

ESCUELA DE SANTIDAD

TEMA 23: NECESIDAD DE LA ABNEGACIÓN

El camino para conquistar la auténtica libertad no es fácil. La puerta es estrecha y el camino angosto, pero es el único que conduce a la vida y a la felicidad. Seguir a Jesús supone entrar en lucha con el pecado, con nuestras tendencias contrarias a la voluntad de Dios, contra aquello de nosotros mismos que el pecado original ha dejado herido y que tira en dirección contraria al bien¹.

Por eso nuestro Señor Jesucristo enseñó que **hacer obras de penitencia es condición indispensable para entrar en el Reino de los Cielos**: "Yo os digo que si no hicieris penitencia, todos igualmente pereceréis" (Lc 13, 3). Y toda la Sagrada Escritura nos recuerda con mucha frecuencia la necesidad de hacer obras de mortificación y renuncia. (Cfr. Mt. 4, 2; 9, 15; 17, 21; Lc 3, 3; 13, 15; 24, 47; Hch 2, 38; 13, 2; 14, 23; II Cor 4, 55; 11, 27...)

Esta ayuda para la negación de sí mismo representa una obligación costosa²: por eso la Iglesia se encarga de recordar este deber, señalando un mínimo de pequeñas mortificaciones en las comidas que deben ser cumplidas ciertos días del año (especialmente en cuaresma).

Vamos a seguir en este tema fundamentalmente la doctrina de San Juan de la Cruz y los ejemplos de vida de Santa Teresa del Niño Jesús.

Algunas consideraciones necesarias:

1º. La caridad ha de ser siempre la causa y el objetivo de la abnegación

Hay un principio básico: **toda penitencia y mortificación debe de estar exclusivamente en función de la CARIDAD**. Y la caridad requiere buscar sólo agradar a Jesús, consolarle, descartando totalmente otros móviles (por ejemplo el "perfeccionamiento personal" o "acumular méritos", pues las *satisfacciones naturales pueden muy bien mezclarse con la más austera penitencia*). Es necesario, además, proceder con la máxima **discreción**, con exquisita sensibilidad (en el caso de Teresa sus mismas hermanas de comunidad no se dan cuenta de su caridad heroica). Y, por fin, es preciso también aprovechar bien las cosas pequeñas. En una carta a su hermana Celina, escribió: "Cuando no siento nada, cuando soy incapaz de orar y de practicar la virtud, entonces es el momento de buscar **pequeñas ocasiones, naderías que agradan a Jesús más que el dominio del mundo e incluso que el martirio soportado con generosidad**" (Carta a Celina, 17-VII-93).

«Para vencer todos los apetitos y negar los gustos de todas las cosas, con cuyo amor y afición se suele inflamar la voluntad, para gozar de ellas era menester **otra inflamación mayor de otro amor mejor, que es el de su Esposo**» (SMC_{1,14}, 2). Y añade el Santo que nadie se arriesga a un ejercicio de mortificación, "sin previas ansias de amor".

Por tanto, ¡el puro amor es el camino de la abnegación!

"Me preguntas muchas veces el medio para llegar al puro amor; el medio es: **olvidarte de ti misma y no buscarte en nada**" (Celina). "Cuanto más pobre seas, más te amará Jesús" (Carta a Celina). "Si supieses cuánto vale a los ojos

de Jesús una pequeña renuncia, la buscarías como el avaro sus tesoros" (Proceso).

2º. El valor de la mortificación es múltiple

1) Purifica y eleva el alma. Con la penitencia la mente, desprendiéndose de lo terreno, se eleva con más facilidad a las cosas del cielo. Y ayuda mucho a progresar en la vida espiritual y cristiana³.

2) Garantiza el verdadero humanismo. "Por vencer a sí mismo, es a saber, para que la sensualidad obedezca a la razón y todas partes inferiores estén más subyectas a las superiores" (San Ignacio)⁴.

3) Remedio de nuestras malas inclinaciones. Porque la penitencia es un eficaz remedio contra la concupiscencia y eficaz para vencer los apetitos desordenados⁵.

4) Porque con la penitencia se consigue la reparación de los pecados propios y ajenos⁶. De Santa Teresita se decía: "Llevaba en su corazón la salvación de las almas (...) Era la primera en abrazar todas las austeridades del Carmelo, y no dejaba de aconsejar a sus jóvenes novicias que trabajasen para dar a Dios el mayor número posible de almas" (Proceso). Y decía: "El sacrificio y la oración son mis almas invencibles".

