

PROYECTO PERSONAL DE VIDA ESPIRITUAL

Severino María Alonso cmf

"La vida en el Espíritu tiene obviamente la primacía (en la formación permanente)" (VC 71).

"La vida espiritual, entendida como vida en Cristo, vida según el Espíritu, es como un itinerario de progresiva fidelidad, en el que la persona consagrada es guiada por el Espíritu y conformada por Él con Cristo, en total comunión de amor y de servicio en la Iglesia. Todos estos elementos, calando hondo en las varias formas de vida consagrada, generan una espiritualidad peculiar esto es, un proyecto preciso de relación con Dios y con el ambiente circundante, caracterizado por peculiares dinanismos espirituales y por opciones operativas que resaltan y representan uno u otro aspecto del único misterio de Cristo... La vida espiritual, por tanto, debe ocupar el primer lugar en el programa de las Familias de vida consagrada, de tal modo que cada Instituto y cada comunidad aparezcan como escuelas de auténtica espiritualidad evangélica... Lo que puede conmovir a las personas de nuestro tiempo, también sedientas de valores absolutos, es precisamente la cualidad espiritual de la vida consagrada que se transforma así en un fascinante testimonio" (VC 93).

1. Inquietudes espirituales

En julio de 1943, cerca de Túnez, Antoine de Saint Exupéry escribía una carta abierta, que él mismo tituló Carta al General X (1). El autor del inolvidable y delicioso libro "El Principito" contaba, a la sazón, cuarenta y tres años. Y había realizado unas seis mil quinientas horas de vuelo como piloto por todos los cielos de los dos hemisferios.

En esa Carta, Antoine de Saint Exupéry protesta contra la existencia gregaria, como ese "terrible desierto humano" donde los hombres se encuentran más secos que ladrillos y donde todo lirismo parece ridículo. Comprueba, con dolor de corazón, que los lazos afectivos que unen al hombre con las cosas e incluso con los demás hombres son muy poco densos y carecen de profundidad: sólo rozan la superficie. Es una época de divorcio universal: de todos y de todo. Se cambia el coche, y la casa, y el frigorífico, y el partido político, y la mujer, y la religión. Ya ni siquiera se puede ser infiel. ¿Infel a quién? Escribe literalmente: "Hoy estoy profundamente triste, y hasta el fondo. Me siento triste por mi generación, que carece de toda sustancia humana... Todo lirismo parece ridículo y el hombre se niega a que despierten en él cualquier clase de vida espiritual... Es el siglo de la publicidad... El hombre se muere de sed. ¡Ah, General! En el mundo no hay más que un problema y sólo uno. Devolver al hombre un significado espiritual, inquietudes espirituales. Hacer llover sobre él algo que se parezca a un canto gregoriano... Ya es imposible vivir de frigoríficos, de política, de balances y de crucigramas. Ya no se puede. No se puede seguir viviendo sin poesía, sin color, sin amor. Tan sólo escuchando una canción campesina del siglo XV, se comprende hasta dónde hemos descendido... No hay más que un problema, uno solo: volver a descubrir que existe una vida del espíritu más elevada todavía que la vida de la inteligencia y que es la única que satisface el hombre... A falta de una corriente espiritual vigorosa, surgirán como champiñones, treinta y seis sectas que se subdividirán. El propio marxismo, demasiado anticuado, se descompondrá en una multitud de neomarxismos contradictorios. Se ha visto claramente en algunos países. . A menos que un César francés nos instale en un campo de concentración neosocialista por toda la eternidad (2)."

¡Devolver a los hombres inquietudes espirituales! ¡Hacer llover sobre ellos algo que se parezca a un canto gregoriano! He aquí el medio y el remedio que Antoine de Saint Exupéry proponía ya hace casi sesenta años, para rehacer una sociedad que había perdido el alma. ¿Qué hubiera propuesto hoy? Confesaba, entonces, doloridamente: "Nos han cortado los brazos y las piernas y luego nos han dejado libres para andar. Pero odio esta época en la que el hombre se convierte, bajo un totalitarismo universal, en ganado amable, educado y tranquilo. ¡Y quieren convencernos de que eso es progreso moral...! Hoy, desde luego, la gente se suicida. Pero su sufrimiento es del orden de un dolor de muelas. Intolerable. Eso nada tiene que ver con el amor" (3). Y, con una gran intuición que ha resultado verdaderamente profética, afirmaba: "La propia sustancia está amenazada. Pero cuando la hayamos salvado, se planteará el problema fundamental de nuestro tiempo: El problema del sentido del hombre, para el que nadie ha ofrecido una respuesta" (4). Adelantándose más de cinco lustros a Paul Ricoeur, señaló la falta de sentido -es decir, el absurdo- como "el problema fundamental de nuestro tiempo". (Hemos de entender el vocablo sentido en su doble acepción: como "dirección" y como "significado").

Paul Ricoeur, analizando la sociedad contemporánea, la describe como una sociedad de **consumo y de producción**, en la que, mientras crece el dominio del hombre sobre los medios, se van oscureciendo, cada vez más, los fines. Por eso, va creciendo, en esta sociedad, la ausencia de sentido o, si se quiere, el sentido del absurdo y del vacío, la falta de significación y de finalidad. "Descubrimos, afirma Ricoeur, que a los hombres les falta no sólo la justicia y el amor; les falta incluso el significado de todo: la falta de sentido del trabajo, la falta de sentido del tiempo libre, la falta de sentido de la sexualidad (5).

El problema del sin sentido -del absurdo- es, quizás, el más grave de todos los problemas y la más aguda dolencia que padece el hombre de hoy. Por eso, ha invadido la conciencia individual y está impregnando la vida misma una ola de desilusión, de hastío, de desencanto, de profunda decepción, de mortal aburrimiento y hasta de invencible tedio. Hay una general y honda sensación de vacío. Es la muerte de la esperanza, más que la desesperación. Mucho más que un problema de índole material es un problema de "espíritu". **El vacío interior -vacío de ser- se intenta llenar con cosas -con el tener-. Se ensayan ininterrumpidamente nuevas experiencias, la droga, el sexo, la violencia en todas sus formas, etc., para intentar colmar, de alguna manera, el abismo que se lleva dentro y vencer la insufrible soledad.**

Como el mundo real, con todas sus promesas e ilusiones, es incapaz de llenar el corazón humano y de responder a sus más hondas aspiraciones y anhelos, detrás de cada experiencia surge un mayor desencanto y un vacío más profundo. Entonces, resulta tentador refugiarse en el mundo de los sueños y perderse en el juego de la propia fantasía. Y seguir buscando -en ese mundo de ciencia-ficción- nuevas cosas que devorar y consumir.

Cuando el hombre se desliga de las realidades invisibles y trascendentes mucho más reales, a decir verdad, que las que se ven con los ojos y se palpan con las manos, pierde su horizonte y se pierde a sí mismo. Ya nada tiene sentido, ni la vida, ni el amor, ni el trabajo, ni el mismo divertimento. Y así se llega a la existencia gregaria, caprichosa, a nivel de tendencias inmediatas, de gustos y de sentimientos, y aun éstos superficiales. Ya no hay lugar siquiera para la desesperación, sino para la desesperanza.

Ahora bien, como la fe en Cristo, muerto y resucitado, afirma y proclama a todos los vientos, con una certidumbre oscura pero inviolable, que puede más la vida que la muerte, y el sentido más que el absurdo, Paul Ricoeur concluye: **"El cristiano es el enemigo del absurdo, el profeta del sentido. No por voluntad desesperada, sino reconociendo que este sentido ha sido atestiguado por los hechos que proclaman las Escrituras" (6) Y, de una manera especial, el religioso y la religiosa, por su especial radicalidad en la vivencia de su fe en Cristo, han de ser enemigos declarados del absurdo y profetas apasionados del sentido. La vida consagrada, en la misma medida en que es auténtica, es decir, en la medida en que es verdadero seguimiento evangélico de Jesús, configuración real con su modo histórico de existir y de actuar, es una fuente inagotable de irradiación de valores: sobre todo, de ese valor que es el sentido último de la vida y de todo lo que la vida lleva consigo.**

2. ¿Qué es la "vida espiritual cristiana"?

Karl Rahner, hablando de las perspectivas de la espiritualidad cristiana del futuro, con evidente sorpresa para los progresistas de turno, señaló "la experiencia del Dios incomprensible" como el rasgo más destacado e importante de esa espiritualidad. Afirmó textualmente: "La nota primera y más importante que ha de caracterizar a la espiritualidad del futuro es la relación personal e inmediata con Dios" (7).

El cristiano, y singularmente el cristiano-religioso, debe ser un testigo del Dios vivo, que ha experimentado, en la certidumbre inviolable aunque oscura de la fe, la realidad infinita de ese Dios incomprensible -siempre mayor-, como el verdadero horizonte de la propia existencia. Sólo se puede ser testigo fidedigno -convencido y convincente- desde una experiencia viva, personal e inmediata. En este campo, nadie puede suplir a otro, porque cada persona es irremplazable, y tampoco se puede vivir de herencia. Cada uno tiene que personalizar la fe, viviéndola en comunión con los demás, desde la propia identidad. Y porque Dios es incomprensible -no ininteligible-, no hay que pretender abarcarlo. Más bien, hay que dejarse invadir por él y sumergirse amorosamente en su absoluta infinitud.

Karl Rahner sacaba una primera y fundamental conclusión de su estudio sobre la espiritualidad cristiana del futuro: **"El cristiano del futuro o será un místico, es decir, una persona que ha experimentado algo, o no será cristiano"** (8). Y hablaba del descrédito de la palabra mística. Pero la consideraba como la más apta para definir la característica esencial de la espiritualidad cristiana.

Sabemos que la mística, en sentido propio, se caracteriza por el predominio de la acción de Dios sobre la acción del hombre. Y es un saber íntimo, profundo, experiencial, que nace de una relación personal e inmediata con Dios, que no es fruto del propio esfuerzo ni de los méritos propios, sino don gratuito y fruto del Espíritu Santo. Esta sabiduría (sápida scientia o "conocimiento sabroso"), ciencia impregnada de amor y amor consciente y lúcido supera infinitamente toda certidumbre racional y todo conocimiento simplemente humano. En la mística, Dios actúa desde sí mismo, y el hombre consiente en la acción de Dios, le deja hacer con entera libertad y se mantiene en docilidad activa al Espíritu Santo, que es el verdadero protagonista de la vida.

Cuando hablamos de vida espiritual, en sentido riguroso -y, sobre todo, en sentido teológico cristiano- no hemos de entender nunca el adjetivo espiritual en referencia explícita y directa a nuestro "espíritu", o sea, a nuestras facultades superiores, inteligencia y voluntad, sino siempre en referencia expresa e inmediata a la Persona del Espíritu Santo y a su actuación en nosotros. El Espíritu Santo es el agente primero y el gran protagonista de toda vida auténticamente espiritual cristiana. El Espíritu Santo es el verdadero ejercitante, en unos "ejercicios" que quieran ser verdaderamente "espirituales", porque es él quien que de verdad "ejercita": el que orienta, guía, conduce, lleva, enseña, mueve y transforma. Y nosotros hemos de ser los ejercitados, dejándonos ejercitar por él, acogiendo su acción y consintiendo activamente en ella. Sólo de ese modo seremos verdaderos hijos de Dios y nos comportaremos como tales. "En efecto, dice san Pablo, todos los que son guiados (se dejan guiar) por el Espíritu de Dios son hijos de Dios" (9).

En consecuencia, la disposición fundamental del que quiere vivir una vida espiritual cristiana es la docilidad activa al Espíritu Santo: dejarse enseñar, mantenerse en actitud de alma abierta, dispuesto a todo, sin prejuicios, con sinceridad profunda, con limpieza de corazón, con hambre y sed de justicia, es decir, con deseo incontenible de descubrir y de hacer la voluntad de Dios, sin miedo a sus posibles exigencias.

