

Serie 3

Reflexiones agustinianas sobre

ACTITUDES EN TIEMPOS DE CRISIS

ENRIQUE ARENAS MOLINA, OAR



© Universitaria Agustiniiana
© Editorial Uniagustiniana
© Enrique Arenas Molina, oar

Primera edición, 2022

ISBN (impreso): 978-958-5498-72-3

ISBN (digital): 978-958-5498-80-8

Colección *Reflexiones agustinianas sobre*

ISBN (impreso): 978-958-5498-69-3

ISBN (digital): 978-958-5498-75-4

Edición

Editorial Uniagustiniana

Campus Tagaste, Av. Ciudad de Cali n.º 11B-95

coor.publicaciones@uniagustiniana.edu.co

<https://editorial.uniagustiniana.edu.co>

Ruth Elena Cuasialpud Canchala, Coordinadora editorial y de difusión

Pablo Castellanos, editor asistente

Inti Alonso, diseño y diagramación de contenido

Éndir Roa, diseño de cubierta

Impresión y acabados, DGP Editores S.A.S.

Imagen de cubierta: George Maigret y Hieronymus Petri, *Iconographia magni patris Aurelli Augustini: Hipponensis episcopi, et ecclesiae doctoris excellentissimi*, 1624. Fuente: <https://digital.library.villanova.edu>

Impreso y hecho en Bogotá, Colombia. Depósito legal según Decreto 460 de 1995.

Derechos reservados conforme a la ley. Prohibida la reproducción parcial o total de esta obra, por cualquier medio o procedimiento, sin el permiso escrito de la Uniagustiniana.

Arenas Molina, Ramón Enrique

Reflexiones agustinianas sobre / Ramón Enrique Arenas Molina. -- Bogotá : Uniagustiniana, 2022.

v.

Contenido: v. 1. El doctor de la Iglesia -- v. 2. El cristianismo -- v. 3. Actitudes en tiempos de crisis -- v. 4. Educación y pedagogía -- v. 5. Innovación y liderazgo.

ISBN 978-958-5498-69-3 (obra completa) -- 978-958-5498-70-9 (v. 1) -- 978-958-5498-71-6 (v. 2) -- 978-958-5498-72-3 (v. 3) -- 978-958-5498-73-0 (v. 4) -- 978-958-5498-74-7 (v. 5)

1. Agustín, Santo, Obispo de Hipona, 354-430 - Vida religiosa 2. Vida espiritual - Iglesia Católica 3. Vida cristiana 4. Felicidad - Aspectos religiosos 5. Perdón - Aspectos religiosos I. Título

CDD: 204.4 ed. 23

CO-BoBN- a1089300

CONTENIDO

Dos claves del camino feliz	4
El perdón es la clave	30
El gozo en el hogar	63
Señor, aumenta nuestra fe	86
Acusar a los tiempos	119
Mostrar lo que otros ocultan	144

DOS CLAVES DEL CAMINO FELIZ

“La raíz se halla profundamente afianzada en tierra; en donde está nuestra raíz, allí está nuestra vida, allí está nuestro amor”
(s.1,3).

AMBIENTACIÓN

El auténtico sentido de la vida es la felicidad, una meta que en realidad es camino. Un reto tan significativo y de sentido común. El objetivo básico del ser humano debe ser vivir lo más feliz posible sin perjudicar la felicidad de los demás; porque algún día en cualquier parte, en cualquier lugar te encontrarás a ti mismo, y ésa, sólo ésa, puede ser la más feliz o la más amarga de tus horas; ya que la acción no siempre trae la felicidad, pero no hay felicidad sin acción.

Es fundamental que a pesar de los malos instantes que pueda darte la vida, valores aquellos más reales y luches por ellos, ya que solo así lograrás la felicidad plena en todo lo que haces, sintiéndote bien no solo con nuevas personas o con el medio que te asedia, sino más significativo, contigo mismo. Cuando uno se siente bien con aquello que hace y que piensa, tanto a nivel personal, como con el resto de seres queridos, empieza a ser feliz y a lograr todo por lo que ha combatido en esta vida y esta emoción es puramente asombrosa y muy agradable. Porque la felicidad depende de nosotros mismos.

Enfrentamos diversas situaciones de voluntad. Sólo el simple hecho de levantarse para ir a trabajar, cuando lo que uno desea es quedarse en el lecho un poco más, es una clara prueba de la imposición de nuestra voluntad consciente ante una situación: De superación personal.

Ordinariamente, tomamos muchas cosas y no le damos valor. Asiduamente ejecutamos acciones basadas en nuestra decisión personal, impulsadas por la fuerza de nuestra voluntad, pues no basta con conocer; es preciso saber (conf. 3,6).

Todo en la vida es cambio. El cambio es lo único que se salva-guarda en el universo. La gente suele tener una idea poco acertada de qué es la felicidad. No consiste en echarse flores a uno mismo, sino en permanecer fiel a unas ideas que beneficien a toda la so-ciedad. Nadie es feliz contra su voluntad (tr. 13,8).

Al diferenciar las Dos claves del camino feliz: superación per-sonal y la autoestima, reside en creer en lo que hace, superar los obstáculos que se presenten y disfrutar del camino, siempre con nuevos propósitos y objetivos, conservando la ilusión y la pasión. Nadie es bueno en su interior si actúa por la fuerza; aunque sea bueno lo que hace (conf. 12,9). Pues, si no custodiamos nuestra autoestima, no lograremos ser felices ni solos ni custodiados. Para lograr un equilibrio con nuestro entorno, primero debemos apren-der a respetarnos y a querernos nosotros mismos.

Hoy en día no se concibe la inteligencia emocional sin aten-ción plena, ni la atención plena sin inteligencia emocional. Cuan-do el camino se vuelve riguroso o inseguro, requerimos parar a tomar fuerzas; la mayor de las fuerzas está en tu interior: se llama confianza, en ti y en la vida. Sigue tu intuición y construye el ca-mino al andar, como describe, Antonio Machado, en su poema:

*Caminante, son tus huellas
el camino y nada más;
Caminante, no hay camino,
se hace camino al andar.
Al andar se hace el camino,
y al volver la vista atrás*

*se ve la senda que nunca
se ha de volver a pisar.
Caminante no hay camino
sino estelas en la mar.*

Permítanme comenzar este artículo **Dos claves del camino feliz**, con esta metáfora sobre “El águila y la tormenta”, para explicar nuestra actitud de vida:

“¿Sabías que un águila sabe cuándo una tormenta se acerca mucho antes de que empiece? El águila volará a un sitio alto para esperar los vientos que vendrán. Cuando llega la tormenta, extiende sus alas para que el viento las agarre y lo lleve por encima de la tormenta. Mientras que la tormenta esté destrozando abajo, el águila vuela por encima de ella. El águila no se escapa de la tormenta. Simplemente usa la tormenta para levantarse más alto. Se levanta por los vientos que trae la tormenta”.

