DALE PLAY A LA ESPERANZA: HAZ ESPACIO AL AMOR DE DIOS

El comienzo de este curso 22/23 está envuelto de malas noticias. Destaco algunas, no para deprimirse sino para rezar por ellas: la guerra de Ucrania, que nos afecta más por cercana, por los riesgos nucleares que entraña y por sus consecuencias económicas y sociales; la incierta evolución de la pandemia y sus consecuencias; la inflación disparada que afecta al día a día y angustia a familias y empresas; la amenaza de sequía y sus efectos en la economía; una profunda crisis de valores que fractura la sociedad y genera divisiones; las leyes injustas que atentan contra la vida y la educación. Respecto a este punto, destacar que el martes 30 de agosto, el Ejecutivo remitió el anteproyecto de ley de reforma de la ley del aborto al Congreso para que sea debatida con el objetivo de aprobarla antes de acabar la legislatura. La ley del “solo sí es sí” contiene muchas cuestiones injustas; hay una que resalto introducir en la educación la batalla del adoctrinamiento ideológico: garantiza la educación sexual en todas las etapas de la enseñanza obligatoria, acorde al sesgo del que gobierna. En palabras de la ministra de Igualdad: *“Estamos transformando de forma profunda (las políticas del Estado), y creando una arquitectura feminista para poder transitar hacia otra cultura sexual, basada en el consentimiento y en la libertad sexual de todas las mujeres”*.

Ante este panorama, un cristiano, un hijo de Dios, se ve interpelado, llamado a llevar esperanza. No cabe ni dejarse arrastrar por el desaliento ni encerrarse en una burbuja ideal. Pero, ¿es posible? Claro, porque Dios está comprometido con cada uno de sus hijos. El Papa explicaba lo que eso supone: *“Comprometerse es aceptar una responsabilidad con alguien, cumpliéndolo con una actitud de fidelidad, dedicación e interés; es tener buena voluntad y constancia para mejorar la vida”*. Y a continuación, recordaba que *“Dios se ha comprometido con nosotros”*. Y *“su compromiso más grande ha sido darnos a Jesús”*¹. *“Esto es lo que ha hecho el Padre ante la difusión del mal en el mundo; nos ha dado a Jesús, que se ha hecho cercano a nosotros como nunca habríamos podido imaginar”*².

Todo depende de si acogemos el regalo, de si vivimos con Jesús. *“He aquí que estoy a la puerta y llamo: si alguno escucha mi voz y abre la puerta, entraré en su casa y cenaré con él, y él conmigo”* (Apocalipsis 3, 20). Abramos la puerta... demos play a la esperanza, y Dios, que hace bueno lo que ama, nos llenará de esperanza y alegría para llevarla al mundo empezando por los más cercanos. La esperanza *“es un <regalo> de Jesús, la esperanza es Jesús mismo, o sea tiene su <nombre>”*³. Y crece en tanto que se da.

1

Ser personas-cántaros

Ser personas-cántaros es un término del Papa. Se refería a la situación de *“desertización espiritual, fruto del proyecto de sociedades que quieren construirse sin Dios o que destruyen sus raíces cristianas”*⁴; también multitud de familias y lugares de trabajo sufren esa aridez. Eso provoca sed de esperanza en muchas personas. Por eso, concluía el Papa, *“allí estamos llamados a ser personas-cántaros para dar de beber a los demás”*.