5) Porque las obras de penitencia son fuente de méritos ante Dios. Gran valor de intercesión por las almas. "¿Sabes lo que me da fuerzas? Pues camino por un **misionero**. Pienso que allá lejos, muy lejos, tal vez alguno de ellos esté agotado en sus correrías apostólicas, y para aminorar sus fatigas ofrezco yo las mías a Dios" (Sta. Teresita)

6) Por imitar a Jesucristo que a lo largo de su vida nos quiso dar ejemplo de sufrimiento y mortificación. Hizo penitencia y nos exhortó a que la hiciéramos nosotros, como absolutamente necesaria: "Si no hacéis penitencia, todos igualmente pereceréis" (Lc 13, 3-5).

3º. Doctrina de San Juan de la Cruz

San Juan de la Cruz, Doctor Místico, es un guía seguro para ascender al monte de la perfección. Él nos propone en el capítulo 13 de la Subida al Monte Carmelo entrar en el camino de la Noche oscura del sentido, pues es necesario para poder acceder a los deleites del Amor divino en el matrimonio espiritual o unión con la Sabiduría divina.

Pero advierte que no se trata de hacer penitencia por hacerla, sino de morir a nosotros mismos, matando lo que en nosotros no es de Dios. Porque "no está la perfección y valor de las cosas en la multitud y gusto de las obras, sino en **saberse negar a sí mismo en ellas**" (N I, 6, 8). Y dice también:

"Es harto de llorar la ignorancia de algunos, que se cargan de extraordinarias penitencias y de otros muchos voluntarios ejercicios, y piensan que les bastará eso y esotro para venir a la unión de la Sabiduría divina, y no es así, si con diligencia ellos no procuran **negar sus apetitos**."

oración sea verdadera se ha de ayudar de ayunos, disciplina, silencio, pues regalo y oración no se compadecen" (Camino 4) y concluye: "Crear que admite Dios a su familiaridad a gente regalada y sin trabajo, es disparate" (Camino 18).

⁴ Razón de valor antropológico. El pecado nos dejó rotos por dentro. La penitencia es necesaria para que la sensualidad obedezca a la razón y todas las dimensiones inferiores de nuestra personalidad estén sujetas a las superiores. Y Ramiro de Maeztu decía: «Una buena educación debe enseñar, sobre todo, a sufrir, como lo enseñaba la de nuestros hidalgos del siglo XVI, con sus diez o doce horas diarias de latín en los primeros años, a las que seguían otras tantas en los años de la juventud de ejercicio de las armas. La epopeya española en América es obra casi exclusiva de los hidalgos y misioneros así educados. Aquella educación era buena [...] La educación actual es radicalmente mala porque no enseña a sufrir, sino a gozar» (Defensa de la Hispanidad).

⁵ Aunque el bautismo y la confesión nos perdonan los pecados, persiste en el cristiano una inclinación al mal que se llama concupiscencia, la cual no es pecado, pero "procede del pecado y al pecado inclina" (Trento). La mortificación es un medio excelente, junto con la eucaristía y la confesión para vencer la concupiscencia.

⁶ Desde que Cristo se ha ofrecido en la cruz para perdonar nuestros pecados el sufrimiento ha adquirido un valor redentor. Mis sufrimientos, unidos a los de Cristo, son fuente de redención para mí y para el mundo. Nos lo enseña la Virgen en Lourdes: "penitencia, penitencia, penitencia por la salvación de los pecadores" y en Fátima "¿Queréis ofrecer por la salvación de las almas? Entonces tendréis que sufrir mucho, pero no tengáis miedo. Él os ayudará"

¹ En la guerra contra los moabitas y amonitas, Josué, que lleva el mismo nombre que Jesús, mató a todos los reyes con la espada. Estábamos todos bajo el dominio del pecado; todos estábamos bajo el dominio de las malas pasiones. Cada uno mantenía en sí un rey particular que reinaba en él y le dominaba. Había, pues, en cada uno de nosotros, antes de tener fe, un reino de pecado. Pero Jesús mató a todos los reyes que detentaban en nosotros los reinos del pecado, y nos enseñó a matarlos a todos sin dejar escapar a ninguno. Aunque tan solo uno se conserve en vida, no podremos pertenecer al ejército de Jesús, porque el Señor Jesús nos ha purificado de toda clase de pecado; los ha destruido a todos.