Moraleja

1. Cuando las tormentas de vida nos vienen -y todos nosotros vamos a pasar por ello- podemos levantarnos por encima poniendo nuestras mentes y nuestra confianza hacia Dios. No son los pesos de la vida los que nos llevan hacia abajo, sino cómo los manejamos.
2. Las tormentas no tienen que pasar sobre nosotros. Podemos dejar que el poder de Dios nos levante por encima de ellas. Dios nos permite ir con el viento de la tormenta que trae enfermedad, tragedia, y demás cosas en nuestras vidas. Podemos volar sobre la tormenta.
3. Quiero recordar este proverbio que reza:

“Si quieres volar como el águila, no te rodees de pavos”. Si quieres aprender a volar como un águila, debes aprender de otras águilas, no de personas negativas que ni se plantean que sea posible sobrevolar las tormentas porque, por mucho que trates de convencerlos, no pueden y solo te robarán energías y tiempo. Cambia tu mentalidad, trata de ver cada problema como una solución, concéntrate en esa solución y usa el viento para volar. Si das la espalda a la meta, no la alcanzarás jamás (s. 150).

“Mientras haya afán de luchar, hay esperanza de triunfar”
(s. 154).

Como desenlace de esta metáfora, los seres humanos poseemos tendencia a dejar de lado nuestro vínculo con la tierra y su naturaleza. Pero, en la naturaleza puedes encontrar una conexión y una nueva forma de vivir los problemas.

En este artículo **Dos claves del camino feliz**, presentaré ocho aspectos esenciales:

1. El arte de vivir.
2. Aprender para crecer.
3. Una actitud positiva.
4. Sé feliz con lo que tienes.
5. Niégate a ti mismo.
6. Lo que amas eres.
7. Somos amados.
8. Mi amor es mi peso.

La felicidad requiere de coraje para tomar decisiones en las que creemos, ser fieles a nuestras ideas y arriesgarnos por lo que ama-

mos. Los fracasos son solo un aprendizaje, si te equivocas no importa, somos seres humanos y estamos aprendiendo a vivir, estamos creciendo. Todas las personas cometemos errores. Porque la mayoría de las personas son tan felices como ellas mismas deciden ser. La felicidad cuando se comparte se vuelve mucho más valiosa, y puede llegar a crecer más de lo que piensas, por eso te animamos a que tus amigos conozcan estos mensajes de alegría que te proponemos.

1. EL ARTE DE VIVIR

Hay que saber vivir. Ese vivir es un arte y hay que cultivarse. Porque paso a paso, aun con algunos esfuerzos, los objetivos se consiguen. Las metas se logran.

“Si no puedes hacer lo que quieres, no es razón para que no quieras hacer todo lo que puedes”
(ep. 166).

Los seres humanos continuamente se perfeccionan, aprenden y desarrollan habilidades y competencias, gracias a la actitud que tengan hacia el trabajo y la lealtad hacia la institución para la cual trabajan. Esta orientación hacia la vida personal y profesional, se convierte en una fortaleza y no en un obstáculo para el logro de metas.

La vida no es un camino cubierto de problemas que necesitan ser resueltos; es una senda en la que debes experimentar. Incesantemente se dice que la superación personal es fundamental para construir autoestima, es imposible llegar a una mejor situación de autoconocimiento y autorrespeto, sin desarrollar nuevas habilidades y mejorar nuestro diálogo interno.

El superarse no es más que mejorar ciertas áreas de nuestra vida, realizar pequeños cambios que nos permitan evidentemente llegar a una mejor situación, tanto con nuestro entorno, como con nosotros mismos.

La autoestima es la capacidad de querernos, valorarnos y respetarnos a nosotros mismos. Es la columna en la que nos apoyamos y la forma que tenemos de vernos y tratarnos. De progresar, desde un punto de vista de superación, encaminados a ser mejores personas en la vida. No siempre tendremos a alguien de nuestro lado para que nos diga lo que debemos hacer. Serás más eficaz cuando tengas control sobre ti mismo. No perennemente habrá una estimulación externa para querernos y amarnos, y sin embargo deberemos hacerlo libremente.

Una de las enseñanzas es el de reconocer que la vida es un regalo que a veces no sabemos valorar lo suficiente, a pesar de los conflictos por los que podamos pasar y seguir pasando, pues existir sigue siendo un obsequio maravilloso y extraordinario. Hay que aprender a disfrutar la vida de una mejor manera. En palabras de Agustín:

“vinimos a ser felices y el aprendizaje para lograrlo es lo que nos va a permitir no sólo transformarnos, sino conseguirlo” (mag. 4,5).

“Todos buscamos ser felices de una u otra forma, todos queremos experimentar ese sentimiento de bienestar, de alegría, de paz interior para poder sentir que nuestra vida es una experiencia plena y satisfactoria, pero para poder conseguirlo tenemos que tomar la decisión con valor y con la firme voluntad de hacer esos pequeños cambios que repercutirán en nuestro bienestar” (tr. 13,8).

En la vida hay instantes en los que hemos que variar el camino a seguir con lo que hay que hacer un alto, reflexionar y decidir qué es lo que vamos a hacer durante los próximos diez o veinte años proyectando de ese modo nuestro futuro.

2. APRENDER PARA CRECER

Si quieres ser feliz, es imprescindible sentirte conectado con la naturaleza.

El ser feliz no consiste en hacer lo que quieras, sino amar lo que haces. El aprender nos impulsa a crecer, pero no a todo el mundo le ambiciona emplear su tiempo en algo que desconoce o que ni siquiera cree que deba saber. Pero hoy veremos de qué forma nos puede perjudicar el rechazar nuevos conocimientos.

La felicidad no es el objetivo, es el camino. La felicidad se alcanza cuando disfrutas del día a día, no cuando te obsesionas por un futuro que no sabes si llegará.

Lo que nace de nuestro interior genera un efecto, que afecta no sólo a nuestra vida personal sino la vida de los otros. Y, si lo que poseemos dentro son buenos sentimientos, buenos pensamientos, buenos deseos, buenas intenciones, lo que reflexionamos es eso mismo. Se convierte en algo favorable. Pero también sucede lo contrario. Si estamos mal, lo que aflore de nosotros generará un efecto negativo y esto es, justamente, la oportunidad que tenemos de aprender para crecer, para sanar nuestras heridas afectivas y emocionales, y para vivir en bienestar.

Es indispensable una buena actitud mental. Imaginamos el mundo, luego lo creamos; debemos transformarlo de adentro hacia afuera. Por eso hay que estar motivados y valorarnos para ser

felices. Dios es fuente de nuestra felicidad y meta de nuestro apetito (ciu. 2,23,1), por eso es necesario que:

No guardes rencores,
guarda recuerdos.
No llores recuerdos,
recuerda alegrías.
No vivas del pasado,
Aprovecha el presente.
Prepara el mañana,
tu puedes y debes.
Escoge el de tu vida,
olvida lo que ya pasó,
que al fin no retornará jamás.
Haz la dieta de la alegría:
Una sonrisa cada mañana,
Un agradecimiento
al final de cada día.