Para cumplir su misión, el cántaro exige ser llenado, y a medida que se utiliza, ser rellenado; no es una fuente. Es Dios, con su amor, quién llena una vez y siempre el cántaro. Lo desea con locura. *“¿Lo habéis pensado?”*, se preguntaba Francisco en una homilía⁵, y respondía: *“¡El Señor sueña conmigo! ¡Estoy en la mente, en el corazón del Señor! ¡El Señor es capaz de cambiar mi vida!”*. Y hace muchos planes, explicaba. *“Sueña con la alegría con la que gozará con nosotros. Por esto el Señor quiere <re-crearnos>, hacer nuevo nuestro corazón, <re-crear> nuestro corazón para hacer triunfar la alegría”*. Además, se ha comprometido libérrimamente con nosotros; basta dirigir la mirada de nuestro corazón a Jesús Crucificado para saber y sentir que Dios nos ama de verdad, gratuitamente y sin medida. ¿Creemos en su amor? ¿Nos fiamos y nos confiamos de verdad a su amor? Como toda relación de amor debe ser libre, jamás forzada, Dios no se impone y respeta nuestra decisión. *“La fe es dar espacio a este amor de Dios, es hacer espacio al poder, al poder de Dios; pero de uno que es poderoso, al poder de uno que me*

¹ Francisco, audiencia (20.02.2016).

² Francisco, homilía en Kazajistán (14.09.2022).

³ Francisco, meditación diaria en santa Marta (9.09.2013).

⁴ Francisco, carta apostólica La Alegría del Evangelio n. 86.

⁵ Francisco, meditación diaria en santa Marta (16.03.2015).

ama, que está enamorado de mí y que quiere la alegría conmigo. Esto es la fe. Esto es creer: es hacer espacio al Señor para que venga y me cambie”, decía Francisco.

De ahí, de saberse muy amados por Dios, nace el amor de los santos a Dios, un amor vivo y diligente, que abarca toda su vida y todas sus acciones. Un amor que anida una alegre esperanza. Se han dado cuenta que ese amor es lo que realmente vale la pena y le dan el primer lugar. Y así, reencuentran todos los otros amores de su vida engrandecidos por ese amor, ya que el amor a Dios se autentifica por el amor a los demás: *“pues quien no ama a su hermano, a quien ve, no puede amar a Dios, a quien no ve”* (1 Juan 4, 20). *“Quien de verdad quiera dar gloria a Dios con su vida, quien realmente anhele santificarse para que su existencia glorifique al Santo, está llamado a obsesionarse, desgastarse y cansarse intentando vivir las obras de misericordia”*⁶. Y así llevar la esperanza y la alegría, ser personas-cántaros que dan de beber.

Dar espacio al amor de Dios: vivir un plan de vida espiritual

*“Invito a cada cristiano, en cualquier lugar y situación en que se encuentre, a renovar ahora mismo su encuentro personal con Jesucristo o, al menos, a tomar la decisión de dejarse encontrar por Él, de intentarlo cada día sin descanso”*⁷. Acojamos esta invitación del Papa, hagamos espacio al amor de Dios dando play a la esperanza, pasando un tiempo generoso con Jesús de forma regular y, en este caso básicamente todos los días. Por eso Pablo aconsejaba a Timoteo *“ejercítate en la piedad”* (1 Timoteo 4, 7).

San Josemaría Escrivá, llamado por san Juan Pablo II el santo de lo ordinario, proponía siguiendo la tradición cristiana, fruto de su experiencia personal y de acompañar espiritualmente a mucha gente corriente, concretar el tiempo con Cristo en un conjunto de prácticas de piedad y costumbres cristianas que jalonan el día. Esta práctica está en la línea siempre vivida en la Iglesia, recogida en el Catecismo: *“Los Padres espirituales, en la tradición del Deuteronomio y de los profetas, insisten en la oración como un “recuerdo de Dios”, un frecuente despertar la “memoria del corazón”: “Es necesario acordarse de Dios más a menudo que de respirar”* (San Gregorio Nacianceno). *Pero no se puede orar “en todo tiempo” si no se ora, con particular dedicación, en algunos momentos: son los tiempos fuertes de la oración cristiana, en intensidad y en duración”*⁸.

Esas citas con Dios distribuidas en el día, en la semana, materializan la vida de oración y canalizan la gracia de los sacramentos, facilitan a Dios que nos llene de sus regalos. *“Orar es esto: abrir la puerta al Señor, para que haga algo. Pero si cerramos la puerta, ¡el Señor no puede hacer nada!”*⁹. San Josemaría llamaba a esos encuentros plan de vida espiritual¹⁰.