En efecto, todos nosotros con nuestra insensatez y obstinación, errábamos de camino; éramos esclavos de pasiones y placeres de todo género, nos pasábamos la vida fastidiando y comidos de envidia, éramos insoportables y nos odiábamos unos a otros, con todas las clases de pecados que se encontraban en los hombres antes de creer. Jesús mató a todos los que salían para armar guerra; porque no hay pecado tan grande sobre el que Jesús no pueda poner su pie encima, Él que es el Verbo y la Sabiduría de Dios. Él triunfa de todo, es vencedor de todo. Os lavaron, os consagraron, os perdonaron invocando al Señor Jesucristo y al Espíritu de nuestro Dios. (ORÍGENES, Homilias sobre Josué, 15)

² Hay dos dificultades fundamentales: Una ambiental: No está de moda el esfuerzo y se evita todo aquello que nos pueda hacer sufrir. Y otra de orden psicológico: a consecuencia del pecado original todos tenemos tendencia a lo fácil y cómodo.

³ "Con el ayuno corporal refrenas nuestras pasiones, elevas nuestro espíritu y nos das fuerza", dice un prefacio de cuaresma. Y Santa Teresa de Jesús nos dice: "Para que la

Los cuales, si tuviesen cuidado de poner la mitad de aquel trabajo en esto, aprovecharían más en un mes que por todos los demás ejercicios en muchos años” (SMC I, 8 4).

Nos propone lo siguiente:

1º. IMITAR A JESUCRISTO EN TODO: “Lo primero, traiga un ordinario apetito de imitar a Cristo en todas sus cosas, conformándose con su vida, la cual debe considerar para saberla imitar y haberse en todas las cosas como se hubiera Él”.

Ello exige la abnegación de los sentidos.

... para poder bien hacer esto, cualquiera gusto que se le ofreciere a los sentidos, como no sea puramente para honra y gloria de Dios, renúncielo y quédese vacío de él por amor de Jesucristo, el cual en esta vida no tuvo otro gusto, ni le quiso, que hacer la voluntad de su Padre, lo cual llamaba él su comida y manjar (Jn 4, 34). Pongo ejemplo: si se le ofreciere gusto de oír cosas que no importen para el servicio y honra de Dios, ni lo quiera gustar ni las quiera oír. Y si le diere gusto **mirar** cosas que no le ayuden (a amar) más a Dios, ni quiera el gusto ni mirar las tales cosas. Y si en el **hablar** otra cualquier cosa se le ofreciere, haga lo mismo; y en todos los sentidos, ni más ni menos, en cuanto lo pudiere excusar buenamente; porque si no pudiere, basta que no quiera gustar de ello, aunque estas cosas pasen por él. Y de esta manera ha de procurar dejar luego mortificados y vacíos de aquel gusto a los sentidos, como a oscuras. Y con este cuidado en breve aprovechará mucho.

Ejemplos de Santa Teresa del Niño Jesús:

“En la oración, se privaba de echar una ojeada al reloj, colocado justo enfrente de nosotras: «¿Qué adelantaría con saber si faltan aún cinco o diez minutos? Prefiero privarme»” (Proceso).

“Era muy difícil saber sus gustos, qué le gustaba o no le gustaba”. “Nunca se quejaba de nada”. Se decía en la cocina: “Nadie comería esto, démoselo a sor Teresa del Niño Jesús, que nunca rechaza nada”. “En el refectorio tenía que compartir con una hermana, compañera de mesa, la sidra contenida en una botella tan pequeña que apenas contenía dos vasos. Entonces ella no bebía nada, para no privar de sidra a su vecina”

Un mes antes de morir cuenta la Madre Inés: “Ya no podía ni ver la leche, que, por otra parte, nunca le había gustado, y que entonces le causaba una enorme repugnancia. Yo le dije: -¿Beberías esta taza por salvarme la vida?- ¡Claro que sí...! -¿Y no la tomaría por amor a Dios? Y se bebió la taza de un trago”

Mortificaba también el sentido del tacto pasando frío en las manos y pies. En verano, para la colada, cogía el sitio donde menos corría el aire.

2º. MORTIFICAR LAS PASIONES: “mortificar y apaciguar las cuatro pasiones naturales, que son gozo, esperanza, temor y dolor, de cuya concordia y pacificación salen estos y los demás bienes”.

Para lo cual el Santo aconseja:

“**Procure siempre inclinarse**” no a lo más fácil, sino a lo más dificultoso; no a lo más sabroso, sino a lo más desabrido; no a lo más gustoso, sino antes a lo que da menos gusto; no a lo que es descanso, sino a lo trabajoso; no a lo que es consuelo, sino antes al desconsuelo; no a lo más, sino a lo menos; no a lo más alto y precioso, sino a lo más bajo y despreciado; no a lo que es querer algo, sino a no querer nada; no a andar buscando lo mejor de las cosas temporales, sino lo peor, y desear entrar en toda desnudez y vacío y pobreza por Cristo de todo cuanto hay en el mundo” (SMC 13 6).