*Si tienes la oportunidad, elige un trabajo que te enamore tanto
como lo que haces en tu tiempo libre.*

La vida nos enseña que antes de ejercer debemos profundizar bien nuestras acciones y no reaccionar, porque si nos dejamos llevar por las emociones, nos chocaremos con un vencimiento. Hay varias personas que han triunfado en diferentes campos de la vida que tienen numerosísimo que enseñarnos acerca de ella. La felicidad no se basa en querer el éxito; el éxito se basa en alcanzar la felicidad. Por eso nunca caigas en la trampa de escoger un trabajo que te aburra para disfrutar al máximo de tu tiempo libre.

Aprender algo nuevo no le gusta casi a nadie o, mejor dicho, no le gusta el hecho de enfrentarse a algo desconocido y que ni siquiera entiende. Es constante escuchar en personas no pretender aprender nada nuevo. Les da pereza ponerse a estudiar para actualizarse en su profesión. Pues, no te ahogará por caerte en el mar, sino por no salir de él. Enseña san Agustín:

Los hombres dicen que los tiempos son malos, que los tiempos son difíciles: vivamos bien y los tiempos serán buenos. Nosotros somos los tiempos: así como nosotros somos, son los tiempos (s. 80,8).

3. UNA ACTITUD POSITIVA

Nadie te robará la felicidad si estás dispuesta a compartirla con los demás. La vida no se trata de lo que te pasa sino de cómo lo trascibes y de cómo lo asumes. Por supuesto, una actitud positiva no es un potaje mágico que va a resolver todos tus problemas de la noche a la mañana. Lo que sí te puedo garantizar, y no lo digo solo yo, sino los expertos en el tema, es que la actitud impacta todo. O como lo expresa Agustín: “Hombre soy, y nada de lo humano me es ajeno”. (ep. 78,8).

No hay problema que no podamos resolver juntos, y muy pocos que podamos resolver por nosotros mismos” (Lyndon Johnson).

La felicidad no es el objetivo, es el camino, por eso se necesita de una actitud positiva: el mejor camino hacia el éxito. Es simplemente indispensable para vivir con alegría. La gente más feliz de tu vida abarca todo ese tiempo en el que te responsabilizas de tus

problemas, y no echas la culpa a los otros o a tu padre por cómo te van las cosas. Es entonces cuando te percatas de que eres el dueño de tu destino, pues, vivir cada día con alegría y disfrutar del presente es la forma más efectiva de ser feliz.

Ser feliz no consiste en hacer lo que quieras, sino amar lo que haces. Lo que hoy siembras mañana lo cosecharás. Comencemos a imaginar que sí somos capaces de conseguir lo que deseamos, que sí somos capaces de obtenerlo y que sí tenemos las herramientas para hacerlo. ¡Esa es la actitud! Tener una actitud responsable, consciente, proactiva, nos permite marcar la diferencia, implementar un cambio en esa dinámica que tenemos con la vida. Pero esto depende de cada uno de nosotros y de qué manera asumimos la responsabilidad de nuestros actos, de nuestras decisiones.

Si pretendemos vivir una vida diferente, sentir de una manera diferente, precisamos realizar pequeños canjes. Esto es un proceso, un trabajo interior consciente, amoroso y paciente que merece la pena realizar. Es en nuestro interior donde se encuentra ese camino que nos lleva a vivir como verdaderamente deseamos.

La felicidad es un sentimiento que cuanto más se comparte, más grande se vuelve y que hace que nuestro corazón se sienta más cálido y mucho mejor. Así manifiesta Agustín:

“Ama y haz lo que quieras. Si callas, callarás con amor; si gritas, gritarás con amor; si corriges, corregirás con amor, si perdonas, perdonarás con amor” (ep. Io. 7,8).

4. SÉ FELIZ CON LO QUE TIENES

El ser feliz es un profundo estado interior de paz y serenidad, es sentirse en armonía y en sintonía con todo nuestro alrededor. Sin

embargo, no es fácil alcanzarlo, necesita de una actitud positiva. El ruido mental que nos generamos, la educación recibida y los golpes que en ocasiones nos da la vida influyen en la forma de valorarnos. Y si esta es negativa no conseguiremos ser felices.

Lo más valioso en la vida no es lo que tenemos, sino a quién tenemos. Llega un momento en la vida en que las cosas materiales dejan de tener importancia y en el que nos damos cuenta de que lo más valioso son aquellas personas que nos acompañan. No es lo mismo vivir que vivir felizmente.

La persona se mueve por amor y desde el amor, porque el amor es el peso del alma: “Mi amor es mi peso; él me lleva adonde soy llevado” (conf. 13,9,10). El amor cambia la vida (s. 313 A,2-3) y sólo quien ama a Dios sabe amarse a sí mismo.

Las personas que efectivamente nos interesan; ese es nuestro verdadero hogar. Lo más valioso de nuestra vida no se mide en propiedades materiales, sino emocionales. Puede que se nos olvide, o que en determinados momentos no le demos demasiado valor a este hecho, pero, al final, todo termina siendo más sencillo cuando alguien nos acompaña.

La felicidad no es hacer lo que uno quiere sino querer lo que uno hace. Cuando no procedemos con inteligencia, nos comportamos como personas débiles y con baja autoestima. Y por culpa de ello, nuestras inseguridades saldrían a la luz, haciendo que nuestra vida sea peor de lo que pudiera ser. Hay que adquirir el poder y la libertad de controlar las emociones y modelar la actitud para cambiar la situación.

Hay momentos que toca nadar en contra de la corriente, porque finalmente lo que importa es tu deseo de ser mejor cada día. De lograr tu propósito de vida. Lo que importa es el querer cumplir con cada meta prometida y deseada. ¡Lo que importa es que tus sueños se hagan realidad! En la vida se aprende, se crece,

se descubre; se escribe, borra y reescribe; se hila, se deshila y se vuelve a hilar.

Las cosas más grandes de la vida, no se ven, ni se tocan. Esas se sienten en el corazón.

Cuando Dios quiere que crezcas, te pone en una situación incómoda, pero te da la fuerza para sobrellevarla y aprender de ella.

El problema en el ser humano ocurre cuando perdemos el control sobre nosotros mismos y otorgamos el poder de sentirnos bien a los demás y a las circunstancias. De esta forma abrimos la puerta a la inseguridad y, en definitiva, al malestar y al sufrimiento. Dejar de creer en nosotros, olvidar cuánto valemos y, sobre todo, no priorizarnos es una peligrosa trampa. Es decir, que somos nosotros quienes vamos a grabar el signo positivo o negativo de nuestra convivencia y de nuestra historia.

Puesto que somos libres, podemos ser responsables. Y es en esa responsabilidad personal y colectiva donde situó el juicio de nuestros exitosos o ruinosos presente y futuro. No tenemos garantizada la felicidad, ni la bondad, ni la justicia, ni la paz. Y tampoco está garantizado el desastre. Lo que tenemos es aquello que depende de nosotros mismos, de nuestro empeño, de nuestro esfuerzo, de nuestra voluntad de superación.

