólo unas breves líneas para señalar la primacía de la acción de Dios en la santificación del alma. No es el tema que nos ocupa, pero sí su fundamento. Tanto el amor a Dios como los sentimientos, como su relación, dependen de la gracia.

Hablamos mucho en estas páginas de lo que hacemos, sentimos, pensamos, queremos... de lo que debemos hacer o evitar... Pero siempre teniendo presente que la primacía no la tienen nuestras actitudes o acciones, sino la gracia. Lo primordial será pedir lo que necesitamos para amar a Dios: “Dame, Señor, el amor con que quieres que te ame”[149].

Antes de lo que sentimos, antes de lo que pensemos, antes de lo que nos proponamos, antes de lo que amemos, lo importante es lo que Dios hace. “Sin Mí no podéis hacer nada”[150]: porque la divinización del hombre escapa a sus posibilidades naturales. Es “capaz de Dios” —susceptible de ser elevado por Dios al orden sobrenatural—, pero es Dios quien lo diviniza. Si podemos pensar y amar sobrenaturalmente es por acción de la gracia y la presencia santificadora del Espíritu Santo en nosotros.

El primado de la acción divina es total: Dios crea, concede los talentos, llama a amarlo, da su gracia, la fe, la esperanza, el amor con que tenemos que amarlo, etc. De ahí que hayamos de esperar todo de Él: “No me habéis elegido vosotros a Mí, sino que yo os elegí a vosotros”; “Nadie puede venir a Mí, si el Padre que me ha enviado no lo atrae”[151].

El lugar de los sentimientos

Nuestro modelo —y el objeto de nuestro amor— es Jesucristo. Con Él queremos identificarnos y su vida vivir.

Dios hecho hombre, durante su paso por la tierra tuvo sentimientos como los nuestros: igual en todo a nosotros, menos en el pecado. Se emocionó ante las muchedumbres sin pastor, lloró por Lázaro y sobre Jerusalén, sintió ira en el Templo, fue tierno con los niños, exaltó de gozo en su Padre porque se había ocultado a los soberbios y mostrado a los sencillos, esperó ardientemente la Pascua, miró con amor al joven rico, se angustió en el huerto de los olivos, etc. Y por si todo esto fuera poco, promovió a través de revelaciones privadas la devoción ¡a su Sagrado Corazón!

Y San Pablo aconseja a los filipenses: “Tened entre vosotros los mismos sentimientos que tuvo Cristo Jesús: El cual, siendo de condición divina, no retuvo ávidamente el ser igual a Dios. Sino que se anonadó a sí mismo tomando la forma de siervo, haciéndose semejante a los hombres; y en su condición de hombre, se humilló a sí mismo, haciéndose obediente hasta la muerte, y muerte de cruz. Por lo cual Dios le exaltó y le otorgó el Nombre que está sobre todo nombre”[152]. Los anima así a fomentar unos sentimientos muy concretos. Si nos fijamos a qué tipo de sentimientos se refiere, nos daremos cuenta de que no son placenteros —se hizo nada, padeció—, que no es cuestión de dejarse llevar por lo que se siente y que interviene la voluntad —“se anonadó a sí mismo”—. No se trata de una cosa meramente sentimental, sino de una actitud profunda en la intervienen la inteligencia, la voluntad y los sentimientos.

Una unión espiritual...

Hemos sido creados para amar a Dios, pero no podemos tener una experiencia sensible directa de Él. Es absolutamente imposible. Dios es espíritu puro y, por tanto, no es susceptible de ser sentido (no se lo ve, ni se lo oye, ni se lo toca...). Nuestra unión con Él sólo se puede realizar a nivel espiritual: por el conocimiento y el amor, en lo que tenemos en común con Él.

... que incluye los sentimientos

Un conocimiento y un amor que en el hombre alcanzará todo su ser: conocerá y amará como es, con toda su alma y también con todo su cuerpo. El amor a Dios alcanzará entonces los sentimientos.

El acceso sensible a Dios

De hecho, Dios se hace accesible a nuestra sensibilidad en la Humanidad Santísima de Cristo: adquiere un rostro humano, una voz humana, etc. San Juan, al contar su experiencia de Dios, pasados los años, llegará a decir: “Lo que existía desde el principio, lo que hemos oído, lo que hemos visto con nuestros ojos, lo que contemplamos y tocaron nuestras manos acerca de la Palabra de vida —pues la Vida se manifestó, y nosotros la hemos visto y damos testimonio y os anunciamos la Vida eterna, que estaba vuelta hacia el Padre y que se nos manifestó—, lo que hemos visto y oído, os lo anunciamos, para que también vosotros estéis en comunión con nosotros”[153]. Utiliza expresiones fuertes: dice haber visto, tocado, oído a la Segunda Persona de la Santísima Trinidad.

Y la gracia —algo absolutamente espiritual— se nos concede a través de signos sensibles: los sacramentos.

De manera que el conocimiento y el amor a Dios, que no son en sí mismos sensibles, tienen en nosotros una repercusión sensible: son las buenas emociones que sentimos en la vida espiritual.

Pasión por Dios

El amor de Dios es lo más impresionante que existe. Es infinito. Es absoluto... Sólo Él es capaz de satisfacer las ansias del hombre; sólo Él es capaz de darle la plenitud que ansía. El amor de Dios produce obviamente un gozo muy elevado.

El cielo será la gloria. Pero no tenemos que esperar al cielo para disfrutar del amor de Dios. También acá en la tierra podemos participar —y de hecho participamos— de esa felicidad; ya que, aunque de modo imperfecto y coexistiendo con dolores, se puede gozar mucho de Dios. Un gozo que es espiritual y que tiene muchas veces repercusiones sensibles.

Descubrir el atractivo de lo divino. En la Sagrada Escritura, muchas almas suspiran por Dios: “Mi alma tiene sed de Dios”[154]. La búsqueda de Dios no es un deber ser sino un profundo impulso de nuestra naturaleza, de toda ella.

El amor a Dios incluye los sentimientos. Los necesitamos. Enseña el Catecismo de la Iglesia Católica que “la perfección moral consiste en que el hombre no sea movido al bien sólo por su voluntad sino también por su apetito sensible”[155]. Impresiona leer que sólo se puede alcanzar la santidad —la perfección moral— apasionadamente: necesitamos de todas las fuerzas de nuestra naturaleza: las espirituales, y también las sensibles.

Los grandes santos han sido grandes apasionados; por eso han sido capaces de dejarlo todo y jugarse por Dios. Han estado enamorados de verdad y por eso pudieron superar todo tipo de dificultades. Es un hecho que muchas de las mejores páginas

escritas sobre el amor en la historia han salido de la pluma de los místicos. Y las personas que han dado el amor más grande a los demás también han salido principalmente de las filas del cristianismo.

Los sentimientos en su lugar

Pero al mismo tiempo hay que afirmar con el Catecismo que “los sentimientos más profundos no deciden ni la moralidad, ni la santidad de las personas; son el depósito inagotable de las imágenes y de las afecciones en que se expresa la vida moral. Las pasiones son moralmente buenas cuando contribuyen a una acción buena, y malas en el caso contrario. La voluntad recta ordena al bien y a la bienaventuranza los movimientos sensibles que asume; la voluntad mala sucumbe a las pasiones desordenadas y las exagera. Las emociones y los sentimientos pueden ser asumidos en las virtudes, o pervertidos en los vicios”[156].

Es decir que la santidad no depende de lo que siento: los sentimientos no producen ni miden la santidad. Una mayor intensidad de sentimiento no supone una mayor santidad; ni la carencia de los mismos, pobreza del alma. Tampoco son la causa de la santidad. Ni la santidad garantiza buenos sentimientos. Pertenecen a ámbitos distintos y no están directamente relacionados.

La plenitud cristiana depende del amor a Dios. Y no olvidemos que la máxima expresión del amor de Dios por nosotros es la cruz. Y Cristo en la cruz no sintió nada agradable en su sensibilidad y sentimientos.

Es importante insistir: disfrutar del amor de Dios es muy bueno, pero no son los sentimientos los que nos santifican:

El amor de Dios no es cuestión de sentimientos.

La vida espiritual no es cuestión de sentimientos.

La santidad no es cuestión de sentimientos.

Aunque los sentimientos estén presentes
en el amor, la vida espiritual y la santidad.

La ausencia sensible del Señor

Os conviene que yo me vaya[157]

De modo habitual, el encuentro con Cristo se realiza en la fe.

Resultan llamativas palabras de Cristo en la Última Cena. ¿Cómo podría convenirnos su ausencia? Sabemos que, en primer lugar, hacen referencia inmediata a la venida del Espíritu Santo. Si se va junto con el Padre, nos enviará al Divino Santificador. Pero al mismo tiempo, encierran una cierta paradoja porque en la práctica no se va nada, ya que se queda en la Eucaristía, en las almas de sus fieles... y además el Espíritu Santo hará más activa su presencia. Si se considera la cuestión con atención, se descubre que se va sólo sensiblemente, es decir, se pone fuera del alcance de nuestra sensibilidad: ya no lo vemos, oímos o tocamos.

Analizar por qué nos conviene dejar de percibirlo sensiblemente escapa a los propósitos de este libro. Nos alcanza con saber que el Señor afirma que es bueno para nosotros.

Pero nos interesa profundizar en el sentido espiritual que estas palabras de Jesús tienen para los momentos de oscuridad, cuando no sentimos su presencia... y parece que se ha ido, que ya no está más con nosotros. Esta ida del Señor de nuestro horizonte sensible personal es también condición de una mayor infusión del Espíritu Santo en nuestras almas, de manera que hace mucho bien a nuestras almas... si, con generosidad, lo aprovechamos.

Benedicto XVI explica cómo se realiza nuestra experiencia habitual de Dios: “Cuando se tiene la gracia de experimentar una fuerte experiencia de Dios, es como si se viviera algo análogo a lo que vivieron los discípulos durante la Transfiguración: durante un momento se experimenta con antelación algo que constituirá la felicidad del Paraíso. Se trata, en general, de breves experiencias que en ocasiones Dios concede, especialmente en previsión de duras pruebas. Sin embargo, nadie vive ‘en el Tabor’ mientras está en esta tierra. La existencia humana es un camino de fe y, como tal, avanza más en la penumbra que en plena luz, con momentos de oscuridad e incluso de densa tiniebla. Mientras estamos aquí, nuestra relación con Dios se desarrolla más con la escucha que con la visión; e incluso la contemplación tiene lugar, por así decir, a ojos cerrados, gracias a la luz interior encendida en nosotros por la Palabra de Dios”[158].

Esta dinámica sobrenatural de la vida en Cristo, nos confirma en la primacía de la gracia y la no primacía de los sentimientos. Y en el gran provecho que tiene para nosotros que el Señor desaparezca de nuestro horizonte sensible a veces con mayor o menos intensidad.

El fracaso de los meros sentimientos

Si la santidad no es una cuestión de sentimientos, poco sentido tendría fundamentar la propia vida espiritual en ellos. Efectivamente, fracasan en contacto con lo divino.

a) El fracaso en materias de fe

Los sentidos y los sentimientos se quedan cortos en las cosas de Dios.

En primer lugar, en materias de fe: no llegan a la realidad sobrenatural.

Efectivamente, lo que creemos está más allá de lo que se ve y se toca, de lo que se siente. La fe no es cuestión de sentimientos, ya que estos son dependientes de los sentidos. Está fuera de su campo específico. La fe es una realidad mucho más profunda: es un acto de abandono en la veracidad y bondad divina, más allá de la propia experiencia sensible y de la propia capacidad de entender.

Por definición, no puede ser de otra manera porque precisamente creemos lo que no vemos. Quien dice que sólo creerá lo que vea y toque, no sabe de qué está hablando[159] y está excluyendo por principio la fe de su vida[160]. Si una persona necesita sentir para creer, en realidad no está creyendo a Dios sino a sus sentimientos.

La fe a veces se siente y a veces no. No tenemos más fe cuando sentimos más, ni menos cuando disminuyen o incluso se apagan los sentimientos. Las masas se entusiasman ante los milagros, y San Juan comenta explícitamente que Jesús desconfiaba de este entusiasmo sensible: “Muchos creyeron en su nombre al ver los

milagros que hacía. Pero Jesús no se fiaba de ellos, porque los conocía a todos, y no necesitaba que nadie le informara sobre el hombre alguno, pues él mismo sabía lo que hay en cada hombre”[161].

De manera que, en materias de fe, no sentir no representa ningún problema.

La fe no es una cuestión de sentimientos. Veamos una explicación de José P. Manglano:

«Es que no puedo creer. No siento a Dios ni nada por ningún lado. Antes, de pequeño, me alegraba al pensar en él, y sentía algo. Pero ahora... nada.»

Un razonamiento así —por otro lado, nada inusual— supone desconocer en qué consiste el acto de creer. Supone olvidar que el sentimiento no forma parte —por decirlo así— de la pelota del creer [el autor acaba de comparar el acto de fe con una pelota de varias capas]. Quien busca el fundamento de su creencia en si siente o no a Dios, ha caído en una trampa: el fundamento objetivo, aquello en lo que uno se basa para creer, no son los sentimientos, sino hechos, signos y realidades ajenas a mi persona.

No cabe ninguna duda de que la persona que cree puede vivir unos sentimientos como consecuencia de su creer, pero estos son ajenos a la estructura misma del creer. Por eso, podríamos decir que en el creer no tiene parte el sentimiento, aunque sí tiene sentimientos la persona que cree.

Es frecuente encontrar personas para quienes todo encuentro con Dios, para ser auténtico y real, debe ir necesariamente acompañado de un sentimiento —que quizá en determinadas circunstancias de su vida han experimentado con particular intensidad—; estos sentimientos serían la garantía de la autenticidad —algo así como una especie de control de calidad espiritual— de su fe. De este modo ‘reducen’ a Dios a determinados momentos de ‘subidón’. Y eso es un error importante. (...)

Dios es un ser independiente de mi persona, y creer es un acto razonable de la persona. El sentimiento es otra cosa, que puede acompañar al acto de creer, pero que no forma parte de él. (...)

Una persona puede sentir mucho y no tener fe, y otra no sentir nada y tener una gran fe[162].

b) Ante la caridad, el sacrificio y los defectos

Lo que acabamos de decir de la fe vale para otras dimensiones de la vida espiritual: los sentimientos no alcanzan. Y si van solos, fracasan.

La caridad no es primariamente una cuestión de sentimientos. No parece, por ejemplo, que San Maximiliano Kolbe haya dado su vida movido por un sentimiento de afecto emotivo hacia la familia de aquel en cuyo lugar moría. En los momentos cruciales —en los cuales se juega lo específicamente cristiano— los sentimientos se hunden. Lo que se nos pide en el ámbito de la caridad, a veces, va directamente contra ellos: perdonar a quien nos ofende, amar a los enemigos, rezar por los que nos persiguen, etc. Nadie nos puede exigir que no sintamos la ofensa, que no nos duela el maltrato, etc. Escapa a nuestras posibilidades sensibles alegrarse ante un insulto o el

desprecio. Si seguimos los sentimientos en este campo, muchas veces no nos conducirán a la imitación de Cristo, sino en dirección contraria. Es cierto que, a base de lucha interior, iremos modelándolos, cristianizándolos: llegaremos a ser mansos y humildes de corazón. Pero de entrada, no responden espontáneamente al espíritu cristiano.

Jesús contrasta lo que se espera de los cristianos respecto a lo que hacen espontáneamente los que no lo son. Y el punto es precisamente ir más allá de los sentimientos: “Si amáis a los que os aman ¿qué mérito tenéis? ¿No hacen también eso los publicanos? Y si saludáis solamente a vuestros hermanos, ¿qué hacéis de más? ¿Acaso no hacen eso también los gentiles?”[163] No se trata solamente de amar a los que nos caen simpáticos, de corresponder al amor de los otros... sino de mucho más.

Y a la hora del sacrificio sucede lo mismo: los sentimientos solos fracasan. De manera que no nos podemos guiar por ellos.

Los sucesos del Triduo Pascual iluminan bastante bien la cuestión.

Los Apóstoles siguieron sus sentimientos en la noche del Jueves Santo... y salieron corriendo, muertos de miedo se escaparon del Huerto de los Olivos y después del Calvario... dejando a Jesús solo.

Es muy interesante considerar que cuando Jesús los fue a recuperar, una vez resucitado, impidió que lo reconocieran: podríamos decir que les cerró el acceso sensible a su persona. Y les explicó las Escrituras (caso de los discípulos de Emaús[164]). Una vez que entienden (la inteligencia descubre los planes divinos), permite que lo reconozcan. Y entonces, se dan cuenta de que desde el primer momento “les ardía el corazón” mientras les hablaba por el camino. Estuvieron con Jesús todo el tiempo, sin sentirlo, sin darse cuenta. Y les hablaba, los acompañaba, los consolaba... hasta compartió con ellos la mesa.

El camino de la santidad incluye defectos, limitaciones y pecados: es la vida de una persona normal que arrastra en sí las consecuencias del pecado original y de sus pecados personales. Ante los fallos, los sentimientos por sí mismos muchas veces fracasan: no tardan en aparecer sentimientos de frustración, de impotencia, etc.

A todos nos es más fácil practicar bien un deporte cuando vamos ganando: el sentimiento de euforia aporta energías. La derrota suele desanimar. Lo mismo se experimenta en el deporte espiritual. Nos moriremos con defectos. Todos los santos los tuvieron, a excepción de la Santísima Virgen María, que fue preservada del pecado original y de sus consecuencias. Quienes buscan la santidad también los tienen. Si uno se levanta, caer no es un fracaso.

Los defectos no son un obstáculo para la santidad, sino un banco de pruebas para nuestro amor a Dios y un tratamiento para conseguir la humildad. (Cualquier duda, consultar el excelente libro *El arte de aprovechar nuestras faltas*[165].)

Si hay lucha, hay amor; más allá del resultado de la misma: amar es distinto de ganar siempre; se puede amar ganando y perdiendo. Cuando somos derrotados, podemos también ganar gracias a la misericordia de Dios. Es obvio que tendremos

que aprender a santificar las derrotas de nuestra vida espiritual. El único fracaso verdadero es dejar de luchar, porque significa dejar de amar.

c) Primacía de los sentimientos: causa frecuente de fracaso personal

El cristiano no debe esperar, para iniciar o sostener esta contienda, manifestaciones exteriores o sentimientos favorables. La vida interior no es cosa de sentimientos, sino de gracia divina y de voluntad, de amor. Todos los discípulos fueron capaces de seguir a Cristo en su día de triunfo en Jerusalén, pero casi todos le abandonaron a la hora del oprobio de la Cruz.

Para amar de verdad es preciso ser fuerte, leal, con el corazón firmemente anclado en la fe, en la esperanza y en la caridad. Sólo la ligereza insustancial cambia caprichosamente el objeto de sus amores, que no son amores sino compensaciones egoístas. Cuando hay amor, hay entereza: capacidad de entrega, de sacrificio, de renuncia. Y, en medio de la entrega, del sacrificio y de la renuncia, con el suplicio de la contradicción, la felicidad y la alegría. Una alegría que nada ni nadie podrá quitarnos.

En este torneo de amor no deben entristecernos las caídas, ni aun las caídas graves, si acudimos a Dios con dolor y buen propósito en el sacramento de la Penitencia. El cristiano no es un maniático coleccionista de una hoja de servicios inmaculada[166].

Desgraciadamente no pocas almas fracasan en su camino espiritual.

A grandes rasgos, podríamos hablar de tres tipos de fracasos espirituales.

Los puntuales: nuestras fallas concretas —pequeñas o incluso grandes—, que no nos apartan de la senda espiritual que llevamos y de las que podemos incluso sacar mucho bien acudiendo con humildad a Dios en la confesión.

Los permanentes, referidos a circunstancias de vida más o menos estables, que suponen el abandono de nuestro camino. Esos fracasos son muy duros, y de ellos se puede salir adelante en la vida cristiana porque Dios siempre perdona, pero dejan cicatrices importantes.

Y el definitivo, único verdadero y radical fracaso —la muerte eterna, el infierno— al que obviamente no nos referimos aquí.

Aquí nos referimos a los que llamamos permanentes.

No nos engañemos: abandonar la práctica religiosa (que se concreta, por ejemplo, en dejar de ir a Misa los domingos) es un fracaso muy grande para un cristiano: no ha sido capaz de descubrir el amor infinito de Dios escondido en la Eucaristía, de valorar el sacrificio de la Misa, etc. De la misma manera, para quien ha comenzado un camino de santidad, contentarse con una vida espiritual mediocre y minimalista significa declararse fracasado en su intento. Y quien abandona su vocación después de haberla asumido, ha fracasado en la misma. Lo mismo vale para quien fracasa en su unión matrimonial (por el divorcio o situaciones asimilables[167]).

No queremos fracasar en el amor de nuestra vida, y para ello es bueno escarmentar en cabeza ajena; es decir, mirar los fracasos ajenos para no cometer los mismos errores.

Detrás de los múltiples factores y causas detectables en estos fracasos, se puede encontrar un punto bastante común: muchas de estas almas no tenían resuelto el papel de los sentimientos en su propia vida. De hecho, cuando abandonan la lucha, suelen explicarlo con frases de este tipo: “No siento nada”, “no tengo ganas”, “no me siento arrepentido”, “estoy cansado de luchar”, “no estoy contento”, “ya no siento nada por ella/él” (esposa/esposo). Es notable pero, todas son consideraciones afectivo-emocionales, suelen basarse en estados de ánimos, que derivan después en una decisión de la voluntad: “No va más”. ¿Por qué ir a Misa si no lo siento?, ¿por qué seguir casado si no siento lo que sentía por ella?, etc.

Es fácil descubrir, detrás de estos planteos, una crisis de esperanza: quienes así razonan no son capaces de remitir a la vida eterna y ni siquiera a una mejora de la situación en que se encuentran. Si se cierra el futuro, sólo queda lo que siento ahora, absolutizado[168]. Paradójicamente, no se dan cuenta de la inestabilidad de los sentimientos, que les llevan a tomar decisiones que serán permanentes.

Uno de los grandes temas de la vida cristiana —que no es trágico— es ser capaces de amar cuando los sentimientos fallan. Para esto hay que entender bien su función y su papel en la vida interior y querer amar de verdad.

Muchos de estos fracasos a los que acabamos de hacer referencia se deben a que quizá esas personas no estaban dispuestas a pasarlo un poco mal, a no sentirse bien. Quizá, inconscientemente, pensaban que Dios tendría que garantizarles la estabilidad anímica, y que si, por una temporada, no se sentían bien en lo que hacían, era señal de que tenían que dejarlo porque ya “no me sirve”.

Para llegar a amar de verdad
hemos de seguir amando cuando los sentimientos fallan.
Tenemos que aprender a amar también sin sentimiento,
aprender a amar también sufriendo.

Hablaremos en el próximo capítulo del tema del dolor, y en el sexto ocuparemos de los problemas de los sentimientos específicamente en la vida de oración.

Hacia la unión de amor con Dios

a) La unión en la oración

La Redención realiza de un modo admirable la vocación del hombre a “participar, por el conocimiento y el amor, en la vida de Dios”[169]. Mucho más que un acercamiento, se trata de vivir en Dios, algo que como ya dijimos lo diviniza cuando se une por el amor con Dios

La unión del hombre con Dios es estrictamente un misterio: algo que sobrepasa nuestra capacidad de entender, pues va más allá de cualquier experiencia que

podamos tener a nivel simplemente humano. Nos hace trascender el ámbito creado para introducirnos en Dios.

Unión de la criatura con el Creador. De un ser finito con el infinito. Del límite con el inconmensurable. Perderse en Dios, sin disolverse en Él, ni perder la identidad. Poseer a Dios y que Él nos posea: Él en nosotros y nosotros en Él.

En la Encarnación tenemos una muestra de hacia dónde apunta el amor de Dios. Algo que pedimos al realizar un gesto muy expresivo en el Ofertorio de la Misa: mezclar unas gotas de agua en el vino, “signo de nuestra participación en la vida divina de quien ha querido compartir nuestra condición humana”[170].

Hay cosas que nos parecen muy normales y corrientes, pero no lo son. Una de ellas es la oración: entrar en comunión con Dios. Es un misterio del todo singular. No es una cuestión emotiva, sino una realidad sobrenatural muy profunda (en la que tienen también parte los sentimientos).

La oración no consiste en enviar mensajes al cielo como quien envía un mensaje de texto, un fax, un mail, o una carta. Algo que “le llegará a Dios” y Él ya responderá...

La oración es un lugar de encuentro; y más aún, de unión.

Por esta razón conviene recordar que la oración sólo brota bien en un alma en gracia, es decir, libre de pecados mortales. A la hora de rezar, es de suma importancia quitar los obstáculos que nos separan de Dios. En la confesión frecuente —por la purificación del alma y el aumento de la gracia— el alma adquiere una mayor sintonía con Dios, sin la cual se hace más difícil esa unión.

La unión con Dios se realiza fundamentalmente en la oración. El Catecismo de la Iglesia Católica comienza su cuarta parte —dedicada a la oración— señalando que el misterio cristiano “exige que los fieles crean en él, lo celebren y vivan de él en una relación viviente y personal con Dios vivo y verdadero. Esta relación es la oración”[171]. Es decir que, sin pretender dar una definición, de hecho define la oración como la relación viva y personal del alma con Dios.

El cauce de nuestro amor a Dios pasa primariamente por la oración en sus variadas formas: litúrgica (los actos de culto, los sacramentos, la liturgia de las horas), vocal (diversas oraciones, rosarios, novenas, etc.), meditación, contemplación, canto, poesía, presencia de Dios, lectura espiritual...

Difícilmente se pueda exagerar la importancia de la oración en la propia vida. No es que la unión con Dios dependa de ella, como una consecuencia: la realiza en sí misma. Rezar —si se reza de verdad— es entrar en comunión con Dios.

En cambio, es muy peligroso no darle toda la importancia que tiene. Como enseña Juan Pablo II, “se equivoca quien piense que el común de los cristianos se puede conformar con una oración superficial, incapaz de llenar su vida. Especialmente ante tantos modos en que el mundo de hoy pone a prueba la fe, no sólo

serían cristianos mediocres, sino ‘cristianos con riesgo’. En efecto, correrían el riesgo insidioso de que su fe se debilitara progresivamente, y quizás acabarían por ceder a la seducción de los sucedáneos, acogiendo propuestas religiosas alternativas y transigiendo incluso con formas extravagantes de superstición. Hace falta, pues, que la educación en la oración se convierta de alguna manera en un punto determinante de toda programación pastoral”[172].

La oración es un camino de unión con Dios. Según el decir de Juan Pablo II, un arte en el que el cristiano debe ser experto. Algo que no hemos de dar por supuesto, que hemos de aprender[173]. Un camino en el que se “puede avanzar, como verdadero y propio diálogo de amor, hasta hacer que la persona humana sea poseída totalmente por el divino Amado, sensible al impulso del Espíritu y abandonada filialmente en el corazón del Padre”[174]. Diálogo de amor, ser poseídos por el amor de Dios... no son metáforas. Es una meta para todos. Es un objetivo concreto para nuestra vida. Y un punto para la reflexión y el examen para saber en qué situación nos encontramos.

La unión con Dios —como el amor— está llamada a crecer. La oración no es una mecánica repetición de fórmulas, ni la asistencia formal a ceremonias litúrgicas, sino un camino de amor: es un encuentro personal con Dios. Detrás de toda forma de oración, es necesaria la oración mental, que garantiza el grado de intimidad con Dios necesaria para que el resto de las formas de oración sean auténtica oración.

La oración es un diálogo. Pero un diálogo especial: no sólo se intercambian mensajes, información, palabras. Un diálogo personal. Intercambio amoroso. Entrega mutua.

Una pequeña imagen: en verano expuestos al sol, nos quemamos; en presencia de Dios nuestro ser adquiere también una tonalidad divina.

La oración pertenece al misterio de la unión con Dios. No es sólo cuestión de lo que hacemos nosotros (y menos de lo que sentimos), sino sobre todo de lo que hace Dios en nosotros.

Pero no es un camino fácil: hay dificultades. “Se trata de un camino sostenido enteramente por la gracia, el cual, sin embargo, requiere un intenso compromiso espiritual que encuentra también dolorosas purificaciones (la «noche oscura»), pero que llega, de tantas formas posibles, al indecible gozo vivido por los místicos como «unión sponsal»”[175]. Es aquí donde aparecen los problemas con los sentimientos. Y resulta de vital importancia resolverlos. A tal punto que quien no los resuelve no podrá avanzar en su vida espiritual. De esto nos ocuparemos más adelante.

b) “Meterse” en Dios: la oración mental

Et in meditatione mea exardescit ignis[176]

Hemos de llegar a ser alma de intimidad con Dios, almas de oración. Y el camino que a ello nos conduce es el de la oración mental. Oración hecha de

consideraciones, reflexión, silencios, pedidos, afectos, desahogos, alabanza, examen de conciencia, petición de perdón, expresión de deseos, sueños de amor y apostolado, propósitos... y las mil cosas más que pueden entrar en la relación de dos personas que se quieren (en este caso, Dios y cada uno de nosotros). Oración de elaboración propia (que no quita mérito ni valor a unirnos de todo corazón a lo que otros han rezado y rezan: oración vocal).

El Catecismo de la Iglesia Católica distingue entre la oración vocal, la meditación y la oración contemplativa[177]. La segunda y la tercera entran en lo que nosotros aquí llamamos oración mental. La explicación de ambas del Catecismo es muy práctica, por lo que es muy recomendable estudiar detalladamente lo que ahí se enseña y aplicarlo a la propia oración para así enriquecerla.

Ese texto magisterial nos habla de la necesidad vital —es decir, condición para que pueda haber vida espiritual— de la meditación, con una expresión verdaderamente fuerte: “Un cristiano debe querer meditar regularmente; si no, se parece a las tres primeras clases de terreno de la parábola del sembrador (Cf. Mc. 4,4-7.15-19)”[178]. Aquí hay que detenerse un momento. No sé si te has dado cuenta de que lo dice: que quien no quiere hacer meditación de modo regular —quien no se lo propone, al menos— no puede dar fruto. No deja margen. La meditación no es sólo una opción aconsejable: es estrictamente necesaria para cultivar el amor de Dios. ¿Por qué es tan necesaria? Porque la Palabra de Dios sólo da fruto en un clima de recogimiento interior y de oración. De otro modo, no llega a germinar (como sucede a la semilla caída en el camino), se muere apenas brota (caso del terreno pedregoso) o la asfixian otras preocupaciones (espinas).

En la meditación comienza todo. Necesitamos pensar las cosas, profundizarlas. El misterio de Dios es infinito. La riqueza de la vida cristiana es insondable. Meditar para entender, para vivir, para disfrutar, para mejorar, para amar...