Ejemplos de Santa Teresa del N. Jesús:

Cuando en la lavandería le salpicaba el agua sucia a la cara y ella sonreía, sin moverse ni secarse la cara.

En la oración de la tarde había una hermana que hacía un ruido extraño que a ella le ponía nerviosa. “Sentía unas ganas enormes de volver la cabeza y mirar a la culpable, que seguramente no se daba cuenta de su manía. Era la única forma de hacérselo ver. Pero en el fondo del corazón sentía que era mejor sufrir por amor de Dios y no hacer sufrir a la hermana” (Ms C, 30r)

“Interrumpía sus lecturas, aun en el pasaje más interesante, apenas sonaba la hora de terminar”. En el convento igual: “Al primer sonido de la campana, aun en mitad de una palabra, interrumpía su escritura”.

Sabía distinguir bien entre lo que necesitaba y lo que le apetecía. A un mes de su muerte: “Sor María del Sagrado Corazón le dijo: ¿Quieres agua bien fría?

(era agosto). - Sí, ¡qué ganas tengo! – Nuestra Madre te ha mandado pedir todo lo que necesites – Ya pido todo lo que necesito. – ¿No pides más que lo necesario? ¿Nunca lo que te puede aliviar? – No, sólo lo que necesito.

Un poco después de haber bebido, seguía mirando el vaso de agua. Le dijeron: - Bebe un poco más. – No, no tengo la lengua demasiado seca”.

Y respecto a “lo más trabajoso”, cuenta ella: Hay en la comunidad una hermana que tiene el don de desagradarme en todo (...) Para no ceder a la antipatía natural que experimentaba, me dije a mí misma que el amor no consiste en sentimientos, sino en obras, y me dediqué a portarme con esa hermana como lo hubiera hecho con la persona que más quiero (...) Un día me dijo: “¿Querría decirme, hermana Teresa del Niño Jesús, qué es lo que le atrae tanto en mí? Siempre que me mira la veo sonreír” (Ms C, 13v).

Y también, “cuando se le reprendía, nunca se excusaba”.

4º. Este trabajo “voluntario” de abnegación sería inútil si Dios mismo no actuase

Es decir, yo pongo el granito de arena, pero sólo Él obra el milagro. **Debemos pedirlo:** “Por más que el principiante en mortificar se ejercite todas estas sus acciones y pasiones, nunca del todo, ni con mucho, puede, hasta que Dios lo hace en él pasivamente por medio de la purgación (N I, 7, 5).

Por eso Teresita constata “Se me concedió el amor a la mortificación” (Ms A, 74v). Y en otro lugar: “Hoy he estado pensando en mi vida pasada y en el acto de valor que realicé en aquella Navidad, y me vino a la memoria la alabanza tributada a Judit: «Has obrado varonilmente y tu corazón se ha fortalecido». Muchas almas dicen: No tengo fuerzas para realizar tal sacrificio. Pues que hagan lo que yo hice: un gran sacrificio. Dios nunca niega esta primera gracia que da el valor para actuar; después, el corazón se fortalece y vamos de victoria en victoria” (Sta. Teresita, Cuad. amarillo 8.8.3).

Por eso importa mucho en esto estar dispuestos a vivir de fe: “Para amar hay que olvidarse por completo de los propios gustos y de las ideas personales” (Ms C, 22 v). “Hay que hacer todo lo que está en uno, dar sin cuenta, practicar la virtud en toda ocasión, renunciarse a sí mismo constantemente”

El alma debe ser como un violinista sordo, que toca únicamente para deleite de su público. Jesús agradece mucho un amor tan gratuito. El alma no ve ni capta la armonía de su melodía, ni su cadencia. Está sorda, a oscuras. Pero sigue tocando sólo para deleite de Jesús. ¡Cuánto agrada al Señor esa música!

5º. En contra de la primera impresión, este camino es dulce

Este espíritu de abnegación es el verdadero “mosto de granadas” que San Juan de la Cruz hace gustar al alma en las subidas cavernas de la piedra (CE 37, 4). Mosto de granadas en verdad dulcísimo para la gracia, aunque no para la naturaleza. ¡Por eso son tan pocos los que saben disfrutarlo! Estas granadas están “bien escondidas” (CE 37, 4). Sólo las halla el alma que se levanta sobre sí misma hasta “el monte y el collado” de la gracia (CE 36, 13). Entonces, adentrado en la “espesura del padecer” (CE 36, 13), descubre por fin el manantial “do mana el agua pura” (CE 36, 9). ¡El único agua verdaderamente pura!