Ingredientes de un plan de vida espiritual

Un plan de vida espiritual es un cauce para alcanzar el fin de la vida cristiana: dar espacio al amor de Dios, vivir con Él y ser transformados por Él en otro Cristo, nuestro modelo. Por eso recoge unos encuentros con Dios, probados por los cristianos que nos han precedido.

Para mantener la vida corporal sana necesitamos alimentarnos, hacer ejercicio, acudir al médico cuando enfermamos, tomar la medicina para recuperar la salud... lo mismo para la vida del espíritu. ¿Cuántas comidas hacemos en el día? Al menos tres y lo recomendado es cinco; y además, no comemos cualquier cosa, la dieta es importante. ¿Cuántas veces estamos a solas con Dios en un día cualquiera? ¿Qué dieta espiritual seguimos? Si no comemos nos entra debilidad, estamos desnutridos, no crecemos, nos quedamos raquíticos. Por eso, san Juan Pablo II advertía: *“se equivoca quien piense que el común de los cristianos se puede conformar con una oración superficial, incapaz de llenar su vida. Especialmente ante*

⁶ Francisco, carta apostólica *Gaudete et exultate* n. 107.

⁷ Francisco, carta apostólica *La Alegría del Evangelio* n. 3.

⁸ Catecismo de la Iglesia Católica n. 2697.

⁹ Francisco, meditación diaria en santa Marta (8.10.2013).

¹⁰ La expresión, conocida en la literatura espiritual de su tiempo, pudo ser tomada del libro *Plan de Vida*, publicado en 1909 por san Pedro Poveda, con quien tuvo una honda amistad (ref. Diccionario de san Josemaría).

tantos modos en que el mundo de hoy pone a prueba la fe, no sólo serían cristianos mediocres, sino <cristianos con riesgo>”¹¹.

A continuación, recuerdo algunos de los ingredientes básicos de una buena dieta. Una “dieta completa” supone 1 hora y media de nuestro tiempo, es decir, el 6,25% del día.

- ✓ Empezar y acabar el día con Dios: ofrecerle el día al levantarse y al acostarse (1’+1’=2 minutos).
- ✓ Estar con Dios al menos quince minutos de oración mental (15 minutos).
- ✓ Participar en la Santa Misa y recibir la Comunión, centro y raíz de la vida cristiana (30 minutos). El domingo y cuantos días más podamos.
- ✓ Visitar al Señor que nos espera en el Sagrario (3 minutos).
- ✓ Mejorar nuestro conocimiento de la fe a través de la lectura espiritual (Nuevo Testamento 5’ y un libro espiritual 10’) (15 minutos).
- ✓ Amar a la Virgen, nuestra madre: rezando el Ángelus a las 12.00 y el Santo Rosario, completo o algún misterio (2’+20’=22 minutos).
- ✓ Al final del día, hacer balance en su presencia de lo ocurrido y así mantener la llama del amor encendida (3 minutos).
- ✓ Bendecir las comidas, así celebramos el cuidado amoroso de Dios y recordamos el banquete del Cielo al que estamos invitados.
- ✓ Levantar el corazón a Dios con frecuencia: al comenzar una tarea para ofrecérsela al Señor y hacerla con su ayuda; para dar gracias por todo lo bueno que nos pasa; para pedir su consuelo y fortaleza ante los sufrimientos y contradicciones del día y llevarlos con paz y alegría; para interceder por personas y tantos asuntos que preocupan; para pedir perdón por los pecados y faltas, propias y del mundo; para adorar y alabar a Dios uno y Trino; para pedir luz y gracias al Espíritu Santo y discernir lo que conviene hacer y hacerlo... en cada momento del día.
- ✓ Acudir con frecuencia a recibir el perdón de Dios en la Confesión, que nos limpia y sana el corazón.