Nos cansamos, nos aburrimos, nos entra la monotonía: sólo en la meditación redescubrimos la grandeza de lo que se había tornado insípido por acostumbramiento.

Necesitamos conocernos, mirar para adentro. Reflexionar sobre nuestros pensamientos, ideales, sentimientos, acciones y vida.

Es el punto de arranque de la santidad. Todo lo que tenemos que mejorar, lo mejoraremos a partir de la meditación: ¿necesito más presencia de Dios? Meditemos en ella. ¿Falto a la caridad con frecuencia? Meditemos en el amor de Cristo y en cómo son nuestras relaciones con quienes nos rodean y cómo queremos que sean. Y un largo etcétera. Resulta difícil la lucha interior concreta sin meditación habitual.

Pero eso no lo es todo. Lo más importante es otra cosa: la meditación abre paso a la unión. Aquí está lo que más nos interesa. Muchas veces la oración mental discurre en tres pasos: lectura (leemos para inspirarnos), meditación (reflexionamos sobre lo leído y los panoramas que nos ha abierto), unión (diálogo, afectos, resoluciones). Lo central es lo tercero.

La meditación ya es oración mental, pero hemos de dar el paso hacia el encuentro personal al que esa reflexión nos conduce.

En la oración mental debería haber inspiraciones, afectos y propósitos. Intervenir la inteligencia, los afectos y la voluntad. Rezar con todo nuestro ser.

Oración personal. Lo que significa personalizada y, por tanto, única: nadie puede rezar como yo (no por lo bien o mal que lo haga; sino porque una relación de amor, no se puede copiar, es única: somos distintos), ni siquiera yo puedo hacer dos oración iguales (mis circunstancias y estados varían).

No olvidemos que estamos llamados —¡todos!— a la unión mística con Dios.

c) Los vaivenes afectivos

Esta maravillosa unión con Dios pasa por todos los estados anímicos posibles en la vida de una persona. Es decir, en la relación con Dios, nuestros sentimientos los sentimientos van y vienen...

Puede parecer curioso. La profundidad con que a veces vemos el misterio metidos totalmente dentro de él y la cerrazón de otros momentos en que todo lo sentimos como una fábula irreal. Contrastes. Luces y sombras. Grandezas y pequeñeces. Emociones y desolaciones.

Momentos en que la oración brota como un río caudaloso. Sin esfuerzo. Incontenible. Apasionante.

Tiempos de claridad absoluta. Gozosos. Felices. Desbordantes de luz. Una luz que es amor, que llena el alma. Borrachos de Dios, como los Apóstoles el día de Pentecostés.

Momentos que el alma querría atesorar, conservar, hacer que duren para siempre, como Pedro en el Tabor. Pero, no, habrá que esperar al cielo...; y mientras, el alma recurre a escribir sus experiencias espirituales como una forma de conservarlas, de que no se le pierdan en el olvido.

Con tanta variación afectiva, habrá ocasiones en que los sentimientos parezcan muertos (porque no somos capaces de sentir nada); e incluso, en que sintamos que no existe nada que pueda ser sentido, como si estuviéramos solos ante la nada.

Y momentos de rebeldía, en los que habrá que tener la humildad de “bajar la cabeza”. Aprender a seguir a Dios, cuando los sentimientos quisieran hacerse con el control de la vida y llevarnos por otros caminos.

Y sin embargo, la clave del éxito (por supuesto nos referimos a la santidad, no al éxito emotivo) está sobre todo en nuestra respuesta en esos momentos de oscuridad y de crisis.

Ahí se juega el partido más importante de nuestra vida.

Los sentimientos y la valoración de la vida espiritual

Como en los demás ámbitos de nuestra vida, nos gustaría constatar nuestro crecimiento y nuestros éxitos. Saber cómo va mi vida espiritual. Es natural que tengamos esta inquietud: ¿avanzo?, ¿progreso? ¿Cómo comprobarlo? ¿Cómo medirlo?

Pero, en las cuestiones de santidad no podemos medir el nivel alcanzado. No existe un santidómetro, que nos señale los grados o kilos de santidad alcanzados.

Y menos podemos sentir ese nivel. Si una persona se sintiera muy santa... sería señal de que está muy lejos de serlo... Hay quienes, a veces, se lamentan de sentirse lejos de Dios. Este sentimiento no significa que lo estén. Se puede estar muy cerca, ser muy santo y no sentir nada. Lo importante no es lo que siento —emoción, paz, gusto, serenidad...—, sino cuánto agrado a Dios: la adoración, acción de gracias... qué le brindo, cuánto lo sirvo, y sobre todo, su acción santificadora en mi alma.

Esto es así a tal punto que ni siquiera el estado de gracia es objeto de sentimiento: no puedo sentir que estoy en gracia. Como enseña el Catecismo de la Iglesia Católica:

Siendo de orden sobrenatural, la gracia escapa a nuestra experiencia y sólo puede ser conocida por la fe. Por tanto, no podemos fundarnos en nuestros sentimientos o nuestras obras para deducir de ellos que estamos justificados y salvados. Sin embargo, según las palabras del Señor: “Por sus frutos los conoceréis” (Mt 7,20), la consideración de los beneficios de Dios en nuestra vida y en la vida de los santos nos ofrece una garantía de que la gracia está actuando en nosotros y nos incita a una fe cada vez mayor y a una actitud de pobreza confiada.

Una de las más bellas ilustraciones de esta actitud se encuentra en la respuesta de santa Juana de Arco a una pregunta capciosa de sus jueces eclesiásticos: “Interrogada si sabía que estaba en gracia de Dios, responde: ‘Si no lo estoy, que Dios me quiera poner en ella; si estoy, que Dios me quiera guardar en ella.’” (Juana de Arco, proc.)[179].

De la misma manera, el valor de la oración no se mide por la intensidad de los sentimientos que suscita en nosotros, sino por la gloria que da a Dios y la santificación de nuestras almas. La gracia, por ser una realidad espiritual, no se siente en sí misma. A veces se pueden sentir las consecuencias de la amistad con Dios: serenidad, paz, alegría.

Se trata de un error muy frecuente. Así, pensamos satisfechos “¡Qué buena oración hice!” cuando nos hemos sentido bien en la oración; y “¡Qué oración más pobre me salió!”, cuando no logramos suscitar buenos sentimientos. Una oración que sale “aburrida” a pesar de nuestra voluntad de agradar a Dios expresa mucho amor y es mucho más valiosa de lo que muchas veces suponemos.

¿Éxito, fracaso en la oración? Consideremos la valoración que hace el punto 464 de Camino:

Mira qué conjunto de razonadas sinrazones te presenta el enemigo, para que dejes la oración: “Me falta tiempo” —cuando lo estás perdiendo continuamente—; “esto no es para mí”, “yo tengo el corazón seco”...

La oración no es problema de hablar o de sentir, sino de amar. Y se ama, esforzándose en intentar decir algo al Señor, aunque no se diga nada.

Entonces, se reza, se ama, aunque no salga nada. Que los sentimientos no respondan no quiere decir que lo que hacemos carezca de valor. Y menos aún es verdad que sea una hipocresía rezar cuando no se siente nada, de la misma manera que no lo es tratar bien a alguien que me cae antipático: es caridad pura. Si alguien hace algo por mí, con esfuerzo, venciendo, con sacrificio, valoraré más lo que hace, nunca menos.

Tampoco el dolor de los pecados requerido por la confesión es susceptible de medición sensible. El Catecismo de la Iglesia, citando al Concilio de Trento, habla de la necesidad de “un dolor del alma y una detestación del pecado cometido con la resolución de no volver a pecar”[180]. Ese dolor es un dolor de amor, no necesariamente sentido.

La gravedad del pecado no depende de los propios sentimientos: de lo espantoso o agradable que el pecado resulte al pecador, ni el perdón procede de este sentimiento, sino de la gracia del sacramento obtenida por Cristo. El bien y el mal tienen una dimensión objetiva —que no es única, pero es la primaria—. Me puede doler muchísimo una falta pequeña y puede dolerme muy poco un terrible sacrilegio, sin que estos sentimientos cambien la gravedad de los pecados.

El dolor que se nos pide está muy bien expresado en el Pésame: “...mucho más me pesa porque pecando ofendí a un Dios tan bueno y tan grande como Vos”. Procede de contemplar la bondad de Dios, su amor, su ley, nuestra ofensa... y sobre todo la Pasión Redentora de Jesús.

Espontaneidad y sacrificio

La autenticidad y la espontaneidad son muy valiosas pero no tienen un valor absoluto; y mucho menos imponen que debamos seguir los sentimientos sin intervención de la razón o la voluntad. Seríamos esclavos de lo que sentimos. Lo que siento debe ser juzgado por la razón, ya que puedo sentir cosas que son malas, absurdas o ridículas. Mi vida no debería ser dirigida por los sentimientos. Deberían regir la inteligencia y la voluntad: buscar la verdad y vivir según el amor. Un comportamiento no inteligente es un comportamiento incorrecto, aunque sea muy sentido. Autenticidad se opone a falsedad, a hipocresía. Espontaneidad no se opone a reflexión. Significa actuar según lo que tengo adentro. Y lo más profundo de mí son mis convicciones y mis objetivos.

En el otro extremo hemos de decir que tampoco es verdad que cuanto más cuesta algo, vale más... como si el valor dependiera de nuestro esfuerzo. En el terreno sobrenatural las cosas valen el amor que expresan. El sacrificio, en principio, manifiesta mucho amor, pero debemos estar atentos porque uno podría sacrificarse por orgullo, y esto no sería ni meritorio ni santo. No es el esfuerzo lo que aumenta el valor, sino el amor.

Los sentimientos no siempre muestran el camino; a veces incluso llegan a oscurecerlo. Sucede cuando, ciegos, no vemos nada; estamos insensibles y parece que todo da lo mismo... Hemos de guiarnos por la inteligencia y la voluntad, pero también de la ayuda de que Dios nos brinda a través de sus instrumentos.

Siempre necesitamos la dirección espiritual para guiarnos en el camino a la santidad, pero más que nunca cuando no vemos, cuando no sentimos. Hemos de dejarnos conducir, dejarnos ayudar. Debemos estar muy atentos porque —aunque sea paradójico— cuanto menos vemos, más nos cuesta dejarnos guiar por los demás.

El amor en la rectitud de nuestra intención

Hay algunas preguntas que, si no nos las hacemos, deberíamos hacérselas. “¿Para qué rezamos cuando rezamos?” es una de ellas.

Son preguntas que nos conducen a la problemática de la rectitud de intención. Una clave fundamental en la ética cristiana, y también en la cuestión del amor y de los sentimientos en la vida interior.

La intención señala la dirección de la voluntad, la orientación del amor: qué buscamos, qué queremos en lo que hacemos, omitimos o padecemos. Siendo la santidad una cuestión de amor, no basta con cumplir las cosas que Dios nos pide; es también central el amor que nos mueve. Por eso muy importante saber por qué hacemos las cosas que hacemos. Una intención espuria corrompería la bondad de lo que se ha hecho; una intención menos santa le quitaría mérito; una intención enamorada llenaría de valor la acción más pequeña. Esto porque la intención —el objetivo buscado, lo que en realidad se quiere con lo que se hace— nos habla del amor que reina en el corazón.

Nos interesa mucho que nuestra intención sea recta, noble, santa: que busquemos de verdad amar a Dios y no solamente un beneficio humano.

Jesús se vio en la necesidad de advertirnos sobre este punto, cuando nos animó a no desperdiciar el mérito de nuestra oración, ayuno o limosna, enredados en el deseo de quedar bien: “Guardaos de practicar vuestra justicia delante de los hombres para ser vistos por ellos; de otro modo no tendréis recompensa de vuestro Padre que está en los cielos”[181]. Y tengamos en cuenta que entre esos hombres que contemplan nuestro obrar, estamos incluidos nosotros mismos: es decir, la advertencia de Jesús no pide no hacer las cosas buscando sólo nuestra complacencia interior.

Cuando la necesidad manda

Son muchos los motivos que nos llevan a rezar: una necesidad, que me ayude en mis cosas, porque nos hace sentir bien, agradar a Dios, conseguir la gracia que necesito para ser un buen hijo de Dios, vivir en su presencia, agradecer su bondad, etc. Algunos más elevados, otros más terrenales. Nos muestran qué queremos de Dios y cómo lo queremos. Normalmente se entremezclan en nuestro corazón.

Si, por otro lado, miramos al tipo de oración, encontramos varios modos de rezar. El Compendio del Catecismo enseña que “las formas esenciales de oración cristiana son la bendición y la adoración, la oración de petición y de intercesión, la acción de gracias y la alabanza”[182]. Todas ellas son importantes, ya que expresan las distintas actitudes que hemos de tener ante Dios.

Hay quienes sólo recurren a Dios en caso de necesidad. Sólo hacen oración de petición y sólo piden la resolución de problemas terrenales. Esto es bueno: supone reconocer a Dios como Padre, confiar en su bondad y poder, la humildad de saber que

lo necesitamos, etc. Sabemos que Dios quiere ser rogado, es parte de su paternidad. Resulta claro en los Evangelios: “Pedid y se os dará...”, “quién de vosotros, si un hijo le pide un pan...”[183] Pero al mismo tiempo el amor es desinteresado. De aquí que en esta actitud haya un problema, que reside en el sólo: si sólo recurrimos a Dios para que nos solucione problemas, y sólo ante necesidades temporales, no es difícil reconocer en nuestro corazón bastante materialismo y egoísmo.

Charlaba un sacerdote con un chiquito sobre su oración. Nunca dejaba de rezar por la noche... pero a la mañana jamás se acordaba. Le preguntó: “¿Y por qué no rezas a la mañana?” “Es que a la mañana no tengo miedo...” El miedo lo obligaba a rezar: no se podía acostar sin hacerlo porque se sentía desprotegido. Era bueno que rezara de noche; el problema es que no se acordaba de Dios el resto del día. El miedo lo despertaba de su olvido de Dios (y en este sentido tenía su lado bueno). Pero tenía que aprender a amar a Dios, no sólo buscar en Él un protector.

Hemos de buscar a Dios mismo y por Él mismo, no sólo las cosas que Dios puede concedernos (incluida la vida eterna).

Sentirse bien

Como los sentimientos nos hacen “sentir bien” o “sentir mal”, con cierta facilidad —si uno se descuida— puede verse envuelto en una carrera por autocomplacerse. Buscar lo que le hace sentir bien, rehuir lo que hace sentir mal, independientemente de qué se trate: si cosas buenas, malas, necesarias, convenientes, obligatorias, prohibidas, etc. La inclinación es normal. Pertenece a nuestra naturaleza tendencial. El problema se presenta cuando los sentimientos se convierten en el criterio rector de la vida y las decisiones, incluida la vida espiritual.

Sentirse bien es bueno. Hace más fácil trabajar bien, rezar bien, servir a los demás... Pero si se buscara por sí mismo, podría convertirse en la motivación principal y, entonces el alma se llenaría de egoísmo. El amor a Dios y a los demás quedaría entonces desplazado y las obras buenas perderían su valor principal que deriva del amor.

Evitar sentirse mal es bueno. Pero si se busca por sí mismo, llevará a evitar muchas cosas buenas que deberíamos realizar, incluso si nos hacen sentir mal; o moverá a hacer otras malas que deberíamos evitar aunque nos brindaran placer.

Intención recta: buscar a Dios y las cosas de Dios por Dios mismo. Esto es la santidad.

Como todos tenemos soberbia y egoísmo —obviamente en distintas medidas, pero nadie se salva de ellas—, la tarea de rectificar la intención será una constante en nuestra vida.

¡Amar!

Muestra de amor: acudir a Dios cuando no necesitamos nada. Buscarlo también cuando no sentimos nada.

Nuestra intención no es simple, sino que en ella se mezclan amor a Dios e intereses egoístas; ideales nobles con vanidad, etc. Y así tenemos que purificar la intención constantemente, para que sea cada vez más santa y evitar que el egoísmo mande en la vida espiritual.

Egoísmo y vida espiritual

Las personas que están pendientes de sí mismas, que actúan buscando ante todo la propia satisfacción, ponen en juego su salvación eterna, y ya ahora son inevitablemente infelices y desgraciadas. Sólo quien se olvida de sí, y se entrega a Dios y a los demás —también en el matrimonio—, puede ser dichoso en la tierra, con una felicidad que es preparación y anticipo del cielo. Durante nuestro caminar terreno, el dolor es la piedra de toque del amor[184].

Amar supone amar a Dios, amarnos a nosotros mismos y amar a los demás. A Dios, por sí mismo; y, en el caso de las criaturas (es decir, a nosotros y a los demás), por amor a Dios.

Cuando el amor se desordena —se desorbita, pierde sentido, proporción, etc.— se parece a las células cancerígenas: células normales que se vuelven locas y acaban destruyendo el organismo. El amor desordenado puede corromperse en egoísmo (que también es amor, pero un amor perverso, que hace daño: amor a sí mismo desordenado).

El egoísmo puede, de esta manera, infectar el amor a Dios y a los demás y convertirlo en una forma de amarse egoístamente a sí mismo (y no como uno debería amarse: por amor a Dios).

Es el caso de aquel marido fanático del queso. Cada tanto llegaba a su casa muy contento con una sorpresa para su mujer: “Querida, ¿a que no sabés qué te traje de regalo?”, le decía, enigmático. Y la pobre esposa, con expresión de hartazgo, le respondía: “Sí, ya sé...: ¡queso!”. Le regalaba lo que le gustaba a él: era un regalo a sí mismo, disfrazado de regalo a su esposa: egoísmo camuflado de amor.

En un libro entrevista le plantearon al entonces cardenal Ratzinger que la mayor parte de la gente considera el amor, en primer término, como el hecho de ser amado. La respuesta del hoy papa Benedicto XVI advierte sobre el peligro del planteo: “Esta actitud corrompe la esencia del amor. Cuando sólo se quiere tener amor, es justo cuando no se recibe, y uno se vuelve egoísta, podrido, hecho que, lógicamente, también percibe el otro. Aprender a superarse y a entregarse uno mismo, aprender a regalar, incluso sin recibir nada a cambio, forma parte del camino del aprendizaje del amor”[185].

En nuestra vida espiritual nos encontraremos con altibajos emocionales. Nuestra relación con Dios no es distinta de nuestras relaciones con las personas que queremos acá en la tierra. Amamos con el mismo corazón. Por eso no tiene que extrañarnos que sufra el mismo tipo de vaivenes: pasará por conflictos, crisis, exaltaciones, similares a las que sufren las relaciones humanas. De aquí que todos los autores espirituales católicos insistan en que no se deben priorizar los sentimientos en la vida espiritual.

Sería muy egoísta la actitud de quien dejara de rezar cuando deja de sentir: como si con su oración sólo buscara sentirse bien y cuando no lo consigue, la abandonara porque “no me sirve”. Lo mismo puede decirse de la Misa, como

veremos enseguida. Quien ama se lo pasa bien con el amado, pero no es eso lo que busca; y no lo abandona cuando deja de sentirse bien con él.

Quien busca dar gloria a Dios, sabe prescindir de sus sentimientos: busca agradarlo, aunque no saque nada de provecho personal.

Es bueno sentir gusto en la oración. Dios nos lo da, para mostrarnos que nos quiere.

Pero quien rezara para sentirse bien —es decir, quien buscara primariamente eso— estaría buscándose a sí mismo en la oración en lugar de buscar a Dios: la suya sería una oración egocéntrica, y por lo mismo, egoísta.

Sería un verdadero contrasentido amar a Dios ¡de modo egoísta!

Por otro lado, hay que tener en cuenta que cada tanto es necesario que los sentimientos desaparezcan: Dios nos quita los sentimientos para que le mostremos que lo queremos. Es parte del camino de crecimiento espiritual. La Teología Espiritual lo llama “la noche oscura del sentido”. Y si seguimos creciendo, después vendrá otra noche, “la noche del espíritu” —más profunda aún—. No hay que tenerles miedo, porque Dios sostiene, si uno se abandona en Él (lo que no es tan fácil de hacer como de decir...).

Una aclaración. Estos tiempos de prueba no están delineados, limitados, ni son únicos. El alma va madurando a través de distintas purificaciones, unas más largas y otras más cortas, unas más intensas y otras más suaves, de distinto tipo. No hay reglas fijas: somos distintos y Dios nos trabaja uno a uno. Sí hay lineamientos generales, que surgen de las experiencias de los místicos y de los estudios de los teólogos. Volveremos sobre este tema, en el último capítulo, cuando no ocupemos de la cuesta arriba de nuestro camino interior.

Se nos pide rectitud de intención, amor fiel. Más allá de las distintas coyunturas afectivas por las que atravesemos en la vida.

Los autores espirituales son muy claros en este campo. Veamos dos párrafos de Eugene Boylan:

La oración fracasa frecuentemente porque no la consideramos como un medio por el cual nos entregamos a Dios. Demasiado a menudo buscamos consolaciones, y nos buscamos a nosotros mismos de hecho, aunque sea en un plano espiritual[186].

Si un alma va a la oración con el fin de entregarse ella misma a Dios, con su mente resuelta a atender a Dios y nada más, en la medida de su capacidad, y se resigna a todas las pruebas, arideces o distracciones que la Providencia permita, su oración, incluso aunque parezca que es un fracaso completo y casi una pérdida de tiempo, es, sin embargo, el holocausto que más place a los ojos de Dios, el cual atraerá muchas más gracias al alma y le hará avanzar mucho más hacia la unión con Dios[187].

El caso de la Misa

La relación de la Misa con los sentimientos se evalúa de la misma manera que el resto de la vida espiritual. Aunque no requeriría un tratamiento especial, dedicaremos unos párrafos a una confusión quizá demasiado extendida.

No es mi intención explicar aquí por qué un católico debe asistir a Misa el domingo. Lo doy por supuesto[188].

Me preocupa haber encontrado no pocas personas a las que les han aconsejado —incluso sacerdotes— no asistir a Misa el domingo “si no lo sentían”. De ser cierto este consejo, significaría que el criterio moral para evaluar la conveniencia de la asistencia a Misa sería el siguiente: “Si lo sentís, tenés el deber de ir a Misa; si no lo sentís no tenés que ir (o al menos podrías no ir)”. Es un planteo que hace decisivos, desde el punto de vista moral, los sentimientos.

Si, con una pizca de ironía, nos situáramos en una actitud de buscar excusas para no ir a Misa, el asunto sonaría de tal manera que sentirse bien en Misa sería una carga, que me obliga a ir; y sentirse mal con la Misa, una fuerza liberadora del precepto. Ya se ve que hay algo que no funciona.

En efecto, si consideramos racionalmente la postura, nos daremos cuenta de que es sencillamente un disparate.

De entrada, sabemos qué nos pide Dios en primer lugar: “Amarás al Señor tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu mente, con toda tu alma y con todas tus fuerzas”. No nos pide buenos sentimientos, ni hacia Él, ni hacia la Misa, sino que amemos “con obras y de verdad”... en lo que se incluye el cumplimiento de los preceptos de la Iglesia.

El criterio señalado, además de equivocado, es inaplicable. Para poder usarlo tendríamos que descubrir primero de qué sentimientos se trata: sentir ganar de ir a Misa, sentir emoción en Misa, aburrirse en Misa, sentir pereza, sentir simpatía o enojo con el sacerdote, sentir más ganas de otras cosas y un largo etcétera de posibles sentimientos. Una vez aclarado qué tipos de sentimientos aconsejarían no asistir a Misa, habría que preguntarse qué intensidad de sentimiento sería necesaria para excusar de pecado o cometerlo.

El argumento usado como justificante del abandono de la práctica religiosa, supone además ignorar varias realidades:

- Desconocer el valor salvífico de la Misa, más allá de los sentimientos de los asistentes.
- Desconocer el valor de la obediencia a las leyes de la Iglesia.
- Desconocer el sentido del deber.
- Desconocer el valor del sacrificio como expresión de amor.
- Desconocer la psicología humana, ya que si dejo de hacer cosas buenas —está fuera de discusión la bondad del sacrificio Eucarístico— que me cuestan, difícilmente tendré ganas de hacerlas después. Y menos aún llegar a apreciarlas.

El consejo sería válido si la única función de la Misa fuera suscitar en quienes participan buenos sentimientos. Si fracasara en tal intento —que sería su única razón de ser— efectivamente sería inútil, y no nos serviría para nada la asistencia a la misma.

Pero la Misa es una acción divina, que santifica al mundo. Hay en ella mucho más de lo que veo, de lo que toco, de lo que siento. De manera que la Misa me sirve mucho más de lo que puedo darme cuenta; es más, no sólo me sirve: la necesito para tener vida eterna.

En el caso de la Misa dominical hay en juego algo más que la piedad: un precepto de la Iglesia[189]. Y el cumplimiento de las leyes va más allá de los sentimientos. En este caso, además, se trata de un precepto que obliga gravemente (es decir, que su incumplimiento, en principio, es grave). Un legislador jamás contemplaría entre las causas excusantes del cumplimiento de la ley la carencia de sentimientos: los sentimientos no tienen lugar en el ámbito jurídico porque no pueden ser medibles objetivamente.

Si una persona flaquea y por debilidad falta a Misa el domingo, con humildad pedirá perdón al reconocer su falta, y Dios la perdonará. El problema aparece cuando se intenta justificar la falta, para que deje de ser falta. Entonces, se confirma en el camino del abandono del cumplimiento de sus deberes religiosos. Y esto, lejos de acercarla al amor de Dios, la alejará de su presencia.

Por otro lado, no hay que perder de vista que invocar la falta de sentimientos como excusa puede ser ofensivo. En efecto, en las relaciones humanas, la falta de sentimiento no exime del cumplimiento de deberes familiares o sociales. Por el contrario, si ése es el motivo del incumplimiento, lo hace más ofensivo. Si no asisto a la celebración del cumpleaños de un amigo, seguramente podrá entender las razones que me lo impiden. Pero si me justifico diciendo que no me dice nada su persona y su celebración, lejos de excusarme, la explicación hará más dolorosa mi ausencia, la convertirá en un auténtico desprecio.

Seguramente, lejos de agradarle que un cristiano no vaya a Misa porque no lo siente, a Dios le resulta más ofensivo. Y le duele que no haga ningún esfuerzo por superar esa falta de sentimiento para estar con Él.

Quien fuera a Misa sólo porque lo hace sentir bien y sólo cuando lo hace sentir bien, está planteando su relación con Dios sobre el egoísmo. ¿Qué es sino egoísmo buscar la propia satisfacción sensible en lo que hace por Dios?

En efecto, detrás del abandono de la Misa porque no siente nada por ella, hay egoísmo. Cuando sólo se busca “sentirse bien”, si no se lo consigue, se abandonara la Misa porque no sirve para lo que la quiero (que me haga sentir bien). Pero no vamos a Misa a sentirnos bien, sino a participar del mayor acto de amor de Dios por los hombres; no vamos a pasárnoslo bien, sino a dar a Dios el culto que merece

ofreciéndole nada menos que la entrega de Cristo y a buscar la gracia que necesitamos para ser buenos hijos de Dios. El valor de esto está mucho más allá de lo que yo pueda sentir.

A Dios no le molesta que no sienta nada y sí le ofende que no le haga caso. Él sabe bien cómo es mi estado interior. Quiere que lo ame, incluso cuando mis sentimientos no me facilitan ese amor.

Posiblemente la mayor parte de la gente que deja de ir a Misa lo haga por motivos afectivos: no siente nada, se aburre, no tiene ganas. Tienen fe, dicen amar a Dios, pero no los llena, no sienten nada. Y es la mayor donación de Dios a los hombres. Es una lástima, pero está muy lejos de justificar la falta de práctica religiosa.

Quienes están en esta situación tienen un problema, y tendrían que buscar cómo resolverlo. Deberían plantearse que la Misa no tiene la culpa. Que la solución no es dejar de asistir, sino intentar que les diga algo, entenderla mejor, vivirla con más intensidad. Dejar de ir a Misa es la peor de todas las soluciones posibles a su falta de sentimientos, porque no soluciona nada. Nunca gracias a dejar de participar en la Misa conseguirán amar más a Dios, y sentir más intensamente ese amor.

A quien se encuentra en esta situación habría que aconsejarle que si falta a Misa los domingos, por favor, no se justifique diciendo que no le dice nada. Eso no lo excusará delante de Dios: es evidente que a quien le pide como primer mandamiento que lo ame, no puede resultarle indiferente que le diga que no siente nada por su compañía.

Y a quien razone de esta manera, habría que decirle que lo piense mejor, porque es un razonamiento que carece de lógica por donde se lo considere.

Por otro lado, habría que reparar en que si ha habido tantas almas enamoradas de la Eucaristía, será que algo tiene, y habrá que ponerse en campaña para descubrirlo. Es todo un desafío.

La Misa del domingo es un baluarte que protege nuestra vida espiritual. Junto con unas pocas oraciones a la noche constituye el mínimo de vitalidad espiritual que necesitamos. Sirve de punto de referencia inferior: nos señala el máximo hasta donde podemos aflojar si no queremos apartarnos de Dios, de dónde no pasar si nos vemos retroceder.

CAPITULO V

AMAR EN LA CRUZ

En su muerte (de Jesús) en la cruz se realiza ese ponerse Dios contra sí mismo, al entregarse para dar nueva vida al hombre y salvarlo: esto es amor en su forma más radical. Poner la mirada en el costado traspasado de Cristo (...). Es allí, en la cruz, donde puede contemplarse esta verdad. Y a partir de allí se debe definir ahora qué es el amor[190]

La hora del dolor

La grandeza de la humanidad está determinada esencialmente por su relación con el sufrimiento y con el que sufre[191]

Hay quienes son capaces de grandes amores en los momentos de éxito, entusiasmo y consolación. Entonces, mientras la vida marcha bien, son generosos, entregados, alegres, optimistas; pero en cuanto algo se traba —su vida interior, sus sentimientos, la labor apostólica, el trabajo profesional, etc.— entran en una crisis profunda. Y por no saber asumir la cruz, se van apagando. Y al poco tiempo parece como si nunca hubieran tenido vida interior, nunca hubieran sido generosos... como si ya no tuviesen fe. Es como si no hubiese quedado nada, y lo que fue una maravillosa brasa encendida se hubiera transformado en un carbón apagado y triste.