Las expresiones vivir en Cristo y vivir en el Espíritu son, pues, sinónimas: traducen el mismo contenido y definen la misma realidad. Y las dos condensan toda la doctrina de san Pablo (10). Cristo, en virtud de su resurrección gloriosa, inició un nuevo modo de ser. Desde su carne, ya glorificada y espiritual y, a través de ella, Cristo es Espíritu vivificante para nosotros (Cf. 1 Cor 15,45). Es nuestra vida: principio de nuestro ser y de nuestro obrar cristianos. Y lo es de una manera permanente: por su presencia habitual y por su continua acción santificadora en nosotros, por medio de su Espíritu. Cristo, por esta presencia y acción vivificante, nos introduce en sí mismo, nos incorpora a su Cuerpo, nos vivifica con su misma vida, y nos lleva al Padre. De este

modo, convertidos en hijos del Padre por una participación real de su propia filiación divina y mariana, somos ya ciudadanos del Reino futuro y pertenecemos -en calidad de hijos- a la Familia de Dios que es la Trinidad (Cf. Ef 2, 19). Nuestra vida es, en el sentido más fuerte de la palabra, una vida cristiana, porque es la misma vida de Cristo en nosotros, su filiación divina y mariana realmente participada e incorporada a nuestro ser. Y es vida esencialmente espiritual, porque nace del Espíritu y está permanentemente animada, sostenida y vivificada por el Espíritu Santo. Conviene recordar que espíritu -con minúscula- no se contrapone a cuerpo, sino a carne, en el sentido paulino de las palabras. En consecuencia, espiritual no se opone a corporal, sino a carnal. Carne, para san Pablo, es no sólo lo sensible, sino también lo racional. O, más exactamente, el hombre entero, el ser humano varón o mujer pero en cuanto afectado por el pecado y dominado por él, en cuanto replegado egoístamente sobre sí mismo y en cuanto se convierte en protagonista de su propia vida y de su misma salvación. Es toda la realidad personal del hombre, en cuanto que éste tiende a vivir desde sí mismo y para sí mismo, guiándose exclusivamente por su lógica racional o por sus sentidos, y pretende salvarse por sus propios recursos personales. En cambio, espíritu es también el hombre entero -el mismo ser humano-, pero en cuanto se deja transformar, vivificar y guiar por el Espíritu Santo. Por consiguiente, con una nueva lógica, con una nueva mentalidad, con criterios distintos y siguiendo una ley nueva que contrasta abiertamente con la ley de la carne.

El Espíritu Santo se nos comunica vitalmente a través de la Humanidad gloriosa y vivificante de Cristo, y se convierte en principio animador de nuestra vida desde dentro de nosotros mismos. Por eso, la vida cristiana y espiritual consiste, por nuestra parte, en dejar hacer activamente a Cristo y a su Espíritu en nosotros, hasta que ellos 'nos vivan' desde sí mismos. Lo verdaderamente nuestro no es tanto 'hacer' cuanto 'consentir en la acción' del Espíritu Santo y de Cristo en nosotros, y permitir que ellos sean los agentes primeros y lleven siempre la iniciativa en nuestra vida. Cuando dejamos hacer a Cristo y a su Espíritu, manteniéndonos nosotros en docilidad activa, ellos obran en nosotros maravillas, porque ya no están condicionados por nuestros límites, sino que actúan desde sí mismos, con entera libertad. Y en esto consiste propia y esencialmente la vida espiritual cristiana, la vida sobrenatural, que es rigurosamente divina. Nuestra actitud no es mera "pasividad", sino "pasión". Ya no es propiamente ascesis, sino mística.

Sin el Espíritu, la vida 'cristiana' deja de ser verdaderamente cristiana, porque ya no es una vida en Cristo y desde Cristo; y deja de ser también verdaderamente espiritual, porque no es una vida en el Espíritu y desde el Espíritu. Y la moral se hace una moral de esclavos. Sin embargo, con el Espíritu Santo, la vida es de verdad cristiana y espiritual, tomados estos adjetivos en su sentido más riguroso y profundo: Porque Cristo y el Espíritu son de verdad los auténticos protagonistas de esta vida, y el hombre -la persona humana, varón o mujer- se deja guiar, 'vivir' y vivificar por Ellos, alcanzando, de este modo, la más alta cumbre de la humanización y de la divinización.

3. Para un "Proyecto personal de Vida Espiritual" (11)

Un proyecto de vida espiritual tiene que ser de verdad sencillo. Cuanto más sencillo, mejor. Debe centrarse -y ayudar a centrarnos- en lo absolutamente esencial, en lo decisivamente importante y nuclear, desde donde podamos vivirlo todo de forma coherente y unitaria.

Uno de los más graves peligros que tenemos en nuestra vida espiritual es mirarnos demasiado a nosotros mismos. En consecuencia, nos examinamos minuciosamente, con el buen pretexto de conocernos mejor y de poder corregir nuestros numerosos defectos. De este modo, sutil y peligrosamente, nos convertimos en nuestro propio centro, y no cesamos de girar en torno al eje de nosotros mismos. Por eso, vivimos muchas veces literalmente descentrados. Y es que nuestro centro verdadero no somos nosotros, sino Dios o, más exactamente, Jesucristo. Y sólo estando centrados en él, está de verdad centrada toda nuestra persona y toda nuestra existencia.

Se ha olvidado que lo importante y lo verdaderamente urgente y decisivo no es tanto conocerse a sí mismo, cuanto conocer de verdad a Cristo, hasta dejarse cautivar y transformar por él; y que, además, conocer de veras a Jesús es la única fuente del verdadero autoconocimiento, ya que sólo en él y desde él podemos llegar a conocer de verdad lo que realmente somos y lo que tenemos que ser. Con la ventaja de que este autoconocimiento en Cristo, porque está logrado desde el auténtico conocimiento de Jesucristo, no lleva nunca a la desesperación y ni siquiera al desaliento, sino a poner el acento mucho más en él que en nosotros: a vivir desde él y a dejar que sea él nuestra vida. Jesús mismo, si vivimos en comunión y en amistad con él, nos contagia sus actitudes vitales. Él es, personalmente, la mejor escuela de aprendizaje de todo lo verdaderamente humano y cristiano.

Por otra parte, es fácil y doloroso comprobar que uno de los rasgos más negativos de la cultura actual, que tiene las más graves y dolorosas consecuencias prácticas para la vida humana, para la vida cristiana -y también para la vida consagrada-, es la visión reduccionista del hombre. Lo espiritual, muchas veces, se reduce a lo psíquico; lo psíquico, a lo biológico; lo biológico, a lo químico; y lo químico, a lo simplemente mecánico. De este modo, se deteriora y hasta se altera radicalmente la imagen del hombre, se la despersonaliza y deshumaniza, se la reduce, en última instancia, a un ser material, a una máquina más o menos perfecta y complicada, y, en definitiva, a una cosa, a un simple objeto, que se puede manejar y explotar despiadadamente, sin mayor escrúpulo, como una pequeña pieza de una gigantesca máquina.

La única manera de 'simplificar' también definitivamente nuestra vida, es vivir a Cristo o, mejor aún, **dejarnos vivir por Cristo**. Hasta que podamos decir con la misma verdad del apóstol: "Mi Vida es Cristo" (Flp 1,21). ["Mi proyecto de vida es la Persona viva y vivificante de Jesús"]. El proyecto personal, si es lo que debe ser, se convierte en un instrumento verdaderamente útil al servicio de esta simplificación.

María Moliner entiende, primeramente, el vocablo proyecto como sinónimo de plan, y lo define con estas palabras: "Idea que se tiene de algo que se piensa hacer y de cómo hacerlo" (12). Implica, por tanto, tener una idea suficientemente clara de lo que se quiere y se pretende -fin, meta, objetivo-. Conocerlo no sólo con cierta aproximación -más o menos-, sino con bastante rigor, e incluso con la mayor exactitud posible. Porque sólo entonces se puede tener o elaborar un plan estratégico, que ofrezca garantía, en orden a alcanzarlo. Saber a dónde se quiere ir, es condición indispensable para encontrar el recto camino.

En cambio, no tener una meta clara o un objetivo preciso, desorienta irremediablemente, y hace que se pierda el interés por el posible camino que hacia allí conduce. Porque no se trata propiamente de huir de donde se está, de escapar, sino de ir a algún lugar. Y es la meta la que determina fundamentalmente el camino que se ha de seguir para alcanzarla. El hombre es un ser viajero -homo viator-, alguien que está de paso, siempre en camino, un ser itinerante, un nómada, un romero y un peregrino. Si bien, muchas veces -sobre todo en el mundo actual- el hombre, más que viajero, parece un fugitivo: corriendo siempre y siempre con prisas.

Sin saber a dónde se va -o se tiene que ir- no es posible saber el camino. Así lo entendió el apóstol Tomás cuando le dijo a Jesús: "Señor, no sabemos a dónde vas, ¿cómo podemos saber el camino?" (Jn 14,5).

Para caminar, sin el doloroso riesgo de equivocar el sendero, de fatigarse inútilmente o de alejarse cada vez más del término, es, ante todo, preciso tener bien clara la meta hacia la que uno quiere dirigirse. Y, si se trata -como en nuestro caso- de la vida espiritual, hay que partir de una comprensión adecuada de lo que es esencialmente la vida espiritual auténtica, y no confundirla con determinados aspectos, más o menos accesorios, secundarios o marginales de la misma. Esta comprensión no puede darse nunca por supuesta. Hay que ponerla siempre de nuevo ante los ojos para que ocupe siempre el primer plano de la conciencia. Y, para ello, hay que volver una y otra vez sobre ella, recordándola, es decir, **"dándole vueltas amorosamente en el corazón"**, hasta que se convierta en una verdadera mentalidad. Juan Pablo II ha hecho una llamada apremiante a todos los religiosos y religiosas a cuidar y a cultivar la auténtica vida espiritual cristiana:

La vida en el Espíritu tiene obviamente la primacía -en la formación permanente- (VC 71). "La vida espiritual, entendida como vida en Cristo, vida según el Espíritu, es como un itinerario de progresiva fidelidad, en el que la persona consagrada es guiada por el Espíritu y conformada por Él con Cristo, en total comunión de amor y de servicio en la Iglesia. Todos estos elementos, calando hondo en las varias formas de vida consagrada, generan una espiritualidad peculiar esto es, un proyecto preciso de relación con Dios y con el ambiente circundante, caracterizado por peculiares dinamismos espirituales y por opciones operativas que resaltan y representan uno u otro aspecto del único misterio de Cristo... **La vida espiritual, por tanto, debe ocupar el primer lugar en el programa de las Familias de vida consagrada, de tal modo que cada Instituto y cada comunidad aparezcan como escuelas de auténtica espiritualidad evangélica... Lo que puede conmover a las personas de nuestro tiempo, también sedientas de valores absolutos, es precisamente la cualidad espiritual de la vida consagrada que se transforma así en un fascinante testimonio"** (VC 93).

Hermann Schalück, Ministro General de la Orden de los Frailes Menores, hablando de los desafíos y de las perspectivas que hoy se nos presentan a los religiosos y religiosas, señala la Pasión por Dios: "Apasionados por Dios" (13): **"Es fundamental que nuestras comunidades sean lugares de experiencia de Dios.** En la visión puramente histórica o sociológica, este aspecto podría verse relegado. Sin embargo, pienso que en la época post-moderna no existe nada más importante para la vida consagrada que la opción por el Dios vivo. La calidad de la vida espiritual y de nuestra concepción de la vida tiene que tener la prioridad absoluta sobre todos los "proyectos". Sin una cultura de vida espiritual en la memoria contemplativa construimos sobre arena todos nuestros proyectos. El "hacer" tiene que subordinarse a la centralidad de la experiencia de fe en Dios, en el Dios vivo" (14).

Y la comisión teológica de la unión de Superiores Generales (USG) acaba de ofrecernos una buena síntesis-conclusión: "En nuestra espiritualidad se sintetizan vivencialmente las instancias evangélicas y carismáticas de la vida consagrada, en su referencia al Espíritu de Jesús" (15).