Lo que en la boca parece vinagre, en el corazón se te hará dulce, miel: “Me acerqué al ángel y le pedí que me diera el libro. Él me dijo: “Toma, y devóralo. En el estómago te resultará amargo, pero en la boca será dulce como la miel”» (Ap 10, 10)”

¡Qué dulce es el camino del amor! ¡Cómo deseo dedicarme con la mayor entrega a hacer siempre la voluntad de Dios!” (Ms A, 84v). “¡Qué paz inunda el alma cuando se eleva por encima de los sentimientos de la naturaleza...! No, no existe alegría comparable a la que saborea el verdadero pobre de espíritu” (Ms C, 16v). “El sufrimiento se convirtió en mi sueño dorado. Tenía un hechizo que me fascinaba, aún sin acabar de conocerlo...” (Ms A, 36r).

Y la gran Teresa añade: “Mostrémonos a contradecir en todo nuestra voluntad; que si traéis cuidado, como he dicho, poco a poco os hallaréis en la cumbre. Mas ¡qué rigor parece decir no nos hagamos placer en nada!, como no se dice qué gustos y deleites trae consigo esta contradicción y lo que se gana con ella aún en esta vida, ¡qué seguridad!” (CP 12,3). Y San Juan de Ávila: «Así muda Cristo las cosas desde la cruz, que lo amargo y despreciado, hace dulce y honroso, y pone asco en gustar aquello por lo que los mundanos se matan» (Obras, II, p. 201).

⁷ «Procure inclinarse», dice. Es un matiz clave. No impone, no fuerza, no violenta: «Procure». Inténtelo dulcemente, «con suavidad de amor» (SMC II, 12, 8). «Blanda y

moderadamente» (SMC II, 15,2). Porque en este camino de la abnegación no se avanza a fuerza de puños, sino descansada y amorosamente

ESCUELA DE SANTIDAD (Práctica cristiana)

TEMA 23 (petición): *Señor, dame la gracia de la total purificación y de la verdadera humildad*

1. Ejercicio de ORACIÓN para la semana

La Cuaresma, recordémoslo de nuevo, es tiempo muy propicio para una buena oración. Jesús-Desierto es un modelo maravilloso que nos invita con su ejemplo y su vida a estar con Él, a seguir sus huellas. Nuestra oración en estos días de preparación inmediata a la Pascua se debería reducir a estar con Él, a contemplarle, a amarle a imitarle, dejando que nos conquiste y nos enamore el corazón. Acudir a la Virgen María es lo mejor. Ella nos enseña:

Qué cariños y qué delicadezas tan grandes, las de la Virgen, en estos días, acompañando a Jesús. Es la Iglesia, que descubre en su Esposo divino, solitario, tal grandeza de dolor, tal agonía de pena.

*La Iglesia, el alma, se siente incapaz para acompañar a Jesús, pero se introduce en el Corazón de la Virgen Madre y, desde allí, ama y se ofrece. Porque la Cuaresma no es más que esto: **la Virgen acompañando a Jesús con la mirada, primero; con el corazón, después y, también, con la vida.** Porque el amor no consiste en palabras, en sentimientos, en caricias. El amor consiste en vivir junto a la persona querida, en hacerse semejante a Él. "El amor empareja, en uno, los amantes" (San Juan de la Cruz). Los transforma, los une. Dos llamas encendidas se unen, ya no se pueden separar.*

Si Santa Teresa nos dice que ella, cuando contemplaba a Jesús, no podía encontrarse un solo momento del día sin amarle ("Imaginad una persona tan enamorada de otra que no se pudiese hallar un solo punto sin lo que ama"), ¿qué sería la Virgen, nuestra Señora! (P. Morales)

Imita por tanto a la Virgen: en la oración de estos días, **sigue a Jesús con la mirada primero** (le ves en el desierto, contéplale meditando, orando, sufriendo tentaciones, haciendo penitencia,...). **Contéplale después con el corazón** (es decir, dile que le quieres, que te conmueve su actitud y su ejemplo; que quieres ser de Él y estar siempre a su lado sintiendo su amor...). Y, por fin, **siguele con la vida** (imítale, pídele fuerzas para seguir su ejemplo en todo y siempre; abandónate a sus planes, dispuesto a lo que pida de ti).