Cada uno verá qué ingredientes le conviene y puede vivir acorde a sus circunstancias, qué programa seguir para, poco a poco, adquirir costumbre de gustar de Dios. Es un guante que se ajusta a la mano del que lo usa. *“Lo importante no consiste en hacer muchas cosas; límitate con generosidad a aquellas que puedas cumplir cada jornada, con ganas o sin gana”¹².* Hay un ingrediente que nunca puede faltar, porque es clave: “al menos 15’ de oración mental”, comprometer el 1% del día *“a estar a solas con Dios, tratando de amistad con quien sabemos nos ama”*, decía santa Teresa. La oración es la respuesta gratuita de la criatura a la invitación gratuita de su Creador. Si nos empeñamos en la oración buscaremos las otras citas y no se convertirán en rutinas, que no dejan poso en el alma y en el comportamiento. Y la tienda de campaña no se vendrá abajo porque el palo central estará firme. Pueden soltarse vientos, pero no se caerá la tienda. *“En el cielo hay muchos santos y muchas santas que no fueron a misa diaria ni de comunión diaria. Pero ni uno solo que no fuera de oración, y de mucha oración, diaria”¹³.* Cuando un cristiano toma seriamente la decisión de hacer oración, llega una alerta al Infierno, se reúne el gabinete de crisis y Satanás hace todo lo que sea necesario para que el propósito de la oración se quede siempre en “tareas pendientes”. *“¡Qué bien acierta el demonio, para su propósito, cargando aquí la mano! Sabe el traidor que tiene perdida al alma que persevera en la oración... algo le va en ello”¹⁴.*

¿Cómo es posible que muchos cristianos digan “no” a lo más grande que hay, que no tengan tiempo para lo más importante; que limiten a sí mismo toda su existencia?

Esta pregunta se la hizo san Gregorio Magno al meditar la parábola de los invitados a las bodas del Rey (ref. Lucas 14, 15-24), y Benedicto XVI, en una homilía a los obispos suizos (7.11.2006), la recogía con su respuesta: *“en realidad, nunca han hecho la experiencia de Dios; nunca han llegado a <gustar> a Dios; nunca han experimentado cuán delicioso es ser <tocados> por Dios. Les falta este <contacto> y, por*

¹¹ San Juan Pablo II, carta apostólica Al comienzo del nuevo milenio n. 34.

¹² San Josemaría Escrivá, Amigos de Dios n. 151.

¹³ Federico Suárez, en su libro “La vid y los sarmientos”, cita estas palabras que escuchó a san Josemaría predicar.

¹⁴ Santa Teresa, Libro de su vida 19,2

tanto, el <gusto de Dios>”. Si no damos espacio a Dios, ocurre lo que ocurre, se atrofia nuestro gusto por lo divino, nos volvemos ciegos, incapaces de ver a Dios, nuestro corazón se aleja de Dios.

Tal vez un plan de vida, dedicar a Dios tiempo diario y estar pendiente de Él con frecuencia, nos parezca exagerado. Nos contesta Juan Pablo I, recientemente beatificado: *“es justo: demasiado grande es Dios, demasiado merece Él ante nosotros, para que se le puedan echar, como a un pobre Lázaro, apenas unas migajas de nuestro tiempo y de nuestro corazón. Es el bien infinito y será nuestra felicidad eterna: el dinero, los placeres y las venturas de este mundo comparados con Él, apenas son fragmentos de bien y momentos fugaces de felicidad. No sería prudente dar mucho de nosotros a estas cosas y poco a Jesús”*¹⁵. Si nos ocupamos de Dios, Él se ocupará de nuestras cosas mejor que nosotros mismos. Ese tiempo gratuito y a fondo perdido a Dios es el mejor empleado del día. ¿Gasto o inversión? Es la mejor inversión. Gracias a ese tiempo, Dios puede dárse nos sin límite, a su estilo. Le dejamos ser Dios en nuestra vida. Y se produce el milagro: nos transformará el corazón y adquiriremos esas virtudes que nos hacen parecidos a Él.