Pronuncia con claridad esta idea la historia que cuento a continuación y de la que he podido comprobar que existen múltiples interpretaciones:

Un viejo indio estaba hablando con su nieto al calor y a la luz de la hoguera. El chico preguntó: —Abuelo, abuelo, ¿qué es lo que sucede dentro de mí? Unas veces deseo ser bueno y otras no. —Hijo, le dijo el abuelo, dentro de ti luchan dos lobos vigo-

rosos. Uno de ellos siempre está malhumorado. Es malo, violento, vengativo y cruel. El otro siempre está de buen humor y está lleno de bondad, de compasión y de amor. – Abuelo, ¿cuál de ellos ganará?, preguntó el nieto. El abuelo se quedó pensativo unos segundos y contestó: –El que tú alimentes”.

Es una historia encantadora e instructiva. Lo que en ella se proyecta es válido para las personas, para las instituciones y para las familias. En las personas y en los grupos se produce una permanente lucha entre el bien y el mal. Ganará esa lucha aquella fuerza que sea cultivada a través de actitudes y de acciones de un determinado ejemplo. Si ayudamos a los demás, si nos mostramos tolerantes, compasivos y solidarios, si nos comprometemos con la causa de la igualdad, si, en definitiva, hacemos el bien, ganará esa pelea el lobo humanitario.

5. NIÉGATE A TI MISMO

Si ambicionamos vivir una vida diferente, sentir de una manera diferente, solicitamos establecer pequeños cambios. Esto es un proceso, una responsabilidad interior reflexiva, amorosa y paciente que merece la pena realizar. Es en nuestro interior donde se encuentra ese camino que nos lleva a vivir como ciertamente anhelamos.

“Es evidente que en la Sagrada Escritura nunca se nos habla del valor que tiene el ser humano por sí mismo ¿Dónde en la Biblia se nos habla de la estima de uno mismo, de la confianza en uno mismo, de la fe en nosotros mismos? Todo lo contrario: se nos invita al aprecio y la estima a Dios, y se nos recomienda la confianza y la fe en Dios. ¡Si hasta se nos dice que

lo que tenemos dentro no es nada en lo que podamos confiar y Jesús nos recomienda negarnos a nosotros mismos!” (Mt 15,19; 16,24).

En el Antiguo Testamento se nos advierte sobre el peligro de confiar en nosotros mismos:

“Maldito el hombre que confía en el hombre, que en él pone su fuerza. Bendito el hombre que confía en el Señor y en Él pone su esperanza” (Jr 17,5-8).

Es bien diferente la autoestima, tal como la admitió Sigmund Freud y tal como se demuestra en los talleres y libros que están de moda, señala “ámate a ti mismo” y Jesús, por el contrario, dice “niégate a ti mismo”:

1. El que quiera venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame enseguida, porque el que no toma su cruz y me sigue, no es digno de mí.
2. Jesús no dice ámese a sí mismo, sino niéguese a sí mismo. ¿Necesitamos más comprobación que eso?
3. En algunas “enseñanzas de autoestima”, que, para ganar clientes católicos, utilizan en sus anuncios a Jesús, arguyendo que Él nos dijo que te tienes que amar a ti mismo para amar a los demás y para esto, citan la frase: “Amarás a Dios sobre todas las cosas y a tu prójimo como a ti mismo”.
4. Pero, si nos fijamos bien, el mandamiento es amar a Dios y amar al prójimo. El “como a ti mismo” es sólo el modo de hacerlo. Y por supuesto, no es lo mismo decir “Ama a tu prójimo como a ti mismo” que “ámate a ti mismo para poder amar a tu prójimo”.

Especificamos algunos elementos que ayudan a facilitar mejor la asunto:

- Sencillamente ultimamos que es un simple truco de mercadeo que nos engaña fácilmente.
- Si seguimos leyendo el evangelio, vemos que cuando Jesús dice eso, completa la frase diciendo “En esto se resumen la Ley y los profetas”.
- La ley hebrea se resume en esos dos mandamientos, pero es una ley todavía incompleta e imperfecta.
- Jesús nos dice más adelante: “No he venido a abolir la ley, sino a perfeccionarla” y la perfeccionó, sí que la perfeccionó, dándonos un nuevo mandamiento, el Mandamiento del Amor: “Un nuevo mandamiento os doy: Que se amen los unos a los otros, como Yo los he amado”.
- Jesús sustituye el “como a ti mismo” por algo mucho más ambicioso y perfecto: “como Yo los he amado”.
- ¿Y cómo nos amó Jesús? Entregándose a sí mismo, olvidándose por completo de sí, renunciando a todo por amor a nosotros, y siendo obediente hasta la muerte y una muerte de cruz.

Los que defienden sólo el “amar a los otros como a nosotros mismos”, sin tomar en cuenta el nuevo mandamiento, se quedaron antes de Jesucristo (están un poco pasados de moda), se quedaron en la ley antigua, en la ley del tali3n “Ojo por ojo y diente por diente” o en la ley m3nima de “No hagas a otros lo que no quieras que te hagan a ti”.

Se quedan cortos, cort3simos, pues el amor que nos predic3 Jes3s, con su Palabra y con su vida, va mucho m3s all3 de amar a los otros “como a nosotros mismos”. Lo novedoso, lo actual, es amarnos unos a otros tal como Jes3s nos am3. Tambi3n como lo enseña Agust3n:

“El amor arrastra y potencia la actividad de conocer y a la vez da sentido y dinamiza la búsqueda que el hombre emprende: aproximarse al amor de Dios”.

6. LO QUE AMAS ERES

No busques la felicidad en el dinero, los coches ni los yates, porque no la encontrarás. La felicidad reside en algún rincón del alma. Hay que aprender a recrearse la vida de una mejor manera. Vinimos a ser felices y el aprendizaje para lograrlo es lo que nos va a condescender no sólo transformarnos, sino conseguirlo.

Es significativo resonar que la vida es una escuela, que las cosas nos pasan por alguna razón y que quedarnos detenidos en alguna experiencia frustrada, sintiéndonos fracasados, no nos sirve de mucho. Debemos aprender de esa experiencia.

Agustín dice que la vida siempre es mejor si la suministramos. Por lo tanto, si queremos acrecentar nuestra autoestima no hay nada mejor que ir almacenando pequeños triunfos habituales. Para ello, podemos proponernos una serie de objetivos al día, o a la semana, que tengan que ver con priorizarnos e intentar cumplirlo. Pues,

“el que no ama, no ha conocido a Dios; porque Dios es amor”
(1Jn 4,8).

La autoestima es una de las claves para ser felices, pero para ello tenemos que vernos, darnos importancia y sanar todo aquello que nos hace daño. Porque de nada sirve que nos volquemos en los demás, si luego nos olvidamos de nosotros. La clave es aumentar el valor personal ante uno mismo, pero no delante de nadie.