3.1. Actitud fundamental: Sentido de la gracia

Lo primero que ha de caracterizar un proyecto personal de vida espiritual cristiana es una actitud básica, fundamental, que presida, rija, oriente y acompañe toda la vida, como una mentalidad o un primer y permanente dato de conciencia, hasta convertirse en un verdadero estilo.

La actitud más fundamental e imprescindible para una auténtica vida espiritual cristiana es **el sentido de la gracia**, si se entiende adecuadamente esta expresión. El "sentido" es una especie de connaturalidad, de actitud o disposición habitual, que brota de dentro, casi sin esfuerzo, y que acompaña siempre y gozosamente a la persona. Es una convicción profunda y estable, que ha dejado de ser simple conocimiento especulativo para convertirse en experiencia vital. El auténtico sentido cristiano o evangélico no consiste en tener del cristianismo o del evangelio un conocimiento muy notable o poco menos que exhaustivo. Se puede ser especialista y profesional del evangelio o del cristianismo y, sin embargo, carecer del auténtico sentido evangélico o cristiano. Este consiste -esencialmente- en el sentido de la gracia o de la gratuidad, que suscita el sentido de la gratitud.

"¡Todo es gracia!". Todo lo bueno es gratuito. No es conquista nuestra. Nos llega de otra parte, nos viene amorosa y desinteresadamente de Dios, sin mérito alguno nuestro. "¡Todo es gracia!". Porque todo es amor gratuito de Dios hacia nosotros; porque la gracia de Dios está al principio y es la base de todo su comportamiento con los hombres. Por eso, si todo es gracia, deberíamos dar gracias por todo, y el sentido de la gratitud debería presidir y regir toda nuestra vida.

Se ha distinguido acertadamente entre el hecho religioso universal y el hecho específicamente cristiano; o, mejor, entre religión y evangelio. En la religión, todo parte del hombre: es suya la iniciativa. Es el hombre el que intenta agradar a Dios, rendirle culto, tenerle propicio o pedirle favores. Por el contrario, en el evangelio, -en el hecho religioso específicamente cristiano-, todo parte de Dios. Es Dios quien toma y quien tiene siempre la iniciativa; quien, por puro amor y en absoluta libertad, decide crear al hombre y establecer con él una alianza; quien reanuda esa misma alianza, una vez rota por el pecado; quien se acerca amorosamente al hombre para salvarle y quien le otorga todos los dones que posee.

El evangelio es gracia, pura gracia: buena noticia, que ni se inventa ni se merece, sino que se recibe agradecidamente. La buena noticia del amor personal, gratuito y entrañable de Dios, revelado, manifestado y demostrado en Jesucristo. **Convertirnos es cambiar radicalmente de mentalidad, renunciar a nuestra lógica pagana -según la cual somos nosotros los sujetos de los grandes verbos- para adoptar la lógica extraña del Reino -en la que Dios es siempre el agente primero-, dejar de ser nosotros los protagonistas de nuestra propia vida, reconociendo y aceptando el protagonismo absoluto de Dios en ella. Y creer en el evangelio es creer con fe inquebrantable en Jesucristo, que es la manera histórica de creer en el amor que Dios nos tiene. En esta lógica evangélica, ya no ponemos tanto el acento en nuestro amor a Dios cuanto en su amor a nosotros.** Un agudo sentido de la gracia nos ha hecho comprender y hasta experimentar sabrosamente que el amor que Dios nos tiene no es sólo anterior a nuestro amor, sino también causa y principio del amor con que nosotros podemos amar. "En esto consiste el amor -nos recuerda Juan-: no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó primero y nos envió a su Hijo como propiciación por nuestros pecados... Nosotros amamos porque él (Dios) fue el primero en amarnos" (1 Jn 4,10.19).

Dios nos ama. Y quiere que nosotros lo sepamos. Por eso y para eso, se nos ha revelado como Amor en Jesucristo, y en él nos ha dado la máxima demostración de su Amor. De ahí que nuestro fundamental quehacer, nuestro deber primero -y también primer derecho- sea creer en el amor de Dios y dejarnos amar por él. Sabiendo, por otra parte, que -en buena lógica de amistad- creer en el amor de una persona, es la mejor manera de amarla; y que dejarse amar es la mejor y más eficaz pedagogía para aprender amar de verdad.

3.2. Núcleo vivo: Roca o arena

Teniendo en cuenta las reflexiones anteriores, se puede proponer un pequeño y elemental proyecto de vida espiritual, sencillo y práctico, sin complicaciones, que nos ayude a vivir cada día con renovado espíritu, sin caer nunca en la peligrosa rutina o en la fácil dispersión.

Se necesita un núcleo vivo. Un eje diamantino en torno al cual gire toda la existencia. Un centro ordenador de la vida entera. Un pilar firme e inmovible que sostenga todo lo que somos y todo lo que hacemos. Una columna de bronce o un cimiento de roca que dé solidez y consistencia a nuestro edificio personal.

Ahora bien, sólo una verdad dogmática, un misterio de fe, en el pleno y riguroso sentido de la palabra, reúne las condiciones necesarias para centrar y orientar definitivamente nuestra persona y nuestra vida. Los dogmas cristianos son una realidad viva y vivificadora. **No son sólo un don para la inteligencia, sino un don para toda la persona, es decir, para la vida.**

Desde esa realidad viva y dinámica -desde ese concreto dogma cristiano- hay que organizar y vivir todo lo demás, en forma coherente y armónica, hasta que la vida sea de verdad vivencia, o sea, una experiencia intensa, vibrante, profunda y duradera, que se incorpora a la propia psicología y llega a formar parte irrenunciable de la propia personalidad. Todo cobra un nuevo sentido desde ese núcleo vivo. Todo alcanza su verdadera unidad y su exacta perspectiva. Ya nada está disperso ni es fuente de dispersión. Todo brota de un centro único y todo converge en él. No se trata, pues, -como alguien pudiera creer apresuradamente- de prescindir de las llamadas virtudes, como si fuera posible una auténtica vida espiritual sin ellas. Se trata, más bien, de una cuestión pedagógica: ¿Qué sentido tienen esas virtudes, cómo hay que entenderlas y desde dónde hay que vivirlas? Buscarlas por sí mismas o concentrar en ellas la atención, ¿no sería destruirlas en su misma razón de virtud, es decir, literalmente desvirtuarlas?

Edificar la propia casa sobre arena es una gravísima imprudencia y hasta una verdadera temeridad. Por eso, es también una insensatez. La arena carece de estabilidad y de firmeza y no sirve de cimiento, ya que no puede dar lo que ella misma no tiene. Sólo la roca -la roca viva- ofrece seguridad y consistencia. Y en edificar sobre ella consiste la verdadera sabiduría y la prudencia verdadera. La Persona de Jesús -su vida y su palabra- es la única Roca inmovible, capaz de sostener cualquier edificio y de resistir frente a todos los posibles vendavales. "Todo el que oiga estas palabras mías -advirtió el mismo Jesús- y las ponga en práctica, será como el hombre prudente que edificó su casa sobre roca: cayó la lluvia, vinieron los torrentes, soplaron los vientos, y embistieron contra aquella casa; pero ella no cayó, porque estaba cimentada sobre roca. Y todo el que oiga estas palabras mías y no las ponga en práctica, será como el hombre insensato que edificó su casa sobre arena: cayó la lluvia, vinieron los torrentes, soplaron los vientos, irrumpieron contra aquella casa y cayó, y fue grande su ruina" (Mt 7,24-27).

Todo, fuera de Jesús, es arena movediza e inconsistente, incapaz -por tanto- de servir de verdadero fundamento para la vida. Y, menos aún, para una vida que pretende ser de verdad espiritual y cristiana. Sin embargo, parece que no pocos cristianos, e incluso no pocos religiosos, fundamentan muchas veces su existencia en lo que no es nuclearmente cristiano y espiritual -tomando estas dos palabras en su sentido más riguroso-. Porque no la fundamentan en Cristo y en el Espíritu, sino, más bien, en algunas virtudes o en determinadas prácticas de piedad, en ejercicios ascéticos o en una serie de devociones, en la adhesión intelectual a unos dogmas o a unas verdades teológicas que no comprometen realmente la vida ni le dan su pleno sentido, en un comportamiento moral basado más en actos que en actitudes vitales.

3.3. Estilo de vida

El carisma de un Instituto religioso es una experiencia del Espíritu Santo (Cf. MR 11), que consiste, a su vez, en una real y progresiva configuración con Jesucristo en una dimensión de su misterio, hasta el punto de convertir a quien lo recibe y a quien lo vive, en testigo y testimonio para la Iglesia y en la Iglesia, -y, en definitiva, para todos los hombres- de esa dimensión (Cf MR, 51 b). De este modo, la Iglesia entera recibe un nuevo saber experiencial e incluso una verdadera explicitación, en evolución homogénea, de un dogma concreto.

El carisma, por tanto, que constituye y define el ser y el quehacer, la identidad teológica y la misión de un instituto religioso, es también una espiritualidad. Porque implica y crea una manera de ser y una manera de actuar, una "forma de santificación y de apostolado", es decir, un verdadero estilo (cf MR 11); y en eso consiste precisamente la espiritualidad.

El año 1950, el profesor Martimort se servía de la palabra **estilo** para definir o describir una espiritualidad: "Una espiritualidad, decía, es una teología meditada y vivida hasta el punto de crear un estilo de vida" (16). Seis años más tarde, Pío XII, hablando del mismo tema de la espiritualidad, empleó la expresión "particular manera de...", que equivale concretamente a la palabra estilo. En este sentido, decía: "La espiritualidad de un santo es su manera particular de representarse a Dios, de hablar de él, de caminar hacia él, de tratar con él. Cada santo ve los atributos de Dios a través de aquello que más medita, que más profundiza, que más le atrae y le conquista. Una particular virtud de Cristo es para cada santo el ideal al que es preciso tender, mientras que todos los santos -más aún, toda la Iglesia- tratan de imitar a Cristo entero" (17).

El documento conjunto de las Congregaciones romanas para los Obispos y para los Religiosos e Institutos Seculares, Mutuae Relationes, promulgado el 14 de mayo de 1978, adoptó también la palabra estilo para hablar del carisma de un Instituto, de su índole propia y de su modo peculiar de ser y de vivir. **"La índole propia, dice, lleva además consigo un estilo particular de santificación y de apostolado, que va creando una tradición típica, cuyos elementos objetivos pueden ser fácilmente determinados" (MR, 11).** Conviene recordar y tener siempre en cuenta que los diversos estilos en la vida espiritual no obedecen a un capricho o a un afán de singularidad, como algunos han pensado, sino a la riqueza intrínseca de los dogmas cristianos, a los distintos impulsos y gracias del Espíritu Santo, a la vocación personal de cada uno en la Iglesia y también a la diversidad psicológica de cada persona. Estos diversos estilos no rompen la unidad fundamental, porque son todos coincidentes en su más honda sustancia.

3.4. Doble formulación

La Persona viva y vivificante de Jesucristo es el verdadero centro ordenador de toda existencia cristiana, que merezca realmente este nombre. Cristo es ese núcleo vivo, que lo condensa y resume todo, desde donde es posible vivir todos los contenidos de la vida espiritual y todas sus reales exigencias, de forma coherente y unitaria. Puede ofrecerse, no obstante, una doble formulación o descripción del contenido básico y de la realidad fundamental que constituye esta vida espiritual cristiana:

- **Amistad personal con Jesucristo, y**
- **Comunión viva con las Tres Personas Divinas.**

En esto consiste y aquí radica la esencia misma y el mejor contenido de la vida espiritual cristiana. Una realidad descrita con dos fórmulas distintas, pero que se implican y se explican mutuamente. Porque Jesús nos revela y nos comunica siempre al Padre y al Espíritu y hace entrar en comunión viva -en koinonía- con ellos. Más aún, Jesús es el lugar natural de nuestro encuentro personal con el Padre y con el Espíritu Santo. Y en la Santísima Trinidad, nos encontramos necesaria y explícitamente con la Persona de Jesús.