El amor llena de grandes sentimientos, pero también pasa por dolorosas purificaciones, a través de apogones sensibles y espirituales[192]. Se trata de un tema verdaderamente clave de la vida espiritual. Hace años leyendo a Garrigou-Lagrange —un clásico de la literatura espiritual— me quedé helado con dos afirmaciones que ahora transcribo. Hablando de la noche de los sentidos, dice: “Esta crisis no carece de peligros (...). Algunos se muestran infieles a su vocación. Bastantes no atraviesan esta prueba de manera que entren en la vía iluminativa de los aprovechados, y se quedan en una cierta tibieza; ya no son propiamente hablando verdaderos principiantes, sino más bien almas retrasadas o tibias”[193]. Impresiona pensar que algunos pierden su vocación por no ser capaces de atravesar esta noche, y que bastantes se queden sumidos en la tibieza. Más impresiona todavía cuando el teólogo repite lo mismo para las almas adelantadas: “Estos defectos de los adelantados (de los que el autor viene explicando que requieren purificación) aparecen sobre todo en las contradicciones por las que han de pasar (es decir, es cuando más se notan); y puede suceder que éstas (se refiere a las contradicciones), incluso en esta edad de la vida espiritual, provoquen la pérdida de la vocación”[194].

Si el autor escribiera en nuestros días, seguramente añadiría que estas purificaciones, si no se superan, también pueden provocar depresiones.

Esto confirma que, a la hora de sufrir y procurar ver a Dios en los caminos de nuestra vida, necesitamos tener bien clara la cuestión de los sentimientos. De otro modo, estamos expuestos a serios peligros. Robert Benson concluye su exposición de la vía purgativa con estas palabras: “La vía de la espiritualidad está cubierta de restos de almas que podrían haber sido amigos de Cristo. Una falló porque Él se desprendió de sus adornos; otra, porque pensaba que sus dones eran lo mismo que Él; a una tercera le atormentaba aún el orgullo herido, pues le mostraba su vergüenza en lugar de la gloria de Cristo. (...) Cristo purifica a sus amigos de todo lo que no es Él, para que sean plenamente suyos. Y es que no hay alma capaz de comprender la fuerza ni el amor de Dios hasta que no se haya abandonado completamente en Él”[195].

Para qué sufrir

Virtus in infirmitate perficitur[196]

Dios no nos creó para que sufriéramos. De hecho, concedió a Adán y Eva el don de la impasibilidad, que los protegía del dolor. El pecado original introdujo el sufrimiento (y la muerte, la injusticia, y un largo y penoso etcétera).

De todos modos, una vez que el dolor aparece en el mundo como consecuencia del pecado, Dios lo usa para curar al hombre de las heridas que el pecado le produce. Es decir, ha convertido una consecuencia del pecado, en un instrumento para destruir al mismo pecado.

Se ha escrito mucho y muy bien sobre el sentido del sufrimiento. Ahora sólo quiero apuntar, a modo de enunciado telegráfico, algunas de sus bondades, porque —no lo olvidemos— sufrir nos hace bien:

- Previene de la frivolidad.
- El dolor nos sensibiliza.
- Purifica nuestra intención.
- Nos fortalece.
- Nos hace más profundos.
- Nos madura.
- Nos purifica el alma.
- Nos hace misericordiosos y comprensivos con los demás.
- Contribuye al crecimiento de la humildad y vacuna contra la soberbia.

El amor de Cristo sostiene

Sabemos que el cristiano pasa por la cruz —es parte de su camino—, pero podemos correr el riesgo de hablar de la cruz en clave estoica: mirándonos a nosotros mismos y la fortaleza que deberíamos tener. Si así fuera, estaríamos olvidando lo más importante: a la cruz vamos a acompañar a Cristo —no a lucirnos—, a redimir con Él, y es Él quien nos sostiene.

Por eso, el punto de partida de nuestras consideraciones sobre este tema es que el amor de Cristo nos sostendrá en los momentos duros, como sostuvo a San Pablo. Benedicto XVI, después de considerar las graves peripecias por las que pasó el Apóstol, concluye entusiasmado: “¿Cómo no admirar a un hombre así? ¿Cómo no dar gracias al Señor por habernos dado un apóstol de esta talla? Está claro que no hubiera podido afrontar situaciones tan difíciles, y a veces tan desesperadas, si no hubiera tenido una razón de valor absoluto ante la que no podía haber límites. Para Pablo, esta razón, lo sabemos, es Jesucristo, de quien escribe: ‘El amor de Cristo nos apremia... murió por todos, para que ya no vivan para sí los que viven, sino para aquel que murió y resucitó por ellos’ (2 Corintios 5,14-15), por nosotros, por todos”[197].

Amar hasta que duela

En esto conocemos el amor, en que él dio su vida por nosotros[198]

Una idea muy conocida de la Beata Teresa de Calcuta, expresada en tres frases:

Tenemos que dar hasta que duela. El amor, para que sea auténtico, tiene que costar. Nunca tengan temor de dar, pero no de lo que les sobra: den hasta que les duela.

Debemos dar aquello que nos cuesta algo. (...) Este dar hasta que duela, ese sacrificio, es también lo que llamo amor en acción.

El amor auténtico duele. Jesús nos demostró su amor, muriendo en la cruz[199].

Son expresiones muy gráficas.

Amar a veces duele. Duele en el corazón. Amar lleva a hacer cosas que duelen, a soportar por amor cosas que duelen, a servir... Y no es malo que duela. Hasta sirve de medida. Si amar no nos doliera, significaría que todavía no hemos amado suficiente.

¿Y cuál es la razón de esto? ¿Por qué en el amor hay que darse del todo?

Un famoso converso americano, Scott Hahn, explica que para nosotros ésta es la única manera de realizar la imagen perfecta del amor divino:

El sacrificio es el único modo en que los seres humanos pueden imitar la vida interior de la Trinidad. Porque Dios es amor, y la esencia del amor es dar la vida. El Padre da la totalidad de sí mismo; no se reserva nada de su divinidad. Eternamente engendra al Hijo. El Padre es, por encima de todo lo demás, un amante que da la vida, y el Hijo es su imagen perfecta. Por tanto, ¿qué es el Hijo sino un amante que da la vida? (...)

Imitamos a Dios cuando nos damos a nosotros mismos por amor. El amor exige que nos demos totalmente, sin reservarnos nada. En la eternidad, el don completo de sí mismo es la vida de la Trinidad. En el tiempo, la imagen de ese amor es el amor de sacrificio, el amor que da la vida. Debemos morir a nosotros mismos por amor al otro[200].

Así, por este camino, Benedicto XVI llega a ver la capacidad de soportar dolor por causas justas como forjadora y medida de humanidad: “La capacidad de aceptar el sufrimiento por amor del bien, de la verdad y de la justicia, es constitutiva de la grandeza de la humanidad porque, en definitiva, cuando mi bienestar, mi incolumidad, es más importante que la verdad y la justicia, entonces prevalece el dominio del más fuerte; entonces reinan la violencia y la mentira. La verdad y la justicia han de estar por encima de mi comodidad e incolumidad física, de otro modo mi propia vida se convierte en mentira. Y también el ‘sí’ al amor es fuente de sufrimiento, porque el amor exige siempre nuevas renunciaciones de mi yo, en las cuales me dejo modelar y herir. En efecto, no puede existir el amor sin esta renuncia también dolorosa para mí, de otro modo se convierte en puro egoísmo y, con ello, se anula a sí mismo como amor”[201].

Si el amor incluye el sufrimiento —y es necesario para su maduración—, tenemos que hacer algunas consideraciones concretas sobre el amor y la cruz.

Falsas respuestas ante el sufrimiento

1) Un gran engaño y el miedo al dolor: la huida

Cuando los hombres, intentando evitar toda dolencia, tratan de alejarse de todo lo que podría significar aflicción, cuando quieren ahorrarse la fatiga y el dolor de la verdad, del amor y del bien, caen en una vida vacía en la que quizás ya no existe el dolor, pero en la que la oscura sensación de la falta de sentido y de la soledad es mucho mayor aún. Lo que cura al hombre no es esquivar el sufrimiento y huir ante el dolor, sino la capacidad de aceptar la tribulación, madurar en ella y encontrar en ella un sentido mediante la unión con Cristo, que ha sufrido con amor infinito[202].

Uno de los grandes engaños de la cultura moderna es hacernos creer que se puede amar y ser feliz sin sufrimiento ni sacrificio. Es un engaño muy costoso, ya que nos dificulta amar cuando no nos sentimos bien. Y otro peor consiste en hacer pensar que para ser feliz debemos acabar con el dolor, como si el binomio felicidad-dolor fuese totalmente incompatible. La consecuencia es la tentación de la huida: escapar de lo que aparentemente lo provoca. Este planteamiento resulta trágico para el amor, ya que si un amor hiciera sufrir, llevará a sacrificarlo en aras de evitar el sufrimiento.

Nuestro problema es que no pocas veces —en tiempos de bonanza y en teoría— estamos dispuestos a sufrir, pero cuando aparece el sufrimiento nos desconcertamos, y queremos dejar de sufrir inmediatamente. O se aguanta un tiempo y aparece el cansancio. Así corremos el riesgo de ser unos cómicos: en momentos de encendimiento pedimos la cruz, y nos enojamos cuando nos la envía...

No somos insensibles: el dolor nos duele. Hemos de crecer en fortaleza y pedir a Dios la gracia de perseverar en la cruz. De otro modo, se produce la fuga del amor: se huye de lo que provoca dolor, sin darse cuenta que es lo que al mismo tiempo conduce a la alegría.

No está tan claro hasta qué punto estamos dispuestos a sufrir. Por eso hemos de pedir la gracia de no huir del Calvario. Para que no nos ocurra como a Pedro que en el Tabor quiere hacer tres tiendas y quedarse para siempre allí...; en cambio en el Calvario no aparece.

Aquí está una de las claves fundamentales del amor a Dios y de la santidad.

Se sufre. No se trata sólo de una disponibilidad general a llevar una cruz hipotética: tarde o temprano hay que llevarla. No todo es cruz, pero cuando toca pesa, duele, lastima, cansa, agobia, de verdad. Y toca llevarla, ya que si el grano de trigo no muere queda infecundo. Y hay que deshacerse del hombre viejo. Y hay que corregir con Cristo. No hay engaño: se nos anuncia lo que pasará.

¡Ánimo! Amar es posible

En los momentos de sufrimiento hemos de recordar que amor es un don de Dios. Y no existe situación que nos impida amar. Esto hace al cristiano muy optimista, incluso en momentos que podrían parecer terribles. Para eso contamos con una virtud teologal específica: la esperanza.

Nuestro mundo está enfermo. Y está enfermo porque no concibe el amor en momentos de sufrimiento o frustración. Quizá la manifestación más notoria de su enfermedad es su desconfianza ante las realidades más grandes del ser humano. Desconfía del poder de la razón para alcanzar la verdad —el relativismo nos rodea—, y desconfía de la capacidad de la voluntad y del corazón para amar con amor comprometido —indisoluble en el matrimonio y en la entrega a Dios—; desconfía de la capacidad del amor para dar valor al sufrimiento, del valor de la esperanza para sostenerlo.

Ante este escepticismo y esta desesperanza, el cristiano sostiene entusiasmado que amar es posible. ¿Cuál ha sido la respuesta de Benedicto XVI a la crisis de la modernidad que sufrimos en el mundo actual (y que por tanto nos alcanza también a nosotros)? En primer lugar, *Deus Caritas Est* —descubrir el amor y aprender a amar—; *Spes salvi* —sin Dios no hay esperanza, pero con Dios la esperanza es certeza absoluta y se participa ya ahora de lo que se espera—; y *Caritas in Veritate* —sin verdad el amor queda reducido a sentimentalismo, pero con ella se hace pleno—.

Ambos temas se unieron en su Mensaje para la Jornada Mundial de la Juventud 2007: para ayudar a superar esa resignación frustrante.

Cada persona siente el deseo de amar y de ser amado. Sin embargo, ¡qué difícil es amar, cuántos errores y fracasos hay que registrar en el amor! Hay quien incluso llega a dudar si el amor es posible. Pero si carencias afectivas o desilusiones sentimentales pueden hacernos pensar que amar sea una utopía, un sueño inalcanzable, ¿hay que resignarse? ¡No! El amor es posible y la finalidad de este mi mensaje es el de contribuir a revivir en cada uno de vosotros, que sois el futuro y la esperanza de la humanidad, la fe en el amor verdadero, fiel y fuerte; un amor que genera paz y alegría; un amor que une a las personas, haciéndolas sentirse libres en el mutuo respeto[203].

El testimonio de los mártires y de tantos millones de cristianos que, en todos los tiempos, han sabido redimir con el sufrimiento nos confirma en esta certeza[204].

2) Las falsas expectativas y el riesgo de la decepción

Quizá alguna vez pueda venir la tentación de pensar que todo eso es hermoso, como lo es un sueño irrealizable. Os he hablado de renovar la fe y la esperanza; permaneced firmes, con la seguridad absoluta de que nuestras ilusiones se verán colmadas por las maravillas de Dios[205].

No pocos de los que se apartan de Dios lo hacen víctimas de la desilusión. Personas que sienten que Dios les ha fallado, que no ha cumplido con su parte. Y entonces ellos abandonan la suya: dejan de rezar, de ir a Misa, de vivir como cristianos, o incluso abandonan su vocación.

Visitando enfermos en un hospital, encontré a una mujer que no practicaba la fe, aunque —como ella misma se ocupó de señalar enseguida— la había vivido intensamente con anterioridad. Le pregunté qué le había pasado. Su respuesta me dejó helado: “Dios me defraudó”. Y pasó a explicarme cómo ante una seguidilla de problemas serios, había rezado intensamente; y que, a pesar de sus rezos, nada había

cambiado. Venía a decirme: “¿Qué quiere que haga? Con un Dios así no voy a ningún lado”.

Es duro que una persona se sienta decepcionada por Dios[206]. Almas que lo dejan porque sienten que Dios no estuvo a la altura de lo que se esperaba de Él...

Son los que preguntan decepcionados: “¿Para qué sirve rezar?, si muchos no rezan y les va muy bien”. O “¿Para qué portarse bien, qué te reporta?”. Igual les sucede a quienes luchan espiritualmente con la perspectiva de que Dios les hará felices. Cuando sienten que Dios no está cumpliendo su parte del contrato implícito —porque sufren—, se desconciertan y un terremoto tira abajo su vida espiritual.

Para evitar equívocos habría que analizar bien qué entienden por oración o por ser felices: qué buscan, qué esperan de Dios.

El problema es que muchas veces esperan cosas que ni Dios ha prometido, ni son necesarias para la salvación. Incluso hay quienes esperan sentirse bien, a gusto, satisfechos... Y Dios eso no lo garantiza en esta vida.

Pero Dios no les ha fallado. Lo que fallaron fueron sus expectativas. Esperaron mal. Estaban equivocados. Tuvieron la mirada puesta en Dios de cara a realidades temporales (éxito laboral, sentirse bien, salud, trabajo, evitar apuros económicos o dolor, etc.) que Dios nunca había prometido, y se olvidaron de los eternos (a los que quizás esas carencias hubieran contribuido). Y no llegaron a enterarse de cómo funciona la lógica de Dios —única verdadera lógica.

El caso de Judas

¿Qué le pasó a Judas? No lo sé, pero intuyo que al final Jesús lo defraudó. Se entusiasmó rápido con su persona y su predicación. Pero con el pasar del tiempo, sus expectativas no se fueron cumpliendo. El Reino anunciado no llegaba... y a Jesús parecía no importarle. Judas veía que parecía no interesarse demasiado por la edificación concreta de ese Reino, tampoco por el dinero, el poder o los contactos necesarios para instaurarlo. Hacía milagros, sí, pero muchos eran políticamente incorrectos —curar en sábado— y no acababa de sacarles rédito. Predicaba —demasiado para su gusto— de pobreza, mansedumbre y amor. No parecía que así fuera a hacerse con el poder. No buscaba ganar el apoyo de los poderosos, que cada vez estaban más en su contra. Y, para colmo, cada tanto anunciaba que todo iba a acabar mal: que lo matarían; y no hacía nada para evitarlo. Además no aceptaba correcciones: cuando Pedro le quiere hacer ver que no tiene sentido hablar de la cruz, lo llama Satanás. Y cuando él mismo le advierte del derroche de dinero con ese perfume tirado, lo contradice. Con el tiempo se va dando cuenta de que la cosa no acabaría bien. Jesús lo defraudó. ¿Para qué esperar que todo acabara? Sería mejor abandonarlo antes.

Así su admiración por el Maestro se fue diluyendo... Empezaron a caerle mal algunas cosas que Jesús hacía y enseñaba. Las mismas que antes le entusiasmaban, ahora le aburrían, y poco a poco llegaron a molestarlo. Comenzó a juzgarlo interiormente y después a criticarlo: no hacía lo que a su entender debería hacer, no

sabía manejar bien la situación, se veía que se le escapaba de las manos. Y Judas sentía desilusión, miedo, pesimismo...

Había sido una ilusión vana, un sueño hermoso pero ingenuo. Todo era un fracaso. No fue a hablar con Jesús porque quizá intuía lo que le iba a responder sobre la voluntad del Padre...

De manera que en la raíz de la traición parece haber habido mucha decepción, impotencia y desesperación.

Las falsas expectativas conducen al desencanto y a la desilusión.

Pero son decepciones humanas.

Expectativas que nunca pueden cumplirse porque los planes divinos no se realizan de ese modo. Son ilusiones vanas. Incluso cuando se refieren a cosas muy santas y espirituales, pero al margen de la voluntad de Dios: niveles de oración personal (¿a quién no le gustaría volar siempre en la oración?), éxitos apostólicos (gran poder de convocatoria, conversiones en masa, muchísimas vocaciones, entusiasmo en quienes nos escuchan...), milagros en conseguir grandes instrumentos apostólicos. Todo para servir al Señor, por supuesto.

Pero resulta que si esos éxitos no llegan, la oscuridad pesa, el fracaso frustra... Y parecer que a Dios no le importa lo que hacemos y que, encima, se esconde... Nosotros nos rompemos y no pasa nada. Y todo parece inútil.

¿Qué esperamos de Dios cuando lo obedecemos, cuando rezamos, cuando lo seguimos?

La oración de Jesús en el Huerto es modelo de nuestra oración y de nuestras perspectivas: “Si quieres... haz que pase de mí este cáliz”. Si quieres... pero “no se haga mi voluntad sino la Tuya...”.

Cuando parece que a Dios le salen mal las cosas, o no nos ayuda, o no nos hace caso... se sufre. Pero en realidad, sí que nos escucha y nos conduce al cumplimiento glorioso de su voluntad. Observa el P. Cantalamessa a propósito de la respuesta de Dios Padre en el Huerto de los Olivos: “Dios, observaba Agustín, escucha aun cuando... no escucha, esto es, cuando no obtenemos lo que estamos pidiendo. Su retraso en atender es ya una escucha, para podernos dar más de lo que le pedimos. Si a pesar de todo seguimos orando es señal de que nos está dando su gracia. Si Jesús al final de la escena pronuncia su resuelto: ‘¡Levantaos! ¡Vamos!’ (Mt 26, 46), es porque el Padre le ha dado más que ‘doce legiones de ángeles’ para defenderle. ‘Le ha inspirado’, dice Santo Tomás, ‘la voluntad de sufrir por nosotros, infundiéndole el amor’ (S. Tomás de Aquino, Summa theologiae, III, q. 47, a. 3)”[207]. En el caso de Cristo, la respuesta definitiva del Padre fue la resurrección. También lo será para nosotros.

3) El peligro del celo amargo

Si tenéis celo amargo en vuestros corazones y rencillas, no os enorgullezcáis ni mintáis contra la verdad. Esa sabiduría no descende de lo alto, sino que es terrena, animal y diabólica[208]

Ante graves dificultades y sufrimientos, un alma puede adquirir coraje y un gran corazón. Es el caso, por ejemplo, de Juan Pablo II. Tuvo una vida muy dura: huérfano de madre desde chico; luego, la muerte de su hermano y de su padre... La invasión nazi, la caza de sus amigos judíos, el seminario clandestino. Después, largos años de comunismo; enfermedades e intento de asesinato. Cáncer y Parkinson. El dolor no lo aplastó ni enturbió su ánimo.

Y esto, ¿cómo se consigue? ¿Cómo puede uno madurar así?

El alma se temple como el acero en la fragua del dolor. Un camino que no es fácil ni está exento de peligros, uno de los cuales es sucumbir en el celo amargo: verse inundados por un estado del ánimo que hace que todo caiga mal.

Quienes caen en esta prueba del sufrimiento pasan del entusiasmo a la decepción, y de ésta fácilmente al celo amargo. Y así, no es infrecuente encontrar almas que fueron fervorosas pero se han llenado de amargura.

Quieren hacer el bien. Que todo esté bien. Quieren vencer el mal. Pero les falta rectitud de intención y amor a la cruz. Y si sólo ven lo malo, el pecado, el mal... Si sólo miran lo que querrían que fuera como ellos quieren y no es de ese modo... Entonces, todo acaba desanimándolos, poniéndolos de mal humor y molestándolos.

El caso de Zacarías

Zacarías había deseado toda su vida tener hijos... y los hijos no llegaban. Seguramente había rezado mucho, pero no había pasado nada: se veía que la oración no era capaz de superar la esterilidad de su mujer Isabel. Hasta que por fin llegó el día. Cuando está ofreciendo el sacrificio en el Templo, Dios envía nada menos que al Arcángel Gabriel para darle la mejor noticia de su vida: su oración había sido escuchada y ¡por fin! iba a tener un hijo. Pero Zacarías no se alegra: en vez de exultar de alegría parece que se enoja, y se resiste a creer. Le expone las dificultades, como si quisiera explicarle ¡al ángel! que eso que le anuncia es imposible... La situación es como para decirle: “Pará, Zacarías, no seas amargo”. Y Gabriel lo para en seco: quedará mudo —quizá para que no siga diciendo pavadas...

Es notable pero en este estado de amargura, hasta las buenas noticias son motivo de mal humor y de desánimo. En nueve meses —y seguramente mucho antes— Zacarías se rectificará, y así cuando le pregunten qué nombre poner al niño, responderá inmediatamente lo que el Ángel le ha indicado, y, al recuperar el habla, lo primero que saldrá de sus labios será un canto de alabanza a Dios: ya no queda amargura en su ánimo.

A la búsqueda de culpables

¿Cómo se llega al celo amargo? El celo por el bien —si falta rectitud de intención— puede degenerar en amargura. Así cuando falta el éxito que se preveía o esperaba, se presentan problemas y dificultades, sucede que algunas almas comienzan a mirar la vida en clave pesimista, a subrayar lo negativo, buscar culpables en lo que no sale, y todo acaba pareciéndole mal... Les enoja lo que no está bien. Cada vez

más. No lo aceptan... Y en vez de hacerse santos y santificar las dificultades, se amargan y amargan a quienes los rodean...

Entonces desarrollan un espíritu crítico exacerbado. Adquieren una especial agudeza para descubrir fallos —también donde no los hay o sencillamente donde la cruz del Señor les espera— y errores en quienes dirigen sus almas.

Y ese celo amargo —si no lo combaten— les envenena el alma. Así se les avinagra el carácter. Les destroza el amor. Les impide amar. Esa alma se vuelve amarga. Se llena de resentimiento: aparecen rencores viejos, problemas no digeridos.

Esto se convierte en una actitud de vida.

Y les destroza la vida interior.

Frente a los fracasos, creen estar ante una alternativa: culparse a sí mismos o a culpar a los demás. Y salen a la caza del culpable. Si optan por culparse a sí mismos, se quedan en sentirse miserables al reconocerse culpables, y no son capaces de gozar del perdón de Dios. Y esto los amarga aún más. Si optan por culpar a los demás, corren el riesgo de ver enemigos por todas partes.

Si descubrieran que ante los problemas y fracasos no se trata de buscar culpables, sino de buscar soluciones... Si se abrazaran a la cruz...

No se dan cuenta de que esto procede de su frustración personal. Sufren demasiado los fracasos, la cruz, la incomprensión, los errores propios y ajenos... porque los frustran. Si no se lucha con decisión, el alma queda sumida en este estado, que cada vez se hace más profundo. Y, frustrados, critican todo; no se salva nadie: ni la Iglesia, ni el Papa, los Obispos, las distintas instituciones... Se culpa, se ven errores por todas partes... Lo que le hace sufrir (el mal en el mundo, la falta de éxito en el apostolado, algunos fracasos de distinto tipo, etc.) es achacado a errores ajenos (principalmente a los que mandan... que no se dan cuenta). Piensan que si las cosas se hiciesen de otro modo... todo sería distinto.

Pero esas almas se olvidan del pecado original, de la necesidad de la cruz, de las persecuciones... No necesariamente quienes dirigen sus almas o gobiernan la Iglesia se equivocan, quizá el Señor los bendijo con la cruz, permite el fracaso para hacerlos partícipes de la Redención, para purificar sus almas... y hacerlas dar más fruto después.

Y, como no podía ser de otra manera, el celo amargo envenena también la relación con los demás. Y por este camino, se corre el riesgo de volverse susceptible: cada vez molestan cosas más irrelevantes, ofenden pequeñeces...

Se necesita entonces volver a descubrir el valor santificante y redentor de la cruz. Y, como aconseja el Apóstol Santiago, crecer en paciencia: “Tened, pues, paciencia, hermanos, hasta la Venida del Señor. Mirad: el labrador espera el fruto precioso de la tierra aguardándolo con paciencia hasta recibir las lluvias tempranas y tardías. Tened también vosotros paciencia; fortaleced vuestros corazones porque la Venida del Señor está cerca. No os quejéis, hermanos, unos de otros para no ser

juzgados (...). Tomad, hermanos, como modelo de sufrimiento y de paciencia a los profetas, que hablaron en nombre del Señor. Mirad cómo proclamamos felices a los que sufrieron con paciencia. Habéis oído la paciencia de Job en el sufrimiento y sabéis el final que el Señor le dio; porque el Señor es compasivo y misericordioso”[209].

Los reduccionismos

Consideremos otro error: el exceso de simplificaciones.

Los reduccionismos, partiendo de un aspecto verdadero de la realidad, lo absolutizan. Así los hechos resultan deformados y su versión de los mismos acaba siendo falsa.

Sucede en todos los campos: los hombres con frecuencia nos pasamos de un extremo al otro. Queremos simplificar la realidad para que quepa en los moldes prefabricados y se adapte más perfectamente a los esquemas que diseñamos. Racionalismo y empirismo, marxismo y liberalismo, idealismo y materialismo... Todos ellos, reduccionismos. Intentos de adecuar la realidad a nuestro pensamiento y para ello reducir la grandeza de la realidad para amoldarla a la limitación de nuestro entender. Intento absurdo: la realidad es más grande, nos supera. No podemos reducir la religión a nuestros esquemas mentales... y menos a nuestros gustos...

Hemos de rendirnos ante el misterio. Ante la grandeza sólo queda contemplar humildemente. No tendría sentido intentar acomodarla a nuestra pequeñez.

No intentemos amoldar la realidad a nuestros estados de ánimo. Porque cuando nos sentimos bien todo nos parece bárbaro; y cuando mal, todo una porquería. Pero no es verdad.

Se trata de procurar mirar con fe, desde la perspectiva de Dios, sin creernos que el mundo realmente sea como nosotros lo sentimos en esos momentos en que nos encontramos cargados de sentimientos negativos.

4) Sentimientos negativos comunes en la vida interior

El amor de Dios llena la vida en todas sus dimensiones, también la afectiva.

Pero no estamos ocupándonos ahora de sentimientos positivos que siempre son gozosos y no presentan problemas: nunca he escuchado a nadie quejarse de pasárselo bien en la oración, tener mucha paz interior, estar entusiasmado con una misión apostólica, etc.

En cambio, los sentimientos negativos —si no los tratamos correctamente— pueden constituir un serio obstáculo para el crecimiento interior, comenzando por el desconcierto que pueden producir y que se expresa en una queja frecuente: “No sé lo que me pasa...”.

El riesgo de las sorpresas y desconciertos. El complejo de ombligo: mirarnos a nosotros mismos con victimismo, pensando que sólo nosotros sufrimos lo que sufrimos, que no nos entienden, que somos un caso único... sin solución. Cuando en realidad sucede que somos demasiado comunes: nos sucede lo mismo que a todo el mundo.

A veces lo pasamos mal, incluso muy mal. Es un hecho que hemos de asumir sin ingenuidades ni dramatismos. Así los malos ratos no nos harán olvidar la maravilla del amor de Dios; y no culparemos a Dios ni a los demás por esos sentimientos desagradables que proceden de nuestra naturaleza caída. Son santificables y nos hacen mucho bien.

Para no inquietarnos por lo que nos pasa en esos malos momentos, nos ayudará comprobar que lo que experimentamos “está en los libros”; es decir, los autores espirituales describen exactamente lo que nos sucede. Con ánimo de ejemplificar un poco, te elenco algunos sentimientos que con mayor o menor intensidad, de vez en cuando o incluso por temporadas largas, todos podemos sentir:

- Falta de ganas de rezar: ¡fiaca!, desgana. Un mezcla de pereza y cansancio, en la que no está muy claro dónde acaba una y comienza el otro. Tendremos que aprender a hacer algunas cosas sin ganas, a amar en seco.

- Acelere: un activismo feroz. Así como hay quienes tienden a la pasividad, hay quienes se “pasan de revoluciones”. Ese frenético engancharse en cosas que no son ni urgentes ni importantes hace muy difícil parar para rezar. Hay que aprender a frenar y no dejar la oración para después. Un principio: normalmente antes es más fácil. Conviene adelantar los actos de piedad antes que retrasarlos. Y relajarse para rezar.

- Falta de ideas, afectos. Uno intenta rezar, y es como sembrar en el desierto, la aridez hace que no salga nada: ni sentimientos, ni ideas, ni propósitos... Pero el rocío de la gracia —aunque no lo veamos— hará fructificar la siembra de la oración.

- Aburrimiento. Dios no se aburre con nosotros. Hemos de tener la generosidad de ofrecerle nuestro aburrimiento y luchar por superarlo.

- Insensibilidad para las cosas de Dios, falta de gusto. Parece que todo da igual. Sentirse lejos de Dios, no sentir su presencia. Cuesta ponerse a rezar, concentrarse, etc.

- Cansancio: nos cansamos de todo, también nos podemos cansar de las cosas buenas.

- Hartazgo, rebeldía: “Estoy harto de rezar / de ser bueno / de intentar portarme bien...”

- Envidia de los que no se esfuerzan por ser buenos cristianos, o por los que viven moralmente mal.

- Dudar sobre nuestra misma fe: ¿yo realmente creo? ¿Cuánto creo? Dudar sobre nuestro amor a Dios. No sentir que amamos y sospechar que no lo hacemos. A veces hay que creer en nuestra fe: creer que creemos, porque no sentimos la fe. Otras, creer en nuestro amor, porque tampoco lo sentimos.

- Oscuridad, dudas... “¿Y si todo es un cuento chino...?” (referido a la existencia de Dios, la vida eterna, etc.). Es el momento de la fe pura, sin ningún apoyo humano.

- Desánimo ante los fallos, pecados.... Habrá que refugiarse en la misericordia de nuestro Padre Dios.