En Agustín el camino a la felicidad es la sabiduría que se descubre en las honduras de uno mismo, que nos muestra a Dios y que se revela a través de la razón. Buscaba la fe a través de la razón y Cristo era el centro de su búsqueda. Por lo tanto, lo único que tenía que hacer era cambiar.

Palabras de un maestro anciano: quise cambiar el mundo y nada cambió. Cambié yo y todo cambió.

“Si yo cambiara mi manera de pensar
hacia otros, me sentiría sereno.
Si yo cambiara mi manera de actuar
ante los demás, los haría felices.
Si yo aceptara a todos como son,
sufriría menos.
Si yo me aceptara tal como soy,
exceptuando mis defectos,
cuánto mejoraría mi hogar,
mi ambiente.
Si yo deseara siempre el bienestar
de los demás, sería feliz.
Si yo encontrara lo positivo en todos,
la vida sería digna de ser vivida.
Si yo amara al mundo, lo cambiaría.
Si yo me diera cuenta de que
al lastimar el primer lastimado soy yo.
Si yo criticara menos y amara más.
Si yo cambiara, ¡cambiaría el mundo!”

*En Agustín, cada hombre es lo que ama
(De Dib. Quaest. 83).*

La muchedumbre suele tener una idea poco acertada de qué es la felicidad. La verdadera felicidad es disfrutar el presente, sin dependencia ansiosa sobre el futuro. Las personas felices poseen la increíble habilidad de deshacerse de los pensamientos tóxicos que dañan su autoestima, y no se preocupan por lo que no merece la pena.

7. SOMOS AMADOS

Para estar feliz, es necesario que te perdones por tus errores. Qué bueno que veamos y percibamos nuestro error o falta y demos un paso al cambio libre y responsable. Que asumamos nuestra misión con amor y sacrificio. Todo esto nos recuerda que algunas veces, realmente importa cómo concebimos las cosas y cómo las vamos situando en su justo lugar, para el bien de todos.

Este parte inicia con la práctica de la mirada interior, observándonos sin enjuiciarnos, sin criticarnos, objetivamente, para descubrir esas características positivas que se convierten en nuestras fortalezas, esencialmente en los instantes de crisis y de aprietos.

Buscar en nuestro interior, por ejemplo, la capacidad de amar y relacionarnos con los otros, la confianza en nosotros mismos, la integridad, el valor, la determinación, la disciplina, la solidaridad, la humildad, la sencillez, el coraje, la valentía, tolerancia y la voluntad. Todas éstas son herramientas que nos ayudan a provocar las experiencias arduas que se nos exhiben con otra actitud, con una actitud positiva.

En las Sagradas Escrituras encontramos que la alegría es saber que somos amados por Dios, que es Padre. La verdadera alegría no es el fruto de nuestros esfuerzos, sino del Espíritu Santo que nos pide que abramos nuestros corazones para llenarlos de felicidad. Estén siempre alegres en el Señor, repito: alegrémonos.

La alegría es escuchar a Dios que nos dice: “Tú eres significativo para mí, te amo, cuento contigo”. De esto viene la alegría, desde el momento en que Jesús me miró: Sentirse amados por Dios, sentir que por Él no somos números, sino personas humanas; y sentir que es Él quien nos llama.

No obstante, la felicidad no se trata de tener algo o de convertirse en alguien, no, la verdadera felicidad es estar con el Señor y vivir por amor, porque nacimos para no morir nunca más, nacimos para disfrutar. ¡La felicidad de Dios!

El camino de la felicidad comienza contra corriente: es necesario pasar del egoísmo al pensar en los demás. Estar tristes, decían los padres del desierto, es casi siempre pensar en sí mismos. De esta manera, observa el Papa Francisco,

“cuando la vida interior se encierra en los propios intereses y no hay espacio para los demás, no se goza más de la dulce alegría del amor. En efecto, no se puede ser felices solos. Hay que redescubrir la generosidad, porque Dios ama al dador alegre” (2Co 9,7).

La vida alcanza sentido en buscar el bienestar del prójimo anhelando la felicidad de los demás: Si logro ayudar a una sola persona a vivir mejor, esto es ya suficiente para justificar el don de mi vida.

Palabras sabias del Papa Francisco:

“Puedes tener defectos, estar ansioso y vivir irritado algunas veces, pero no te olvides que tu vida es la mayor empresa del mundo. Solo tú puedes evitar que ella vaya en decadencia. Hay muchos que te aprecian, admiran y te quieren. Me gustaría que recordaras que ser feliz, no es tener un cielo sin

tempestades, camino sin accidentes, trabajos sin cansancio, relaciones sin decepciones”.

No es lo mismo vivir que vivir felizmente (conf. 13,4,5).

Nadie es dueño de nadie. Nadie es propiedad de nadie. El amor es trabajo diario. Lo que descuidas lo pierdes. La verdadera perfección del hombre es descubrir sus propias imperfecciones y caminar en la felicidad.

La vida se escurre y se hace vieja cuando uno se olvida de vivirla; cuando se anda con tanto apuro, con tanta prisa, con tantos ruidos en el pensamiento, que de descuido en descuido se pierde uno mismo, y con esta pérdida se marchan los instantes, esos instantes en los pudimos ser inmensamente felices.

El amor cambia la vida (s. 313 A,2-3) y sólo quien ama a Dios sabe amarse a sí mismo. Porque no lo tienes y lo quieres, lo consigues y lo descuidas, lo pierdes y te arrepientes.

8. MI PESO ES MI AMOR

No es fácil, pero debes hallar la felicidad en tu interior, pues no se encuentra en ninguna otra parte del mundo; ya que en la vida ni se gana ni se pierde, ni se fracasa ni se triunfa. En la vida se aprende, se crece, se descubre; se escribe, borra y reescribe; se hila, se deshila y se vuelve a hilar.

*Si amas de verdad no temas. Todo lo que hagas estará bien hecho.
(ep. Io,10).*

Mirarnos hacia el interior nos permite apreciar nuestro cuerpo, que valora cómo nos afectan las cosas que pasan en el exterior. Porque, al contrario de lo que pensamos, nuestro bienestar, nuestra tranquilidad, nuestra paz interior, nuestra satisfacción no depende de nadie, excepto de cada uno de nosotros, de la calidad de nuestros pensamientos y sentimientos.

Lo más cierto de todo esto es que logramos cambiar, que podemos transformar aquellos hábitos, aquellas creencias, aquellas actitudes con sólo tomar la decisión de hacerlo. Depende exclusivamente de cada uno de nosotros.

Para complacerse de autoestima, hay que superarse a sí mismo; en la mayoría de las ocasiones no nos atrevemos a desear lo que queremos, por miedo a equivocarnos o a fracasar. Sin embargo, sólo quienes lo intentan pueden lograr sus sueños. Podríamos perfeccionar, que para que un ser humano tenga éxito debe tener iniciativa y coraje, para saltar la barrera del miedo y luchar por lo que desea.