3.4.1. Amistad personal con Jesucristo

En la Amistad personal con Jesucristo, se pone el acento en la Segunda Persona de la Trinidad y precisamente en cuanto Encarnada. Su Humanidad juega un papel decisivo e insustituible. Es la única fuente de vida para nosotros. Por eso, bajo ningún pretexto podemos prescindir de ella. Nos quedaríamos, como dice gráficamente santa Teresa, "en el aire" (18), sin raíces, y sin fundamento alguno.

Se trata de una Amistad que inicia el mismo Jesús y que garantiza con su propia Fidelidad. Por eso, desde nosotros se traduce en dejarnos amar, en creer en su Amor personal, gratuito y entrañable, que son las tres características de la misericordia bíblica y, en definitiva, del verdadero amor. Como en toda amistad verdadera, se trata de vivir "desde el Amigo", poniendo mucho más el acento en él que en nosotros, y apoyándonos infinitamente más en su Fidelidad que en la nuestra. Más aún, hemos de estar convencidos de que nuestra fidelidad consiste en apoyarnos en su Fidelidad inquebrantable. Hemos de saber y reconocer -que es conocer refleja y agradecidamente, de una manera experimental y sabrosa- que él es Fiel, como recuerda San Pablo, incluso cuando nosotros somos infieles, porque no puede negarse a sí mismo (cf 2 Tim 2,13). "Vosotros sois mis amigos... No os llamo ya siervos, porque el siervo no sabe lo que hace su amo; a vosotros os he llamado amigos, porque todo lo que he oído a mi Padre os lo he dado a conocer. No me habéis elegido vosotros a mí, sino que yo os he elegido a vosotros" (Jn 15,14-16).

Sabemos que la amistad se define como amor recíproco entre personas, y que su ejercicio específico es la confianza. La amistad es una comunión y una comunicación al nivel mismo del ser de las personas que se aman. Cada una ama a la otra por razón de ella

misma, a fondo perdido, sin buscar nada a cambio, gratuitamente, por la sencilla razón de que es ella. Ni siquiera la ama por sus cualidades. La ama simplemente por amor. Ya que el amor es razón última de sí mismo. Y así nos ama Dios.

El Concilio nos ha recordado que "el hombre es la única criatura terrestre a la que Dios ama por razón de ella misma" (GS 24). Y su Amor, anterior al nuestro, es también causa de nuestro propio amor. "En esto consiste el amor, no en que nosotros hayamos amado a Dios, sino en que él nos amó primero y nos envió a su único Hijo" (1 Jn 4,10). Y el mismo Juan añade: "Amamos nosotros, porque él fue el primero en amarnos" (1 Jn 4,19).

3.4.2. **Comunión viva con las Tres Personas Divinas**

En la comunión viva con las Tres Personas Divinas, se pone el acento en la inhabitación, es decir en la real presencia de la Santísima Trinidad dentro de nosotros. Las Tres Personas Divinas, el Padre, el Hijo y el Espíritu Santo, están en nosotros y en todas las cosas, y de una manera íntima y permanente, creando y sosteniendo nuestro mismo ser y el ser de todo cuanto existe. Todo lo invade y lo penetra todo con su infinita presencia creadora. Nada se oculta a sus ojos y nada ni nadie escapa a su acción. Dios está en todas las cosas, pero, sobre todo, de una manera especial y particularmente intensa, en el hombre, en quien él dejó su propia imagen y semejanza (cf Gn 1,26-27), y no sólo su huella, como en las demás criaturas del universo.

Por eso, hemos de buscarle y contemplarle "en todo y en todos" (DCVR, 1). Hemos de buscarle y encontrarle principalmente en nosotros mismos, sumergiéndonos en nuestra propia intimidad, en la raíz última de nuestro ser, sabiéndole más íntimo a nosotros que nuestra misma interioridad. Pero Dios no sólo está, sino que habita en nosotros, con todo el sentido íntimo y familiar del verbo habitar. **El verbo habitar es un verbo cálido, lleno de resonancias familiares y hogareñas. Habla de encuentro y de relaciones profundas, de comunión y de comunicación interpersonal y, sobre todo, de amor.**

Dios-Trinidad habita realmente en nosotros y establece en nosotros su morada. Y nosotros habitamos realmente en Dios-Trinidad. La inhabitación es recíproca, cuando se trata de personas. Jesús afirma: "Si alguno me ama..., mi Padre le amará y vendremos a él y estableceremos nuestra morada en él" (Jn 14,23). Y san Pablo añade: "(Dios) no se encuentra lejos de cada uno de nosotros, pues en él vivimos, nos movemos y existimos" (Hch 17, 26-27). La presencia de Dios-Trinidad en nosotros es transformadora y vivificante. Nos estructura por dentro.

Las Tres Personas Divinas viven en nosotros su propia vida, vida esencialmente familiar, hecha de conocimiento y de amor, de entrega recíproca, de infinita comunión, es decir, de Amistad. Pero Dios no sólo vive en nosotros, sino que nos vivifica, haciéndonos realmente partícipes de su misma vida divina y trinitaria. De este modo, podemos amar con su mismo amor y conocer con su mismo conocimiento, aunque de forma participada, por nuestra condición de criaturas. Amamos y conocemos al estilo mismo de Dios. Nuestra vida es, pues, rigurosa y formalmente divina y trinitaria.

Las Tres Personas Divinas se nos dan -cada una desde su peculiaridad, desde su ser personal inconfundible e irrenunciable- y nos renuevan interiormente, obrando en nosotros una verdadera transformación ontológica y moral. Aunque la obra de nuestra divinización sea común a las Tres Personas, es, al mismo tiempo, propia de cada una, porque cada una la realiza desde la propiedad divino-personal que la constituye y la define. Dios nos introduce vitalmente dentro de sí mismo. Pero no como meros espectadores o como turistas que están de paso, como simples peregrinos, sino como conciudadanos de los santos y como domésticos suyos. San Pablo nos recuerda: "Ya no sois extraños ni forasteros, sino conciudadanos de los santos y familiares de Dios" (Ef 2,19). Pertenecemos de veras a la Familia de Dios. Somos hijos del Padre. Hijos en el único Hijo que el Padre tiene, por una real participación de su filiación sustantiva. Hijos del Padre en el Hijo por la acción vivificante del Espíritu Santo.

Por nuestra parte, todo el ejercicio de nuestra vida espiritual cristiana consiste en reconocer este Misterio: conociéndolo reflejamente, cayendo de verdad en la cuenta, siendo cada día más plenamente conscientes de lo que es y de lo que supone para nosotros, adentrándonos en nuestro mundo interior para vivir en adoración y en alabanza, y para dejarnos amar creyendo en el Amor gratuito, personal y entrañable de Dios-Trinidad. **Y este ejercicio explícito es la esencia misma y la práctica de la verdadera oración.**

"Aprendan a vivir -recomienda el Concilio a los seminaristas- en trato familiar y asiduo con el Padre por medio de su Hijo Jesucristo en el Espíritu Santo" (OT 7). Desde este núcleo vivo, convertido en eje diamantino y en centro ordenador de toda la existencia, es no sólo posible, sino hasta sencillo -nada complicado-, vivir todo lo demás, y vivirlo unitariamente, sin dispersión de fuerzas y sin el menor peligro de desviación, y con verdadera elegancia de espíritu. Todo cobra sentido y unidad, y todo se ilumina desde aquí. Las acciones todas, las más humildes y las más elevadas, reciben de aquí su definitivo valor. Ya nada resulta trivial o indiferente, porque se ha convertido en un verdadero acto litúrgico.

Tanto en la Amistad personal con Jesucristo, como en el Misterio de la Inhabitación de la Santísima Trinidad, aparece explícitamente la persona de María Virgen. Más aún, Ella nos centra y nos concentra en el Misterio de Jesús y en el Misterio de la Trinidad. Y crea en nosotros sus mismas actitudes y disposiciones interiores, sus estados espirituales: fe, amor, esperanza, adoración, docilidad, apertura, disponibilidad, etc. Crea en nosotros, si se lo permitimos, la doble actitud del fiat y del magnificat: de la adhesión incondicional al querer de Dios y de la alabanza agradecida.

3.5. **Filiación (divina y mariana) y Fraternidad**

La amistad personal con Jesucristo es y supone una progresiva e ininterrumpida configuración con Él, hasta llegar a una verdadera identificación. **Hasta ser, como María, una pura capacidad de Jesús, llena de Jesús.** Esta amistad implica vivir toda nuestra vida -nuestra relación con el Padre y nuestra relación con los hermanos- desde Jesús. Hasta que sea de verdad él quien viva en nosotros (cf Gal 2,20). De modo que, cuando Cristo esté plenamente formado en nosotros y nosotros hayamos llegado a su madurez y alcanzado su estatura, seremos de verdad nosotros mismos. **Nuestra máxima identidad personal consiste en**

parecernos realmente a Jesucristo, en quien hemos sido pensados y queridos desde siempre, en quien hemos sido creados y recreados, y cuya imagen tenemos que reproducir en nosotros (cf Rm 8,29). La identidad de una imagen consiste en parecerse realmente al modelo original. Por eso, cuanto más se parece a su modelo, es más verdaderamente ella misma. Y, cuanto más se diferencia y se separa de él, más se ha perdido o deteriorado en su propia identidad, pudiendo llegar incluso a una completa alienación o alteración. Jesús es perfectamente él mismo, porque es la Imagen perfecta y cabal del Padre y la impronta de su ser. "Él es imagen del Dios invisible", "resplandor de su gloria e impronta de su sustancia" (Hb 1,3). Por eso, Jesús mismo pudo decir: "El que me ha visto a mí, ha visto al Padre" (Jn 14,9).

Y nosotros, pensados, queridos y creados en Jesús en orden a reproducir su imagen, salvamos nuestra más genuina identidad y, en consecuencia, somos de verdad nosotros mismos en la misma medida en que nos vamos pareciendo realmente a Jesús, por una verdadera configuración con él. De ahí que, en esta lógica de pensamiento, nos haya recordado el Concilio que "el que sigue a Cristo, Hombre perfecto, a sí mismo se hace más hombre [et ipse magis homo fit]" (GS 41). **La auténtica realización del hombre -su verdadera humanización y divinización- consiste en la "cristificación".**

Este proceso de configuración con Jesús no es tanto obra nuestra cuanto obra del Espíritu Santo en nosotros. Porque es el Espíritu Santo quien en nosotros interioriza a Cristo, quien le va haciendo crecer en nosotros y quien nos configura realmente con él en sus actitudes vitales, haciéndonos vivir sus mismos estados interiores y asimilar sus mismos sentimientos y su mentalidad. El Espíritu Santo nos hace, en Jesús, Hijos del Padre e Hijos de la Virgen Madre, y se une a nuestro propio espíritu para hacernos saber -que es una manera de conocer impregnada de amor y transida de vital y gozosa experiencia- nuestra filiación divina y mariana. Bajo el impulso de este Espíritu, nos dirigimos a Dios con agudísima conciencia filial y con increíble osadía, llamándole Abbá, que significa literalmente Papá.

Con idéntica conciencia filial y con la misma audacia, nos impulsa a dirigirnos a María, sabiéndola y llamándola Immáh, es decir, Mamá. Somos los hijos pequeños de Dios, como acostumbra a llamarnos el evangelista Juan, empleando siempre que se refiere a nosotros el vocablo griego teknon -en plural, tekna, que sirve para designar al hijo o a los hijos, pero precisamente en cuanto menores, en cuanto niños- para distinguirnos de Jesús, que es el Hijo -con artículo, con mayúscula y en singular-, el Hijo Mayor y Primogénito entre muchos hermanos. Somos también los hijos pequeños, es decir, los niños de María Virgen. Y hacia ella suscita el mismo Espíritu Santo una inefable ternura filial, que no puede en manera alguna confundirse con el mero sentimiento y, menos todavía, con el sentimentalismo.