- Sensación de que todo me sale mal, de que en vez de mejorar empeoro...
Visión negativa y amarga de todo. Si hay lucha, estos sentimientos son falsos.

- Impotencia y frustración ante la falta de progreso personal o la incapacidad de hacer buena oración, la aparente esterilidad del apostolado... Es el momento de fomentar la confianza en Dios: confiar menos en nosotros mismos y más en Dios.

- Pesimismo ante la propia mejora o ante la situación del mundo. Ver como imposible los ideales de santidad y apostolado.

- Tristeza, angustia, amargura, etc. ante pecados personales o ajenos. La solución es tan sencilla como pedir perdón de verdad y confesarse. Meditar las parábolas de la misericordia en el capítulo 15 de San Lucas. Hacer actos de contrición.

- Enojo, malestar con Dios por cosas que no salen como yo querría o como hace mucho vengo pidiendo.

- Miedo ante lo que nos pasa o nos puede pasar. Ante el futuro, los problemas, la vida eterna, etc. El refugio seguro para el miedo es la filiación divina.

- Y un largo etcétera...

Hemos de estar atentos a uno de los sentimientos más peligrosos: sentir que todo me sale bien (Cf. la parábola del publicano y del fariseo en el Templo).

Si siento alguno de los sentimientos expuestos —o cualquier otro— ¿qué pasa? No pasa nada. Soy libre y puedo poner mi corazón en Dios, aunque la sensibilidad no me acompañe.

Cualquier duda acerca de que estos sentimientos negativos pudieran implicar falta de santidad, confrontar los sentimientos experimentados por Jesús en su oración en el Huerto de los Olivos (angustia, tristeza, etc.).

Tenemos que aprender a “manejarnos” con estos sentimientos y no dejar que los mismos “nos manejen”.

Crear, esperar y amar más allá de los que se siente.

Confiar y abandonarse de verdad en nuestro Padre celestial.

Como enseña San Pablo, no son un obstáculo para el amor a Dios, ya que nada puede separarnos del mismo (al respecto, meditar el capítulo 8 de la carta de San Pablo a los Romanos): tampoco los sentimientos negativos.

Pidamos al Señor fe, humildad y fortaleza para santificar el dolor, las dificultades, los problemas y, en fin, todo lo que nos hace sufrir.

5) A falsos problemas, falsas soluciones

Hemos de analizar y resolver estas situaciones del alma que venimos considerando a la luz de una de las distinciones —ya señalada anteriormente— más

importantes de la vida del hombre hecho de sentimientos y facultades espirituales: una cosa es sentir y otra muy distinta consentir.

No tiene nada de particular que sintamos cualquier cosa: que Dios no nos ha prestado atención, que nos ha abandonado, que no se interesa por nosotros, que no nos escucha, que nos trata con excesiva dureza, que no se da cuenta de lo que nos pasa, incluso de que en el fondo es malo... Podemos sentir cualquier cosa. Otro asunto distinto es pensar que eso que sentimos sea verdadero (cosa que en los casos citados sabemos que no lo es, por mucho que lo sintamos) y que nuestra voluntad lo asuma como propio (no tenemos por qué aceptar lo que sentimos, y la razón nos dice que no es bueno). Sin culpa propia, podemos sentir cualquier clase de sentimiento o resentimiento contra Dios o los demás; la clave de la cuestión será si lo aceptamos asumiéndolo como nuestro, personal, o si lo rechazamos, venciendo con el amor ese sentimiento contrario al mismo.

Con el pecado original, el dolor hizo su entrada en el mundo. Desde entonces es frecuente que nos sintamos mal. Se trate que estemos enfermos, nos hayan ignorado, maltratado, hayamos fracasado, dormido mal... Hay un sinfín de situaciones en las que uno se siente mal. Y es natural que eso suceda. No nos hagamos falsas ilusiones: mientras estemos en la tierra, sucederá. Y cuando suceda no estamos necesariamente ante de un problema: sentirse mal no es necesariamente malo. A veces, puede ser incluso necesario: el dolor es una protección de nuestro ser: gracias a que sentimos hambre nos alimentamos, gracias a que el fuego nos hace doler apartamos la mano del mismo instintivamente, etc.

Algunas almas se preocupan y alarman como si estuvieran pasando una terrible crisis cuando se sienten mal a nivel espiritual. “No siento nada”, “me siento vacío”, “me siento mal”, “no estoy contento”, “sufro mucho”, “no me siento realizado”. Pero sentirse mal no es malo en sí mismo.

Obviamente, cuando lo pasamos mal, nos sentimos mal. En la cruz —ya sea objetiva o subjetiva— me siento mal: en esto consiste precisamente estar en la cruz. Pero no es necesariamente algo malo, algo contra lo que hemos de luchar por eliminar de nuestra vida. Si bien hemos de procurar evitar el sufrimiento innecesario, muchas veces es necesario y muchas otras inevitable: para la purificación de nuestras almas, nuestra maduración y para redimir al mundo con Cristo.

Jesús también se sintió mal en el Huerto de los Olivos, y en casa de Caifás, en el juicio con Pilatos y durante la flagelación... y no te digo nada en la cruz. Y no se sintió mal por falta de aceptación, ni porque le faltara buena voluntad, ni amor de Dios, ni es que tuviera una crisis. Ese sentirse mal no representó un problema para Él: fue precisamente lo que ofreció en redención por nuestra salvación. A cualquier persona con la sensibilidad sana el sufrimiento la hace sufrir. De la misma manera, nuestro sentirnos mal no tiene necesariamente que ver con falta de fe, de esperanza y de amor; y tampoco representa un problema.

Quien problematiza (hace un problema de) la falta de buenos sentimientos o la presencia de otros desagradables (el sentirse mal) posiblemente buscará con empeño dejar de sentirse así y comenzar a sentirse bien. Se creará inmerso en un problema que tiene que resolver cuanto antes. Medirá su problema por cómo se siente (porque considera que su problema es sentirse mal), y mientras no se sienta bien, pensará que no ha resuelto el problema. De esta manera un falso problema (sentirse mal no es un problema) se convierte en un círculo vicioso que conduce a un problema: la persona se vuelve problemática, se enreda en sus sentimientos, y paradójicamente la búsqueda de soluciones en realidad le creará problemas...

¡Pero sentirse mal no es un problema! ¡Es una forma de redimir! El desafío consiste en conseguir amar sintiéndose mal. La manera de conseguirlo comienza por conceder menos importancia a los propios sentimientos. Su problema no es el sentirse mal, sino su falta de aceptación de tal situación.

Además por ese camino —el de buscar sentirse bien— no lo conseguirá.

El triunfo en la cruz

“Cuando levantéis al Hijo del Hombre sabréis que Yo soy” (Jn 8,28). En la cruz se hace perceptible su condición de Hijo, de ser uno con el Padre. La cruz es la verdadera «altura», la altura del amor “hasta el extremo” (Jn 13,1); en la cruz Jesús se encuentra a la “altura” de Dios, que es amor. Allí se le puede “reconocer”, se puede comprender el “Yo soy”.

La zarza ardiente es la cruz. La suprema instancia de revelación, el “Yo soy” y la cruz de Jesús son inseparables[210]

Charlaba en una ocasión en Uganda con un universitario agobiado por problemas. Pocos días habían pasado después de la Semana Santa. En un momento, señalándole el crucifijo de la habitación en la que nos encontrábamos, le pregunté: ¿te parece que Jesús tuvo mala suerte? Se quedó shockeado ante la pregunta, sin saber qué responder. No se animaba a decir que sí... pero tampoco a decir que tuvo buena suerte.

Nosotros ¿qué responderíamos? O mejor, ¿qué pensamos cuando nosotros mismos estamos en la cruz?

Efectivamente, la cruz no es fruto de la mala suerte (que por otro lado no existe), sino que entra dentro del designio providente de Dios.[211]

Es la mayor muestra del amor de Dios. La crucifixión de Cristo no supone un fracaso de los planes divinos, sino su realización. En la cruz el amor triunfa sobre el odio, sobre el pecado y sobre la muerte. La cruz ya no es algo nefasto como lo era antes: “Jesús Nazareno, Rey de los judíos, tiene dispuesto el trono triunfador”[212]. “La Cruz será, por obra de amor, el trono de su realeza”[213]. Cristo triunfa en la cruz. Y nosotros también.

Es verdaderamente suave y amable la Cruz de Jesús. Ahí no cuentan las penas; sólo la alegría de saberse corredores con Él.[214]

Ante semejante afirmación deberíamos detenernos un momento. No podemos dar por supuestas estas palabras. Son muy lindas, pero ¿las entendemos? Más aún, ¿las creemos? Incluso, ¿las compartimos?

A veces, por apurados, nos perdemos grandes tesoros. En efecto, leyendo podemos pasar —y de hecho pasamos— por encima de frases, ideas, explicaciones monumentales, riquísimas de contenido, sin apenas enterarnos. Y son tan grandes que no se pueden abarcar con una simple mirada, en un momento, sino requieren que uno se detenga, las mire despacio, las considere, las vuelva a leer, incluso que tome notas. Es una lástima pasar delante de lo sublime sin darnos apenas cuenta. Volvamos.

¿Qué es suave y amable? ¿La cruz? ¿Qué cruz? ¿Cuál es su dulzura? ¿Puedo decir que a mí me resulta así? ¿Es cierto lo que dice? ¿Por qué no lo experimento así?

La respuesta no es inmediata, está escondida. Es un misterio sobrenatural. Para descubrirlo necesitamos mirar a través de la fe, con el corazón encendido de amor a Dios.

“No caben las penas”. Por tanto, tampoco las quejas, los lamentos, la amargura o la tristeza. No hay lugar para ellas, no tienen sentido. Suave, amable, e incluso causa de alegría: “sólo la alegría de saberse corredores con Él”.

En la vida y en el cristianismo hay cruz, hay fatiga, hay carga, hay yugo... Jesús lo proclamó a voz en grito. Nadie lo niega. Aquí no hay engaño.

Pero esa cruz, esa carga, ese yugo no aplastan. En ellos hemos de encontrar la felicidad. Si vamos detrás de Cristo, si lo miramos a Él, si lo imitamos y somos humildes de corazón... Él los lleva por nosotros. Así resulta suave y ligero.

Después de Jesús, la cruz dejó de ser un patíbulo —un lugar de condenados— para convertirse en un podio triunfador —un lugar donde se consigue la gloria—. Para Dimas, primer beneficiario de la cruz, resultó ser un trampolín al cielo. Allí es donde los cristianos triunfamos. Y entonces, incluso deja de pesar, como nos asegura San Josemaría: “No lles la Cruz arrastrando... Llévala a plomo, porque tu Cruz, así llevada, no será una Cruz cualquiera: será... la Santa Cruz. No te resignes con la Cruz. Resignación es palabra poco generosa. Quiere la Cruz. Cuando de verdad la quieras, tu Cruz será... una Cruz, sin Cruz”[215].

Jesús no fracasó en la cruz. ¡Nosotros tampoco!
Jesús triunfó en la cruz. ¡Nosotros también!

Meditando la vida y las enseñanzas de Cristo es como le encontraremos sentido al sufrimiento y sabremos amar cuando nos toque. “Si alguno quiere venir en pos de mí... niéguese a sí mismo, tome su cruz y me siga” (Mt 16,24). Quienes lo entienden y viven por amor, pueden llegar a decir cosas que parecen locura a quienes no están en ese nivel. Impresiona —a modo de ejemplo— una consideración de la santa María Faustina Kawalska —a quien Dios encomendó la difusión de la devoción a la Divina Misericordia:

Si los ángeles pudieran envidiar, nos envidiarían dos cosas: primero, la Santa Comunión y segundo, el sufrimiento[216].

Lo de la Comunión se entiende fácilmente: recibir a Dios, hacerse una misma cosa con Él, es algo demasiado grande, a lo que ni los mismos ángeles pueden aspirar. Pero, el sufrimiento..., tener en tal estima poder compartir la cruz de Cristo, al punto de considerarlo posible materia de una santa envidia por parte de los ángeles podría parecer un poco mucho. Me recuerda a un alma que, dudando ante una mortificación que le resultaba pesada, se confortó pensando “los ángeles no pueden hacer esto por Dios”, y se llenó de gusto por hacerlo.

La asimilación de esta doctrina —esencia de la doctrina cristiana químicamente pura— y su verificación existencial en nuestra vida lleva tiempo, éxitos y fracasos (a veces lo vemos y a veces nos desconcertamos), aplastamientos y entusiasmos audaces ante la cruz, pero es vital. No es verso. No es teoría. Es algo que tenemos que llegar a compartir vivencialmente. Es parte del proceso de maduración interior. Y se asimila a través de las cruces concretas de cada uno, de las cargas específicas personales, de los yugos reales que nos tocan. Una tarea personal. Nos pueden explicar las cosas, dar consejos, animar, consolar..., pero la asimilación es una tarea absolutamente personal, algo entre Dios y cada uno de nosotros, que nadie nos puede ahorrar, en la que se sufre, se sienten rebeldías, pero Dios está siempre a nuestro lado. Un camino por el que hay que pasar, en el que no hay atajos. Y vale la pena.

¿Qué hacer ante el dolor?

Muchísimos libros tratan de cómo encarar el dolor, y a ellos remitimos. Queremos ahora recordar unos pocos consejos fundamentales, que son compatibles con otras recetas humanas y espirituales.

1) Aprender a sufrir

En esta vida los planes educativos nos enseñan muchas cosas. A leer y escribir, a practicar deporte, usos y formas sociales, a expresar el arte, y un largo etcétera. También se nos enseñan técnicas para triunfar: las librerías están llenas de libros que ofrecen la fórmula para conseguir fácilmente el éxito y la excelencia en los distintos ámbitos de la vida humana. Vivimos rodeados de una cultura exitista que nos prepara para el triunfo (que pocos alcanzan), pero no para la derrota (de la que todos participamos). Un sacerdote muy sabio que ya está en el cielo, el P. Raúl Lanzetti, solía decir que habría que fundar la “Universidad del Fracaso”. Para que alguien nos enseñe a fracasar. Porque es algo que hacemos con mucha frecuencia, y sin embargo no sabemos cómo encararlo y aprovecharlo.

Obviamente no se trata de buscar la derrota y el fracaso. Hemos de santificar el trabajo y la vida corriente poniendo lo mejor de nosotros y entregándonos nosotros mismos al hacerlo. Pero es un hecho que cada tanto la cruz aparece en la vida y, con ella, el triunfo cristiano se disfraza de derrota humana. Y eso que parece una pérdida, algo lamentable, en realidad es otra manera de triunfar. Es la enseñanza de Camino: “Con miras sobrenaturales, el final (¿victoria?, ¿derrota?, ¡bah!) sólo tiene un nombre: éxito”[217].

Quien sólo fuera feliz rodeado de éxito humano,
quien sólo estuviera contento cuando las cosas le salen bien,
no habría llegado todavía a encarnar el espíritu de Cristo
y la felicidad estaría fuera de su alcance.

En Argentina algunas sectas evangelistas publicitan sus templos con el eslogan de “Pare de sufrir”. Intentan atraer a la gente prometiéndole acabar con sus penas, ofrecen una religiosidad “quitadora” de sufrimientos. Pero desde una perspectiva cristiana (y humana) esto es, lisa y llanamente, un engaño. Es una ilusión fantasiosa soñar con una vida sin problemas. El mensaje cristiano es diferente. Se podría publicitar la doctrina cristiana en lo referente al dolor de la siguiente manera: “Santifique su dolor”, “aprenda a sufrir feliz”, “llene de valor su sufrimiento”, “redima con Cristo”, “identifíquese con su Redentor”...

¿Aprender a sufrir? Sí, porque sufrimos y tenemos que aprender a manejarlo. Por supuesto que hemos de intentar suprimir el dolor suprimible, pero hay muchos sufrimientos inevitables. Hay muchas maneras diferentes de vivir un mismo sufrimiento.

Y hemos de estar preparados para cuando aparezcan. Y cuando llegue el momento de sufrir, habrá que sufrir, pero no se tratará de un sufrimiento inútil, ya que sabremos aprovecharlo en unión con Cristo.

2) Refugiarse en Cristo

¿Qué hacer cuando lo pasamos mal? ¿A quién recurrir? ¿Qué esperar de Él?

No hay recetas mágicas. A veces en esos momentos buscamos una receta, una persona, un libro, un consejo, un cambio de situación, una fórmula que termine rápidamente con el asunto. Pero nuestro objetivo no debería ser dejar de sentirnos mal a cualquier precio, sino amar. Ese sufrimiento puede ser muy fecundo, la cuestión es santificarlo en unión con Dios... y con el Señor ya dejará de pesar.

Según los casos, tendremos que ir al médico, descansar, hacer deporte, distraernos o un sinfín de actividades reconstituyentes: en estas situaciones los medios humanos son necesarios. Sin embargo, la respuesta más importante y definitiva la encontramos en el Evangelio:

Venid a mí todos los que estáis fatigados y sobrecargados, y yo os aliviaré. Tomad sobre vosotros mi yugo, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas. Porque mi yugo es suave y mi carga ligera[218].

De manera que la primera solución será pegarse a Dios en Cristo: compartir la cruz con Él. Es lo que hizo Dimas, quien tuvo la enorme fortuna de que lo crucificaran junto al Señor.

Lo necesitamos, y Él lo sabe: “Dios no puede padecer, pero puede compadecer. El hombre tiene un valor tan grande para Dios que se hizo hombre para poder compadecer Él mismo con el hombre, de modo muy real, en carne y sangre, como nos manifiesta el relato de la Pasión de Jesús. Por eso, en cada pena humana ha entrado uno que comparte el sufrir y el padecer; de ahí se difunde en cada sufrimiento la consolatio, el consuelo del amor participado de Dios y así aparece la estrella de la esperanza”[219].

Y esto, ¿cómo se hace?

En la oración. Buscar la compañía de Dios, como Él buscó la de sus apóstoles en el Huerto de los Olivos. Tendremos que compartir esa oración de Jesús[220] muchas veces. Es más: sólo podemos llegar a comprender un poco lo que pasó Jesús esa noche, cuando meditamos esos pasajes estando nosotros mismos como aplastados, desolados, agobiados.

Meterse en las llagas de Cristo. El consejo es de San Josemaría:

Al admirar y al amar de veras la Humanidad Santísima de Jesús, descubriremos una a una sus Llagas. Y en esos tiempos de purgación pasiva, penosos, fuertes, de lágrimas dulces y amargas que procuramos esconder, necesitaremos meternos dentro de cada una de aquellas Santísimas Heridas: para purificarnos, para gozarnos con esa Sangre redentora, para fortalecernos. Acudiremos como las palomas que, al decir de la Escritura (Cfr. Cant II, 14), se cobijan en los agujeros de las rocas a la hora de la tempestad. Nos ocultamos en ese refugio, para hallar la intimidad de Cristo: y veremos que su modo de conversar es apacible y su rostro hermoso (Cfr. Cant II, 14.), porque los que conocen que su voz es suave y grata, son los que recibieron la gracia del Evangelio, que les hace decir: Tú tienes palabras de vida eterna[221].

Se trata de una experiencia personal, en la que nadie puede sustituirnos ni darnos instrucciones más precisas acerca de cómo hacerlo, que requiere momentos duros para experimentarla. Y que está en la misma línea de la quizá más popular oración para después de la Comunión: “Dentro de tus llagas, escóndeme”.

3) Aceptar con fortaleza, sostenidos por la esperanza

Por tanto, ante agobios, cansancios, estreses, hartazgos, sufrimientos... lo primero es acudir a Cristo: Él nos promete alivio. Ahora bien, es muy importante considerar qué clase de alivio promete.

No se trata de una aspirina afectiva, que hace que no se sienta el dolor, ni de un consuelo sentimental.

Tampoco es un resolovedor de problemas, ni una especie de disolvente de cruces: como si uno rezara un poco y ¡chau! se arregló todo. No, no habla nada de sacar el yugo ni la carga de encima.

Promete hacer suave y ligero el peso (ese mismo yugo y carga que agobia...). ¿Y cómo conseguirá esa transformación? Pues asumiéndolo (“tomad mi yugo”) con mansedumbre y humildad. Sólo entonces “encontraréis descanso”.

Es decir, el problema del peso, del agobio, en realidad estaba en nosotros: en nuestra falta de aceptación y de amor: a través de la imitación de Jesús dejará de pesar y podremos llevarlo con alegría.

Entonces, hay carga, hay yugo. La solución no es que no lo haya, sino que adquiramos la fortaleza, el amor y el sentido sobrenatural necesarios para que no nos aplaste sino que nos santifique.

El primer paso del camino a la felicidad es la aceptación de la realidad: “«elegir» lo que no hemos querido o incluso lo que no hubiéramos querido a ningún costo”[222]. No es fácil, pero es esencial. Sin aceptación, no avanzaremos hacia el entendimiento y la santificación del dolor. Por el camino de la protesta y de la queja no conseguiremos la paz, ni llegaremos a la santidad.

Para esto necesitamos fortaleza.

Es una ingenuidad pensar que podemos llegar a sentirnos siempre bien en la tierra. Pero, deberíamos tener en cuenta que muchas veces el problema no es sólo exterior (cosas o personas que hacen sufrir) sino nuestra excesivamente pequeña capacidad de sacrificio. Veamos un ejemplo muy sencillo: salvo casos de enfermedad, si una persona estuviera agotada y agobiada por una hora de trabajo, la solución a sus agobios no sería dejar el trabajo, sino ¡trabajar más! Su problema es su demasiado limitada capacidad de trabajo. Trabajando más, conseguirá que el trabajo no la agobie.

Con frecuencia caemos en el error de pensar que Dios tendría que acudir a sacarnos la carga que nos pesa y agobia, cuando en realidad quizá deberíamos pedirle que nos aumente la fortaleza: la necesaria para cumplir la voluntad divina. Pero ¿enojarse con nuestro Padre Dios? Sería absolutamente ridículo e infantil. Muchas veces lo que nos enoja es precisamente lo que necesitamos para madurar y ser más santos.

La esperanza sostendrá nuestra fortaleza: la “capacidad de sufrir depende del tipo y de la grandeza de la esperanza que llevamos dentro y sobre la que nos basamos”[223].

La esperanza sostendrá la aceptación. Pero ¿esperanza en qué y en quién? Esperamos, en tres momentos sucesivos, que:

- el dolor se acaba, no dura para siempre.
- el dolor sirve.
- después viene la gloria, la felicidad sin límite.

Y esto, ¿es esperable? Sí, porque Dios no falla. Sin Dios en el horizonte cabe poca esperanza, pero con Dios cabe la certeza absoluta.

La Sagrada Escritura nos enseña que “Dominus mortificat et vivificat”[224] y “exaltabit humiles[225]. “Dios exalta a quienes cumplen su Voluntad en lo mismo

que los humilló”[226]: Dios exalta en lo mismo que humilla[227]. Lo que es motivo de desolación será motivo de gloria.

Esto no quiere decir que seamos incansables. En los momentos de sufrimiento nos ayudará considerar que los profetas, a veces, también se hartaban. No lo señalo por aquello de que “mal de muchos consuelo de tontos”, sino para que asumamos que posiblemente a nosotros también nos pasará. Basta leer a Jeremías o a Elías. Y en los salmos muchas veces encontraremos la oración del alma sufriente, que invoca a Dios y se abandona en Él.

Una vez aceptado el dolor, tendremos que descubrir su sentido.

Aprender a sufrir significa entender el sentido del sufrimiento y aceptarlo personalmente con generosidad como una ofrenda de amor. Es la ciencia de la Cruz[228], a la que llegan los santos, que pueden decir como San Josemaría contemplando a Jesús cargando con la Cruz:

¡Con qué amor se abraza Jesús al leño que ha de darle muerte!

¿No es verdad que en cuanto dejas de tener miedo a la Cruz, a eso que la gente llama cruz, cuando pones tu voluntad en aceptar la Voluntad divina, eres feliz, y se pasan todas las preocupaciones, los sufrimientos físicos o morales?”.[229]

El pensamiento de la vida eterna nos llenará de ánimo, fortaleza y esperanza en cualquier situación de nuestra vida:

Elemento distintivo de los cristianos el hecho de que ellos tienen un futuro: no es que conozcan los pormenores de lo que les espera, pero saben que su vida, en conjunto, no acaba en el vacío. Sólo cuando el futuro es cierto como realidad positiva, se hace llevadero también el presente[230].

Como afirma el P. Cantalamessa: “La esperanza es milagrosa: cuando renace en un corazón, todo es diferente, aunque nada haya cambiado. [...]

“Donde renace la esperanza renace sobre todo la alegría. El Apóstol dice que los creyentes son *spe salvi*, «salvados en esperanza» (Rom 8, 24) y que por ello deben ser *spe gaudentes*, «alegres en la esperanza» (Rom 12, 12). No gente que espera ser feliz, sino gente que es feliz de esperar; feliz ya, ahora, por el simple hecho de esperar”[231].

¿Amar la cruz?

El sufrimiento —sin dejar de ser sufrimiento— se convierte a pesar de todo en canto de alabanza[232]

Muchos santos hablan del amor a la cruz. Y, dándose cuenta de su valor y necesidad, la piden ardientemente. No porque les guste, sino porque ven los bienes que ella les depara al mundo entero y a sus mismas almas. Es el caso, por ejemplo, de santa María Faustina Kowalska, quien recoge en su diario: “Hoy, el Señor me dijo:

Necesito tus sufrimientos para salvar las almas”. Y la disponibilidad total de su respuesta: “Oh Jesús mío, haz conmigo lo que quieras”[233].

El secreto reside en el amor a la cruz. Es la experiencia de San Juan María Vianney: “Sufrir amando, no es sufrir (...). Huir de la cruz, por el contrario, es querer ser aplastado... Hemos de pedir el amor a las cruces; entonces es cuando son dulces. Yo lo he probado durante cuatro o cinco años; he sido muy calumniado y objeto de contradicción. ¡Ah! Llevaba cruces, tal vez más de las que podía. Entonces pedí el amor a la cruz y fui dichoso; ahora me digo: verdaderamente no hay felicidad sino en eso”[234].

En este momento se hace necesaria una aclaración. Los cristianos no somos masoquistas que sienten placer en el dolor (nos molesta, como a todos). No se trata de amar la cruz por sí misma, sino de amar en la cruz, de amar con la cruz, de convertir la cruz en un acto de amor, sabiendo que Dios saca bienes de ella. Y sobre todo, de amar a Cristo con quien compartimos esa cruz y con quien redimimos.

Esto porque, según el sabio decir de San Agustín, “no hay camino más excelente que el del amor, pero por él sólo pueden transitar los humildes”[235]. Y el dolor nos lleva casi necesariamente a la humildad (siempre que no nos rebelemos, claro está).

¿Qué hacer con el dolor? «Usarlo» para amar.

El sufrimiento puede hacer que una persona se cierre en sí misma y se centre en su propio dolor. Todo el día pensando, hablando, pendiente de lo mismo. Pero poner la atención en los sentimientos de dolor ¡lo aumenta notablemente! Es una ley universal: cuánto más pendientes del dolor, más duele.

Mirar a Cristo, sin sentirse víctima.

Atendía a un enfermo terminal de cáncer. En un hospital público del Gran Buenos Aires, en una sala llena de enfermos y visitantes, con un televisor en el extremo de la sala aumentando el barullo. No resultaba el ambiente ideal para estar muriéndose. Pero a esa persona —un hombre sencillo, con relativamente poca formación—, al que quedaba poco de vida, le preocupaba ¡que no podía concentrarse en el Rosario! Y cuando le expliqué el valor del sufrimiento, animándolo a que ofreciera el suyo, uniéndolo al de Cristo, su respuesta me conmovió: “Pero, Padre, ¿qué es lo mío comparado con lo de Jesús?” Le daba vergüenza sólo pensar en comparar ambos. Lo suyo le parecía nada...

En definitiva es claro que los cristianos no somos masoquistas. No amamos la cruz (el dolor, el sufrimiento) en sí mismo, sino que amamos en la cruz, amamos con la cruz, porque procuramos amar siempre.

Una cuestión de fe

Muchas veces nuestro problema con el dolor no es la gran intensidad del mismo o nuestra falta de fortaleza, sino nuestra falta de fe.

En realidad no es que no tengamos fe: la tenemos, y mucha. Pero no la suficiente para lo que Dios nos pide. Nos pasa algo semejante a lo que Pedro pasó en el lago de Genesaret[236]. Cumpliendo el mandato de Cristo de pasar a la otra orilla, los Apóstoles se ven envueltos en una tormenta que hace peligrar sus vidas. En medio de su pelea contra las olas y el viento, se aterrorizan al verlo venir a Jesús caminando sobre las aguas (lo confunden con ¡un fantasma!). El Maestro se da a conocer y Pedro tiene el atrevimiento de pedirle poder caminar sobre las aguas (quizá fuera un sueño de chico..., pero la verdad es que no parece el mejor momento para pedirlo). La cuestión es que ¡comienza a hacerlo! Eso supone fe, realmente mucha fe. Pero a la vista de las olas, la fuerza del viento... tiene miedo y comienza a hundirse. Entonces recurre a Jesús, quien lo salva, pero le reprocha: “Hombre de poca fe, ¿por qué has dudado?” Es sorprendente: ¿cómo le dice “hombre de poca fe”, si acaba de realizar el milagro de caminar sobre las aguas? Sí, es poca, porque no fue suficiente: para participar en semejante milagro hacía falta todavía mucha más fe. Fue “suficiente” al principio, pero no alcanzó para completar la aventura sobrenatural de caminar sobre las aguas en medio de una gran tormenta (aunque lo mismo sería en medio de un lago calmo y tranquilo...).

En efecto, nos falta fe, necesitamos más fe de la que tenemos. Más fe en el valor salvífico del sufrimiento.

El problema no es sentirse mal, no es el sufrimiento. El verdadero problema es que no vemos para qué sirve, no vemos a Cristo, el fruto de lo que pasamos, el amor que supone..., en fin, no vemos que vale la pena sufrir. Algo que muchas veces está fuera del alcance de una visión meramente terrenal y que sólo se ve con los “ojos” de la fe.

Nos falta fe: más fe en la bondad divina. En que nuestro Padre Dios nunca nos dejará “tirados”. Más fe en su compañía cuando parece que nos deja solos. Más fe en su Providencia cuando parece que las cosas “se le fueron” de las manos (que perdió el control de la situación). Más fe en su sabiduría infinita, que “hace” redenciones con una pobre cruz de madera y tres clavos.

Una fe que necesita renovarse y rehacerse. Porque el dolor cansa. No somos de plástico.