TEXTOS DE APOYO

Texto 1. ¿Qué amas si a Jesús no amas? (San Juan de Ávila)

Estando a la puerta de nuestro corazón llamando y diciendo: Ábreme, amiga mía, esposa mía (Cant 5,2), ¿dejarle hemos estar llamando, envueltos en nuestras vanidades y no salirle a abrir?

Alma mía, ven acá y dime, de parte de Dios te lo pido, ¿qué es aquello que te detiene de no ir toda y con todas tus fuerzas tras Dios? ¿Qué amas, si a este tu Esposo no amas? ¿Y por qué no amas mucho a quien mucho te amó? No tuvo Él otros negocios en la tierra sino entender en amarte y buscar tu provecho, aun con su daño; ¿qué tienes tú que ver en la tierra, sino tratar amores con el Rey del cielo? ¿No ves que se ha de acabar todo esto que ves, que oyes, que tocas, que gustas, que tratas? ¿No ves que es todo esto tela de arañas, que no te puede vestir ni defender del frío? ¿Adónde estás cuando en Jesucristo no estás? ¿Qué piensas? ¿Qué estimas? ¿Qué buscas fuera del único y cumplido bien?

Levantémonos ya, y rompamos este mal sueño. Despertémonos que es de día, pues que Jesucristo, que es luz, ya ha venido; y hagamos obras de día, pues algún tiempo hicimos obras de noche. ¡Oh si tanto nos amargase el tiempo que a Dios no conocimos que nos fuese grandes espuelas para ahora con grandes ansias correr tras Él! ¡Oh si corriésemos! ¡Oh si volásemos! ¡Oh si ardiésemos y nos transformásemos! ¿Qué hace, señora, la criatura, pues ve a su Creador hecho hombre solamente por amor?

¿Quién nunca oyó amor como éste, que amando uno a otro, se tornase él?

Texto 2. Frases de algunos santos

San Pablo VI

*"El cristianismo es una **palestra de energía moral, una escuela de autodomínio, una iniciación en el coraje y en el heroísmo, precisamente***

*porque **no teme educar al hombre en la templanza, en el propio control, en la generosidad, en la renuncia, en el sacrificio. Porque sabe y enseña que el hombre verdadero es perfecto, el hombre puro y fuerte, el hombre capaz de actuar y de amar, es alumno de la disciplina de Cristo, de la disciplina de la Cruz"**. (Audencia general. 12 febrero 1964).*

Santa Teresa de Calcuta

"Rece por mí, para que la palabra "No" nunca pase ni por mi corazón, ni por mis labios cuando Jesús me pida algo". "Cuantos más sacrificios haya en la Congregación, más pronto se cumplirá nuestro objetivo de saciar la sed de Jesús. Nuestra obra por las almas es grande, pero sin penitencia y muchos sacrificios será imposible"

San Francisco de Asís

"Puro de corazón es quien desprecia las cosas terrenas y busca las celestiales sin dejar nunca de adorar y de ver al Señor Dios verdadero con corazón y alma pura"

De él dice Celano: *"Les enseñaba (a los hermanos) no sólo a mortificar los vicios y reprimir los estímulos de la carne, sino también los sentidos externos, por los cuales se introduce la muerte en el alma. Acació que por aquellos días y por aquellos lugares pasó el emperador Otón, con mucho séquito y gran pompa, a recibir la corona del imperio terreno; el santísimo Padre Francisco y sus compañeros estaban en la choza, junto al camino por donde pasaba; ni salió él a verlo, ni permitió que saliera sino aquel que valientemente le había de anunciar lo efímero de aquella gloria"*.

San Pedro Poveda

"Hay que hacerse todo para todos a fin de ganarlos a todos para Cristo: si hay que velar, se vela; si hay que sufrir, se sufre; si hay que humillarse, se humilla; si hay que pedir limosna, se pide; si hay que enfermar, se enferma; si hay que morir, se muere; pero se muere en la batalla, con honra y con gloria, con Cristo, en nombre de Cristo, y para gloria de Cristo".

Texto 3. Enemigos de la cruz de Cristo (San Luis Grignon de Montfort)

"Sabios del mundo, hombres poderosos del siglo, sois incapaces de comprender este misterioso lenguaje. Amáis demasiado los placeres, buscáis demasiado vuestras comodidades, estáis demasiado apegados a los bienes de este mundo, teméis demasiado los desprecios y humillaciones; en una palabra: sois demasiado enemigos de la cruz de Jesús. Respetáis e incluso alabáis la cruz en general; pero no la vuestra, de la cual huis cuanto podéis o la arrastráis contra vuestra voluntad, murmurando, impacientándoos y lamentándoos. Me hacéis recordar a aquellas vacas que mugiendo, y muy a pesar suyo, arrastraban el arca de la alianza, en la cual se encerraba cuanto había de más precioso en este mundo: «Pergentes et mugientes» (1 Re 6, 12). «El número de los necios es infinito», dice la Sabiduría (Ecl 1, 15), por ser incontables los que desconocen el valor de la cruz y la llevan a regañadientes".