María Virgen, enteramente dócil al Espíritu, a él del todo subordinada y en comunión viva con él, es también principio activo de configuración con Cristo. Su Maternidad espiritual no consiste sólo en engendrarlos en su único Hijo, incorporándonos al Hijo único que ella tiene, o en engendrar en nosotros a Cristo, sino en educarnos y en formarnos, configurándonos progresivamente con él. Esta Maternidad es un proceso que dura toda nuestra vida y que sólo concluirá con nuestro alumbramiento a la gloria del cielo, en la resurrección. Mientras tanto, María sigue actuando maternalmente en nosotros y está en nosotros en constante e ininterrumpido ejercicio de su Maternidad, hasta que logre que su Hijo esté plenamente formado en nosotros, según la expresión de san Pablo (cf Gal 4,19) y, en consecuencia, seamos ya plenamente Hijos de Dios e Hijos suyos, es decir, seamos ya plenamente Jesús para el Padre y para Ella.

La docilidad activa al Espíritu Santo, agente primero en nuestra real configuración con Jesucristo, se convierte en activa docilidad a María Virgen, máximo instrumento del mismo Espíritu en toda obra de santificación y de salvación, es decir, de cristificación. Y la docilidad a María es la mejor forma de docilidad al Espíritu. La Santísima Virgen, como ya hemos recordado, vivió en tan plena docilidad al Espíritu Santo, que ha llegado a ser para nosotros modelo y principio activo de esa misma docilidad. Nos impulsa con su ejemplo a vivir en esta permanente actitud y la va creando e intensificando en nosotros, en la misma medida en que la dejamos actuar con libertad. Este proceso de configuración con Jesús se traduce y expresa en las dos actitudes fundamentales que él vivió y que resumen su vida entera: **Filiación para con el Padre y para con la Virgen Madre, y en Fraternidad para con todos los hombres.**

Toda la vida cristiana y espiritual se reduce, en última instancia, a estas dos actitudes vitales: filiación y fraternidad. Vivir como hijos y vivir como hermanos. Porque la filiación condensa y resume todos los derechos y todos los deberes que tenemos con respecto a Dios y con respecto a la Virgen María. Y la fraternidad resume y condensa también todos nuestros deberes y derechos con respecto a los hombres. Todas las llamadas virtudes son expresiones, exigencias y formas de esa filiación y de esa fraternidad. Y así deberían ser presentadas siempre.

Creer en esta doble dimensión, es ir creciendo en configuración real con Cristo y en docilidad a su Espíritu, es decir, en vida cristiana y en vida espiritual. Las virtudes teologales -fe, esperanza y caridad-, así llamadas porque relacionan al hombre con Dios de manera directa e inmediata, y que contienen en sí mismas todas las demás virtudes cristianas, no son más que las actitudes propias de un hijo y de un hermano, y constituyen, definen y expresan todo su comportamiento y su estilo de vida. La filiación y la fraternidad, entendidas y vividas en todas sus implicaciones y exigencias morales, lo comprenden y abarcan absolutamente todo, hasta el punto de que ya nada queda fuera de su ámbito. Por eso, se convierten en denominador común y en fermento de toda la vida, capaz de transformarla y de vivificarla por dentro.

3.6. Pequeñas orientaciones prácticas

Cuando hablo de "pequeñas orientaciones prácticas", me refiero a elementales consejos y a sencillas tácticas -pobres, como la trama misma de la vida-, al alcance de cualquiera, y que pueden ser útiles si se emplean adecuadamente. Se trata de algunos medios o modos -que ni siquiera merecen el nombre solemne de método- que pueden resultar verdaderamente provechosos, con tal de que se respete siempre su naturaleza propia de modos y de medios y no se les convierta nunca en un fin.

A veces, tiene uno la impresión de que las personas, en el fondo, buscan consejos difíciles y complicados; quizás con el secreto e inconsciente deseo de no verse obligadas a ponerlos en práctica, escudándose precisamente en que son complicados y difíciles. Por eso, experimentan una especie de desencanto o una cierta desilusión cuando alguien les da consejos sencillos y orientaciones exentas de toda complicación. Creen que, de ser así, todo resultaría demasiado fácil, y desconfían del valor y de la eficacia de tales orientaciones y consejos. Y, en consecuencia, no los toman en serio ni los ponen en práctica. Entonces, ni siquiera han tenido la oportunidad de comprobar por sí mismas si son o no eficaces y valiosos. De hecho, los rechazaron sin haberlos ensayado.

3.6.1. El primer momento del día

Conviene dar mucha importancia al primer momento del día. Este momento es interesante, desde el punto de vista psicológico y desde el punto de vista espiritual. El primer momento de cada jornada, si se vive con intensidad y en plenitud de consciencia, puede ejercer un gran influjo positivo en el resto del día. Puede dar un poco el tono y señalar el talante y la actitud vital con que se va a vivir la jornada entera. Es capaz de crear una disposición fundamental, cuya virtud perdure a lo largo del día, e imprimir una especie de ritmo a la vida. **Por eso, cuidar este momento es la mejor manera de comenzar cada jornada, y garantizar, en gran medida, la calidad y densidad de nuestra vida espiritual durante ella. Por otra parte, sabemos que Dios ama las primicias.**

Convertir en ofrenda explícita el día entero -alegrías, penas, ocupaciones, preocupaciones, problemas, etc.-, anticipando en este primer acto todo lo que se va a vivir después, es convertirlo todo en oración y en sacrificio. Para ello, bastan unos segundos. Y, en ellos, realizar un acto de ofrecimiento con la máxima intensidad de espíritu. Sin una fórmula determinada, para evitar la posible rutina. Y procurar que sea nada más despertar. En el instante primero en que se cobra conciencia de sí mismo. Condensar en esa ofrenda toda la vida. Y, con paz interior, intentar vivir todo lo demás desde el impulso creado por ese acto primero.

3.6.2. Momento presente

Vivir el momento presente -vivir en presente- centrados y concentrados en lo que estamos haciendo, es la única manera de vivir realmente. Porque el momento presente es el único tiempo verdadero, pues el pasado ya no existe y el futuro no existe todavía. Y si el futuro llega un día a existir, será entonces presente. Hay que evitar perderse en recuerdos -viviendo de nostalgias- o en proyectos, viviendo de ensueños o de ilusiones.

Se trata de vivir cada ocupación o quehacer, e incluso cada circunstancia concreta, como una expresión de la voluntad de Dios. De este modo, podemos comulgar a Dios en cada uno de esos acontecimientos, grandes o pequeños, de nuestra vida; porque acoger la voluntad de Dios es acoger en nosotros a Dios mismo, ya que él se identifica con su propia voluntad, y donde está y se expresa su voluntad, está él en persona. En este sentido, las diversas circunstancias de la vida son como unas especies sacramentales, que nos permiten acoger y recibir en nosotros a Dios, realizando y cumpliendo su voluntad. Una joven que murió a los veinte años, mientras preparaba sus oposiciones para el ingreso en la Universidad, escribía en sus notas personales: "El momento presente es el pan y el vino, las especies bajo las cuales recibimos a Dios".

No hay que vivir nada provisionalmente, como un puro trámite, esperando simplemente que pase y que llegue otra cosa u otra ocupación. Más bien hay que vivir cada instante con el fondo del alma, sin ninguna dispersión y sin dar pábulo a la fácil distracción, concentrando todas las energías en lo que estamos haciendo, evitando perdernos en abstracciones o en sueños y evadirnos de la realidad. De este modo, la vida adquiere la máxima densidad humana y espiritual, y se alcanza una gran unificación interior, que hace rendir más en el trabajo y que libera del cansancio psíquico y de la fatiga mental.

3.6.3. Oración diaria y lectura contemplativa de la Palabra

La verdadera oración no es un simple medio de vida espiritual, sino la misma vida espiritual en ejercicio. Nada expresa tanto el sentido dinámico de la vida espiritual cristiana como la oración. La oración no es tanto una acción nuestra cuanto una acción del Espíritu Santo en nosotros. Él es principio y garantía de nuestra oración. Nosotros, desde nosotros mismos, no sabemos orar como conviene, ni pedir lo que nos conviene. Pero el Espíritu viene en ayuda de nuestra ignorancia y de nuestra debilidad y ora en nosotros con gemidos inefables y, por eso, nuestra oración es verdaderamente cristiana y espiritual (cf Rm 8,26).

Hay que dar la máxima importancia práctica a la oración de cada día. Y no confundirla nunca con oraciones o rezos, con meditación o con la simple lectura espiritual. La oración, en su esencia más honda y en su más genuina autenticidad, es dejarse amar, o sea, creer en el Amor de Dios manifestado y demostrado en la Persona viva y vivificante de Jesús, consentir activamente en ese Amor, acogerlo en gozoso reconocimiento, dejarse mirar amorosamente, etc. Todas éstas son fórmulas sinónimas, porque dicen y expresan realmente lo mismo. Y fórmulas sinónimas son también, aunque no lo parezcan a primera vista, las siguientes: tratar de amistad ("tratar de amistad... con quien sabemos nos ama", dice santa Teresa (19)); comunión viva con las Tres Personas Divinas dentro de nosotros, que es el misterio de la inhabitación trinitaria; ejercicio de las tres virtudes teologales, fe, esperanza y caridad o, más sencillamente, ejercicio de fe viva; conciencia y ejercicio de filiación y de fraternidad, sabiéndonos hijos de Dios y de María y hermanos de todos los hombres; diálogo con Dios, escuchándole y manteniéndonos abiertos a su Palabra, a su acción y a su

Amor. (Esta oración puede, a veces, hacerse por escrito, a manera de diario espiritual, siempre que no se reduzca a hablar con nosotros mismos o con alguien distinto del mismo Dios. Este método puede facilitar mucho la atención interior y exterior y, por tanto, la concentración de toda la persona).

La lectura contemplativa y la escucha de la Palabra son fuente viva y permanente de oración y de auténtica vida espiritual cristiana. Por eso, tiene especial interés la reciente exhortación de Juan Pablo II: "Es necesario, en particular, que la escucha de la Palabra se convierta en un encuentro vital, en la antigua y siempre válida tradición de la lectio divina, que permite encontrar en el texto bíblico la Palabra viva que interpela, orienta y modela la existencia" (NMI 39). Sólo siendo de verdad oyentes de la Palabra, podremos ser verdaderos servidores de esa misma Palabra.

3.6.4. Espíritu de oración

La oración propiamente dicha, cuando es auténtica, crea necesariamente una actitud y hasta un clima espiritual que envuelve a la persona a lo largo del día y que la mantiene en estado de oración. No es preciso -y muchas veces no será posible- que el recuerdo sea explícito y permanente. Basta la llamada intención virtual, que nos está moviendo de hecho a actuar, aun sin darnos cuenta expresamente de ello en cada momento. De todos modos, cuando el amor es grande y la amistad es intensa, el recuerdo del amigo se hace cada vez más frecuente, pacífico y gozoso, y acompaña suavemente en todo cuanto uno hace. Es una forma viva de comunión y de presencia.

Fray Juan de los Ángeles, recogiendo la mejor tradición mística, dice que el recuerdo -o la memoria- es el pulso del amor, porque tanto se recuerda cuanto se ama, pues el recuerdo está en proporción directa del amor. "Si el pensar es ver... y la memoria el ojo con que se ve lo que se ama..., el que tiene siempre fijo el pensamiento en Dios, está siempre viendo a Dios... Un sabio dijo que la memoria es el pulso del amor, porque tanto más veloz, agudo y continuo anda el pensamiento... cuanto más crecido su amor... A poco amor, hay poca memoria; y a mucho, mucha; y a ninguno, ninguna" (20).