Los sacerdotes aprendemos mucho de las personas que atendemos espiritualmente. Tal fue el caso con Emilio, un arquitecto de treinta años que, debido a un cáncer, en solo tres meses pasó de estar sano a estar en el cielo. Emilio, después de años de entrega a Dios, con profunda vida interior, llevaba su enfermedad admirablemente. Quería que le santificase del todo y que todo su sufrimiento le ahorrara el purgatorio. Un día, abriendo su corazón, me decía: “Rece por mí. Para que sepa aprovechar todo esto”. Y añadió: “Porque a veces me canso”. Lógico. Ni Superman ni la Mujer Maravilla existen. Parte de la prueba es el cansancio y que la

vista se nuble un poco. Y llega un momento en que la cuestión es hacer un acto de fe: creo o no creo, me abandono o no me abandono, confío o me siento abandonado, afirmo que sirve o que es inútil, busco más ayuda de Dios para abrazarme o sólo quiero librarme del sufrimiento.

Los sentimientos “negativos” tienden a oscurecer la fe. Es natural que así suceda. Hace falta un abandono confiado en Dios. En la próxima sección volveremos sobre el tema al hablar del fracaso de los sentimientos en cuestiones de fe. Aquí solo queremos apuntar el fracaso de los sentimientos en cuestiones de “cruz” y a la necesidad no de una fe que se siente, sino que se abandona absolutamente en Dios.

Por esto hemos de estar prevenidos. Es fácil que no entendamos: cuando llegó el momento de la Pasión no entendió nadie (sólo su Madre). Y Jesús lo había anunciado varias veces. Y ninguno —a excepción de su Madre— esperó la resurrección también anunciada. Pensaron que se había acabado todo... cuando en realidad recién comenzaba... Es lo que echa en cara a los discípulos de Emaús: “¡Oh necios y tardos de corazón para creer todo lo que dijeron los profetas!”[237]. Y lo que muchas veces tiene que echarnos en cara a nosotros cuando, ante la cruz, parece que nos olvidamos de todo lo que, en momentos de alegría, tenemos clarísimo. Habrá que pedirle al Señor ese “plus” de fe necesaria para cuando la necesitemos.

Pequeñas o grandes revoluciones interiores

Vamos hacia el amor perfecto. Hay todavía en nosotros mucho que cambiar, mucho que mejorar, mucho por pulir. Siempre queda en nuestras almas algo —o mucho— de soberbia, de amor propio, de egoísmo, que cada tanto se manifiesta con especial intensidad. Y éste es, precisamente, el momento de limpiar. Hace años en una meditación escuché ilustrar esta situación con un ejemplo: imaginemos un recipiente con agua no muy limpia. Con el tiempo los materiales sólidos suspendidos van sedimentando: pequeños y no tan pequeñas trozos de basura, granos de arena, hojas, etc., se van al fondo. De tal manera que el agua llega a parecer totalmente limpia, cuando en realidad todavía no lo está. En los tiempos de calma, para purificar el agua habrá que ir al fondo del alma y extraer lo que está allí sedimentado casi sin hacerse notar. Pero sucederá que cada tanto habrá circunstancias que revuelvan el agua y muchas impurezas volverán a la superficie. No es que el agua se haya ensuciado. Lo que sube ya estaba, sólo que no se lo veía. Es el momento de limpiar y aprovechar que esas impurezas salen a la superficie para sacarlas.

De aquí que a veces nos sintamos mal, que experimentemos rebeldías, amarguras, pesimismo, desánimos, enojos, malos humores. Ante esas reacciones de nuestra sensibilidad, hemos de luchar para no dejarnos dominar por ellas y sobreponernos.

A través de ellas maduramos. Son parte del tratamiento para nuestra santidad: para conseguir desprendimientos, purificarnos, crecer en humildad, paciencia, fortaleza, generosidad.

Muchas cosas exteriores nos molestan, enojan, ponen nerviosos, impacientan, desaniman. Sería una falta de madurez echar la culpa a los demás de esos estados de desequilibrio. Las circunstancias no tienen la culpa. Si me enojo, no es porque los que me rodean sean insoportables, sino porque tengo mal carácter, me falta paciencia, soy irritable... Es cierto que lo de afuera puede contribuir —y de hecho contribuye— a que mi mal carácter se luzca... pero si tuviera más dominio de mí no conseguiría ponerme así. Por otro lado, si lo “aprovecho” también puede servirme para crecer en ese dominio de nosotros mismos que tanto necesitamos.

No buscar culpables: los que encontremos no serán, al menos totalmente, responsables de nuestro estado. Tampoco echarse la culpa a uno mismo. Calma. Paciencia. Ya se pasará. En los momentos de enojo, rebeldía... en vez de buscar culpables, busquemos soluciones. Y a veces, la solución es un poco de paciencia...

Cuando nos sentimos mal necesitamos reflexionar para saber qué nos pasa y las distintas causas que puede haber del estado en que nos encontramos. Y cuando descubrimos que no hay motivos (cosa que pasa con frecuencia): ¡paciencia! Aguantarse a uno mismo, que ya pasará.

Mirarnos con humildad. Tenernos paciencia. No sorprendernos de las malas yerbas que crecen en el jardín de nuestra alma. Ir arrancándolas pacientemente, una a una a medida que aparecen, sin dejarlas crecer —es decir, sin consentir con ellas—. Sabiendo que no somos mejores cuando nos sentimos bien o peores cuando nos sentimos mal. Somos la misma persona —con las mismas virtudes y defectos, talentos y limitaciones— que en el camino a la santidad a veces se encuentra subiendo cuesta arriba, y otras, bajando. La cuesta arriba requiere más esfuerzo, exige más, se avanza más lentamente. Pero no somos mejores —más fuertes, más ágiles, mejor entrenados— en la bajada que en la subida.

Buscar amar a Dios en todo: desprendidos de nosotros mismos, también de lo que sentimos.

CAPITULO VI

DIEZ CLAVES DEL PROGRESO INTERIOR

Llegamos a parte más práctica del libro. En este último capítulo analizaremos el papel del amor y de los sentimientos en diez aspectos —verdaderas claves vitales— de nuestro camino al amor pleno de Dios (que se realizará en el cielo).

Al principio de la vida espiritual suele haber tiempos marcados por la alegría y el entusiasmo. Deslumbrados por el amor de Dios, animados por las perspectivas de mejora personal, el alma se esfuerza y en seguida ve los frutos de sus luchas. El propio progreso se constata de modo evidente y el amor parece avanzar a grandes pasos. Como en todo enamoramiento —el alma se ha enamorado de Dios—, después habrá que seguir amando en el “día a día”, con constancia, en la vida ordinaria: porque la vida —la de todo el mundo— es normal, cotidiana. Allí comenzará a madurar y crecer en el amor. Y ese crecimiento no estará exento de dificultades.

Aunque lo que sigue son consideraciones de validez general, bien pueden aplicarse —con los matices necesarios en cada caso— a tres situaciones espirituales distintas:

- la práctica religiosa: personas practicantes de su fe, que cumplen fielmente las obligaciones básicas de la misma;
- personas que luchan por cultivar una vida interior más profunda que los deberes mínimos;
- personas que han recibido una vocación de entrega a Dios.

En estos tres niveles del camino hacia Dios se presentan dificultades, conflictos y crisis semejantes que es necesario sortear para purificar nuestras almas y hacerlas capaces de un amor cada vez más pleno, integrando la inteligencia y la voluntad con los sentimientos.

Será tarea del lector enfocar esta mirada a su situación concreta.

1) La fuerza del deseo y el papel del esfuerzo

Violenti rapiunt[238]

En la vida de piedad, muchas veces es necesario arrancar, y seguir, a base de esfuerzo, porque el amor —todo amor— requiere esfuerzo. A este propósito es célebre la respuesta que santo Tomás de Aquino dio a su hermana Marotta, cuando ésta le preguntó qué tenía que hacer para ser santa. Para contestar le alcanzó una palabra: “Quererlo”.

La fe muestra qué encontrar y amar: “Buscad y encontraréis”, “llamad y se os abrirá”. Se nos garantiza el éxito, pero antes hay que buscar, llamar, perseverar.

Hay que quererlo. Nadie consigue nada que no desee. Si lo desea, pone todo su empeño en conseguirlo. La vida interior no escapa a esta regla universal del espíritu humano.

El entusiasmo inicial facilita mucho la vida en sus primeros tiempos. Hay que aprender cosas que no se saben. Hacer otras que nunca se han hecho. Mantener la atención y la concentración. Proponerse objetivos que todavía no nos salen. Vencer la pereza. Derrotar el cansancio y la rutina. Esforzarse por superarse: llegar a más de lo que ahora llevo siempre supone esfuerzo.

Insistir una y otra vez. Nada sale a la primera. Para conseguir intimidad con Dios hay que remar.

No podemos esperar a que los sentimientos nos lleven.

Hemos de tener deseos de santidad, de crecer, de mayor intimidad con Dios.

Y poner los medios para conseguirlo.

“Vida interior. (...) Al principio costará; hay que esforzarse en dirigirse al Señor, en agradecer su piedad paterna y concreta con nosotros. Poco a poco el amor de Dios se palpa —aunque no es cosa de sentimientos—, como un zarpazo en el alma. Es Cristo, que nos persigue amorosamente: he aquí que estoy a tu puerta, y

llamo”[239]. Es decir que, comenzando con esfuerzo, llegamos a experimentar el amor de Dios con intensidad también sensible.

Dos ejemplos: para conseguir recogimiento interior en la oración cuando estamos acelerados y secos, tenemos que comenzar a repetir jaculatorias, mirar al sagrario, etc., sin sentir nada; y poco a poco, el alma se va frenando y encendiendo. Para llegar a la intimidad y amistad con los Ángeles Custodios, habrá que comenzar a hablarles sin sentir nada, incluso sintiendo que le hablamos a la pared... y llega el momento en que descubrimos su presencia, su compañía y amistad. Es como si se abriera una puerta que estaba cerrada. Lo mismo sucede con la Eucaristía, con la Virgen, con San José. Sin ese buscar en seco no se llega al encuentro y al afecto.

Más allá de algunas devociones que surgen más espontáneamente —con entusiasmo—, éste es el itinerario espiritual normal.

Un consejo de Santa Teresa de Jesús: “Procura hacer muchos actos de amor, porque encienden y enternecen el alma”[240]. Es decir que expresando el amor que queremos tener, acabaremos teniéndolo.

Buscar mejorar nuestro amor. Si seguimos el camino de los mínimos —de hacer lo mínimo indispensable para no pecar— no avanzaremos gran cosa por el camino del amor... ¿Cuánto amor tendrían un padre o una madre que estudiaran qué es lo mínimo que deben hacer por sus hijos para no acabar en el infierno...?

No podemos ser ingenuos: las cosas buenas cuestan. Hay personas que cuando encuentran dificultades se quejan, protestan: “¡Me cuesta!”, y entonces dejan de luchar. Como si la santidad fuera para aquellos a quienes no les cuesta nada. Pero éstos ¡no existen! A todos nos cuesta. Es lo normal. A veces cuesta más, otras menos. Cuando cuesta más, es más necesario funcionar por amor. Un amor que será en algunos momentos menos sentido, pero mucho más profundo y eficaz.

El papel del esfuerzo es esencial. No puede faltar. Sin empuje no llegaremos a ninguna parte en la vida interior (ni en ningún otro campo...). Pero no es sólo voluntad: tengamos en cuenta que el deseo, la garra, el tesón, el empuje son también sentimientos. Son parte del apetito irascible, que nos impulsa a conquistar el bien arduo y nos da aguante para soportar las dificultades. Y son sentimientos suscitables, es decir, que podemos inducirlos, fomentarlos, excitarlos. ¡Animarse a uno mismo!

La oración es unión, pero también una conquista. Si te sorprende escuchar hablar de lucha en cuestiones de piedad, te recuerdo una enseñanza del Catecismo de la Iglesia:

La oración es un don de la gracia y una respuesta decidida por nuestra parte. Supone siempre un esfuerzo. Los grandes orantes de la Antigua Alianza antes de Cristo, así como la Madre de Dios y los santos con Él nos enseñan que la oración es un combate. ¿Contra quién? Contra nosotros mismos y contra las astucias del

Tentador que hace todo lo posible por separar al hombre de la oración, de la unión con su Dios[241].

Este es el ámbito en el que entra la exigencia personal: los propósitos y metas sin las cuales no puede haber progreso interior.

2) El gusto por las cosas de Dios. Poner el corazón

Gustad y ved qué bueno es el Señor[242]

Dios nos pide amarlo con todo el corazón, de lo que se sigue que el corazón necesariamente tendrá que estar presente en nuestras relaciones con Él. Y para esto no hacen falta esfuerzos artificiales, ya que es nuestro Padre (Abbá), se hizo nuestro Hermano y Amigo (Jesús) y es nuestro Consolador (Espíritu Santo); y para facilitar nuestro acceso a Él nos da una Madre tierna (su propia Madre).

Quizá nos maraville que un salmo nos anime a gustar la bondad del Señor: como si nos invitara a paladearla despacio y a disfrutarla. La Sagrada Escritura está llena de alabanzas entusiasmadas, exultaciones, cantos de acción de gracias, lamentaciones, quejas..., en fin, toda la afectividad humana está representada en ella. Y compara las relaciones de Dios con el hombre, con las de un esposo y su esposa — reflejando el amor que los une con un poema de amor como el Cantar de los Cantares.

Dimensión afectiva de la piedad

La piedad cristiana es cariñosa por definición. Basta repasar algunas oraciones clásicas: “A ti se somete mi corazón por completo, y se rinde totalmente al contemplarte”, “concede a mi alma que de ti viva y que siempre saboree tu dulzura”[243], “mírame con compasión, no me dejes, Madre mía” (Bendita sea tu pureza), “ya que soy todo tuyo, Madre de bondad, guardadme y defendedme como cosa y posesión tuya”. Los ejemplos se podrían multiplicar repasando cualquier devocionario.

Como hemos explicado anteriormente[244] hemos de incluir los sentimientos en nuestro trato con Dios.

¿Cómo se manifiesta el amor humano? Miradas, palabras cariñosas, compañía, recuerdos, fotos, confidencias, regalos... Por ahí también debemos ir en el amor divino.

El amor de Dios no es una teoría: incluye toda la afectividad del hombre, tanto la sensible como la espiritual, por lo que incluye cariño a Dios y a las cosas de Dios.

Esto hace que la piedad tenga una dimensión afectiva: el que ama necesita manifestar su cariño, también de modo sensible. En el trato con Dios tiene que estar presente —y, de hecho, los cristianos siempre han venerado y besado imágenes, estampas y medallas, puesto flores, encendido velas, cantado, rezado de rodillas, hecho procesiones, peregrinaciones, pintado cuadros... Con el transcurso de los siglos surgió todo un arte religioso para expresar este amor sensiblemente: arquitectura, pintura, escultura, artesanía, música, canto polifónico, poesía, etc. Todas ellas, expresiones sensibles de amor. San Francisco de Asís, por ejemplo, inventó el pesebre, para que los fieles pudieran ver y sentir el Nacimiento de Jesús.

Valor teológico de la belleza

En este contexto entendemos lo que Benedicto XVI enseña acerca del “valor teológico y litúrgico de la belleza”[245]. Lo resumimos con seis ideas de este documento[246]:

- La Revelación cristiana está vinculada intrínsecamente con la belleza: es *veritatis splendor*.

- No es mero esteticismo sino el modo en que nos llega, nos fascina y nos cautiva la verdad del amor de Dios en Cristo, haciéndonos salir de nosotros mismos y atrayéndonos así hacia nuestra verdadera vocación: el amor.

- El resplandor de la gloria de Dios supera toda belleza mundana. La verdadera belleza es el amor de Dios que se ha revelado definitivamente en el Misterio pascual.

- La belleza de la liturgia es parte de este misterio; es expresión eminente de la gloria de Dios y, en cierto sentido, un asomarse del Cielo sobre la tierra.

- Es necesario que en todo lo que concierne a la Eucaristía haya gusto por la belleza (n. 41).

- Esta belleza no es una simple armonía de formas (...). Jesucristo nos enseña cómo la verdad del amor sabe también transfigurar el misterio oscuro de la muerte en la luz radiante de la resurrección. (...) La belleza, por tanto, no es un elemento decorativo de la acción litúrgica; es más bien un elemento constitutivo, ya que es un atributo de Dios mismo y de su revelación. Conscientes de todo esto, hemos de poner gran atención para que la acción litúrgica resplandezca según su propia naturaleza.

El gusto por las cosas de Dios es bueno y hemos de fomentarlo.

Disfrutar de la liturgia. La liturgia católica tiene una riqueza extraordinaria. Para poder disfrutarla hay que conocerla y entenderla. Nos encontramos aquí con la necesidad de la formación, de la que hablaremos en el próximo punto.

Pasarlo bien en la oración es bueno (aunque no vayamos a pasarlo bien...). Fomentar buenos sentimientos respecto a Dios ayuda a crecer en su amor. Cantar (¡qué bien se puede hacer oración yendo solos en auto, cantándole al Señor canciones improvisadas sobre la marcha!), besar o sonreír a una imagen, incluso ¡bailar! a solas, llorar... Todas estas pueden ser formas de oración.

Perder el miedo a poner el corazón. A veces —sobre todo nosotros, los varones— tendremos que superar la vergüenza. Aprender a manifestar el cariño: todos podemos ser cariñosos con Dios. Siendo que somos distintos, ese ser cariñosos tendrá estilos diferentes. Pero no caben amores voluntariamente secos y apagados.

No basta pensar que amamos al Señor: hemos de decírselo. Y si nos preguntamos qué significa poner el corazón en el Señor, San Josemaría nos responde lo que él mismo hacía delante del Pesebre en Navidad: “¡Tomo en mis brazos al Niño y me quedo, horas y horas, diciéndole cosas dulces y encendidas!... Y le beso —bésale tú—, y le bailo, y le canto, y le llamo Rey, Amor, mi Dios, mi Único, mi Todo!... ¡Qué hermoso es el Niño...![247]

Expresar el amor: “Pierde el miedo a llamar al Señor por su nombre —Jesús— y a decirle que le quieres”[248]. Poner el corazón en lo que decimos. ¿No resulta tierno decirle a la Virgen que es nuestra vida, nuestra dulzura y nuestra esperanza, como le decimos en la Salve? ¿No conmueve decirle “mírame con compasión, no me dejes, Madre mía”?

Este es también el lugar de las distintas devociones. Además de las devociones generales, comunes a todos los cristianos (la Santísima Trinidad, la Eucaristía, la Virgen...), hay muchas particulares (distintas advocaciones marianas, santos, novenas, etc.). No se trata de acumularlas, sino de tener pocas devociones personales, y ser constantes con ellas. Las que a cada uno le sirvan.

Las cosas de buena calidad material y artística expresan el amor y lo fomentan. Necesitamos de imágenes lindas que muevan a la piedad. Indudablemente es mucho más fácil rezar en una iglesia linda que en una fea. Se reza mejor delante de una imagen piadosa que delante de una pared en blanco. Ante un buen crucifijo es más probable que brote el dolor de los pecados. Esto es obvio porque somos seres con cuerpo y alma.

Podemos aprovechar las obras de arte producidas por dos mil años de amor cristiano: no son adornos, no son parte de la decoración, son removedores del corazón.

La infancia espiritual

Si hemos de poner el corazón en Dios, un camino que lo facilita enormemente es el de la infancia espiritual. Camino de Santa Teresa de Lisieux, que muchos santos después han recorrido y enseñado. Camino excelente que nos agranda el corazón. Un camino que se aprende mirando a los niños. En este tema me limito a relatar dos sucesos no de autores clásicos de espiritualidad, sino de dos sobrinos menores de cuatro años.

A Felicitas, de tres años, su madre le había enseñado a saludar con un beso a las imágenes de la Virgen. En una ocasión una de sus tías la llevó de compras. Entraron en una santería a comprar un libro. La chiquita, de repente, se encontró con una estantería repleta de imágenes de la Virgen, y comenzó una por una, a tirarles besos, sin parar, hasta que todas tuvieran el suyo.

A Juan Martín su madre lo encontró un día con un crucifijo embadurnado con crema: lo había encastrado todo. Cuando investigó de qué se trataba, el chico le explicó que, viéndolo tan herido, se había conmovido y quería aliviarle los dolores con la crema que le ponían a él cuando se lastimaba.

No te digo que demos espectáculos en los negocios o que llenemos de analgésicos los crucifijos, pero es un hecho que los chiquitos nos enseñan a amar con todo el corazón.

En la literatura espiritual es tradicional el ejemplo del dique que represa las aguas en tiempos de lluvia, para poder regar los campos en la época de sequía. Vivir de los buenos momentos, recuerdos e ideas. Para esto también es de gran ayuda tomar notas, dejar constancia de lo que vivimos en nuestro interior para que el tiempo no lo borre de la memoria, y así poder volver sobre ellos más tarde.

3) Integrar los sentimientos con la inteligencia y la voluntad

Como ya hemos dicho varias veces, el amor no es un solo un sentimiento: es algo mucho más grande. La fe y el amor tienen repercusiones sensibles, y de hecho, con frecuencia hacen sentir bien espiritualmente. Pero este sentimiento es un efecto secundario de la gracia en la sensibilidad. No es el efecto principal —que es sobrenatural— y ni siquiera es permanente.

Hay que ir más allá. No buscar los sentimientos por sí mismos: sería egoísta, en cuanto centraría la piedad en uno mismo y su propio goce espiritual. Hemos de llegar a Dios con la inteligencia y la voluntad, meternos en Dios es algo espiritual. La meta de nuestra búsqueda no somos nosotros mismos —lo que sentimos— sino Dios.

Cuando una persona dice “Yo rezo porque me da mucha paz”, habría que preguntarle: “¿Sólo por eso?” y ayudarla a encontrar a Dios —y no solamente la paz interior— y a entregarse a Él por amor.

Disfrutar de la fe

Amamos también a Dios con nuestra inteligencia: “con toda tu mente”. Por esto la piedad tiene un componente intelectual, que exige la formación doctrinal. El hombre es un ser inteligente, y corresponde que sea guiado por la razón. Pero la razón necesita conocimientos para funcionar (esto no sólo en el terreno espiritual sino en todo, desde las matemáticas a la biología).

En este ámbito, tenemos que ilusionarnos con la verdad. La verdad y el bien tienen una fuerza atractiva muy fuerte. Saber sobre Dios y la vida cristiana. No podemos considerar nuestra fe fríamente. Enciende, entusiasma, apasiona. Nos entusiasmos con nuestra fe si la conocemos cada vez mejor, si contemplamos cómo la experimentaron los santos. La formación doctrinal y espiritual no sólo ilumina la inteligencia sino que inflama el corazón.

Además la cabeza se regirá por este conocimiento cuando los sentimientos falten: es importante saber qué hacer cuando no se siente nada.

La inteligencia, además, aviva los sentimientos, ya que entender sobre Dios nos hace sentir plenos. Su verdad produce gozo intelectual. El amor de la voluntad se nutre de este conocimiento: cuanto más se conoce, más se puede amar.

Se trata de una ley de ida y vuelta: el gusto por las cosas de Dios lleva a querer conocerlas mejor, y el mayor conocimiento permite disfrutarlas más intensamente.

El sistema para evitar la rutina es pensar y repensar las cosas hasta redescubrir otra vez lo que ya sabíamos, pero que ahora vemos con luces nuevas. Siendo Dios infinito, nunca acabaremos de progresar en su conocimiento. Dios y las cosas de Dios son inabarcables, los misterios sobrenaturales son inagotables. Hay quienes remarcan el carácter negativo de nuestra incapacidad frente al misterio: nunca llegaremos a comprenderlo totalmente porque supera nuestra inteligencia. Es verdad, pero se olvidan del lado positivo de la cuestión: siempre podremos penetrar más, siempre podremos creer más, esperar más, amar más, entender mejor, mirar con más profundidad, desde una perspectiva distinta. Es todo un desafío.

Nuestra inteligencia necesita alimentarse de nuevos conocimientos e ideas. Así surgirán inspiraciones, se renovará nuestra oración, se enriquecerá nuestra piedad.

Esta formación necesita ser permanente: mantenerse viva y crecer. Obviamente no alcanza lo que se estudió para la Primera Comuni3n y la Confirmaci3n. Requiere unos medios concretos de formaci3n —charlas, clases, meditaciones—, buenas lecturas y estudio.

Dimensi3n voluntaria de la piedad

El componente m3s importante de la piedad es su dimensi3n voluntaria, ya que el amor es un acto de la voluntad. Hacerlo todo por amor es la clave de la santidad. Convertir todos los momentos y circunstancias de nuestra vida en un acto de amor a Dios[249]. Voluntariedad actual, ofrecimiento actual, amor actual.

El amor se alimenta con actos de entrega. Dar tiempo, atenci3n, empeño, adoraci3n, acci3n de gracias, obediencia..., es una forma de darse uno mismo. Hacer prop3sitos. Luchar por cumplirlos. Nos entregarnos a nosotros mismos a trav3s de lo que rezamos, meditamos, cantamos, nos mortificamos. Son manifestaciones de nuestro amor. La voluntad as3 empuja a los sentimientos.

Una entrega alegre: “De ahora en adelante, tened prisa en amar. El amor nos impedir3 la queja, la protesta. Porque con frecuencia soportamos la contrariedad, s3; pero nos lamentamos; entonces, adem3s de desperdiciar la gracia de Dios, le cortamos las manos para futuros requerimientos. ‘Dios ama al que da con alegr3a’ (2 Cor 9,7), con la espontaneidad que nace de un coraz3n enamorado, sin los aspavientos de quien se entrega como si prestara un favor”[250].

En este contexto se entiende mejor el papel de la mortificaci3n. Para integrar los sentimientos en la unidad de la persona que ama necesitamos tener cierto dominio sobre ellos, corregirlos, controlarlos. Esto se consigue a trav3s del desprendimiento de las cosas, de los proyectos, placeres y sentimientos. Las virtudes de la templanza y la pobreza nos libran de la esclavitud de lo sensible y nos posibilitan gozar santamente de las mismas. Nos permiten ser seores de las cosas. Conseguir el autodomnio necesario para la entrega. Como enseña Surco, la mortificaci3n es el puente levadizo que permite el acceso al castillo de la oraci3n[251].

Una paradoja f3cilmente verificable: cuando nos mortificamos de buena gana —aunque cueste— por amor, la vida interior mejora y hasta nos sentimos mejor.

4) El amor requiere intimidad: estar a solas

¿Qué es esta oración? Santa Teresa responde: “No es otra cosa oración mental, a mi parecer, sino tratar de amistad, estando muchas veces tratando a solas con quien sabemos nos ama” (vida 8)[252]

Una necesidad del amor: compartir la intimidad. Cuanto más íntimo sea lo que se comparte, más profundo será el amor; cuanto más superficial sea lo compartido, menos profundo y, por tanto, menos estable será el amor.

Una perogrullada: para compartir la intimidad hay que tenerla...

En nuestros tiempos, solemos vivir volcados demasiado hacia afuera. Señalo sólo dos ejemplos inocentes —evidentemente no son ilícitos— que dificultan el cultivo del mundo interior. Una curiosidad que se puede tornar enfermiza y llevar casi obsesivamente a buscar noticias al instante, lo que obliga a la escucha permanente de noticieros en la radio, la televisión o Internet; o a vivir pendientes de Facebook o mails. O el gusto por la música, que cultivado sin freno con walkman, discman o MP3, hace que muchos vivan enchufados en un mundo musical.

Así, no son pocos los que terminan sin poder soportar el silencio y la soledad. Se diría que al final se resultan terriblemente aburridos a sí mismos.

Pero la soledad y el silencio resultan fundamentales para cultivar la propia intimidad.

A esto viene a añadirse la falta de pudor. Definido por los clásicos como la defensa de la propia intimidad, es obvio que quien no tiene intimidad no tiene nada que proteger de miradas extrañas. Si todo lo personal se cuenta sin el menor empacho; y la curiosidad lleva a espiar la vida privada de los demás, así deja de haber cuestiones íntimas, y nos vamos quedando sin intimidad propia y ajena... Lo mismo vale para la intimidad corporal.

Volcados hacia fuera y sin pudor, hemos perdido la intimidad.

Pero si la amistad lleva a compartir la intimidad, es obvio que cuanta menos intimidad se tenga, menos se tiene para compartir... En consecuencia, las relaciones tienden a hacerse cada vez más superficiales. Y el que pierde es el amor.

Necesitamos intimidad con Dios: un encuentro personal. Nos enriquecemos con su riqueza, enriquecemos nuestra intimidad abriéndola compartiéndola con Él. Y el compartir las intimidades nos une.

De ahí la necesidad del silencio: tiempo para estar a solas con Dios. Meditación, diálogo sincero, pensar en lo divino, meterse en el misterio sobrenatural. Descubrir a Dios en nuestra alma. Mirarlo y sentirse mirado. Hablarle y escucharlo. Paz. Quietud. Compartir su vida y nuestra vida, en el silencio de nuestra alma.

El amor no tiene apuro. No se puede amar a las corridas. Necesita tiempo. En cinco minutos nadie consigue el clima interior para conectar con Dios a fondo. Si

bien es cierto que siempre podemos hablar con Dios (por la calle, en el colectivo, etc.) y que la presencia de Dios es una realidad maravillosa, sin embargo, la meditación requiere algunas condiciones concretas que la facilitan: la unidad mínima de tiempo requerida se podría fijar en quince minutos, sentados, en un lugar tranquilo, sin hacer otra cosa al mismo tiempo...

Perder el miedo al silencio: lo necesitamos. Quien se aburre estando a solas en silencio, no ha descubierto la riqueza del mundo interior. Si mira para adentro y no ve nada... quizá es que está vacío y hueco. Tendrá que comenzar a edificar para adentro. Sólo así conseguirá encontrar a Dios allí. Porque ¡está!: “Vendremos a Él y haremos morada en Él”[253] (damos por supuesto el estado de gracia, y si se carece de él, habrá que comenzar por el sacramento de la Penitencia). Podemos estar con Dios sin decir nada, gozando de su compañía.

Un consejo que viene del siglo XVI: “Y si me preguntas por qué medios se alcanza ese poderoso y tan noble afecto de la devoción, a esto responde el mismo santo doctor [se refiere a Santo Tomás de Aquino] diciendo: que por la meditación y contemplación de las cosas divinas; porque de la profunda meditación y consideración de ellas redunda ese afecto y sentimiento en la voluntad que llamamos devoción, el cual nos incita y mueve al bien. Y por eso es tan alabado y encomendado este santo y religioso ejercicio por todos los santos”[254].

¿Dónde encontramos al Señor para estar con Él?

De menos a más:

En la inmensidad de lo creado: ¡qué bien se reza frente al mar, en la montaña, bajo el cielo estrellado!

En imágenes piadosas, que son como una ventana hacia el misterio.

En los libros: en lo que los autores espirituales nos dicen de Dios.