"No se halla la verdadera Sabiduría ni en la tierra ni en el corazón de los que viven a sus anchas. Reside de tal manera en la cruz, que fuera de ella es imposible hallarla en parte alguna"

"Para haceros más y más dignos de recibir las cruces que sin vuestra participación os pueden sobrevenir -que son las mejores-, procuraos, por parte vuestra, algunas voluntariamente siguiendo en ellas el consejo de un buen director. Pongo por caso: ¿tenéis algún mueble inútil al cual sentís cariño? Dadlo a los pobres, y al mismo tiempo decid: ¿he de tener yo cosas superfluas, cuando Jesús es tan pobre? ¿Os repugna algún manjar? ¿Tenéis horror a algún acto de virtud o a algún mal olor? Saboread aquel manjar, practicad aquel acto, oled lo que os desagrada; **venceos**. ¿Profesáis a alguna persona, o algún objeto, cariño excesivamente tierno o exagerado? Alejaos de ella, privaos de tal objeto, apartaos de lo que os halaga. ¿Sentís viva comezón por ver, por hacer, por aparecer en público, por ir a un sitio determinado? Deteneos, enmudeced, ocultaos, apartad vuestra vista. ¿Aborrecéis naturalmente tal objeto, tal persona? Usadlo a menudo; frecuentad su trato. **Dominaos"**

Texto 4. Empecemos hoy (Padre Pío)

"Hermanos míos, hasta ahora no hemos hecho nada todavía. ¡Empecemos hoy!" San Francisco se hizo a sí mismo esta exhortación. ¡Hagamos nosotros lo mismo! Es verdad, todavía no hemos hecho nada, o casi nada. Los años se han seguido uno tras otro sin que nos hubiéramos preguntado qué hemos hecho con el tiempo. ¿No hay nada en nuestra conducta que necesite modificarse, nada que añadir, nada que quitar? Hemos vivido despreocupados, como si nunca tuviera que llegar aquel día en que el juez eterno nos llame para dar cuenta de nuestras acciones y de cómo hemos aprovechado nuestro tiempo.

¡No perdamos el tiempo! No hay que dejar para mañana lo que se puede hacer hoy. ¡Las tumbas rebosan de buenas intenciones!

Y desde luego ¿quién nos asegura que mañana viviremos? ¡Escuchemos la voz de nuestra conciencia. Es la voz del profeta: "Ojalá escuchéis hoy la voz del Señor, no endurezcáis el corazón!" (Sal 94,7.8)

Texto 5. Valor de la mortificación (P. Tomás Morales)

Sin la mortificación es imposible llegar a ese «conocimiento sabroso de Dios totalmente impregnado de amor» (Gregorio Nazianceno), que es la contemplación. La «noticia infusa de Dios, que juntamente va ilustrando y enamorando el alma, hasta subirla de grado en grado a Dios», en que consiste la contemplación según Juan de la Cruz, sólo se consigue por esa mortificación.

En su último mensaje desde el campo de concentración de Amersfort, Edith Stein escribía en agosto de 1942: «La ciencia de la cruz no puede adquirirse sino sintiendo realmente su peso sobre los hombros. Desde el primer momento me convencí de ello, y me dije: Salve, oh Cruz, única esperanza».

El mundo en que vives sólo piensa en gozar y en agradar. Rehúye sistemáticamente todo lo que es sacrificio. Margina el esfuerzo viril. Arrincona la cruz en la trastera. Si no tomamos la ofensiva luchando contra nosotros mismos, el mundo acabará arrollándonos. En lugar de influir nosotros en él, seremos influidos por él. En este combate, el que renuncia a atacar es derrotado.

Poco después de su conversión, San Francisco de Asís escuchó en su corazón: «Francisco, si quieres conocer mi voluntad, has de aborrecer y odiar cuanto apetece tus sentidos. Cuando esto hayas logrado, entonces te será amargo e insufrible lo que antes te era dulce y deleitoso; y hallarás gozo y contento en lo que antes detestabas».

Un antiguo compañero de armas visita en el monasterio de Claraval al Beato Gerardo. «¿Por qué hacéis tanta penitencia?», le pregunta. El hermano de San Bernardo responde lacónicamente: «Porque somos los equilibradores del mundo desequilibrado por el pecado».