La vida del ser humano está completa de momentos. Solo es cuestión de saber prestarles atención. Momentos de dudas, de preguntas sin responder, de temores ocultos que salen a la luz.

La autoestima, por lo tanto, es el requisito indispensable para las relaciones interpersonales.

Al preguntarnos por el sentido de la vida, una pregunta muy grandiosa, lo sé. De hecho, muchos seres humanos se pasan la vida sin siquiera preguntarse algo tan profundo. O tienen esos momentos de inspiración breves que dejan pasar por miedo a enfrentarse a ellos.

Aunque en la mayoría de los casos las grandes preguntas nos acechan en momentos de crisis personal, cuando empezamos a cuestionarnos qué es lo que hacemos y, sobre todo, para qué hacemos lo que hacemos.

La vida está llena de esos momentos. Solo es cuestión de saber proporcionar cuidado. Momentos de dudas, de preguntas sin responder, de temores ocultos que salen a la luz. En palabras de Agustín:

“Mi peso es mi amor; él me lleva doquiera soy llevado” (conf. 13,9,10).

¿Cómo reconocer estos momentos? Puede que nos preguntemos si realmente pretendemos realizar ese trabajo en el que llevamos toda una vida. Tal vez perpetuemos antiguos sueños y añoranzas de viajar a otros lugares, de aprender a tocar ese instrumento, de apuntarnos a una actividad deportiva o artística que nos llama la atención.

El mundo es cada vez más versátil, todo se precipita, los caminos de acortan, los trabajos ya no son como antes, el contrato fijo es cada vez más raro en la sociedad de hoy. Con leer un diario o ver las noticias en la TV es más que suficiente para entender cómo está el panorama actual.

Hay otras maneras de enfrentar esa situación tan nueva. Pero básicamente hay dos posturas: el camino del miedo y el camino de la fe.

- **El camino del miedo** es la salida más fácil, porque no se trata de crear nada nuevo, sino quedarnos como estamos y agarrarnos a lo antiguo. El miedo tiene que ver con nuestra necesidad de seguridad y de control. Pero la vida es cambio y pretender un control absoluto de algo que no está en nuestras manos es suficiente utópico.
- **El camino de la fe o el amor** es confiar, creer en nosotros, pensar que, si procedemos a abatimiento del miedo, el resultado llegará, incluso cuando nadie puede garantizarnos ese resultado, ésta es la clave. No actuar a lo loco, por supuesto, sino con

un plan, pero sin detenernos por nuestros miedos, guardianes feroces de nuestra zona de confort.

“Todo lo que Dios obra en nosotros, lo obra sabiendo lo que hace; nadie es mejor que Él, nadie más sabio, nadie más poderoso (s. 293D,5).

Si persigues ser feliz no puedes venirte abajo, tienes que motivarte, ser optimista a pesar de todo. La alegría de vivir se consigue poco a poco, y para volver a tener esperanza es necesario apoyarte en tus mejores amistades, familiares, en Dios... Pero, sobre todo, es necesario reír y ser muy positivo.

La autoestima del hombre obedece, esencialmente, de factores externos y debido a factores culturales, puede disminuir con mayor facilidad que la de la mujer, ante los problemas o errores de la vida habitual. Tenerse una baja autoestima, es cómo manejar en la vida con el pie en el freno, de la siguiente manera:

Una persona con autoestima positiva:

- Asume responsabilidades y se hace cargo de sus actos.
- Está orgullosa de sus logros.
- Afronta desafíos con visión positiva y entusiasmo.
- Se acepta, se quiere y se respeta a sí misma.
- Exterioriza sus afectos y sentimientos con sinceridad y espontaneidad.
- Rechaza el negativismo y la envidia en todas sus formas.
- Es adaptable y tolerante.

Una persona con autoestima negativa:

- Se frustra fácilmente.

- No reconoce sus virtudes o dones naturales.
- Se deja influenciar con facilidad.
- Mantiene siempre una actitud defensiva.
- Miente habitualmente.
- Culpa a los demás por sus debilidades, errores o fracasos.

Dibuja tu vida. Porque el secreto para tener felicidad es tener algo que hacer.

Hallarás la felicidad a cada instante, tan solo tienes que convencerte de que tu felicidad sólo depende de ti y de nadie más.

Como desenlace de este artículo marcamos que, las personas no nacen felices. Esto depende de su actitud ante los acontecimientos. La autoestima es una valoración que una persona tiene de sí misma. Al ser una valoración personal, no tiene causas lógicas o racionales, más bien se basa en un conjunto de rasgos tanto corporales, mentales y emocionales que la persona tiene en cuenta antes de emitir la valoración. La autoestima es un juicio de valor sobre la persona misma.

El llamado a negarse a sí mismo no será de ningún modo un llamado a dimitir a la intervención en la vida humana en todas sus espacios y ramificaciones. Negarse a sí mismo significa negar nuestro derecho a determinar de forma autónoma nuestra vida y nuestras decisiones. Es reconocer que no somos dueños de nosotros mismos, sino que estamos bajo el señorío de Jesucristo.

Negarse a sí mismo es reconocer que usted ya no es dueño de su vida, y es Jesús, el que pagó el precio de nuestra libertad, el que nos debe dirigir en la toma de las decisiones finales y muy especialmente, cuando las cosas importantes de la vida están en juego. Negarse a sí mismo es renunciar voluntariamente a nuestra autosuficiencia, que nos dice que somos capaces de encargarnos

solos de nuestra vida, y dejar de hacer las cosas de manera que solo nos satisfaga a nosotros mismos.

El hombre feliz es el que vive desinteresadamente, el que es libre en sus afectos y tiene amplios intereses, el que se asegura la felicidad por medio de estos intereses y afectos que, a su vez, le convierten a él en objeto de interés y el afecto de otros muchos.

Concluamos con estas alabanzas de san Agustín:

El Deseo de Dios

(Conf. 1,5,5).

Oh Señor, ¿cómo podría yo descansar en ti?,

¿cómo podría conseguir que vengas a mi corazón y lo embriagues;

para que me olvide de todos mis males

y me abrace a ti, mi único Bien?

¿Qué eres tú para mí?

No te enojés y déjame hablar:

¿qué soy yo para ti,

para que me mandes que te amé,

y, si no lo hago,

te disgustes conmigo

y me amenaces con grandes desgracias?

¿Es que no es suficiente desgracia el no amarte? ¡Ay de mí!

Por lo que más quieras, dime:

¿qué eres tú para mí?

Díselo a mi alma:

Yo soy tu salvación.

Pero, ¡díselo de modo que yo lo oiga!

Señor, ahí tienes, delante de ti,

los oídos de mi corazón.

Ábrelos y dile a mi alma:

Yo soy tu salvación.

Entonces yo saldré disparado tras esa voz

y te daré alcance.

¡No me escondas tu rostro!

¡Muera yo para que no muera mi alma

y pueda así verte!

Amén.