En la intimidad de nuestra alma.

Dando un salto de calidad muy notable, en las páginas del Evangelio: nos abren el mundo de la vida de Jesús, para que la vivamos con Él, y Él la viva en nosotros. Palabra de Dios viva y operativa, que “toma cuerpo” cada vez que alguien la lee en el hoy presente. No es un papel impreso, la letra de un mensaje que Dios mandó hace tiempo.

Y de modo sublime en la Eucaristía: nos espera enamorado. Se nos entrega y nos permite entregarnos con Él. ¡Nos lo comemos!

Intimidad. Abrir el corazón y meterse en el de Cristo. Compartir nosotros su visión del mundo y su amor. Llenarnos de Él. Cultivar una auténtica amistad personal.

5) Constancia: el plan de vida

La sensibilidad tiene cierta plasticidad, por lo que se la puede modelar, formar, educar. Y esto se realiza por la repetición de actos.

De aquí que para cultivar la vida interior sea de gran ayuda —más aún, sea necesario— un plan de oración fijo, que nos esforcemos por cumplir por amor —con

ganas o sin ellas—. De esta manera, nuestro trato con Dios no dependerá de las subidas y bajadas de nuestras ganas y estados de ánimo. Este plan dará estabilidad a nuestra vida espiritual.

Es muy importante determinar nuestra dieta espiritual: cómo vamos a alimentar a nuestra alma. Una dieta a medida de cada uno, según nuestra vocación y nuestras circunstancias particulares. Se trata de concretar el propio plan, con dos cualidades fundamentales: accesible y exigente. Accesible: adecuado a las posibilidades de cada uno. Es decir, cumplible: que esté dentro de nuestras posibilidades de cumplimiento actuales, que sea factible según disposiciones de tiempo, capacidad personal, etc. Exigente: porque si es tan accesible que consta solo de media Ave María al día... será demasiado pobre. Ni tan pequeño que afloje, ni tan exigente que frustre. En el que uno se comprometa: no tendría sentido proponerse cosas que uno no quiere cumplir...

Un plan compuesto de unos actos de piedad diarios —ofrecimiento de obras al comenzar el día, el Angelus, un rato de meditación, examen de conciencia...—, otros semanales, mensuales, anuales (un retiro, por ejemplo). Un plan en el que se fija cuántas veces voy a participar en Misa por semana (una —el domingo—, dos, tres... o todos los días), cada cuánto me voy a confesar (cada mes, cada quince días o cada semana).

Esto da estabilidad a nuestro amor y evita que nuestra piedad esté a merced de los vaivenes del sentimiento.

Prejuicios contra el plan de vida

Hay personas que tienen miedo al plan de vida espiritual. Sienten un cierto rechazo visceral y no quieren saber nada con él. Temen que asumir un esquema fijo les cuadrificará la vida. Cuando se les propone que pongan un poco de orden en su oración, se defienden diciendo que no quieren convertirse en personas estructuradas: que prefieren la espontaneidad para evitar que la obligatoriedad del cumplimiento agoste el amor. Argumentan que no quieren atarse, ya que prefieren la libertad. No quieren tener que hacer por obligación cosas que no son obligatorias. Piensan que el compromiso con unas normas de piedad quitará frescura al alma, encasillando el amor.

Estos prejuicios contra el plan de vida tienen su razón de ser en posibles deformaciones del mismo. Evidentemente es posible vivir un plan de vida sin alma (es decir, cadavérico). Si se perdiera de vista su sentido y se lo cumpliera rutinariamente. Si cayéramos en el voluntarismo. Si lo realizáramos como un rito meramente externo. Si agobiara la falta de perfección en su cumplimiento. Si sólo se busca estar en regla, para sentirse tranquilo...

Sin embargo, el hecho de que se lo pueda cumplir sin amor, mecánicamente, incluso por soberbia, que pueda quitar la paz en algún caso, etc., no es un problema del plan de vida.

Quien así pensara quizá no se habría dado cuenta de que las estructuras son buenas y necesarias. Obviamente, solas no son nada, pero brindan soporte al resto del organismo. En el ser humano, por ejemplo, el esqueleto es muy importante y su

virtud reside precisamente en ser rígido. Sin huesos, seríamos una masa informe de grasa y músculos, que no podría erguirse, trasladarse, agarrar cosas, etc. Tiene una función fundamental.

La huida del compromiso en las prácticas de piedad hace muy difícil la constancia: es obvio que sólo rezaré el rosario todos los días si me propongo hacerlo así, ya que nadie hace lo que no se propone. Si mi intención es hacerlo “de vez en cuando”, “cuando me salga”, “tenga ganas”, etc., el resultado será que lo haré muy pocas veces. En cambio, si me propongo hacerlo todos los días, o tres veces por semana, o los fines de semana, o lo que sea, ese plan me facilitará rezarlo.

¿Obligación de cumplir el plan de vida? Su incumplimiento no es pecado en sí mismo (sí puede serlo por otras razones: si faltó a Misa el domingo, el pecado está en el incumplimiento del precepto de la Iglesia, independiente de mi plan de vida).

Personalmente, no me gusta hablar de obligación respecto al plan de vida por la carga negativa que tiene esa palabra en la vida corriente. Se trata de una obligación muy peculiar: una obligación de amor. Nada me obliga: yo me comprometo a hacerlo. Las prácticas de piedad que lo componen no son obligatorias (en el sentido de que su omisión fuera pecado). Pero desde el momento en que me propongo hacerlo, tengo un compromiso con Dios y conmigo mismo. Si me propongo cumplirlo es porque quiero cumplirlo. Es algo asumido libremente. Nadie me lo impone: yo me lo concreto porque quiero.

Los bienes que produce

Es un medio esencial para garantizar la constancia en el trato con Dios. Pero es sólo eso: un medio. Lo importante no es cumplir, sino que me sirva para encontrarme con Dios. Podríamos decir que el plan de vida es un lugar de encuentro con Dios.

Al despertar cada día comenzamos a realizar nuestras normas de piedad. Quizá, alguna vez experimentemos la sensación de no avanzar. Comenzamos por la mañana, vamos ejercitando nuestros deberes piadosos, luchamos todo el día, y a la noche parecería que el contador vuelve a cero, para volver a empezar la lucha. Esto no es cierto. A propósito de la Misa dominical hubo en cierto lugar un cruce de cartas de lectores a un periódico. Un hombre comentaba el poco sentido que había tenido para él acudir a la iglesia los domingos. “He ido durante 30 años —escribía—, y desde entonces he escuchado algo así como 1500 homilias. Pero no puedo recordar una sola de ellas. Pienso entonces que he gastado mi tiempo, y los sacerdotes el suyo, dando sermones en balde.”

A raíz de aquella carta comenzó una pequeña polémica en las Cartas al Director de aquel periódico. Continuó durante semanas, hasta que alguien escribió unas breves líneas que, sorprendentemente, zanjaron todas las controversias: “Llevo casado 30 años. Desde entonces he tomado aproximadamente 32000 comidas y cenas. Pero no puedo recordar el menú entero de ninguno de esos días. Sin embargo, no por eso debe deducirse que hayan sido en balde. Me alimentaron y me dieron la fuerza para vivir, y si no hubiera tomado aquellas comidas, hoy estaría muerto.”

Sí que sirve: cumplir el plan de vida es una expresión de amor, nos obtiene la gracia necesaria para santificar nuestra vida. Vamos acumulando un buen tesoro en el cielo.

En la vida espiritual no se puede vivir de las rentas del pasado: de lo que recé, de la unión que tuve con Dios en otros tiempos. Es necesario cultivar el amor a Dios día a día. El amor es actual, no es historia; es algo vivo. Si abandono el trato con Dios, la relación no permanece en el estado en que estaba, sino que el amor se va apagando. La constancia en alimentarlo, expresarlo, renovarlo, hacerlo crecer es esencial. De aquí la importancia de tener un sistema que nos garantice unos mínimos, que asegure que todos los días vivimos pendientes del Señor.

¿Cuánto tiempo? Pienso que para cultivar una vida interior seria, el tiempo que tendríamos que dedicar a Dios diariamente —en total, entre las distintas prácticas de piedad distribuidas a lo largo del día— es de al menos una hora.

No tener miedo a la repetición. Lo que funcionó bien en otras ocasiones es muy posible que vuelva a funcionar. La oración alimenta el alma, como la comida el cuerpo. Hay que comer todos los días. Cuando somos invitados a un asado, a nadie se le ocurre decir “ese asado ya lo comí”. Es verdad que asistió a otros asados, que los cortes de carne y achuras eran los mismos... pero no es el mismo asado: es otro. Igual de rico. Igual de nutritivo. Y desayuno todos los días... Y rezo todos los días...

La oración descansa el alma. Nadie piensa “ya dormí la semana pasada...”. Habrá que dormir de nuevo para reponer fuerzas. El haberlo hecho antes no impide volver a hacerlo. Y duermo todos los días... Y descanso en Dios todos los días...

La constancia en el cumplimiento del plan de vida marcará el ritmo de nuestra entrega. Y cuando cueste o no tengamos ganas, recordaremos que el amor se demuestra sobre todo en el sacrificio, no en el gozo.

6) Una sola vida

Yo solía decir a aquellos universitarios y a aquellos obreros que venían junto a mí por los años treinta, que tenían que saber materializar la vida espiritual. Quería apartarlos así de la tentación, tan frecuente entonces y ahora, de llevar como una doble vida: la vida interior, la vida de relación con Dios, de una parte; y de otra, distinta y separada, la vida familiar, profesional y social, plena de pequeñas realidades terrenas. ¡Que no, hijos míos! Que no puede haber una doble vida, que no podemos ser como esquizofrénicos, si queremos ser cristianos: que hay una única vida, hecha de carne y espíritu, y ésta es la que tiene que ser —en el alma y en el cuerpo— santa y llena de Dios: a ese Dios invisible, lo encontramos en las cosas más visibles y materiales[255].

La relación de amor con Dios no es una cuestión intimista, cerrada, en la que no entran los demás ni la vida en medio de las ocupaciones ordinarias. Si bien es necesario dedicar tiempos exclusivamente a la oración, ahí no se termina la relación con Dios: allí comienza, y tiende a extenderse a toda la existencia.

Una persona que ama a Dios no sólo lo ama cuando reza, sino todo el tiempo: cuando trabaja, come, atiende a su familia... toda su vida. Intenta que sea una realidad que reza porque lo ama, al igual que trabaja porque lo ama... en todo lo que hace, piensa o siente procura tener presente al Señor.

La vida espiritual no puede estar desconectada del resto de las actividades ni de la personalidad de la persona. Tiene que influir en todo, y lo demás influye en la vida espiritual. Se trata también de integrar la vida interior con la exterior en una unidad de vida.

San Josemaría acuñó un término para referirse a este aspecto que estamos tratando: unidad de vida. Y fue uno de los temas centrales de su predicación:

Dios os llama a servirle en y desde las tareas civiles, materiales, seculares de la vida humana: en un laboratorio, en el quirófano de un hospital, en el cuartel, en la cátedra universitaria, en la fábrica, en el taller, en el campo, en el hogar de familia y en todo el inmenso panorama del trabajo, Dios nos espera cada día. Sabedlo bien: hay un algo santo, divino, escondido en las situaciones más comunes, que toca a cada uno de vosotros descubrir. (...)

No hay otro camino, hijos míos: o sabemos encontrar en nuestra vida ordinaria al Señor, o no lo encontraremos nunca. Por eso puedo deciros que necesita nuestra época devolver —a la materia y a las situaciones que parecen más vulgares— su noble y original sentido, ponerlas al servicio del Reino de Dios, espiritualizarlas, haciendo de ellas medio y ocasión de nuestro encuentro continuo con Jesucristo[256].

La unidad de vida tiene una línea de mínima: la exigencia de coherencia personal, que no haya acciones, pensamientos, deseos, que contradigan la oración. Exige una labor de limpieza, para quitar de nuestra vida lo que resulte incompatible con el cristianismo. Que no haya contradicción entre las distintas facetas de nuestra existencia. Que seamos cristianos 100%, en todos los ambientes en que nos movamos, que nada niegue nuestra condición de hijos de Dios.

Pero la unidad de vida es también mucho más: no sólo evitar contradicciones, sino que positivamente las distintas actividades de nuestra vida sean expresiones de la misma persona. Se trata de integrar la vida de relación con Dios con el resto de la vida: con la familia, con el trabajo, con la vida social, con las responsabilidades políticas, con el descanso, etc. Superar un posible planteo de disyuntiva entre la vida contemplativa y la vida activa, como si fuesen alternativas.

El amor de Dios no se toma vacaciones. No hay ámbitos de nuestra existencia en los que no podamos amar a Dios.

La propia espiritualidad estará marcada por la propia existencia. Es significativo el consejo que San Josemaría daba a los esposos: “Los casados están llamados a santificar su matrimonio y a santificarse en esa unión; cometerían por eso un grave error, si edificaran su conducta espiritual a espaldas y al margen de su

hogar. La vida familiar, las relaciones conyugales, el cuidado y la educación de los hijos, el esfuerzo por sacar económicamente adelante a la familia y por asegurarla y mejorarla, el trato con las otras personas que constituyen la comunidad social, todo eso son situaciones humanas y corrientes que los esposos cristianos deben sobrenaturalizar”[257]. Esto vale para todos. Se trata de edificar nuestra vida espiritual integrada con nuestra existencia: una tarea positiva que toca a cada uno realizar.

La vida “interior” se alimenta de la “exterior”

“El tema de mi oración es el tema de mi vida”, decía el Fundador del Opus Dei. De allí salía la temática de su trato con Dios.

Hablar en la oración de los proyectos, ideales, alegrías, problemas, dificultades, dolores, defectos propios y ajenos..., compartir la vida con Dios. Tema de oración, de petición, de ofrecimiento, de análisis, de propósitos. La relación con Dios está teñida del color de la vida y, a la vez, se vuelca en ella.

La presencia de Dios toma ocasión de lo que se ve, se hace, nos pasa, etc. Se reza por los demás, por las personas que queremos, a las que tratamos, aquellas con las que nos cruzamos. La mortificación se encauza por lo que nos ayuda a trabajar mejor, o a superar nuestros defectos en el trato con el prójimo, o a sacrificarnos por quienes nos rodean...

La vida “exterior” se alimenta de la “interior”

El motor de toda la actividad se encuentra adentro, es la vida de piedad. Lleva a esforzarse, a cuidarse, a dar lo mejor de nosotros mismos. Porque procuramos tener siempre presente a nuestro Padre Dios. De ahí salen las fuerzas.

¿Por qué podemos sonreír cuando nos ofenden, o trabajar cuando estamos cansados, o procurar ayudar a los demás? Porque intentamos ver a Dios detrás de todas las cosas, le pedimos ayuda, le ofrecemos lo que nos cuesta o hace sufrir.

En algunos lugares, en los tableros de los autos llevan unos cartelitos con la siguiente leyenda: “Papá, no corras, te esperamos”. Buscan de una manera simpática que el recuerdo de su familia ayude al conductor a ser más prudente. También podríamos tener a mano un letrero que nos anime: “Cuidá tu vida interior, la necesitamos”, referida a los demás: nos necesitan santos y su vida se ve muy mejorada si lo somos.

La vida interior se desborda hacia afuera

Los demás necesariamente palparán nuestro amor de Dios. La vida interior se nota en el trato con quienes nos rodean (aunque sigamos teniendo defectos —¡nos moriremos con ellos!— y los otros a veces los sufran: verán que luchamos, que pedimos perdón, etc.).

La vida interior nos lleva a trabajar mejor, y necesariamente se desborda en el apostolado.

Se establece entonces como un camino de ida y vuelta: el amor a Dios nos lleva a ocuparnos mejor de las cuestiones temporales, y las actividades temporales nos llevan a Dios. No son ya dos vidas paralelas, sino una única vida hecha de amor.

7) En la cuesta arriba

El que persevere hasta el fin, ése se salvará[258]

Para alcanzar la cumbre de la santidad el camino es ascendente, y algunas cuevas son más empinadas.

Un secreto público: a los santos también les costaba rezar. Hay quienes ingenuamente piensan que los santos no tuvieron dificultades interiores, que siempre gozaron de paz en su corazón, que las prácticas de piedad los emocionaban, etc. Para despejar dudas, veamos el testimonio de una Doctora de la Iglesia, un alma de una profunda vida mística:

Lo que me cuesta en gran manera, más que ponerme un instrumento de penitencia (me da vergüenza confesarlo), es el rezo del rosario... ¡Reconozco que lo rezo tan mal! En vano me esfuerzo por meditar los misterios del rosario, no consigo fijar la atención...

Durante mucho tiempo estuve desolada ante esta falta de devoción, que me sorprendía, pues amando tanto a la Santísima Virgen, debiera resultarme fácil rezar en su honor oraciones que tanto le agradan. Ahora, me desconsuelo menos, pues pienso que la Reina de los cielos, siendo mi Madre, ha de ver mi buena voluntad y contentarse con ella[259].

Y podríamos añadir una larga lista de citas semejantes de toda clase de santos.

A veces el trato con Dios se convierte en una cuesta arriba que necesitamos subir con esfuerzo, pero es una subida que nos hace capaces del amor divino. Veamos dos coordenadas al respecto: la necesidad de una mayor purificación de nuestro amor a través de la aridez y cómo debería ser nuestra respuesta en la prueba de la oscuridad.

a. Cuando cuesta rezar: mirar a Dios

Llegar a amar a Dios por Dios mismo, con todo el corazón, con toda la mente, con todas las fuerzas. Que todos nuestros amores pasen por el amor divino y conduzcan a él. Que toda la gloria sea para nuestro Dios.

Todos estos deseos son excelentes, pero sólo serán posibles si se opera en nosotros una trabajosa transformación interior.

Un primer motivo de que las cosas cuesten es nuestra resistencia a la gracia y el fondo de soberbia y amor propio desordenado que permanecen en nuestros corazones como resabios del pecado original. Puede parecer paradójico, pero, venciendo esa resistencia, podemos avanzar hacia Dios. Se la podría comparar a la resistencia del rozamiento que permite a las ruedas rodar (sin esa resistencia no girarían). Debemos conseguir virtudes: generosidad, constancia, laboriosidad, fortaleza... y superar los defectos opuestos. En la palestra de la lucha, dóciles a la gracia de Dios, lo iremos consiguiendo.

El amor de los mercenarios

En cuanto a la soberbia, es el principal obstáculo en el camino de la santidad. No sólo nos aleja de Dios directamente (impulsándonos al pecado), sino que incluso se las arregla para contaminar la misma lucha por hacer las cosas bien. La falta de rectitud de intención hace que —si nos descuidamos— busquemos la perfección en

clave perfeccionista y el gozo del amor de Dios por el gozo mismo; y si así fuera, la lucha interior se infectaría de vanidad y egoísmo.

En el camino de las almas que sirven a Dios, existe lo que santa Catalina de Siena llama “amor mercenario de los imperfectos”, que se ocupa de la piedad a cambio de la paga del sentimiento espiritual: “Sin caer bien en la cuenta, sirven a Dios por interés, por apegamiento a las consolaciones tanto temporales como espirituales, y que, cuando se ven privados de ellas, derraman lágrimas de compasión hacia sí mismos[260].

Su nombre suena bastante mal, pero en realidad no es otra cosa sino una “mezcla extraña, pero de hecho muy frecuente en nosotros, de un sincero amor a Dios y un amor desordenado de sí mismo”. [261]

No se trata de un estado deseado. El alma que lo padece lo sufre muy a pesar suyo. Pero para llegar al amor perfecto debemos estar dispuestos a purificar este amor imperfecto. Y Dios lo hace a través de la aridez interior: por temporadas no sentimos nada al rezar, no experimentamos la presencia divina, incluso podemos aburrirnos o sentir fastidio por las cosas de Dios. Al rezar sin sentimiento mostramos nuestro amor y purificamos nuestra intención. De manera que es importante saber prescindir los sentimientos cuando no están presentes, ya estamos recibiendo un tratamiento médico muy necesario. De la generosidad que tengamos en esta purificación dependerá el grado de amor que alcancemos.

Así descubrimos que la pérdida de sentimientos no constituye un problema espiritual: es parte de la solución para nuestra falta de santidad. Por esto no ha de inquietarnos la aparición de aridez en nuestra vida espiritual. Como explica un clásico de la espiritualidad:

Guiarme por el sentimiento es dar la dirección de la casa al criado y hacer abdicar al dueño. Lo malo no es el sentimiento sino la importancia que se le señala...

Las emociones constituyen en ciertas almas hasta tal punto toda la piedad, que están persuadidas de haberla perdido cuando en ellas desaparece el sentimiento. ¡Dios mío! ¡No tengo más devoción, no siento ya nada!... No tenía más que el sentimiento y en cuanto éste desaparece, nada, en efecto les queda. Pero no es la piedad la que han perdido, porque apenas si la tenían. ¡Si esas almas supieran comprender que ése es precisamente el momento de comenzar a tenerla! [262]

En la aridez se sufre frustración por la falta de éxito espiritual —que es meramente aparente—: nuestros esfuerzos parecen nulos. San Francisco de Sales describe la situación con trazos muy vivos y hasta se imagina al demonio riéndose de nosotros en esos momentos:

Debes comportarte como te he indicado (...) en el tiempo de las consolaciones; pero esto no durará mucho, pues a veces te sentirás tan privada y destituida de sentimiento y devoción que te parecerá que tu alma es una tierra desierta, infructuosa, estéril, donde no se abre camino ni sendero alguno para encontrar a Dios, ni se

encuentra el agua de la gracia que la pueda regar, a causa de la sequía que, a tu manera de ver, la convertirá en un desierto. ¡Oh, cuán digna de lástima es el alma que se ve en semejante estado y, sobre todo, cuando su mal es vehemente! Porque entonces, a semejanza de David, se derrite en lágrimas día y noche (Ps62, 3), mientras que el enemigo, mediante mil sugerencias para sumirla en la desesperación, se mofa de ella diciéndole: “¡Ah, pobrecilla!, ¿Dónde está tu Dios?” (Ps 61,3)[263].

Buscar a Dios

El amor supone humildad y generosidad, con una buena dosis de olvido de sí. Con la vida de piedad no buscamos sentirnos bien, sino amar a Dios. Amar es glorioso, muchas veces llena el alma y hace sentir plenitud. Produce un gozo espiritual realmente asombroso. Pero lo importante no es cómo me siento y cuánto disfruto, sino cuánto y cómo rezo. No buscamos sentir algo sino adorar, alabar, pedir perdón, dar gracias, implorar por necesidades; entonces, no pasa nada si los sentimientos están ausentes. De otro modo nos encontramos con lo que podríamos llamar una oración frente al espejo: rezarse a uno mismo, mirándose en vez de mirar a Dios, pendiente de qué pasa con uno cuando reza.

La fidelidad en la aridez, como enseña Santo Tomás, madura el amor: “Por experiencia sabemos que, cuando soportamos pruebas difíciles por alguien a quien queremos, no se derrumba el amor, sino que crece. Aguas torrenciales (esto es, abundantes tribulaciones) no pudieron apagar el amor (Cant 8, 7). Y así los santos, que soportan por Dios contrariedades, se afianzan en su amor con ello; es como un artista, que se encariña más con la obra que más sudores le cuesta”[264].

¿Qué esperamos de nuestra oración? Deberíamos estar atentos para no tener falsas expectativas. ¡Agradar a Dios! Y lo agradamos aunque a nosotros nos cueste o lo que hagamos no nos agrade, o incluso no le vemos el valor... Nos ocurrirá como en el caso del óbolo de la viuda del Evangelio, que sólo Dios vio su ofrenda: ¡ni siquiera ella misma se dio cuenta de la grandeza de lo que estaba haciendo!

Además, a Dios no le sorprende recibir oraciones que, a pesar de nuestro esfuerzo, son insulsas, sin fuerza, aburridas. Sabe cómo estamos cada día y qué puede esperar de nosotros (básicamente espera amor, el resultado exterior es lo de menos).

La receta es no mirarse a sí mismo: mirar a Dios (esto en realidad siempre es necesario, sólo que cuando lo pasamos bien lo damos por supuesto... y no es tan seguro que lo hagamos).

b. Perseverancia a la hora de la oscuridad

Algunas veces, cuando mi espíritu se encuentra en una sequedad tan grande que me es imposible formar un solo pensamiento para unirme a Dios, rezo muy despacio un Padrenuestro, y luego la salutación angélica. Estas oraciones así rezadas, me encantan, alimentan mi alma mucho más que si las recitara precipitadamente un centenar de veces...[265]

La pérdida de sentimientos en la oración —ese estado en que no se siente nada y que todos experimentamos— tiene cuatro posibles causas: el cansancio, la tibieza,

la necesaria purificación para el crecimiento (que acabamos de tratar en el punto anterior) o la enfermedad. Y es importante discernir entre ellas.

El exceso de trabajo, la falta de sueño, el estrés, el acelerar, etc., producen cansancio y, como es lógico, influyen en la oración. No podía ser de otro modo. Habrá que tenerlos en cuenta: descansar, dormir bien, y luchar para dar lo mejor de nosotros mismos en esos momentos. Aunque parezca poco lo que damos, vale mucho porque es ¡todo! lo que tenemos para dar.

Distinta es la pereza. La dejadez en la vida espiritual produce hastío, desgana, que se pierda todo atractivo por lo espiritual. Quien reza menos difícilmente tendrá ganas de rezar más, sino que se irá deslizando por una pendiente descendiente de oración. Es la tibieza, que hace perder el gusto por todo lo que cuesta. No porque no tenga gusto, sino precisamente porque cuesta. Aquí la pérdida del sentimiento se debe a la desidia. Habrá que sacudirse la tibieza.

Otro es el caso en el que Dios quita el sentimiento para purificar el alma. Como se suele decir tantas veces, “Dios nos da el sentimiento para mostrarnos que nos ama y nos lo quita para que le mostremos que lo amamos”. Es la aridez interior, muy distinta de la tibieza, cuya necesidad acabamos de explicar.

Y en el caso de la enfermedad, habrá que acudir al médico y entregar ese estado tan valioso a los ojos de Dios.

Nuestra respuesta

¿Qué hacer cuando no se siente nada? Ya se deba a cualquiera de las cuatro posibles causas —que frecuentemente vienen mezcladas—, en lo que hace a la oración la respuesta es la misma: amar sin repercusión sensible. Amar por amor, aunque no me lo pase bien. Aprender a amar con sacrificio, ser generosos y entregar a Dios nuestra oración sin ninguna satisfacción personal. Perseverar: es el momento de verificar, madurar y enriquecer el amor.

El punto 485 de Forja ilustra muy bien este momento de la vida espiritual:

En ocasiones, alguno me ha dicho: “Padre, si yo me encuentro cansado y frío; si, cuando rezo o cumplo otra norma de piedad, me parece que estoy haciendo una comedia...”

A ese amigo, y a ti —si te encuentras en la misma situación—, os contesto: ¿Una comedia? ¡Gran cosa, hijo mío! ¡Haz la comedia! ¡El Señor es tu espectador!: el Padre, el Hijo, el Espíritu Santo; la Trinidad Beatísima nos estará contemplando, en aquellos momentos en los que “hacemos la comedia”.

Actuar así delante de Dios, por amor, por agradecerle, cuando se vive a contrapelo, ¡qué bonito! ¡Ser juglar de Dios! ¡Qué estupenda es esa recitación llevada a cabo por Amor, con sacrificio, sin ninguna satisfacción personal, por dar el gusto a nuestro Señor!

Esto sí que es vivir de Amor.[266]

No es una farsa. No es verdad que rezar sin ganas sea una hipocresía. Este pensamiento constituye un engaño: una tentación del demonio que intenta que abandonemos la oración.

Es amor puro. Si abandonamos la piedad por falta de sentimiento... ¿dónde estaría nuestro amor?

No sorprenderse

Para empezar, recordar que no sentir ganas de rezar es una experiencia absolutamente normal. También se puede sentir rechazo por la oración, o incluso llenarse de tristeza, como le sucedía a Santa Teresa: “Era tan insoportable la fuerza que el demonio me hacía, o mi mala costumbre, para que no fuese a la oración, y la tristeza que me daba cuando entraba en el oratorio, que era necesario poner todo mi ánimo (que dicen que no lo tengo pequeño, y se ha visto que me lo dio mucho más que de mujer...), para poder conseguirlo, y al fin me ayudaba el Señor. Y después que me había dado esta fuerza me hallaba con más quietud y satisfacción, que algunas veces que tenía deseo de rezar”[267].

Siempre en la espiritualidad cristiana se ha hablado de la necesidad de la lucha interior. Porque el amor requiere esfuerzo, sacrificio, vencerse, superarse. A veces con gusto y a veces sin gusto, pero siempre por amor. Es natural que haya altibajos, incluso caídas; santo no es el que no cae sino el que siempre se levanta y vuelve a luchar.

Además hay momentos de prueba especial... Angustia, sufrimiento, desolación interior, oscuridad...

Resulta particularmente conmovedor el caso de la Beata Teresa de Calcuta. Una mujer gastada por el amor a Dios y el servicio a los más pobres entre los pobres. Siempre sonriente, que no se cansó de recomendar a todos la sonrisa. Un alma de la que Dios se sirvió para fundar una Congregación que se extendió por todo el mundo, con una eficacia sobrenatural maravillosa. Que iluminó la vida de muchos, llevó la luz de la fe a los lugares más recónditos —los suburbios de Calcuta— y a los más altos —el premio Nobel, New York...— del mundo. Sin embargo, Dios a ella la privó durante la mayor parte de su vida de los sentimientos de consuelo que brotan de la fe y el amor de Dios.

Por la importancia de su testimonio, recojo algunas citas de sus cartas, a lo largo de distintos años (las que citamos aquí abarcan desde 1954 a 1976):

Mi alma permanece en profundas tinieblas y desolación. No, no me quejo — que haga conmigo todo lo que Él quiera[268].