Y, en otra parte, el mismo Fray Juan escribió: "Algunos sabios llamaron -a la memoria- tesorera de lo que mucho amamos; y otros, pulsación del amor, que siendo pequeño es pequeña y siendo grande es perpetua, y donde no hay no se siente" (21). Los frecuentes actos de amor o actos de fe en el amor de Dios y en su presencia, por medio de introversiones, oraciones, jaculatorias o aspiraciones amorosas pueden mantener vivo el recuerdo y la comunión con la Santísima Trinidad, aun en medio de las más diversas ocupaciones. De este modo, la persona vive habitualmente en presencia de Dios, sin especial esfuerzo. Y esta conciencia de presencia, lejos de distraerla de sus responsabilidades y quehaceres, le ayuda a centrarse en ellos y a realizarlos con mayor esmero y perfección, viviendo primorosamente lo vulgar y poéticamente la prosa de la vida, con elegancia de espíritu.

3.6.5. Una mística de la acción

Contemplación y acción constituyen un solo y mismo ideal de vida. Consagración y misión no son dos realidades distintas, sino una sola y misma realidad. La entrega total a Dios es entrega total a los hombres, aun en el caso de que no existiera una particular actividad benéfico-asistencial. Y cuando esta actividad existe, debe entenderse como proyección dinámica, como expresión visible de la total consagración de uno mismo. El Concilio advirtió oportunamente que, en los Institutos llamados apostólicos o de vida apostólica, "la acción apostólica y benéfica pertenece a la naturaleza misma de su vida religiosa" y que, por lo mismo, "toda la vida religiosa de sus miembros ha de estar imbuida de espíritu apostólico, y toda la acción apostólica ha de estar informada de espíritu religioso" (PC 8).

La unión y comunión viva con Dios en Jesucristo es la raíz última de toda verdadera acción en servicio de los hombres. Pero, a su vez, esta acción, cuando es verdaderamente apostólica, es principio y raíz de contemplación y de viva unión con Dios. Ya no hay dos vidas, sino una sola. Ya no hay dicotomía, sino unidad e integración vital. Porque ya no es una acción principalmente ascética, en cuanto realizada desde nosotros mismos; sino verdadera y propiamente mística, porque la realizan Jesús y su Espíritu en nosotros y desde nosotros. Y nosotros consentimos activamente en esa acción. Es, por tanto, una acción mística o una mística de la acción.

Hasta el 12 de agosto de 1980, en que se promulgó el documento Dimensión contemplativa de la vida religiosa (DCVR), el magisterio de la Iglesia sólo había insistido en la oración-contemplación y en la unión con Dios como fuente y principio de la acción apostólica. Sin poner de relieve que también la acción, cuando es de verdad apostólica y mística, y no una simple actividad nuestra, se convierte en fuente y principio, en raíz viva de unión con Dios y es contemplación y oración integral.

Aquí radica y en esto consiste la identidad teológica y la espiritualidad propia de la vida religiosa apostólica. No se trata ya sólo de ser "contemplativos en la acción". Se trata, más bien, de ser "místicos de la acción" o, si se quiere, hombres y mujeres "de la acción mística".

El documento antes citado preguntaba qué tipo de acción puede considerarse como propia de la vida religiosa. Y respondía: "No se trata, para el religioso y la religiosa, de una acción cualquiera. El Concilio habla de "acción apostólica y caritativa" (PC 8), originada y animada por el Espíritu Santo. Tan sólo una acción de este género cabe dentro de la naturaleza misma de la vida religiosa, en cuanto constituye un ministerio sagrado y una obra particular de caridad que han sido confiados a los religiosos por la Iglesia y han de ejercitarse en su nombre" (DCVR 4).

En el mismo documento, se añadía: "La naturaleza misma de la acción apostólica y caritativa encierra una riqueza propia que alimenta la unión con Dios... El ser conscientes de esta realidad hará que religiosos y religiosas santifiquen de tal modo sus

actividades que éstas se conviertan en fuente de comunión con Dios... Por otra parte, la valorización de la espiritualidad apostólica concreta del propio Instituto ayudará aún más a percibir la riqueza santificante contenida en todo ministerio eclesial" (DCVR 6).

En la instrucción Orientaciones sobre la Formación en los institutos religiosos (PI), del 2 de febrero de 1990, hay todo un apartado que lleva este título: "Una vida unificada en el Espíritu Santo". En él, se recuerda que el amor a Dios y al prójimo es infundido en los corazones por el Espíritu de Dios, "que es Espíritu de unidad, de armonía y de reconciliación, no sólo entre las personas, sino también en el interior de las mismas" (PI 17). Por eso, se afirma que los religiosos y las religiosas "no deberían experimentar división... entre la consagración a Dios y el envío al mundo" (ib.).

El ejemplo histórico de Cristo, que vive enteramente para el Padre (filiación) y para los hermanos (fraternidad), es decir, para el Reino, en donación total de sí mismo, como único proyecto de vida, sin posible dicotomía, es la clave para resolver definitivamente este problema y conseguir esta verdadera y necesaria unidad. En la amistad personal con Jesucristo, se alcanza esta unidad de vida, pues se aprende a vivir como vivió él: en filiación para con Dios y, a la vez e inseparablemente, en fraternidad para con los hombres.

El verdadero apóstol es, por su misma naturaleza, un enviado. En consecuencia, no puede realizar nunca su misión desde sí mismo -como si fuera autónomo o independiente-, sino que tiene que salvar siempre su propia condición esencial de enviado, que es la comunión viva con Cristo -que es quien le envía-, y la absoluta dependencia de él. Así vivió Jesucristo con respecto al Padre.

La acción que merece de verdad el calificativo de apostólica -conviene repetirlo, para no correr el riesgo de olvidarlo- no proviene nunca del apóstol, sino de Cristo y de su Espíritu, de su gracia y de su impulso salvador. Cristo mismo es quien actúa salvadoramente en su enviado y a través de él. Él es siempre el protagonista: el que enseña, el que santifica y el que fortalece por medio de su mensajero. Por eso, el verdadero apóstol es alguien que actúa siempre desde Otro, desde Cristo y desde su Espíritu, porque les deja obrar con entera libertad a través de su propia acción, consintiendo y cooperando activamente con Ellos. **El verdadero apóstol es, por lo tanto, un contemplativo en la acción. O, dicho con mayor rigor teológico y con una fórmula realmente certera y sugerente, un místico de la acción.**

No estará de más repetir -para recordar- que, en la mística, se da siempre un predominio de la acción de Dios sobre la acción del hombre. Mientras que, en la ascética, se da el predominio de la acción del hombre sobre la acción de Dios. Sólo habrá, pues, acción mística, cuando el verdadero protagonista de esa acción sea Dios -Cristo o su Espíritu, a los que está especialmente asociada la Virgen María-.

Son, a este respecto, especialmente significativas y de la máxima actualidad las afirmaciones literales del citado documento (PI):

"He aquí por qué la vida de un religioso o de una religiosa no debería experimentar división ni entre el fin genérico de su vida religiosa y el fin específico de su instituto, ni entre la consagración a Dios y el envío al mundo, ni entre la vida religiosa en cuanto tal, por una parte, y las actividades apostólicas, por otra. No existe concretamente una vida religiosa en sí a la que se incorpora, como un añadido subsidiario, el fin específico y el carisma particular de cada instituto. No existe, en los institutos dedicados al apostolado, un camino de santidad ni de profesión de los consejos evangélicos, ni de vida dedicada a Dios y a su servicio, que no estén intrínsecamente ligados al servicio de la Iglesia y del mundo... El servicio al prójimo no divide ni separa al religioso de Dios. Si está animado por una caridad auténticamente teologal, este servicio cobra valor de servicio a Dios. Y se puede también afirmar con razón que "el apostolado de todos los religiosos consiste, en primer lugar, en el testimonio de su vida consagrada" (can. 673)" (PI 17).

La vida religiosa apostólica no tiene que buscar su espiritualidad en la vida monástica -aunque existen elementos esenciales que son comunes a ambos estilos de vida- sino en su propia y original identidad.

3.6.6. Eucaristía y Liturgia de las Horas

La Eucaristía es la acción y el acontecimiento más importante de la vida espiritual cristiana. Porque es una acción y un acontecimiento estrictamente personal de Jesús. El mismo renueva y actualiza, con nosotros y para nosotros, el misterio de su vida, pasión, muerte y resurrección gloriosa. Nos asocia a su ofrenda e inmolación al Padre, y nos une vitalmente consigo y entre nosotros en la comunión sacramental.

Hay que vivir la Eucaristía cada día, anteponiendo su celebración y la participación activa en ella a cualquier otra acción comunitaria o personal. Y la actitud fundamental que es preciso adoptar es la de reconocimiento, si entendemos esta palabra en su significación original y completa. Re-conocer significa conocer de nuevo, cayendo en la cuenta, siendo plenamente conscientes; y significa también agradecer, expresar gratitud. Reconocer equivale, por tanto, a caer en la cuenta agradecidamente. Y esto es justamente lo que tenemos que hacer al celebrar la Eucaristía: estremecernos de asombro y dejarnos invadir por ese temblor sagrado que inspira la fe cuando es realmente viva, y poner el alma entera, con la máxima conciencia, en el misterio que se celebra. La Eucaristía es una realidad tan densa y rica de contenido que sólo necesita, por parte nuestra, una actitud de auténtico reconocimiento, que es fe, esperanza, amor, alabanza, acción de gracias, súplica y adoración.

La Eucaristía, en cuanto sacrificio y en cuanto sacramento -que prolonga y expresa el mismo sacrificio- es el centro vivo y el corazón mismo de una comunidad religiosa y de toda persona que quiera vivir seria y comprometidamente su vida cristiana y espiritual.

La Liturgia de las Horas, como oración personal de Cristo en la Iglesia y con la Iglesia entera, debe tener también muy especial relieve en la vida de todo creyente, sobre todo del creyente sacerdote o religioso. La Liturgia de las Horas no puede ser simplemente un rezo, aunque se realice con verdadera dignidad. Tiene que ser una auténtica celebración, con todo lo que esto significa.

La Liturgia no es una evocación de acontecimientos que pertenecen al pasado, sino la actualización y renovación, para nosotros y con nosotros, del Misterio de Cristo. La Liturgia actualiza místicamente para nosotros, celebra con nosotros y nos presenta este Misterio en tres ciclos fundamentales: Epifanía, Pascua y Pentecostés, que son tres dimensiones de una misma realidad. O, dicho de otra manera: Encarnación, Redención, Iglesia. Toda la vida espiritual cristiana y especialmente la vida consagrada debe ser liturgia viva. Por eso, ha de desarrollarse siempre al ritmo del año litúrgico. Y, por eso, en comunión permanente con la vida de la Iglesia. (Convendría recordar, con respecto a la vida religiosa, la profunda afirmación del Código: "De este modo, el religioso consuma la plena donación de sí mismo, como un sacrificio ofrecido a Dios, por el cual toda su existencia se convierte en un culto continuo a Dios en amor" [can. 607,1]).

3.6.7. Una sinfonía en múltiples "claves"

La vida espiritual pudiera compararse a una bella y melodiosa sinfonía. Una sinfonía que abarca y comprende toda nuestra existencia humana y cristiana, y que ha de ser interpretada en todas las posibles y numerosas claves musicales, si queremos captar toda su armonía.

La trama ordinaria de la vida -de la vida humana y de la vida espiritual cristiana- está tejida de pequeños deberes, de ocupaciones y preocupaciones corrientes, de acontecimientos vulgares y de quehaceres monótonos. Surge, por eso, con frecuencia la tentación -sutil y peligrosa- de evadirse de la prosaica realidad para perderse en sueños poéticos, que resultan más atractivos y placenteros. De este modo, se falsea la vida y ya no se vive de verdad. Más bien, se sueña, y se sueña despierto, que es la manera más peligrosa de soñar.

Hay que ser realistas. Aunque no se debe olvidar que el ideal y la utopía, lejos de ser una simple quimera o una llamada a la evasión, es un elemento integrante -un componente esencial- y una dimensión constitutiva de la realidad. La verdadera utopía no es un bello sueño irreal e irrealizable, sino una meta que arrastra y que impulsa con su fuerza, desde arriba y desde dentro de nosotros mismos, y que actúa como fermento dinámico en el hombre y en la sociedad.