Tu mortificación debe estar empapada de amor. «El cristiano es un brote de la cruz, una rama» (San Ignacio de Antioquía), un «hijo del Calvario» (San Agustín). Carlos de Foucauld decía: «Con el mismo ardor con que antes me entregaba a los placeres del cuerpo, busco ahora el despojo propio». Sabía que, para saborear las cosas del cielo, hay que domesticar el cuerpo.

Naturalidad y sencillez deben barnizarán nuestra austeridad de vida y nuestro espíritu de mortificación ante el mundo. Musgo suavizando granito, terciopelo recubriendo hierro. No debe extrañarte que tu vida sea en algún aspecto chocante para cuantos te rodean.

No podemos vivir el cristianismo, la vida de Jesús en nosotros, sin morir cada día por la mortificación de pasiones. Para imitar a Cristo «es necesario renunciar a cualquier apetito o gusto... y quedarse vacío por amor del que en esta vida no tuvo ni quiso más que hacer la voluntad de su Padre» (San Juan de la Cruz).

El espíritu de sacrificio es la esencia misma del cristianismo. No el gusto del sufrimiento en sí mismo, eso sería masoquismo, sino el don de sí por amor. Todo el poder redentor de Cristo le viene de su Cruz: «Cuando sea elevado sobre la tierra atraeré a todos hacia mí» (Jn 12,32). Amar la cruz, perder el miedo a sufrir, debe ser el norte de tu vida.

2 y 3. Ejercicio de CARIDAD y de ABNEGACIÓN para esta semana

Pide al Señor, de corazón, la verdadera conversión:

«Convertirse» significa: seguir a Jesús, acompañarle, caminar tras sus pasos. Pero insistamos en el hecho de que es Dios el que nos convierte... «Convertirse» quiere decir no buscar el éxito, no correr tras el prestigio y la propia posición. «Conversión» significa renunciar a construir la propia imagen, no esforzarse por hacer de sí mismo un monumento, que acaba siendo con frecuencia un falso Dios. «Convertirse» quiere decir aceptar los sufrimientos de la verdad. La conversión exige que la verdad, la fe y el amor lleguen a ser más importantes que el bienestar, el éxito, el prestigio y la tranquilidad de nuestra existencia; y esto no solo de una manera abstracta, sino en nuestra realidad cotidiana y en las cosas más insignificantes...

Pero la conversión no es una autorrealización del hombre; no es el hombre el arquitecto de su propia vida. La conversión consiste esencialmente en esta decisión: el hombre renuncia a ser su propio creador, deja de buscarse únicamente a sí mismo y de centrarse en su autorrealización, y acepta depender del verdadero Creador, del amor creativo; acepta que en esta dependencia consiste la verdadera libertad y que la libertad de la autonomía que pretende emanciparnos del Creador no es verdadera libertad, sino ilusión y engaño. (Joseph Ratzinger)

Puede ayudarte mucho rezar esta semana las

Letanias de la humildad

(Después de cada invocación decir: *Librame, Señor*)

Del deseo de ser alabado,
del deseo de ser honrado,
del deseo de ser aplaudido,
del deseo de ser preferido a otros,
del deseo de ser consultado,
del deseo de ser aceptado,
del temor a ser humillado,
del temor a ser despreciado,
del temor a ser reprendido,
del temor a ser calumniado,
del temor a ser olvidado,
del temor a ser ridiculizado,
del temor a ser injuriado,
del temor a ser rechazado,

(Después de cada invocación decir: *Dame la gracia de desearlo*)

que otros sean más amados que yo,
que otros sean más estimados que yo,
que otros crezcan susciten mejor opinión de la gente y yo disminuya,
que otros sean alabados y de mí no se haga caso,
que otros sean empleados en cargos y a mí se me juzgue inútil,
que otros sean preferidos a mí en todo,
que los demás sean más santos que yo con tal que yo sea todo lo santo que pueda.

Jesús, manso y humilde de corazón,

-haz mi corazón semejante al tuyo

María Madre de los humildes

-Ruega por mí

San José, protector de las almas humildes

-Ruega por mí

San Miguel, primero en abatir el orgullo de satanás

-Ruega por mí

Todos los santos justificados por la humildad

-Rogad por mí

Oración: Dios mío, no soy más que polvo y ceniza. Reprime los movimientos de orgullo que se elevan en mi alma. Enséñame a despreciarme a mí mismo, Tú que resistes a los soberbios y que das tu gracia a los humildes. Por Jesucristo, manso y humilde de corazón. Amén.