Rece por mí—pues en mi interior hay un frío glacial. —Sólo la fe ciega me sostiene, ya que en realidad para mí todo está en tinieblas. Mientras Nuestro Señor reciba todo el deleite —la verdad es que yo no cuento.[269]

Por favor, rece por mí para que Dios quiera levantar estas tinieblas de mi alma sólo durante unos días. Pues a veces la agonía de la desolación es tan grande y al

mismo tiempo el anhelo por el “Ausente” tan profundo, que la única oración que aún puedo decir es “Sagrado Corazón de Jesús, en Vos confío; saciaré Tu sed de almas”. [270]

Por primera vez en estos once años—he llegado a amar la oscuridad— pues creo ahora que es una parte pequeña, una muy pequeña parte de la oscuridad y del dolor de Jesús en la tierra. [271]

Y porque quiero creer, yo acepto estas tinieblas de la fe con mayor alegría y confianza. [272]

Vea lo que hace nuestro Señor. —Él se derrama sobre la pequeña Congregación —y además, me quita hasta la última gota de consuelo. —Estoy contenta de que sea así—porque sólo quiero que en la Congregación Jesús sea más y más y yo sea menos y menos. [273]

Con sentido del humor, juega con las palabras —al referirse al sufrimiento: “El calor aquí es simplemente abrasador. —Un gran consuelo para mí —como no puedo arder con el amor de Dios— al menos que arda con el calor de Dios—y así disfruto el calor”. [274]

Mi amor por Jesús es cada vez más sencillo y creo que más personal. —Como nuestros pobres, trato de aceptar mi pobreza, el hecho de ser pequeña, indefensa, incapaz de gran amor. Pero quiero amar a Jesús con el amor de María, y a Su Padre, con el amor de Jesús. —Sé que está rezando por mí. —Quiero que Él se sienta a gusto conmigo —que Él no se preocupe de mis sentimientos —que me sienta bien —que no se preocupe siquiera de la oscuridad que Le rodea en mí, y yo no amo a nadie más que a Jesús. [275]

El Postulador de su causa de Canonización explica el sentido de esta prueba: la Madre Teresa “siempre dijo que la mayor pobreza era no sentirse amado, no sentirse querido, sentirse solo, rechazado... Ella sintió esto en su alma. Por eso su noche oscura podría llamarse «noche oscura de amor». Esto es lo específico suyo”. Así vivió por cincuenta años de su vida. Para que nosotros no identifiquemos la santidad con los sentimientos. El P. Kolodiejchuk concluye para nosotros: “Ella no sentía. Nos enseña así que no debemos buscar nuestra fe y amor a Dios y a los demás por lo que se siente. Hoy está de moda decir: ya no amo porque no siento. No. El amor está en la voluntad, no en el sentimiento” [276].

Posiblemente no nos ocurrirá con esa dureza, pero habrá momentos de sufrimiento interior. Entonces, paciencia y confianza. Se pasa. Dios no abandona jamás. Cuando más lejano parece, más cercano está. Es verdad.

Fe

A la hora de la prueba interior, cuando esto nos sucede, sabemos con la cabeza que nos podía pasar —estaba en el presupuesto—. Pero este conocimiento no nos quita el sentimiento de frustración, de desánimo, o de aburrimiento, o de fracaso... Es

un momento para un acto de fe, para creer en lo que no vemos ni sentimos, para pedir más ayuda. Pero hemos de hacerlo, sin dejar que los sentimientos negativos venzan la fe o apaguen el amor.

Hay quienes no esperan, no son pacientes, se cansan y tiran todo por la borda. No es lógico, porque sabemos que nos puede pasar —¡que nos va a pasar!—. Entonces, cuando pasa, no tiene sentido sorprenderse de que pase. En los momentos duros ¡no huyas de Dios!, únete más a Él aunque no lo sientas. Está más cerca que nunca. Cualquier duda, consultar a los discípulos de Emaús (Cf. Lc 24).

Paciencia

Habrá que ejercer la paciencia: “Todo se pasa / la paciencia todo lo alcanza” (santa Teresa de Ávila). Después de la noche siempre viene el día (obviamente, si se sigue caminando en la oscuridad).

Y la humildad: pensar menos en uno mismo y más en Dios, estar menos pendientes de cómo nos sentimos y más de agradecer a Dios.

La paciencia es absolutamente imprescindible para perseverar. Un seguidor de la Madre Teresa de Calcuta cuenta su experiencia personal a partir del consejo de su Fundadora: «Ella me decía en los momentos difíciles: “No se deje llevar por sus sentimientos. Es Dios quien está permitiendo esto”. Realmente esto me enseñó que lo mejor y lo peor en la vida pasará y que si aprendo a aceptar la cruz, a estar tranquilo, humilde y lleno de esperanza, todo pasará. Renovando la esperanza en mí, he podido superar ese período sin hacer un mal discernimiento guiado por mis sentimientos».[277]

Entrega

Cuando parece que no podemos nada —porque estamos cansados, secos, sin ideas, incapaces de rezar—, ¡podemos amar mucho!: entregar esos sentimientos, ofrecer la incapacidad y ¡hacer compañía! Eso es lo que hacen los santos, y nosotros queremos serlo. San Josemaría, abriendo su corazón, decía en una oportunidad: “Ayer por la tarde, que me encontraba muy cansado, fui a hacer la oración. Me estuve en el oratorio, y le dije al Señor: Aquí estoy, como un perro fiel a los pies de su amo; no tengo fuerzas ni siquiera para decirte que te quiero, ¡Tú ya lo ves! Otras veces le digo: Aquí estoy como el centinela en la garita, vigilante, para darte todo lo que tengo, aunque sea muy poco”[278]. Ronald Knox se refiere al valor de lo que llama “oración de estupidez”, cuando parecemos tontos, incapaces de pensar o decir nada[279]. Y Boylan habla de oración de la voluntad[280].

Buscar amar, alabar, dar gracias, pedir perdón... más allá de los sentimientos: el fruto de la oración no es el sentimiento... sino la alabanza... Esto se consigue más allá de lo que yo sienta. Así como por ejemplo, si doy de comer a un hambriento, el quitarle el hambre no dependerá de cuánto mayor o menor gusto encuentre en el gesto de darle comida... El resultado de mi acción no depende de lo que yo sienta al hacerla.

Perseverancia

Aquí es necesario otro sentimiento: el sentido del deber. Una especie de sentido de orientación que nos marca para dónde queda el norte. Sentido de responsabilidad que nos lleva a cumplir lo que nos hemos propuesto, lo que sabemos que debemos hacer, más allá de lo que sienta nuestra sensibilidad.

Subrayo aquí una idea que considero central. No pocas almas nunca acaban de crecer en la vida interior porque cuando aparece la aridez y dejan de sentir, cuando aparece la cruz, se detienen, dejan de avanzar y retroceden tratando de esquivarla. Y así permanecen siempre estancadas, avanzando un tramo y desandándolo después, por no animarse a superar la falta de sentimientos. Y esa falta de generosidad las condena a un estado de tibieza muy triste.

Perseverar en la lucha es la clave. Pase lo que pase, sienta lo que sienta. En la expresión fuerte de santa Teresa: “Aunque me cueste, aunque no pueda, aunque reviente, aunque me muera”. Apoyados en la promesa del Señor: “el que busca, encuentra” (Mt 7,8). Siempre encuentra, antes o después, pero encuentra. Dios no falla. “Pedid y se os dará”. Siempre recibe. “Llamad y se os abrirá”. Siempre se abre. Paciencia. Todo llega.

Dejarse guiar

Si la obediencia es básica en el camino de identificación con Cristo, en los momentos de oscuridad es más necesaria que nunca. Hemos de estar prevenidos porque esto tan lógico —dejarse guiar por otros que ven cuando se está en la oscuridad y no se ve nada— se hace difícil.

Es el momento de la entrega. De la confianza en Dios. Está ahí. Me mira. Me quiere. Espera que me abandone en Él. Si sólo me entrego cuando me siento bien y la entrega me hace sentir bien... soy un farsante. La entrega por amor se comprueba, se verifica, se purifica y crece, madura en el sacrificio, en el dolor, en la fragua de la cruz.

Momentos en los que necesitamos apoyarnos en la confianza en Dios. Esperanza. Seguridad. El abandono tiene una dimensión afectiva: ponerse en las manos de otro más grande que nosotros, en quien podemos confiar, relajarnos, aflojarnos... De lo que hacemos por Dios nada se pierde: nunca. Siempre da fruto, incluso cuando no lo vemos. Dios siempre escucha nuestra oración. Siempre nos concede lo que necesitamos para ser santos. Nunca nos falla. Nunca nos deja. Siempre vela por nosotros. Una de las paradojas de los malos momentos es que cuando más lejos parece... más cerca se encuentra. Cuando parece que duerme en la barca en medio de la tormenta y nos deja solos luchando con el temporal, está jugando cariñosamente con nosotros.

Vale la pena, siempre hay fruto

Por tanto, en los momentos en que las cosas cuestan, no salen: ¡Ánimo! ¡Insistir! Dios no se deja ganar en generosidad. El testimonio de los santos es aleccionador. De la oración de San Josemaría dice quien fuera su confesor durante 31 años: “El Espíritu Santo le llevó indudablemente a altísimas cumbres de unión mística en medio de la vida corriente, atravesando también durísimas purificaciones

pasivas de los sentidos y del espíritu. (...) La irrupción extraordinaria de Dios en su alma fue con frecuencia como la respuesta divina a esa fidelidad a la oración mental en momentos en que ésta le resultaba particularmente costosa o difícil”[281].

El último punto de Camino sintetiza magistralmente la relación entre la perseverancia y el amor: “Enamórate y no le dejarás”[282]. Un punto que el Siervo de Dios Álvaro del Portillo leía de ida y vuelta, como si fuera reversible:

Enamórate y no le dejarás.

No le dejes y te enamorarás.

8) Alegría y buen humor. Abandono

Servid al Señor con alegría[283]

Ya hemos hablado brevemente sobre la relación entre amor y alegría. Apuntamos ahora a la necesidad de la alegría para la vida interior —expresión del amor a Dios—. En concreto, contar con los vaivenes anímicos, saber estabilizarlos y recuperar la alegría cuando la perdemos.

Necesitamos alegría en la vida espiritual. En el ranking de los mayores enemigos de la santidad, la tristeza y el desánimo ocupan puestos destacados. Porque quitan fuerzas[284]. Llenan de pesimismo. Oscurecen la fe. Agigantan las dificultades. Aplastan. Amargan. San Josemaría recordaba con frecuencia que la tristeza es “aliada del enemigo” (no hace falta aclarar que se refiere al demonio).

Todos pasamos por momentos de desánimo, de frustración, de mal humor (tengamos en cuenta que cuanto más humildes seamos, menos de estos malos momentos tendremos, y viceversa). Y el demonio —que conoce su negocio— se empeña en explotarlos al máximo.

De manera que entre las tentaciones con que hemos de contar se encuentran la del desánimo, la pérdida de la alegría, la falta de estabilidad de ánimo, los ataques de mal humor, etc. Entonces nuestra lucha consistirá en recuperar la visión sobrenatural en la oración —¡ver las cosas como las ve Dios!—, olvidarnos de nosotros mismo, ser sinceros —como siempre, ¡humildad!—, refugiarnos en la filiación divina.

Saberse querido por Dios: Él sabe lo que nos pasa, lo que sentimos. Jesús se ocupó de resaltarnos esta amorosa vigilia paterna. No se le escapa nada, ni los más mínimos detalles de nuestra vida: “¿No se venden dos pajarillos por un as? Pues bien, ni uno de ellos caerá en tierra sin el consentimiento de vuestro Padre. En cuanto a vosotros, hasta los cabellos de vuestra cabeza están todos contados. No temáis, pues; vosotros valéis más que muchos pajarillos[285].

Y nos llama a que acudamos a Él especialmente cuando más lo necesitamos: “Venid a Mí todos los que estáis fatigados y sobrecargados, y yo os aliviaré. Tomad sobre vosotros mi yugo, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas. Porque mi yugo es suave y mi carga ligera”[286].

Es el momento de abandonarse en Dios; es decir, de ponerse en sus brazos, relajarse, confiar plenamente: convencidos de que “todas las cosas contribuyen al bien de los que aman a Dios”[287]. Descansar en Dios. Él nos sostiene. “No os angustiéis...”[288]

Todo es santificable, y el amor debe sacar provecho de todo, también de lo que duele e incluso de lo que no se entiende. Habrá que estar prevenidos con las confusiones que entonces puedan aparecer, porque cuando lo pasamos mal la vista se nubla y no vemos claro. Sabemos que se puede confiar en Dios aunque no veamos, también cuando no entendemos. Incluso cuando nos molesta su voluntad.

Dios sabe más. No se equivoca. Nada le sale mal. Su omnipotencia se manifiesta máximamente en su misericordia y también en su capacidad de sacar bienes del mal que hacemos los hombres. Aunque a veces no entendamos, aunque nos cueste, aunque nos duela. El caso más paradigmático es la cruz: ¿es posible pensar en algo más trágico que el hecho de que los hombres hayamos asesinado a Dios hecho Hombre que venía a salvarnos? Pues, con eso Dios hizo la Redención. Del peor mal sacó el mayor bien.

Otra paradoja: cuando más necesitados estamos de Dios, más nos suele costar acudir a Él.

En la meditación se aclaran las cosas, se recupera la visión de fe. En los brazos de nuestro Padre Dios todo se ve y siente distinto. Hay dos capítulos de sendos libros de San Josemaría especialmente recomendables para momentos negativos: “Paz” de Surco y “Pesimismo” de Forja.

Cuando estamos desanimados, también hemos de hacer entrar en juego otro sentimiento: la garra. Levantarse el ánimo a uno mismo. ¿Has visto cómo influyen los espectadores de un partido de fútbol? Animán y transmiten fuerza a los jugadores. ¡Qué distinto resulta tener el público a favor o en contra! Hay personas —a veces nosotros mismos— que parecen querer influir contra sí mismas, y tratan de desanimarse con sus pensamientos. Se repiten constantemente: “¡Qué aburrido!”, “¡qué difícil!”, “esto es imposible”, “no voy a poder”, “qué cansado estoy”, etc. Y así acaban convenciéndose de lo difícil, desagradable o imposible que es lo que tienen por delante. Y de esta manera pierden mucha fuerza. Nunca he estado en un frente de batalla, pero en todas las películas de guerra que he visto, siempre el general arenga a sus soldados infundiéndoles ánimo. Lo mismo hacen los entrenadores de deportistas. Uno puede animarse a sí mismo, más contando con la compañía del Señor, de la Virgen, de su Ángel Custodio. Apretar los puños. Cantar. Bailar. Forzar la sonrisa. Reírse de uno mismo frente al espejo.

Y a veces —valga la aparente contradicción— habrá que ofrecer con alegría la falta de alegría: “¿Y si la cruz fuera el tedio, la tristeza? —Yo te digo, Señor, que contigo estaría alegremente triste”[289].

De manera que para cuidar el amor, para cuidar la vida interior, hemos de cuidar también la alegría.

9) Cuidado con la rutina. Saber encenderse

Así como las relaciones humanas, también las divinas necesitan mantenerse vivas, encendidas, y superar la prueba del acostumbramiento.

El amor es algo personal, supone una relación también personal y la precisa para mantenerse. “Debemos estar comprometidos seriamente —nos advierte San Josemaría— en una actividad de trato con Dios. No podemos escondernos en el anonimato; la vida interior, si no es un encuentro personal con Dios, no existirá. La superficialidad no es cristiana. Admitir la rutina, en nuestra conducta ascética, equivale a firmar la partida de defunción del alma contemplativa”[290].

La rutina mata la verdadera piedad. Pero no confundamos la constancia con la rutina. Hemos insistido en la necesidad de perseverar en el cumplimiento de nuestros deberes de piedad; sin embargo, no se trata de un cumplir mecánico, por pura obligación, de un hacer por hacer. Sería un cumplir sin alma, como quien realiza rutinas de ejercicio físico con flexiones de brazos o abdominales. Dejarse llevar por el aburrimiento y la monotonía en la vida de piedad hace daño al alma, convierte los actos de piedad en algo impersonal, anónimo.

El Siervo de Dios Álvaro del Portillo, jugando con las palabras, nos advertía que estuviéramos atentos para que el cumplimiento de los actos de piedad no degenerara en cumplimiento y miento. Sucedería si cumpliera las cosas para con Dios, pero no amara. Entonces se trataría de un cumplimiento engañoso, que mentiría porque podría no buscar a Dios sino la satisfacción del deber cumplido. Al cumplir, buscamos el amor de Dios. Queremos cumplir por amor. Cuando no sentimos nada, sabemos que ahí está nuestro Padre Dios contemplándonos amorosamente.

¿Quién es el principal encendedor en el amor del cristiano? El Espíritu Santo. La oración más extendida al Paráclito le pide precisamente esto. Entonces habrá que llamarlo, pedirle que venga a encendernos: “Ven, Espíritu Santo, llena los corazones de tus fieles y enciende en ellos el fuego de tu amor”. Pedirlo. Insistir. Nos enciende. No falla: “renueva la faz de la tierra” y la faz de nuestras almas.

Como no vemos a Dios cara a cara —para eso debemos esperar al cielo—, es natural que se metan el acostumbramiento, la rutina, en nuestro trato con Dios. Porque nos acostumbramos a todo —es parte de nuestra condición humana—, incluso a lo más santo y excelso. Habrá que intentar poner el corazón en lo que hacemos. Ser conscientes de que alguien nos espera. Cada acto de piedad debería ser un encuentro con Dios. Tendremos que renovar el amor, actualizarlo.

Hemos de saber encendernos en el amor a Dios cuando estamos apagados por el cansancio, la aridez, el acelere, la falta de concentración, la dispersión, etc.

La vida rápida, vivida a las corridas; la atención desparramada en demasiadas cosas, hacen que a veces no sea fácil meterse en Dios. Necesitamos frenar el acelere, buscar el recogimiento interior, la quietud del alma, la intimidad donde el amor de Dios se encienda.

Para el crecimiento interior resultan muy convenientes los retiros espirituales donde consigamos crear un clima interior de paz y quietud, donde encontrar a Dios en nuestras almas. Un retiro de varios días una vez al año y un mini-retiro —retiro mensual, de un par de horas— cada mes.

Somos distintos y nos encienden cosas distintas. Es bueno saber qué me enciende en el amor de Dios para practicarlo. Repetir jaculatorias paladeándolas despacio, mirar imágenes, escuchar canciones, profundizar en las lecturas espirituales, meditar en el amor de Dios contemplando un crucifijo, recitar oraciones que nos gustan particularmente. Manifestar nuestro amor y el que querríamos tenerle: “Jesús, te amo y quiero quererte siempre más”.

Sin caer en la búsqueda frívola de la novedad, es bueno también renovarse interiormente. Es compatible con la constancia en el cumplimiento del plan de vida espiritual: dentro de un esquema fijo, el amor encuentra mil formas de renovarse.

Muchas veces somos como un chico con un juguete nuevo: entusiasmados con una jaculatoria, nos sale repetirla muchas veces... hasta que se pierde la espontaneidad de la novedad. La renovación enciende, rejuvenece el amor.

El Año Litúrgico también nos ofrece una ocasión viva de renovarnos.

Viviendo los principales misterios de nuestra fe actualizados en la liturgia por el Espíritu Santo, atravesamos tiempos de esperanza, de penitencia, de alegría. Vamos de Belén al Calvario, de la Anunciación a la Glorificación de Cristo en el cielo.

Además tenemos meses muy ricos, con mucha historia de piedad: de la Virgen (mayo), del Sagrado Corazón (junio), del Rosario (octubre), para rezar por las almas del Purgatorio (noviembre). Y las fiestas de esta familia sobrenatural que es la Iglesia repartidas a lo largo del año, en las que celebramos a nuestros hermanos y hermanas santos.

La ayuda de la lectura

Si mi vida espiritual dependiera sólo de lo que me sale de adentro, de lo que siento, de lo que a mí se me ocurre... sería realmente bastante pobre. Se enriquece con el conocimiento, la piedad, la oración, las consideraciones, el amor de las almas que mejor han entendido, más han profundizado, más han amado y han puesto su ciencia y su experiencia por escrito. Las ideas grandes agrandan el corazón.

Si pudiese hablar todos los días quince minutos con Juan Pablo II..., con Santa Teresa de Jesús..., con... ¡Puedo! ¡Me hablan en sus escritos! Y nos participan de su grandeza de alma, de su amor, de sus ideas, de su amor. Nos encienden, nos iluminan, nos animan, nos enseñan, nos recuerdan. Y además ¡copiando se aprende mucho! Aquí no hay problemas de plagio. No se trata de repetir lo que otros dijeron, sino de hacerlo propio, aprovechándolo, y así nos enriquecemos nosotros mismos.

A través de la lectura vamos forjando nuestra alma. Lo que leemos nos va modelando poco a poco. Recuerdo la comparación de un profesor de Filosofía del colegio secundario, el P. Arévalo, sacerdote salesiano, quien nos decía con

frecuencia: “Las ideas que gobiernan la vida son las que entran con pie de paloma”, casi sin que nos demos cuenta. Al elegir las lecturas, elegimos cómo estructurar nuestro pensamiento. Por eso es tan importante la selección de lo que leemos y no perder el tiempo con lecturas insustanciales (y menos aún con basura que nos hará daño).

Interesa señalar el papel que Eugene Boylan otorga a esta norma de piedad:

La lectura espiritual regular es una preparación excelente e incluso esencial para la oración. (...) San Francisco de Sales escribió que “si la oración es la llama de la lámpara del santuario, la lectura espiritual es el aceite del que se alimenta”. Un sacerdote que abandone la lectura espiritual y continúe rezando está pretendiendo inútilmente mantener una llama sin aceite y no puede triunfar. En ciertos aspectos consideramos la lectura espiritual como más importante que la oración misma[291].

Al principio de la vida espiritual conviene leer cosas variadas para aprender. Hay mucho para aprender y mucho para leer. Con quince minutos por día, en el plazo de un año se leen varios libros. Eso sí, hay que evitar dispersarse con libros superficiales de moda: acudir a los grandes tesoros del patrimonio cristiano.

Ayuda mucho contar con un buen asesoramiento para elegir qué leer en cada momento, según las necesidades de nuestra alma. Hay libros muy buenos, pero que quizás no son lo que necesitamos en unas determinadas circunstancias. Hay libros buenos, pero insulsos, o aburridos, y otros que no son tan buenos, y otros que incluso pueden resultar perjudiciales.

Necesitamos leer distintos tipos de libros: doctrinales que nos instruyan; ascéticos para nuestra lucha; biografías que nos encienden y dan ejemplo (las mejores clases prácticas de la santidad son las vidas de los santos); documentos del Magisterio de la Iglesia para unirnos al Papa; etc. Hay libros que sirven para la lectura y otros para la meditación.

Por otro lado, es importante conocer las nociones elementales de la vida interior. En los momentos de dificultad es muy consolador darse cuenta de que lo que nos pasa “está en los libros”, que es normal que nos pase, y que con la gracia de Dios lo superaremos.

Con el paso del tiempo, cada vez se lee más lentamente. Leer se transforma en una palabra que se queda corta. Cuando se lee ya no se busca sólo aprender, sino dejarse llenar, disfrutar lo que se lee, comprenderlo, rumiarlo. Cuando leemos el diario, sabemos que lo que leemos al día siguiente será viejo y no tendrá ningún interés (¿quién lee un diario de la semana pasada?). Cuando hacemos la lectura espiritual alimentamos el alma, la encendemos, aprendemos, la iluminamos. Son muchas cosas las que pasan. No hay apuro. Se vuelve sobre lo leído. A veces, para disfrutarlo. A veces para entenderlo mejor o sólo para memorizarlo un poco. Hemos de tener siempre a mano un libro de lectura espiritual.

Los libros influyen mucho en nuestra vida. Por eso hemos de elegir bien los libros que leemos: estamos decidiendo quién queremos que nos influya... y si elegimos mal, nos pueden hacer daño.

Y sacarles el jugo. Me preocupa encontrar a veces personas que leen libros extraordinarios, capaces de conmover a un muerto, y no sacan nada o sacan muy poquito. Me preocupa porque si no les dice nada, se están perdiendo una fuente de luz y gracia, de enriquecimiento interior muy grande. Y es que quizá leen con superficialidad, con desgana o desinterés. Se pierden grandes tesoros.

Disfrutar lo que leemos. Sacarle el jugo. Si se trata de una obra importante y no me enteré de mucho, habrá que volver a leerla.

Aprovechar los libros que nos han servido, que han dejado huella en nuestra alma. Volver sobre ellos. Releerlos. Si nos inspiraron y nos movieron en el pasado, posiblemente volverán a hacerlo.

10) Comenzar y recomenzar

La santidad es lucha. Amar es luchar. Querer ir a más. Santo Tomás explica que sólo cumple el primer mandamiento quien quiere amar a Dios más de lo que lo ama, quien no se conforma con el amor que ya tiene.

¡Ánimo! Nunca está todo tan bien que ya somos santos, ni tan mal que no tengamos arreglo. Avanzamos con alzas y bajas, facilidades y dificultades, subidas y bajadas. No somos mejores en las bajadas y peores en las subidas. A veces cuestan unas cosas, a veces otras. A veces cuesta todo; otras veces, casi nada. Así progresamos en el camino a la santidad. Paso a paso, día a día, casi sin darnos cuenta de lo que avanzamos. Peregrinos. Santificando la vida. Nunca estamos lejos de Dios, porque Él siempre está cerca.

Pasaremos por estos diez momentos muchísimas veces. Una y otra vez. Son diez actitudes, diez búsquedas, diez modos de tratar a Dios. Necesitamos volver sobre ellos constantemente. Siempre con fe, esperanza y caridad. Un constante comenzar y recomenzar hasta el encuentro definitivo en el cielo.

Sólo en el cielo alcanzaremos una unión de amor total con Dios. Mientras vivamos en esta vida encontraremos dificultades, arideces, distracciones... alzas y bajas, gozos y dolores, entusiasmos y oscuridades... Porque no vemos a Dios cara a cara, sino a través del velo de la fe. Durante este peregrinar terreno, la muestra de amor siempre a nuestro alcance es el cumplimiento de su voluntad por amor; un amor que no siempre sentiremos, pero que será el motor de nuestra vida.

Comenzar y recomenzar. Una y otra vez. Sintamos lo que sintamos, porque sabemos que el cielo nos contempla: el amor infinito de nuestro Padre Dios vela por nuestra lucha.

No hay recetas. No hay fórmulas mágicas para aplicar. No hay secretos.

Amar. Comenzar y recomenzar a amar, una y otra vez. Muchas veces. Siempre. Perseverar en el amor. Amar con obras.

Y, sobre todo, pedir, ponernos en las manos de Dios. Lo que más necesitamos es su gracia: un don que no es fruto de nuestro esfuerzo, es gratuito. Leo Trese, en diálogo novelado entre un sacerdote cansado y su santo patrono, atribuye a San Lorenzo una muy simpática comparación: “Dos granos de su gracia valen más que nueve litros de tu sudor”[292]. Nuestros esfuerzos hacen que estemos en condiciones recibir esas gracias, nos disponen a amar con el amor que Dios nos da.

Para terminar...

Dios no nos quiere ni teóricos ni voluntaristas ni sentimentales. Estos tres adjetivos tienen mucho de negativo. Quiere que sepamos querer con la inteligencia, con la voluntad, con los sentimientos, sin despreciar ninguna dimensión de nuestra persona. En esta época de desorbitación de los sentimientos, hemos de estar atentos para saber ponerlos en su lugar, sin caer en ninguno de los otros dos extremos.

Dios quiere modelarnos a la medida de su Hijo. Para eso nos pide amor. Un amor que se forja sobre todo en la cruz, donde aprendemos a amar y nos hacemos capaces de un amor que da la vida.

Pero el amor divino, antes que una cosa nuestra, es un don: un don tan grande que es el mismo Espíritu Santo. Dios nos da su mismo amor para que lo amemos con un amor divino, y ese amor vive en nosotros. Hemos de pedirlo: “Ven, Espíritu Santo, llena los corazones de tus fieles, y enciende en ellos el fuego de tu amor”. Y pedir también —al tiempo que luchamos para alcanzarla— esa armonía interior en la que su Espíritu pueda reinar y santificarnos.

No olvidemos que todo lo que hacemos es disponernos a la acción de la gracia, quitar los obstáculos a la acción divina. Dios lo hace todo, pero exige nuestra buena voluntad. Respeta nuestra libertad a fondo. Paradójicamente, ese es nuestro problema. Hay muchas cosas que no las hace porque no las queremos de verdad. Necesitamos conseguir las disposiciones que dejen hacer a Dios lo que quiera con nosotros (porque ¡seguramente será grandioso!). Entonces lo hará y podremos cantar con la Virgen una versión personal del Magnificat[293].

Eduardo María Volpacchio
Tigre, 18 de julio de 2009

Revisión para la segunda edición
Buenos Aires, 28 de noviembre de 2011

BIBLIOGRAFÍA

Sólo señalaré unos pocos libros de alguna manera relacionados con el tema.

Son libros que no basta con leer alguna vez: son para tenerlos a mano, leerlos nuevamente, hojearlos, releer algún capítulo, meditar alguna parte.

Catecismo de la Iglesia Católica, Capítulo tercero: “La vida de oración” (nn. 2697-2758), sobre todo el artículo 2, “El combate de la oración” (nn. 2725-2751).

Encíclicas de Benedicto XVI:

Deus Caritas Est (25.12.2005)

Spe Salvi (30.11.2007)

Libros clásicos

El amor supremo, de Eugene Boylan (Rialp, Madrid 2002).

La piedad sacerdotal, de Eugene Boylan (Rialp, Madrid 1963).

La amistad de Cristo, de Robert Benson (Rialp, Madrid 2005).

Dificultades en la oración mental, de Eugene Boylan (Rialp, Madrid 1997).

Las conversiones del alma, de Garrigou Lagrange (Palabra, Madrid 1981).

El santo abandono, de Dom Vital Lehodey (Rialp, Madrid 1977).

Camino, Surco y Forja, de San Josemaría Escrivá (especialmente los puntos sobre Amor de Dios, Corazón, Voluntad, Abandono, Humildad, Alegría, Soberbia, Pesimismo, Cruz, Dificultades, Fortaleza, Lucha ascética, Madurez, Paz, Piedad).

Las homilias “Vida de oración” y “Hacia la santidad”, de San Josemaría en su libro Amigos de Dios.

Libros recientes

La primacía del amor, de Paul Wadell (Ediciones Palabra, Madrid 2002).

Dios en “off”, de José Pedro Manglano (Desclée de Brouwer, Bilbao 2005).

Lo primero es el amor, de Scott Hahn (Rialp, Madrid 2005).

La autoestima del cristiano, de Michel Esparza (Belacqva, Barcelona 2003).

La libertad interior, de Jacques Philippe (Ed. San Pablo, Buenos Aires 2005).

Orar con Teresa de Lisieux (excelente antología de textos realizada por José P. Manglano), (Editorial Desclée De Brouwer, Bilbao 1998).

Ven, sé mi luz, Madre Teresa de Calcuta (Edición y comentarios Brian Kolodiejchuk, Planeta, Buenos Aires 2008).

Un artículo

«Amar “con todo el corazón”», de José María Yanguas, en Romana XIV-26 (1998) 144-157.

Notas

[1] Benedicto XVI, Homilía en la Misa de Comienzo del Pontificado (24.4.05)

[2] Cfr. Madre Teresa de Calcuta, Ven, sé mi luz, Edición y comentarios Brian Kolodiejchuk, Planeta, Buenos Aires 2008.