La vida espiritual cristiana es asombrosamente rica y densa de contenido. Por eso, es literalmente inagotable. Nunca en ella se toca fondo. Se puede -y se debe- ir profundizando día a día en la misma sin interrupción. Le esperan a uno siempre, si tiene paciencia, nuevos descubrimientos y horizontes insospechados. Por eso, no es posible el aburrimiento ni la rutina, cuando se vive en cierta profundidad. Pero es justamente necesario, para ello, vivir en esa cierta profundidad. Y el método consiste en ir ahondando siempre y cada vez más en lo mismo, en esa viva e inexhausta realidad, que es cualquiera de los dogmas cristianos, como, por ejemplo, el misterio de la inhabitación de la santísima Trinidad y la amistad personal con Jesucristo.

Se trata de ir caminando cada vez hacia mayores profundidades, pero siempre en la misma línea, sin desviaciones y sin rodeos, sin gastar energías ni perder tiempo ensayando otros posibles senderos, que llevarían insensiblemente a la dispersión y, en definitiva, a la superficialidad.

Una de las tentaciones más frecuentes en la vida espiritual y también de las más perniciosas, porque no suele figurar siquiera en la lista de las normales tentaciones, es el cansancio. Porque es fácil cansarse de intentar vivir siempre lo mismo. Resulta monótono y poco divertido y, en consecuencia, se busca afanosamente el cambio, como una forma de alivio. Y son muchas las personas que ceden a los primeros embates de esta tentación. Por eso, no profundizan en nada. Cambian constantemente. Viven al ritmo caprichoso y voluble de la moda. No echan nunca raíces. Son frívolas. Se quedan en la superficie de las cosas, sin llegar a su hondura. Buscan y siguen, con adolescente entusiasmo, nuevas orientaciones y nuevos caminos de vida espiritual. Se apuntan a todos los métodos, con tal de que sean nuevos o recién estrenados. Su profesión parece la búsqueda de novedades. No se cansan de pedir consejos, con la secreta e inconsciente esperanza de encontrar, en el cambio, un alivio a su cansancio y a su aburrimiento.

Pero hay que advertir también que intentar vivir siempre lo mismo, aunque sea buceando cada vez a mayor hondura, suele traer consigo el grave peligro de la rutina. Lamentablemente, las personas somos capaces de acostumbrarnos a todo, en el peor sentido de la palabra costumbre. Perdemos el respeto sagrado a las cosas, incluso a las cosas más sagradas. Y la vida, entonces, pierde vibración y elegancia y cae en la mediocridad.

Es preciso vencer la tentación del cansancio y evitar el peligro de la rutina. Pero, ¿cómo lograrlo? Conviene recordar que cada dogma cristiano encierra en sí la mayor riqueza y, al mismo tiempo, la mayor novedad. Es, como he dicho, literalmente inagotable. Tiene y ofrece todo un mundo de nuevas perspectivas y de horizontes nuevos, que se van descubriendo a medida que nos adentramos en él por medio de la fe vivida y pensada. Por eso, su comprensión y, sobre todo, su vivencia, son, para nosotros, fuente inagotable de una auténtica y misteriosa sorpresa, que hace ya imposible la rutina y el cansancio.

Antes he comparado la vida espiritual con una sinfonía, que puede ser interpretada en distintas "claves" musicales, y que ha de interpretarse en cada una de ellas, si se quiere captar toda su armonía interior. Estas claves, referidas a los dogmas cristianos que se pretenden vivir, son diversas actitudes personales, que ayudan a descubrir perspectivas diversas y complementarias en un mismo dogma, con distintas resonancias prácticas para la vida.

Sólo a título de ejemplo, y afirmando siempre y ante todo la plena libertad del espíritu, que no debe nunca dejarse agobiar por medios ni por métodos, se pueden sugerir algunas de esas posibles claves: paz, confianza, alegría, espíritu filial, espíritu fraterno, servicialidad, etc. Los ejemplos quieren servir sólo de orientación, para que cada uno pueda elegir o adoptar una u otra clave,

siempre de acuerdo con su personal necesidad y con el impulso del Espíritu Santo. Recordemos que es casi tan peligroso aferrarse escrupulosamente a una determinada práctica religiosa, como prescindir de todas ellas. En ambos casos, la persona no crece como debía en su vida espiritual.

3.6.8. Espíritu de conversión

La conversión, en sentido bíblico, es un cambio radical de la persona, es decir, un cambio de la persona desde sus mismas raíces. Y la raíz última de la persona es el amor y el pensamiento, es decir, la afectividad y la mentalidad. Cambiar de mentalidad y cambiar de corazón es, literalmente, convertirse. **Pero no hay que olvidar que la verdadera conversión evangélica no es un simple acto, que se realiza de una vez para siempre. Es un proceso ininterrumpido, que debe durar toda la vida. Porque nunca estamos del todo convertidos.**

La conversión es, fundamentalmente, un cambio interior, pero que afecta a todo el hombre: a su manera de pensar, de querer y de vivir. No es sólo un cambio de postura, sino un cambio de dirección. No es algo estático, sino dinámico, que repercute en la vida entera. Supone tomar conciencia del propio pecado, arrepentirse sinceramente de él, adherirse por la fe viva a la Persona de Jesús y caminar con Él.

"Negarse a sí mismo" es condición esencial del seguimiento de Cristo (cf Mt 16,24). La expresión "llevar su cruz" completa y precisa el significado y el alcance de la propia abnegación (cf Lc 9,23).

Hemos de insistir en el valor positivo de la abnegación cristiana. No es nunca una especie de inmolación estéril de nosotros mismos, sino una vigorosa afirmación de nuestra verdadera identidad. Pues, por medio de ella, nos vamos configurando realmente con Jesucristo. Y, en esa configuración real, consiste propia y esencialmente nuestra identidad verdadera. Somos nosotros mismos en la medida exacta en que nos parecemos a Cristo, pues consistimos precisamente en parecernos a él, o sea, en reproducir su imagen, como nos recuerda san Pablo (cf Rm 8,29).

La abnegación cristiana, por extraño que parezca, es la afirmación de nuestro ser en lo que tiene de semejanza con Dios, es decir, en lo que tiene de ser y de perfección, es decir, de parecido con Cristo, o sea, de cristiano. Algo de esto quería decir, sin duda, las palabras de Cristo: "Quien quiera salvar su vida, la perderá. Pero quien pierda su vida por mí y por el Evangelio, la salvará" (Mc 8,35).

Nuestra personal mortificación es cristiana cuando no es un puro y simple ejercicio ascético, que realizamos desde nosotros mismos, sino cuando es -y nosotros somos conscientes de ello- un ejercicio de Cristo en nosotros, o, si se quiere, la presencia activa de su Muerte, en la que hemos sido bautizados (cf Rm 6,3), que sigue obrando en nosotros y mortificando las raíces de pecado que en nosotros hay, incluso después del bautismo.

Los Sacramentos son acciones personales de Jesús, en la Iglesia y con la iglesia. Son las siete maneras normales de ponerse en contacto salvador con nosotros, ahora, la Humanidad ya glorificada de Jesús.

De todos los Sacramentos, el más necesario, como punto de partida, ya que es el nuevo nacimiento a la vida de la gracia, es el Bautismo. Pero el más importante de ellos, al que todos los demás se ordenan como a su fin, es la Eucaristía. La Eucaristía, como Sacrificio y como Sacramento -que prolonga el Sacrificio- no es sólo una acción de Jesús, sino Jesús mismo en Persona. La Eucaristía, en esa doble dimensión esencial, es el máximo Sacramento de la Reconciliación.

Además de este máximo Sacramento de la Reconciliación -de los hombres con el Padre y con la Iglesia y de los hombres entre sí-, que es la Eucaristía, reconocemos y vivimos el sacramento de la penitencia, confesión, reconciliación, cuyo sentido profundo hemos de recuperar, en nuestra vida espiritual cristiana, **como un momento fuerte en el proceso de conversión, de reajuste y de conformación de nuestra mentalidad y de nuestras actitudes vitales con la mentalidad y con las actitudes vitales de Jesús. Para ello, es preciso:**

- **Ejercitarse en la fe.** El sacramento de la reconciliación es una acción personal de Cristo.

Su Humanidad, ya gloriosa, se pone ahora en contacto salvador con nosotros por medio de este sacramento, para salvarnos, liberándonos de nuestro pecado. Es el mismo Jesús, personalmente, quien, a través del sacerdote -que actúa no sólo en su nombre, sino en persona suya-, nos perdona. Y su perdón nos llega de modo connatural a nuestra condición de espíritus encarnados, mediante el gesto y la palabra sacramental del sacerdote. Se trata de un encuentro personal con Jesucristo, que se realiza en el sacramento y se vive en la fe. Deberíamos acudir a esta cita con Jesús estremecidos de asombro y de alegría.

- **Avivar la conciencia de necesitar salvación.** El mayor pecado es creerse justo. Y la más grave de las enfermedades espirituales es creerse sano. No tener necesidad de salvación es no tener salvación. Por eso, la conciencia viva, e incluso gozosa, de no podernos salvar por nosotros mismos y, por lo tanto, de necesitar ser salvados gratuitamente por Jesús - que es el Salvador y la Salvación- es la mejor actitud y la condición más indispensable para la salvación. El dolor cristiano de los pecados no puede ser un dolor amargo, sino filial, porque debe estar transido de confianza en Dios, nuestro Padre, y de fe en su amor personal y en su perdón. Por eso, más que detenernos en examinar doloridamente nuestra conciencia

y en suscitar arrepentimiento y propósito de la enmienda en nuestro corazón, deberíamos alentar una conciencia suave y general de ser pecadores, que es lo que los antiguos llamaban espíritu de compunción. Y, mejor aún, avivar en nosotros la conciencia filial de necesitar salvación y alegrarnos de necesitarla, para que sea Jesús quien nos salve.

- **Confesar y renovar actitudes.** Más que actos concretos, se deberían confesar actitudes. (A no ser en el caso de que se tuviera en la conciencia algún pecado realmente grave o así llamado mortal). Mejor que presentar ante el confesor una lista -larga, minuciosa y detallada- de pecados o de defectos, que volveríamos a repetir inevitablemente, aunque nos confesáramos todos los días, sería confesar y, al mismo tiempo, renovar esas actitudes básicas de la vida cristiana, que son la filiación y la fraternidad. Estas actitudes encierran en sí todos nuestros deberes y derechos para con Dios y para con los hombres, y desgraciadamente, nunca las vivimos con la suficiente perfección y fidelidad. Por eso, siempre encontramos, con relación a ellas, materia suficiente de confesión -de arrepentimiento y de propósito de la enmienda- y de renovación espiritual. El sacramento de la reconciliación, así vivido, es un momento fuerte en el proceso de configuración con Jesucristo, en que consiste esencialmente la vida espiritual cristiana. Un momento fuerte por la densidad de contenido y por la intensidad de las actitudes que supone y que crea. Al decir penitencia o confesión, ponemos el acento en nosotros mismos y en nuestra propia acción; y, en definitiva, nos consideramos -con grave error- los protagonistas del sacramento. En cambio, al decir reconciliación, acentuamos la acción de Dios y reconocemos explícitamente su iniciativa y que es él quien de verdad nos reconcilia en Cristo y nos mueve a dejarnos reconciliar con él y por él (cf 2 Cor 18-20).

3.7. La dirección espiritual

La dirección espiritual -otros prefieren hablar de acompañamiento espiritual- es un medio global de crecimiento en el Espíritu y de configuración con Jesucristo. Un medio global, porque comprende todos los demás. Y especialmente eficaz. No debería intentarse suplantar y ni siquiera suplir este medio, tan tradicional en los caminos del Espíritu, por otros, aunque parezcan más modernos y estén más de moda. Lamentablemente, para muchos religiosos y religiosas, el nuevo director espiritual -y a sueldo- es el psicólogo o el psiquiatra. Y, lo que es más grave, cualquier psicólogo o cualquier psiquiatra.