EL PERDÓN ES LA CLAVE

“Procurad todos tener un mismo pensar y un mismo sentir: con afecto fraternal, con ternura, con humildad. No devolváis mal por mal o insulto por insulto; al contrario, responded con una bendición, porque vuestra vocación mira a esto: a heredar una bendición” (1Pe 3,8-9).

AMBIENTACIÓN

No es fácil platicar sobre el perdón, es una palabra difícil de escuchar, porque el perdón es difícil, tanto recibirlo como darlo. Sin embargo, también es una palabra de sumo valor, porque recibir y dar perdón es central a nuestra fe. Hay que aprender del testimonio de tantos que han perdonado, por ejemplo, de Nelson Mandela cuando dice: “al salir por la puerta hacia mi libertad supe que, si no dejaba atrás toda la ira, el odio y el resentimiento, seguiría siendo un prisionero”.

Cuántas veces por creer que poseemos la razón tras una disputa, pelea, riña, andamos horas, días, meses e incluso años (en algunos casos toda una vida), resentidos con alguna persona. Y esa realidad de disgusto e ira nos hace sentir odio y resentimiento. Como dijo el mismo Mandela: “si quieres ser libre tendrás que dejar atrás todos esos sentimientos que lo único que hacen es producirte malestar. Y sin libertad, difícilmente encontrarás la felicidad”. “Nadie es feliz contra su voluntad” (De trin. 13,8).

El Perdón es la clave, pues, el Papa Francisco invita a la comprensión del hermano y dice que la misericordia siempre será más

grande que cualquier pecado y nadie podrá poner un límite al amor de Dios que perdona. Puesto que, conocer a Jesús es el mejor regalo que puede recibir cualquier persona; haberlo encontrado es lo mejor que nos ha ocurrido en la vida, y darlo a conocer con nuestras palabras y obras es nuestro gozo. Él nos perdonó, nos llamó, nos consagró y nos envió: ¡Heme aquí Señor, para hacer tu santa voluntad! (Documento Aparecida 29).

Recibimos el perdón de Dios y simplemente alcanzamos pasar aquello que hemos recibido. Habiendo ejercitado el perdón a manos de Dios y del pueblo de Dios, entonces somos llamados para hacer posible que otros también lo sientan. Para perdonar hace falta amor, humildad, oración y disponibilidad. Sólo el amor sin límites y sin condiciones es capaz de perdonar. ¿Cuántas veces tengo que perdonar? Pues hasta setenta veces siete.

Permítanme comenzar el artículo con la parábola bíblica *Perdona no sólo siete veces, sino setenta veces siete*, para expresar el perdón de Dios:

“Acercándose Pedro a Jesús, le preguntó: Señor, si mi hermano me ofende, ¿cuántas veces le tengo que perdonar? ¿Hasta siete veces? Jesús le contestó: No te digo hasta siete veces, sino hasta setenta veces siete. Y les propuso esta parábola: Se parece el Reino de los cielos a un rey que quiso ajustar cuentas con sus empleados. Al empezar a ajustarlas, le presentaron uno que debía tres mil talentos. Como no tenía con qué pagar, el señor mandó que lo vendieran a él con su mujer y sus hijos y todas sus posesiones, y que pagara así. El empleado, arrojándose a sus pies, le suplicaba diciendo: Ten paciencia conmigo, y yo te lo pagaré todo. El señor tuvo lástima de aquel empleado y lo dejó marchar, perdonándole la deuda. Pero, al salir, el empleado aquel encontró a uno de sus compañeros que le

debía cien denarios, y, agarrándolo, lo estrangulaba diciendo: Págame lo que me debes. El compañero, arrodillándose a sus pies, le rogaba diciendo: Ten paciencia conmigo, y te lo pagaré. Pero él se negó, y fue y lo metió en la cárcel hasta que pagara lo que debía. Sus compañeros, al ver lo ocurrido, quedaron consternados y fueron a contarle a su señor todo lo sucedido. Entonces el señor lo llamó y le dijo: ¡Siervo malvado! Toda aquella deuda te la perdoné porque me lo pediste. ¿No debías tú también tener compasión de tu compañero, como yo tuve compasión de ti? Y el señor, indignado, lo entregó a los verdugos hasta que pagara toda la deuda. Lo mismo hará con vosotros mi Padre del cielo si cada cual no perdona de corazón a su hermano. Cuando acabó Jesús estos discursos, partió de Galilea y vino a la región de Judea, al otro lado del Jordán” (Mt 18,21-29).

Moraleja

1. La pregunta de Pedro puso un límite: si mi hermano me ofende, ¿cuántas veces tengo que perdonarlo? ¿Hasta siete veces? Al perdonar descubrimos paz en nuestra vida. Aunque sea costoso y se oponga a nuestros sentimientos. El buen hombre debe ayudar a los pecadores a rectificar su vida y alegrarse cuando lo logren. Por eso Jesús pone en evidencia a los fariseos y escribas, porque lo critican por tratar con los pecadores para convertirlos.
2. La respuesta de Jesús elimina todo posible límite al Perdón. No sólo hasta siete, sino hasta setenta veces siete. Jesús nos enseña aquí a no juzgar la vida de los demás. Es más provechoso acercarse al pecador y darle buen ejemplo que perder miserablemente el tiempo criticándole.

3. ¡Para aclarar la respuesta dada a Pedro, Jesús cuenta una Parábola! El Reino de los cielos es semejante a un rey, que quiso ajustar cuentas con sus servidores. ¡El rey perdona la deuda inmensa de su siervo! El rey tuvo lástima de aquel servidor, lo soltó y hasta perdonó la deuda. ¡La conducta vergonzosa del siervo perdonado, que no quiere perdonar! No quiso escucharlo, sino que fue y lo metió en la cárcel hasta que le pagara la deuda.

Como desenlace de esta parábola, Jesús vino al mundo para redimir al hombre de sus pecados, para que tuviera la posibilidad de la salvación.

En el artículo, *El perdón es la clave*, mostraré estos diez aspectos básicos:

1. Señor, ¿cuántas veces tengo que perdonar?
2. La palabra del perdón.
3. El perdón restaura.
4. El perdón es difícil.
5. El cambio de mentalidad.
6. El perdón es un regalo.
7. Debo aprender a perdonar.
8. Experiencias de perdón.
9. El perdón en la familia.
10. El amor y el perdón.

El perdón está conectado con la bondad; y el amor es la forma de bondad primordial para el perdón. A medida que perdonamos en el sentido más profundo del término, nos sanamos un poco más y nos deshacemos de la ira y el rencor que nos atormentan.

El perdón es la clave y Jesús nos habla de la necesidad de perdonar, y nos exige hacerlo de corazón. La Misericordia, y el perdón que recibimos de Dios no tienen límites, y esa es la medida de perdón que debemos dar a nuestros hermanos; perdonar siempre. Perdonar: dejar pasar, cancelar una deuda.