[3] Jn 21,15.

[4] Es obvio que Dios no tiene manos ni aliento. El relato del Génesis usa estas imágenes precisamente para hacernos ver el empeño y amor divinos en nuestra creación.

[5] Juan Pablo II, Encíclica Redemptor hominis, 10.

[6] Salmo 42,1: “Mi alma tiene sed de ti, Señor, Dios mío”. Cfr. también Salmos 63,1 y 143,6.

[7] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 1718.

[8] Idem, n. 1763.

[9] Enrique Colom – Angel Rodríguez Luño, Elegidos en Cristo para ser santos, Palabra, Madrid 2000, p.201.

[10] “Las pasiones son componentes naturales del psiquismo humano, constituyen el lugar de paso y aseguran el vínculo entre la vida sensible y la vida del espíritu” (Catecismo de la Iglesia Católica, n. 1764).

[11] Idem, n. 1767. La cita interna corresponde a Santo Tomás de Aquino, Suma Teológica I-II, 24, 1. Cfr. también I-II, 24, 3.

[12] A. Rodríguez Luño, Ética General, Eunsa, 4º Edición Renovada, Pamplona 2001, p. 166.

[13] En su encíclica Deus Caritas Est, Benedicto XVI habla de eros y ágape, como dos formas de amor, que en general se podrían asimilar al amor de concupiscencia y de benevolencia (cfr. n. 7 de la encíclica). Eros: chispazo, amor explosivo, ascendente, lleno de fuego y pasión. Ágape: donación, entrega, descenso.

[14] Cuando habla del amor humano, subraya que no podemos amar a una persona de la misma forma en que amamos la pizza.

[15] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 8.

[16] Jn 3,16.

[17] Jn 15,13.

[18] Una aclaración: el éxito al que aquí nos referimos no es el sentimental, ni tampoco el ser correspondido. Una persona puede ser muy exitosa en su capacidad de amar, aunque no sea correspondida. Esta falta de correspondencia la hará sufrir, pero en cuanto a su realización personal, su alma será enormemente madura.

[19] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 7.

[20] Concilio Vaticano II, Const. Pastoral Gaudium et spes, 24.

[21] Juan Pablo II, Carta a las Familias (2.2.1994), n. 11.

[22] Santa Teresa de Lisieux, en Orar con Teresa de Lisieux, (antología de textos preparada por José P. Manglano) Editorial Desclée De Brouwer, 3ª edición, Bilbao 1998, 18.2.

[23] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 7.

[24] Jn 3,16.

[25] Benedicto XVI, Homilía ante la tumba de San Agustín (22.4.07).

[26] Jn 4,16.

[27] Benedicto XVI, Carta sobre el culto al Corazón de Jesús (15.5.06).

[28] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 17.

[29] 1 Jn 4,10 y 19.

[30] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 18.

[31] Rom 5,5.

[32] 1 Jn 4,7.

[33] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 18.

[34] Oración de San Buenaventura para la acción de gracias después de comulgar.

[35] José María Pemán, en José P. Manglano, Orar con Poetas, Desclée de Brouwer, Bilbao 1999, p. 53.

[36] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 17.

[37] Juan Pablo II, Mensaje para la Jornada Mundial de la Juventud del año 2004.

[38] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 5.

[39] Mt 15,8.

[40] 1 Jn 3,18.

[41] Mt 7, 17-21.

[42] Cfr. Mt 21,18-20.

[43] Cfr. Lc 13,6-9.

[44] Lc 10,28.

[45] Rom 13,10: “la plenitud de la ley es el amor”.

[46] Cfr. Juan Pablo II, Enc. Veritatis Splendor, n. 13, y más extensamente los nn. 13-24.

[47] Juan Pablo II, Enc. Veritatis Splendor, n. 22.

[48] Benedicto XVI, Discurso a los jóvenes en Loreto (1.9.07).

[49] San Josemaría Escrivá, Homilía Amar al mundo apasionadamente, en Conversaciones n. 116. Dado que Camino, Surco, Forja, Es Cristo que pasa, Amigos de Dios, Conversaciones con Mons. Escrivá y Vía crucis —todas obras de San Josemaría—, aparecen divididas en puntos o párrafos (comunes a todas las ediciones, en todos los idiomas), las citamos directamente por dicho número.

[50] Juan Pablo II, Carta a las Familias (2.2.1994), n. 14.

[51] San Josemaría, Es Cristo que pasa, 47

[52] Entrevista que Benedicto XVI concedió al padre Eberhard v. Gemmingen SJ, de «Radio Vaticano», en vísperas de su viaje a Colonia para participar en las Jornadas Mundiales de la Juventud (16 agosto 2005).

[53] Kierkegaard, Gli atti dell’amore, I, 2, 40, ed. a cura di C. Fabro, Milano 1983, p. 177 ss.

[54] Cf. Odisea, canto XII.

[55] Il libro della Beata Angela da Foligno, Instructio 23 (ed. Quaracchi, Grottaferrata 1985, p. 612).

[56] Raniero Cantalamessa, Predicación del Viernes Santo 2006 en la Basílica de San Pedro (14.4.06), en www.cantalamessa.org.

[57] Benedicto XVI, Mensaje para la Jornada Mundial de la Juventud 2007 (27.1.07).

[58] Sobre este tema, cfr. el excelente libro de Paul Wadell, *La primacía del amor*, Ediciones Palabra, Madrid 2002.

[59] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 356.

[60] Ahora entendemos un poco más la astucia del demonio en el pecado original. Al sugerirles a nuestros primeros padres “seréis como dioses...”, estaba despertando en ellos algo que Dios había puesto en lo más profundo de su corazón: su divinización. Sólo que, proponiéndoles la rebelión contra Dios, les prometía una caricatura de divinización, que conduciría a su destrucción (muerte, dolor, ignorancia, concupiscencia: ¡flor de negocio!).

[61] P. Wadell, *La primacía del amor*, cit., p. 138. Cfr. también las pp. 120-144.

[62] Cfr. Lc 21,1-4. Sobre el valor de las cosas pequeñas hechas por amor, cfr. San Josemaría, *Camino*, 813-830.

[63] Jn 14,9.

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

[65] Jn 14,6.

[66] “Ut, dum visibiliter Deum cognoscimus, per hunc in invisibilium amorem rapiamur”, Prefacio I de Navidad. Literalmente: “para que conociendo a Dios visiblemente seamos arrebatados al amor invisible”.

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

[68] Jn 14,9-10.

[69] Javier Echevarría, *Eucaristía y Vida Cristiana*. Rialp, Madrid, 2005, p. 26.

[70] *Idem*, p. 28.

[71] San Josemaría, *Surco* 769.

[72] Puede resultar sorprendente que Jesús diga que nos convertimos en su madre, cumpliendo la voluntad del Padre. El P. Cantalamessa explica: “La maternidad divina de María se realiza en dos planos: en un plano físico y en un plano espiritual. María es la Madre de Dios no sólo porque le ha llevado físicamente en el seno, sino también porque le ha concebido antes en el corazón, con la fe. No podemos, naturalmente, imitar a María en el primer sentido, engendrando de nuevo a Cristo, pero podemos imitarla en el segundo sentido, que es el de la fe. Jesús mismo (...) declaró: “Mi madre y mis hermanos son aquellos que oyen la Palabra de Dios y la cumplen” (Lc 8, 21; cf. Mc 3, 31 s; Mt 12, 49)”. Tercera Predicación de Adviento a la Curia Romana (19.12.08), www.cantalamessa.org.

[73] Benedicto XVI, *Enc. Deus Caritas est*, n. 17. El subrayado es nuestro.

[74] Raniero Cantalamessa, *Segunda Predicación de Cuaresma 2006 en la Basílica de San Pedro* (31.3.06), en www.cantalamessa.org.

[75] A. Rodríguez Luño, *Ética General* cit., p. 144. Un ejemplo de moral de recompensa sería el del padre que promete a su hijo una bicicleta si aprueba los exámenes. Evidentemente no hay relación causal alguna entre el estudio y una bicicleta.

[76] Siguiendo con el ejemplo académico, se trataría del caso de quien completa sus estudios universitarios y así consigue la habilitación para ejercer esa profesión.

[77] San Josemaría, Camino 797.

[78] Santa Teresa de Avila, Las Fundaciones 5,10, en Orar con Teresa de Jesús (antología de textos preparada por Pedro Narváez), Editorial Desclée De Brouwer, Bilbao, 2000, 17.5.

[79] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 1769.

[80] “Vio Dios que era muy bueno”, Génesis 1,31.

[81] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 17.

[82] Juan Pablo II, Memoria e Identidad, Ed. Planeta, 2º edición, Buenos Aires 2005, p. 56.

[83] Idem, 57.

[84] San Josemaría, Surco 795.

[85] Juan Pablo II, Carta a las Familias (2.2.1994), n. 14.

[86] Para una mayor comprensión de la realización de la libertad en la entrega y la no oposición entre ambas, recomendamos la lectura de la homilía La libertad cristiana, de San Josemaría Escrivá, recogida en su libro Amigos de Dios.

[87] Juan Pablo II, Carta a las Familias (2.2.1994), n. 14.

[88] San Josemaría, Forja 28.

[89] Por esta razón, un amor matrimonial voluntariamente cerrado a los hijos se traicionaría a sí mismo.

[90] Refiriéndose a la misión de la Iglesia, Benedicto XVI enseña que “la naturaleza íntima de la Iglesia se expresa en una triple tarea: anuncio de la Palabra de Dios (kerygma-martyria), celebración de los Sacramentos (leiturgia) y servicio de la caridad (diakonia). Son tareas que se implican mutuamente y no pueden separarse una de otra. Para la Iglesia, la caridad no es una especie de actividad de asistencia social que también se podría dejar a otros, sino que pertenece a su naturaleza y es manifestación irrenunciable de su propia esencia” (Enc. Deus Caritas Est, n. 25).

[91] San Josemaría, Forja, n. 79.

[92] San Josemaría, Surco, n. 525.

[93] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 18.

[94] San Josemaría, Forja, n. 12.

[95] Santo Tomás de Aquino, Suma Teológica, 2-2, q. 28, a. 3.

[96] Citado en José M. Cejas, Piedras de escándalo, Ed. Palabra, Madrid 1992, p. 168.

[97] San Pedro de Alcántara, Tratado de Meditación y oración, II, 4, aviso 1, en Fernández Carvajal, Antología de Textos, Palabra, Madrid, n. 88.

[98] Misal Romano, Ordinario de la Misa.

[99] Benedicto XVI, Homilía en la Inmaculada Concepción (8.12.05).

[100] Benedicto XVI, Carta Ap. Sacramentum Caritatis, n. 20.

[101] P. Wadell, La primacía del amor cit., p. 172.

[102] San Pablo de la Cruz, Carta 1, en Francisco Fernández Carvajal, Antología de textos cit, n. 165.

[103] Benedicto XVI, Enc. Spes Salvi, n. 38.

[104] Juan Pablo II, Hom. 3. II.1980, en Francisco Fernández Carvajal, Antología de textos cit, n. 166.

[105] San Josemaría, Forja 818.

[106] San Josemaría, Es Cristo que pasa, n. 24.

[107] San Josemaría, Surco 52. Obviamente la expresión tiene un sentido espiritual: no se trata de querer ser infeliz (cosa que sería antinatural y ridícula), sino de encontrar la propia felicidad en la entrega generosa a los demás.

[108] Santa Teresa de Avila, Fundaciones, 5, 10, en Francisco Fernández Carvajal, Antología de textos cit, n. 99.

[109] Mc 10, 29-30.

[110] Mt 5, 1-12.

[111] Cfr. el excelente libro de Michel Esparza, La autoestima del cristiano, Belacqua, Barcelona, 2003.

[112] Cfr. Lc 1,47; Mt 11,25; Salmo 118,1.

[113] Benedicto XVI, Enc. Caritas in veritate (29.6.09), n. 3. Precisamente el tema central de esta encíclica social de Benedicto XVI es la necesidad que la caridad tiene de la verdad para ser auténtica, operativa y eficaz.

[114] Michel Esparza, La autoestima del cristiano, Belacqua, Barcelona 2003, p. 55.

[115] Benedicto XVI, Enc. Caritas in veritate (29.6.09), n. 3.

[116] Idem, n. 4.

[117] Aquí el uso de las palabras no facilita la distinción, ya que en el lenguaje coloquial usamos “hacer lo que me da la gana”, “hacer lo que quiero” tanto con el significado de capricho como referido a un acto volitivo.

[118] Mt 22, 36-40.

[119] Juan Pablo II, Enc. Veritatis Splendor, n. 15.

[120] J. Philippe, En la escuela del Espíritu Santo, Rialp, Madrid 2005, p. 21.

[121] S. Hahn, Lo primero es el amor, Rialp, Madrid 2005, p. 164.

[122] Ibídem.

[123] José Luis Illanes, Tratado de Teología Espiritual, EUNSA, Pamplona 2007, p. 504.

[124] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 2341.

[125] A. Rodríguez Luño, Ética General, cit., p. 174. Sobre este tema, cfr. en ese mismo libro, la sección “Integración de la afectividad en la conducta libre”, pp. 170-174. Y, desde la perspectiva del amor, cfr. Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas Est, n. 17.

[126] David Armendáriz Moreno, Para superar la escisión entre razón y sentimiento, Aceprensa 150/01.

[127] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 2339.

[128] Paul Wadell en La Primacía del Amor, cit., p. 228-229. El autor se refiere en este texto a la persona que carece de templanza, pero sus afirmaciones son válidas para todo tipo de carencia de dominio de sí.

[129] Benedicto XVI, Enc. Deus Caritas est, n. 4.

[130] Idem, n. 5.

[131] A. Guindon, citado por Paul Wadell en La Primacía del Amor, cit., p. 228.

[132] Paul Wadell, La primacía del amor, cit., pp. 171-172. El subrayado es nuestro.

[133] Paul Wadell, La primacía del amor, cit., p. 246. El subrayado es nuestro.

[134] San Josemaría, Amigos de Dios 183.

[135] Juan Pablo II, Memoria e Identidad, cit., p. 44.

[136] Georges Chevrot, El pozo de Sicar, Ediciones Rialp, Madrid, 2000, p. 291.

[137] J. Ratzinger, Vía Crucis en el Coliseo, Viernes Santo 2005.

[138] Dom Vital Lehodey, El santo abandono, Rialp, Madrid, 1977, pp. 350-351.

[139] P. Wadell, La primacía del amor, cit. p. 98. El autor atribuye estas ideas a santo Tomás de Aquino.

[140] San Josemaría, Surco 166.

[141] San Josemaría, Forja 347.

[142] Una aclaración necesaria sobre este título. Cristo es la meta, el objeto de nuestro amor (es el Dios al que debemos amar con todo el corazón); es también el Camino (único camino que conduce al Padre). De allí que hablar de Él como brújula que indica el camino tenga un sentido solamente simbólico, para afirmar que en los casos de tormenta y desorientación lo primero que debemos buscar para reubicarnos, es a Cristo.

[143] Jn 6,68.

[144] Jn 14,6.

[145] Jn 6,56-57.

[146] Jn 3,30.

[147] Gal 2,20.

[148] Juan Pablo II, Carta Ap. Novo millennio ineunte, 29.

[149] San Josemaría, Forja 270.

[150] Jn 15,5.

[151] Jn 15,16 y 6,43.

[152] Fil 2,5-9.

[153] 1 Jn 1,1-3.

[154] Ps 42,3. Cfr. también Ps 63,2 y 143,7.

[155] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 1770

[156] Idem, n. 1768.

[157] Jn 16,7.

[158] Benedicto XVI, Angelus 12.3.2006.

[159] Lo que dice es contradictorio ya que se cree lo que no se ve ni se toca.

[160] En realidad su afirmación rechaza la posibilidad de creer en absoluto: no es que ponga como condición ver o tocar, ya que si viera o tocara no se trataría de fe.

[161] Jn 2,24-25.

[162] José Pedro Manglano, Vivir con sentido, Ediciones Martínez Roca, Barcelona 2001, p. 162-163.

[163] Mt 4,46.

[164] Cfr. Lc 24,13-35.

[165] Cfr. José Tissot, *El arte de aprovechar nuestras faltas*, Ed. Palabra, Madrid 1987.

[166] San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 75.

[167] Es evidente que no nos referimos a las personas que permanecen fieles al vínculo matrimonial después de la separación: éstas no han fracasado y Dios valora enormemente su dolorosa fidelidad (que sobre todo es para con Él).

[168] Una cultura sin esperanza no puede ser una cultura hedonista donde sólo el goce del momento y la huida del dolor son los criterios de bondad y maldad que rigen la vida.

[169] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 356.

[170] Misal Romano, Ordinario de la Misa.

[171] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 2558.

[172] Juan Pablo II, Carta apostólica *Novo millennio ineunte*, n. 34.

[173] Cf. *Idem* 32.

[174] *Idem* 33.

[175] *Ibidem*.

[176] Ps 39,3: “en mi meditación se enciende el fuego”.

[177] Cfr. Catecismo de la Iglesia Católica, nn. 2700-2724.

[178] *Idem*, n. 2707.

[179] *Idem*, n. 2005.

[180] *Idem*, n. 1451.

[181] Mt 6,1. El pasaje completo llega al versículo 18.

[182] Compendio del Catecismo de la Iglesia Católica, n. 550. Cfr. Catecismo de la Iglesia Católica, nn. 2643-2644.

[183] Cfr. Mt 7,7-11.

[184] San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, 23. El texto está tomado de la homilía *Matrimonio, vocación cristiana*.

[185] Joseph Ratzinger, *Dios y el Mundo*, Ed. Sudamericana, Buenos Aires 2005, pp. 179-180.

[186] E. Boylan, *Dificultades en la oración mental*, Rialp, Madrid, p. 179.

[187] *Ibidem*, p. 148

[188] Sobre el tema, Cf. por ejemplo “Por qué ir a Misa el domingo” en www.algunasrespuestas.com.

[189] “La Iglesia obliga a los fieles a participar los domingos y días de fiesta en la divina liturgia (cf. OE 15) y a recibir al menos una vez al año la Eucaristía, si es posible en tiempo pascual (cf. CIC, can. 920), preparados por el sacramento de la Reconciliación. Pero la Iglesia recomienda vivamente a los fieles recibir la santa Eucaristía los domingos y los días de fiesta, o con más frecuencia aún, incluso todos los días” (Catecismo de la Iglesia Católica, n. 1389).

[190] Benedicto XVI, Enc. *Deus Caritas Est*, n. 12.

[191] Benedicto XVI, Enc. *Spes Salvi*, n. 38.

[192] Sobre las pruebas interiores en el camino a la santidad, además de los tratados clásicos, cfr. el tratamiento breve e incisivo de R. Benson, *La amistad de Cristo*, Rialp, Madrid, 2005, pp. 25-48.

- [193] R. Garrigou-Lagrange, *Las conversiones del alma*, Palabra 1981, p. 136.
- [194] *Idem*, p. 142.
- [195] R. Benson, *La amistad de Cristo*, Rialp, Madrid 2005, p. 40.
- [196] 2 Cor 12,9.
- [197] Benedicto XVI, *Catequesis sobre San Pablo* (25.10.06).
- [198] 1 Jn 3,15.
- [199] Madre Teresa de Calcuta, *Amar hasta que duela*, Lumen, Buenos Aires 2001, p. 5 y 7.
- [200] Scott Hahn, *Lo primero es el amor*, cit., pp. 90-91.
- [201] Benedicto XVI, *Enc. Spes Salvi*, n. 38.
- [202] Benedicto XVI, *Enc. Spes Salvi*, n. 37.
- [203] Benedicto XVI, *Mensaje para la Jornada Mundial de la Juventud 2007* (27.1.07).
- [204] Benedicto XVI en la encíclica *Spes Salvi*, señala a modo de ejemplo los testimonios de Josefina Bakhita (n. 3), el Card. Nguyen Van Thuan (n. 34) y del mártir vietnamita Pablo Le-Bao-Thin (n. 37).
- [205] San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, n. 158.
- [206] *El sentirlo no es nada: se siente. El problema es cuando se consiente ese sentimiento convencidos que refleja la verdad.*
- [207] R. Cantalamessa, *Predicación de Cuaresma 2006* (31.3.06), en www.cantalamessa.org.
- [208] Santiago 3,15
- [209] Santiago 5,7-11
- [210] Benedicto XVI, *Jesús de Nazaret*, Planeta, Buenos Aires 2007, pp. 403-404. En la segunda mitad de este libro la relación entre la cruz, la gloria, la Eucaristía, la divinidad de Cristo es una constante.
- [211] “La muerte violenta de Jesús no fue fruto del azar en una desgraciada constelación de circunstancias. Pertenece al misterio del designio de Dios” (*Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 599).
- [212] San Josemaría, *Santo Rosario*, 4º Misterio Doloroso.
- [213] San Josemaría, *Vía Crucis*, 2ª Estación.
- [214] San Josemaría, *Vía Crucis*, 2ª Estación.
- [215] San Josemaría, *Santo Rosario*, 4º Misterio Doloroso.
- [216] Santa María Faustina Kowalska, *Diario*, Edición de los Padres Marianos de la Inmaculada Concepción de la Santísima Virgen María, Rosario, 1996, n° 1804.
- [217] San Josemaría, *Camino 406. Y también: el punto 404: “¡Has fracasado! —Nosotros no fracasamos nunca. —Pusiste del todo tu confianza en Dios. —No perdonaste, luego, ningún medio humano.*
Convéncete de esta verdad: el éxito tuyo —ahora y en esto— era fracasar”.
- [218] Mt 11,28-30.
- [219] Benedicto XVI, *Enc. Spes Salvi*, n. 39.
- [220] Mt 26, 36-46.
- [221] San Josemaría, *Amigos de Dios*, n. 202.
- [222] Jacques Philippe, *La libertad interior*, Paulinas, Buenos Aires 2005, p. 25. Prácticamente la mitad de este interesante libro está dedicada a la necesidad de

aceptar lo que no hemos elegido, aplicado a la aceptación de uno mismo, del sufrimiento y de los demás. Y esto como expresión auténtica de libertad personal.

[223] Benedicto XVI, Enc. Spes Salvi, n. 39.

[224] 1 Samuel 2, 3-5: El Señor mortifica y vivifica.

[225] Lc 1,52-53: Exaltó a los humildes

[226] San Josemaría, Camino 771.

[227] Cfr. también Ps 113.

[228] Juan Pablo II da una lección magistral sobre el sufrimiento en la Carta Apostólica Salvifici doloris (14.2.1984), avalada antes y después por su vida personal.

[229] San Josemaría, Vía Crucis, II Estación. Los subrayados son nuestros.

[230] Benedicto XVI, Enc. Spes Salvi, n. 2.

[231] Raniero Cantalamessa, Tercer Predicación de Adviento en la Casa Pontificia (21.12.2007) , en www.cantalamessa.org.

[232] Benedicto XVI, Enc. Spes Salvi, n. 37.

[233] Santa María Faustina Kowalska, Diario cit., n. 1612. La nota corresponde al 20.II.1938. Toda la vida de esta santa es un impresionante llamado a la misericordia, a la entrega por la salvación de las almas.

[234] San Juan María Vianney, citado en Trochu, El Cura de Ars, Ed. Palabra, Madrid, p. 229.

[235] San Agustín, Enarraciones in Psalmos, 141,7.

[236] Cfr. Mt 14,22-33.

[237] Lc 24,25.

[238] Mt 11,12: “Desde los días de Juan el Bautista hasta ahora, el Reino de los cielos sufre violencia, y los violentos lo arrebatan”.

[239] San Josemaría, Es Cristo que pasa, n. 8.

[240] Avisos 52, en Orar con Teresa de Jesús cit., n. 2.1.

[241] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 2725. El Catecismo dedica todo un artículo al “Combate de la Oración”, cfr. nn. 2725-2758.

[242] Salmo 34,9.

[243] Himno Adoro te Devote, atribuido a Santo Tomás de Aquino.

[244] Sobre el papel que les corresponde, remitimos a lo dicho en El lugar de los sentimientos, en el capítulo IV.

[245] Benedicto XVI, Carta Apostólica Sacramentum Caritatis, n. 35.

[246] Todas las citas corresponden al número 35 de la Carta Apostólica, salvo en el caso en que se indica explícitamente.

[247] San Josemaría, Santo Rosario, 3º Misterio Gozoso.

[248] San Josemaría, Camino 303.

[249] Cf. Oración a San Josemaría Escrivá.

[250] San Josemaría, Amigos de Dios, 140.

[251] Cf. San Josemaría, Surco 467.

[252] Catecismo de la Iglesia Católica, n. 2709

[253] Jn 14,23.

[254] San Pedro de Alcántara, Tratado de la Oración y Meditación, I.1, en edición de Ed. Rialp, Madrid, 1991, p. 33.

[255] San Josemaría, Homilía “Amar al mundo apasionadamente”, en Conversaciones con Mons. Escrivá, n. 144.

[256] *Ibíd.*

[257] San Josemaría, *Es Cristo que pasa*, 22.

[258] Mt 10,22.

[259] Santa Teresa de Lisieux, en *Orar con Teresa de Lisieux cit.*, 13.2.

[260] R. Garrigou-Lagrange, *Las conversiones del alma*, cit., p. 65. Cfr. Santa Catalina de Siena, *Diálogo* c. 60.

[261] R. Garrigou-Lagrange, *Las conversiones del alma*, cit., p. 65-66.

[262] Tissot, J., *La vida interior*, Obisa, Madrid 1963, p. 100.

[263] San Francisco de Sales, *Introducción a la vida devota*, IV, 14, en Francisco Fernández Carvajal, *Antología de textos cit.*, n. 421.

[264] Santo Tomás de Aquino, *Sobre la caridad*, 1. c., p. 212, en Francisco Fernández Carvajal, *Antología de textos cit.*, n. 163.

[265] Santa Teresa de Lisieux, en *Orar con Teresa de Lisieux cit.*, 13.3.

[266] San Josemaría, *Forja* 485.

[267] Santa Teresa de Avila, *Vida* 8,7, en *Orar con Teresa de Jesús*, 2.6.

[268] Beata Teresa de Calcuta, *Carta al Arzobispo Périer (26.2.1954)*, en *Madre Teresa, Ven, sé mi luz*, Edición y comentarios Brian Kolodiejchuk, Planeta, Buenos Aires 2008, p. 193. Una aclaración sobre la puntuación: los escritos de la Madre Teresa a sus colaboradores no tenían intención de ser publicados. En ellos el guión reemplaza a los demás signos de puntuación. En las citas que recogemos respetamos esta “escritura informal”. Sobre esta puntuación particular suya, cfr. *Madre Teresa de Calcuta, Ven, sé mi luz*, Edición y comentarios Brian Kolodiejchuk, Planeta, Buenos Aires 2008, pp. 27-28.

[269] *Carta a al Arzobispo Périer (15-12-1955)*, en *Madre Teresa, Ven, sé mi luz cit.*, p. 203.

[270] *Carta al Arzobispo Piérer (27.3.1956)*, en *Madre Teresa, Ven, sé mi luz cit.*, pp. 205-206.

[271] *Carta al P. Neuner (muy probablemente del 11.4.1961)*, en *Madre Teresa, Ven, sé mi luz cit.*, p. 264. La negrita es nuestra.

[272] *Carta a Mons. Knox (19.6.1965)*, en *Madre Teresa, Ven, sé mi luz cit.*, p. 308.

[273] *Carta al P. Neuner (15.5.1965)*, en *Madre Teresa, Ven, sé mi luz cit.*, pag. 308.

[274] *Carta a Mons. Knox (19.6.1965)*, en *Madre Teresa, Ven, sé mi luz cit.*, p. 309.

[275] *Carta al P. Van der Peet (19.6.1976)*, en *Madre Teresa, Ven, sé mi luz cit.*, pp. 333-334. La negrita es nuestra.

[276] Brian Kolodiejchuk, en una entrevista en el boletín electrónico ACIPRENSA, 12.9.2007.

[277] *Madre Teresa, Ven, sé mi luz cit.*, pp. 406-407.

[278] San Josemaría, citado por Javier Echevarría, *Memorias del Beato Josemaría*, Rialp, Madrid 2000, p. 24.

[279] Cfr. Eugene Boylan, *La piedad sacerdotal*, Rialp, Madrid 1963, pp. 80-81.

[280] “Oramos con nuestra voluntad siempre que emprendemos la oración de acuerdo con la voluntad de Dios y nos ponemos en una conveniente actitud corporal apartando de nuestra mente, en la medida que podamos, todo aquello que no sea Dios, y nos esforzamos en perseverar en esa actitud mental y corporal.

Esto es verdad, aunque estemos frecuentemente distraídos, aunque lo que digamos sea muy poco y aunque nos sintamos muy alejados de Dios, aunque nos parezca que hemos fracasado, pues, no obstante, hemos estado orando con nuestra voluntad. Y esto es lo que importa. No habremos obtenido, en absoluto, ninguna satisfacción de tal oración, pero se ha honrado debidamente a Dios, y hay que darse cuenta de ello; nosotros mismos, aunque no lo sepamos, nos hemos santificado más y hemos complacido a Dios. Si las almas pudieran darse cuenta del valor de esta clase de oración, ¡qué nuevo ánimo sentirían! Pues la idea es que perdemos nuestro tiempo en un intento de esta especie, la cual nos hace renunciar a la oración cuando evoluciona hacia el estado que hemos intentado describir (se refiere a la perfección)”. (E. Boylan, *Dificultades en la oración mental*, p. 181-182).

[281] Álvaro Del Portillo, *Sacerdotes para una nueva evangelización*, en L.F. Mateo-Seco (ed.), *La formación de los sacerdotes en las circunstancias actuales*, Pamplona 1990, 979-1000.

[282] San Josemaría, *Camino* 999.

[283] Salmo 100, 2.

[284] “La tristeza es la más pasiva de las pasiones: el mal presente tiende a dominar a la persona privándole de las fuerzas para obrar el bien, y por esto no conviene prolongar tal estado de ánimo, que sólo una tristeza moderada es compatible con la virtud”. Enrique Colom – Ángel Rodríguez Luño, *Elegidos en Cristo...* cit, p. 214.

[285] Mt 10, 29-31.

[286] Mt 11, 28-30.

[287] Rom 8, 28.

[288] Mt 6, 25-31.

[289] San Josemaría, *Forja* 252.

[290] San Josemaría, *Es Cristo que pasa* 174.

[291] Boylan, *La piedad sacerdotal*, Rialp, Madrid 1963, p. 44.

[292] Leo J. Trese, *Vasija de barro*, Ed. Palabra, Madrid 1980, p. 73.

[293] Canto de María en casa de Isabel, alabando a Dios por las maravillas que ha obrado en ella: Lc 1,46-55.