Recordemos la respuesta de Jesús a Pedro: *“En verdad os digo que no hay nadie que habiendo dejado casa, hermanos o hermanas, o madre o padre, o hijos o campos por mí y por el Evangelio, no reciba en esta vida cien veces más en casas, hermanos, hermanas, madres, hijos y campos, con persecuciones; y, en el siglo venidero, la vida eterna”* (Marcos 10, 29-30). Acordarse de esta promesa del Señor nos ayuda cuando se presente la tentación de dejarlo plantado: pensemos lo mucho que ganamos cuando estamos con Él... renunciando a 15’ de TV, o de navegar en internet; o adelantado el horario de acostarse y de levantarse para llegar a Misa o hacer la oración antes de salir de casa; o desconectando la radio un tiempo del viaje al trabajo para rezar el rosario; o recortando el tiempo de la comida para leer el Evangelio...

Dos efectos beneficiosos de estar con Dios

Un beneficio será ganar la cordura de estar en las cosas realmente importantes, en concreto de ocuparse de los demás, empezando por la familia. *“Encontrar a Jesús equivale a encontrarse con su amor. Este amor nos transforma y nos hace capaces de transmitir a los demás la fuerza que nos dona. ¡Todos somos «Cristóforos»! ¿Qué significa esto? «Portadores de Cristo». Es el nombre de nuestra actitud, una actitud de portadores de la alegría de Cristo, de la misericordia de Cristo”*¹⁶. No solo estar con Jesús nos remueve a hacer algo por el otro, sino a hacerlo gratuitamente y con alegría, con la libertad del amor, empezando por el cónyuge y los hijos; y además nos permite tenerlos presentes y estar presente para ellos a lo largo de las horas del día, aunque las circunstancias nos lo impidan materialmente. *“No hay escuela de atención al prójimo más hermosa y eficaz que la perseverancia en la oración”*¹⁷. Si la fidelidad al plan de vida no se traduce en un cuidado más delicado de los demás, es que realmente no rezamos. El tiempo que robamos para Dios nunca es un tiempo robado para aquellos que necesitan nuestro amor y nuestra presencia, sino es robado a nuestra pereza, a nuestro sueño, a nuestras cosas...

El otro beneficio es la unidad de vida. Ese haber estado con Dios permea todo nuestro día, se orienta a la acción y genera coherencia de vida. De ahí que influya positivamente en el comportamiento, que cada vez se parecerá más al de Cristo. Y así, las actividades de la vida cotidiana se convertirán también en ocasión de unión con Dios y de cumplimiento de su Voluntad. La calle, la sala de estar, el campo de paddle, la mesa del despacho, la cafetería... serán lugares de encuentro con Dios y de servicio a los demás. Gracias a las citas del plan de vida superaremos al rey Midas. *“En nuestra conducta ordinaria, necesitamos una virtud muy superior a la del legendario rey Midas: él convertía en oro todo cuanto tocaba. –Nosotros hemos de convertir –por el amor– el trabajo humano, de nuestra jornada habitual, en obra de Dios, con alcance eterno”*¹⁸, que nos cambian y mejoran el mundo.

¹⁵ Juan Pablo I fue beatificado en Roma el pasado 4 de septiembre. Esas palabras son de la Audiencia del 27.09.1978.

¹⁶ Francisco, Audiencia (30.01.2016).

¹⁷ Jacques Philippe, La oración, camino de amor p. 26.

¹⁸ San Josemaría Escrivá, Forja n. 742.

Demos play a la esperanza, hagamos espacio al amor de Dios estando con Él: vive un plan de vida espiritual. Es la “pérdida de tiempo” más fecunda de cada día... aunque no lo sintamos, no lo veamos, no lo toquemos, pero lo sabemos porque Él nos lo ha dicho. Gracias a esa experiencia, llegaremos a decir como Job: *“Yo te conocía de oídas, mas ahora te han visto mis ojos, porque te he encontrado”* (Job 42, 5).