La Congregación para los Religiosos e Institutos Seculares advirtió ya en 1980, hablando de la dimensión contemplativa de la vida religiosa:

"La dirección espiritual, en sentido estricto, merece recobrar su propia función en el desarrollo espiritual y contemplativo de las personas. De hecho, nunca podrá ser sustituida por métodos psíquicos o pedagógicos. Por eso, aquella dirección de conciencia, para la cual el PC 14 reclama la debida libertad, habrá de ser facilitada por la disponibilidad de personas competentes y cualificadas" (DCVR 11).

Diez años más tarde, la misma Congregación, en el documento Orientaciones sobre la formación en los Institutos religiosos, repitió, casi literalmente, las anteriores afirmaciones, reiterando la necesidad insustituible de la dirección espiritual para "el discernimiento de la acción de Dios, la guía del religioso en las vías divinas y la alimentación de la vida con una doctrina sólida y con la práctica de la oración" (PI 63).

La verdadera dirección espiritual tiene como fin iluminar, alentar, orientar, estimular, ayudar a discernir y hacer crecer humana y espiritualmente a la persona, mediante un acompañamiento cercano y personal. El director no puede, en ningún caso, suplantar y ni siquiera suplir a la persona interesada, ni asumir las responsabilidades que a ella le corresponden. Hacerlo así, sería condenarla a la perpetua adolescencia. Debe, por el contrario, ayudarle decididamente, con todos los medios a su alcance, a conseguir una recia personalidad integral, que se caracteriza por la recta independencia a nivel de pensamiento, de libertad y de amor. O sea, debe cultivar su espíritu crítico, su sentido de responsabilidad y, sobre todo, debe seguir y acompañar el proceso de orientación de su afectividad. El director espiritual debe ser y saberse un simple instrumento, y un instrumento enteramente dócil, del Espíritu Santo, que es el primero y, en realidad, el único Director. Por eso, ha de mantenerse en comunión viva con él, en total limpieza de alma, por medio de la oración, para poder secundar -sin interferencias- sus inspiraciones. La dirección o el acompañamiento espiritual tiene que centrarse, sin duda alguna, en la persona. Y el director tiene que ser alguien cercano, acogedor, dialogante; que inspire y dé confianza, sin exigirle nunca; que sepa comprender, sin necesidad de estar de acuerdo con las situaciones que se le presentan; alguien que cree firmemente -y que sabe comunicar esta fe y esta convicción- que en toda persona, aun en la más castigada por la vida y con experiencias más dolorosas y negativas, queda un fondo insobornable de libertad, que se traduce en una verdadera capacidad de reacción y en una posibilidad activa de cambio, ya que hay en su interior recursos suficientes -muchas veces en estado latente- para este cambio.

La comunicación personal -oral o escrita- debe ser frecuente y regular. Nunca debe pasar mucho tiempo sin mantener esta comunicación, sabiendo que la simple frecuencia y la regularidad ya producen efectos verdaderamente saludables, pues son una permanente invitación y un constante impulso a seguir adelante en un proceso de autosuperación. A cada persona -y en abierto diálogo con ella, a fin de descubrir lo que más le conviene o tal vez necesita- debería señalársele un plazo límite para esta comunicación, exigiéndole fidelidad al mismo. La seriedad de la dirección espiritual, por parte de la persona interesada, puede muy bien comprobarse por el cumplimiento o no de esta primera exigencia.

Síntesis del "Proyecto Personal"

1. Simplificar la vida

Es necesario -y urgente-, frente a tanta complicación, simplificar la vida espiritual, centrándola en lo esencial.

2. Vida espiritual cristiana

? Vida espiritual: vida en el Espíritu y desde el Espíritu.

? Vida cristiana: vida en Cristo y desde Cristo.

Docilidad activa: dejar hacer al Espíritu Santo y a Cristo en nosotros, consintiendo activamente en su acción.

3. Actitud fundamental: Sentido de la gracia

Sentido de la gracia. Primacía de la gracia... Creer en el Amor y dejarse amar: la mejor forma de amar y la más eficaz pedagogía para aprender a amar.

4. Núcleo vivo

Se necesita un núcleo vivo. Un eje diamantino, en torno al cual gire toda la existencia. Un centro ordenador de la vida entera, que dé sentido y unidad a todo lo que somos y a todo lo que hacemos... Roca y arena (cf Mt 7,24-27).

5. Un estilo de vida

Toda espiritualidad es un conjunto de rasgos y de actitudes que crean un comportamiento y un estilo: un modo de ser y de actuar... El carisma de un Instituto religioso es una experiencia del Espíritu Santo, que se expresa también en una espiritualidad.

6. Doble formulación

Hay una doble formulación o descripción del contenido básico y de la realidad fundamental que constituye la auténtica vida espiritual cristiana. Se trata de una sola y misma realidad, descrita con dos formulaciones distintas, que se implican y se explican mutuamente:

- Amistad personal con Jesucristo.
- Comunión viva con las Tres Personas Divinas.

7. Filiación (divina y mariana) y Fraternidad

Vivir estas dos actitudes básicas en progresiva configuración con Jesucristo, Hijo de Dios y de María Virgen, y Hermano de todos los hombres: Unigénito y Primogénito entre muchos hermanos.

8. Pequeñas orientaciones prácticas

- Primer momento del día: Convertir en ofrenda explícita el día entero, mediante un acto intenso de ofrecimiento, al iniciarse la jornada...
- Momento presente: Vivir presentes en el presente, poniendo el alma entera y la máxima atención en cada una de nuestras ocupaciones; sin perdernos ni en el pasado, ni en el futuro.
- Oración diaria y lectura contemplativa de la Palabra: Dar la mayor importancia, teórica y práctica, diariamente, a la oración y a la lectura contemplativa de la Palabra; salvar rigurosamente el tiempo dedicado a ella y, sobre todo, la calidad; entendiéndolas como dejarse amar, creer en el Amor, tratar de Amistad y saber escuchar, etc.
- Espíritu de oración: Vivir, a lo largo del día, en medio de las distintas ocupaciones y preocupaciones, en actitud y en estado de comunión viva con la santísima Trinidad, presente en nosotros.
- Una mística de la acción: Entrega a Dios y servicio a los hombres no son dos realidades, sino una sola. Consagración y misión constituyen un solo y mismo ideal de vida. La consagración religiosa se expresa dinámicamente en acción apostólica; y la verdadera acción apostólica es fuente y principio de contemplación y de comunión con Dios. La identidad teológica y la espiritualidad propia de la vida religiosa apostólica en la Iglesia es la mística de la acción: dejar actuar a Jesús y a su Espíritu a través de nuestra propia vida y acción...

- Eucaristía y Liturgia de las Horas: Celebrar la Eucaristía, en cuanto Sacrificio y en cuanto Sacramento, y la Liturgia de las Horas en actitud de reconocimiento (que implica caer en la cuenta agradecidamente), dejándonos asociar por Jesucristo a su Inmolación y a su Alabanza. Al ritmo del Año litúrgico.
- Una sinfonía en múltiples claves: Interpretar, cada día, la vida espiritual en una clave, sirviéndose de un posible lema, para ir descubriendo y viviendo las distintas perspectivas que ofrece un mismo misterio. De este modo, se evitan la dispersión y la rutina.
- Espíritu de conversión: Vivir en actitud permanente de conversión, es decir, de cambio de mentalidad, reconociendo la necesidad que tenemos de salvación, y dejándonos salvar por Jesús. Recuperar el sentido profundo del Sacramento de la Reconciliación, y celebrarlo como un encuentro salvador con Jesucristo.

9. La dirección espiritual

Tomar en serio la dirección espiritual, como un medio global -en cuanto comprende todos los demás- de crecimiento en el Espíritu y de configuración con Jesucristo.

Severino María Alonso cmf

NOTAS

- (1) Antoine de Saint Exupéry, Carta al General X, en "Obras Completas". / Espuglas de Llobregat (Barcelona) 1974, T. I, 1213-1219.
- (2) Id., *ibíd.*, 1214-1216.
- (3) Id., *Ibíd.*, 1217-1218.
- (4) Id., *Ibíd.*, 1218.
- (5) P. RICOEUR, Tareas de la comunidad eclesial en el mundo moderno, en "Teología de la renovación", Salamanca 1972, 1988200.
- (6) Id., *ibíd.*, 200.
- (7) K. RAHNER, Espiritualidad antigua y actual, en "Escritos de Teología", Madrid 1967, T. VII, 22.
- (8) Id., *ibíd.* 25.
- (9) Rm 8,14. San Pablo usa el verbo griego *ágo*, que significa conducir, guiar, regir, traer, llevar, mover, impulsar, actuar y también educar. Por su parte, el verbo latino *ago*, usado por la Vulgata, tiene significados muy similares: poner en movimiento, llevar hacia adelante, empujar, hacer avanzar, conducir, dirigir, etc. El verbo está en pasiva -*ágontai*, *aguntur*- y tiene al Espíritu Santo como ablativo agente. Las traducciones recogen distintos matices: "Todos los que son guiados por el Espíritu de Dios" (Biblia de Jerusalén, que añade este comentario: "Más que simple maestro interior, el Espíritu es el principio de una vida propiamente divina"). "Los que se dejan llevar por el Espíritu" (Cantera Iglesias). "Todos y sólo aquellos que se dejan llevar por el Espíritu" (Alonso Schökel). "Los que se dejan guiar por el Espíritu" (Martín Nieto). "Cuantos son llevados por el Espíritu" (Bover-O'Callaghan). "Cuantos se dejan conducir por el Espíritu" (Regina). El Espíritu Santo es principio agente, esencialmente activo, protagonista en esta "lucha" y primer actor en esta tarea de vida espiritual. Él es de verdad el Ejercitante y el Director de unos Ejercicios que merezcan, con razón, el calificativo de espirituales.
- (10) Cf Rm 8,2-18; Gal 5,16-18; 2 Cor 1,21-22; Ef 1,13-14; etc. Cf S. M^a ALONSO, Vivir en Cristo: El misterio de la existencia cristiana, Madrid 1998, 309333.
- (11) Cf S. M^a ALONSO, Proyecto personal de vida espiritual: Indicaciones elementales, Madrid 1997(4^a ed.).
- (12) M. MOLINER, Diccionario de uso del español, Madrid, 1982, T. II, vocablo proyecto, 873.
- (13) H. SCHÄLUCK, ¿Qué tipo de animación en las comunidades religiosas en los tiempos postmodernos en "UISG", 112(2000), 32.
- (14) Id., *Ibíd.*
- (15) Comisión Teológica de la Unión de Superiores Generales (USG), Dentro de la Globalización: hacia una comunión pluricéntrica e intercultural, 72: cf "Vida Religiosa", 90 (2001), 34.
- (16) G. A. MARTIMORT, La spiritualità del clero diocesano, Brescia 1950, 135.
- (17) PÍO XII, Alocución a los Terciarios Franciscanos, 1 de julio de 1956: AAS, 48 (1956), 575576.
- (18) Cf. SANTA TERESA DE JESÚS, Vida, 22,9.
- (19) Id., *Ibíd.* , 8,5.
- (20) FRAY JUAN DE LOS ÁNGELES. Diálogos de la conquista del espiritual y secreto Reino de Dios, NBAE, Madrid 1912, T. XX, Diálogo 10, párrafo 15, 151.
- (21) Id. Consideraciones espirituales sobre el Cantar de los Cantares, Lect. 11, art. 2, NBAE, Madrid 1917, T. XXIV, 276.
- (22) G. THILS, Santidad cristiana, Salamanca 1968 (5^a ed.), 537.
- (23) Cf. S. M^a ALONSO, Proyecto personal de vida espiritual: Indicaciones elementales, Madrid 1997 (4^a ed.), 5137.