1. SEÑOR, ¿CUÁNTAS VECES TENGO QUE PERDONAR?

El Apóstol Pedro le pregunta a Jesús cuántas veces hay que perdonar a un hermano que le ofende, que le falta, es decir, es un igual y esta es la primera dimensión; ahora bien, esto de la ofensa es muy común en relaciones entre hombres y más de conversos del paganismo y del judaísmo, pues sí, el samaritano y el judío no se podían tratar, de igual manera, el trato con un pagano no es de menor importancia. El perdón es un regalo silencioso que se deja en el umbral de la puerta de aquellos que te han hecho daño.

No dejes que el rencor no te admita ver aquellas cosas asombrosas de esa persona. ¿Te ayuda estar horas o días enojado con tu hermano? Si lo que intentas es darle una enseñanza, ¿ciertamente piensas que él o ella lo pasa peor que tú y que aprende algo? Quizás el otro lo pase mal, pero piensa que al final el más afectado vas a ser tú, porque eres el que está viviendo con esos sentimientos que tanto abruman y que hacen sentir tan mal. Habla con esa persona e intenta expresarle cómo te sientes y qué necesitas para conseguir llegar a un entendimiento, te sentirás mejor. Acordarse que todas las personas nos equivocamos y aprender a perdonar.

A veces, la discusión es con un familiar, y pasamos meses o años sin hablarnos, pregúntate si es tan importante tener razón y no dar tu brazo a torcer como para perder ese tiempo tan valioso,

sin el amor de esa persona a la que realmente quieres tanto. Otras veces el disgusto será con un amigo, con un compañero de trabajo, o con cualquier otra persona. Pregúntate lo siguiente, ¿prefiero llevar la razón o ser feliz?

El mejor ejercicio de perdón que alcanzamos realizar en nuestra vida y hasta cuántas veces podemos hacerlo, es abrir nuestros corazones con misericordia y perdón. Jesús, ante la pregunta de Pedro de cuántas veces hemos de perdonar a los que nos ofenden, le responde con unas palabras ricas en misericordia y perdón, que van más allá de todo entendimiento o lógica humana:

Perdonar setenta veces siete” (Mt 18,21-29).

Las disculpas más profundas nunca son escuchadas por los oídos, se sienten a través del corazón. Así que pon tu mano en mi corazón y solo siéntelo, estoy llorando de arrepentimiento.

¿Te cuesta perdonar? ¿cuántas veces tienes que perdonar? esa era la pregunta que Pedro le hizo a Jesús al ver cómo el maestro insistía tanto en el perdón. ¿Hasta siete veces?, preguntó Pedro casi turbadamente brindando un número generoso a Jesús.

“No te digo hasta siete, sino hasta setenta veces siete”. Jesús no nos está dando una enseñanza de cuentas, sino una lección de amor y de corazón grande. Es como si el perdón fuera el oxígeno que respiramos en nuestra atmósfera fija. Debe haber suficiente oxígeno para irrigar nuestros pulmones, e igual cantidad de perdón para vitalizar y fortalecer nuestra vida. Pedro siente que Jesús quiere que sus discípulos sean generosos al perdonar. Porque cuando guardas rencor, quieres que el dolor de otra persona refleje tu nivel de dolor, pero ambos raramente se encuentran, por eso será vital meditar:

- Perdonar es olvidar las ofensas recibidas.
- Perdonar es una actitud de la mente y el corazón.
- Perdonar es acoger sin condiciones.
- Perdonar es reconciliarse con los hermanos.
- Perdonar es abrir cauces a la comprensión.
- Perdonar es salir al encuentro del otro.
- Perdonar es dejar que el pasado sea pasado.
- Perdonar es abrir el corazón a la acogida.
- Perdonar es superar odios y temores.
- Perdonar es ser misericordioso.
- Perdonar es ser realmente libre.
- Perdonar es amar.

Si se perdona una falta, se refuerza la amistad; si uno la da a conocer, perderá a su amigo (Pro 17,9). Sin duda que, se necesita una persona fuerte para pedir perdón y una persona aún más fuerte para perdonar. No hay nada de malo en disculparse, pero decir lo siento no sirve de nada si continúas cometiendo los mismos errores.

2. LA PALABRA DEL PERDÓN

No debemos preocuparnos por la correspondencia del otro si hemos hecho lo que estaba de nuestra parte. Cada uno es diverso y, por lo tanto, cada uno dará cuentas a Dios de lo que ha hecho con su vida y con sus acciones.

Señor, ¿cuántas veces tengo que perdonar? Con la respuesta a esta pregunta, Jesús no nos dice que perdonar sea fácil, sino que es un requisito absolutamente indispensable para nuestra vida. Podríamos decir que es un mandamiento, porque nos dice: ¡perdona!

De otra forma, el corazón se encuentra como una ciudad asediada por el enemigo, la caridad rodeada por el odio y el progreso espiritual sumergido en un pozo profundo.

Nuestro corazón deber ser un castillo donde sólo reine Dios. Él es amor, como dice san Juan en su primera epístola, y como tal aborrece el odio. Si, por el contrario, permitimos entrar al odio en nuestro corazón, Cristo abandonará el sitio que estaba ocupando dentro de nosotros porque no puede ser amigo de quien odia. Por este motivo debemos trabajar en amar en lugar de odiar, comprender en lugar de pensar mal, perdonar en lugar de buscar la venganza.

La palabra del perdón es la clave para liberarte. ¿Con qué personas estás resentido? ¿A quiénes no puedes perdonar? ¿Eres tú infalible y por eso no puedes perdonar los errores ajenos? Perdona para que puedas ser perdonado, recuerda que con la vara que mides, serás medido.

*El perdón es una declaración que puedes y debes renovar a diario.
Muchas veces la persona más importante a la que tienes que
perdonar e es a ti mismo por todas las cosas que no fueron de la
manera que pensabas.*

No significa que vivas de acuerdo con lo que pasó, ni que lo apruebes. Perdonar no significa dejar de darle valor a lo que sucedió, ni proporcionar la razón a alguien que te lastimó, meramente significa dejar de lado aquellos pensamientos negativos que nos causan dolor o enojo.

La falta de perdón te liga a las personas con el rencor. Te tiene encadenado. La falta de perdón es el veneno más destructivo para el espíritu, ya que neutraliza los recursos emocionales que tienes. El perdón nos libra de ataduras que nos amargan el alma y enferman el cuerpo.

“Aligera tu carga y estarás más libre para moverte hacia tus objetivos”.

El ejemplo de todo lo encontramos en Jesús, que nos muestra su amor perdonando nuestros pecados, deudas infinitas que tenemos con Él. Nos ofrece su misericordia para que también nosotros podamos ser misericordiosos con los demás. El perdón es una característica del amor perfecto de Dios a los hombres. Pero Él necesita de nosotros para que su misericordia llegue a la gente.

Quiere que nosotros seamos instrumentos de su perdón. Quiere mostrarles a los hombres su perdón a través de nosotros. Cuando nos invita a amar como Él mismo nos ama, también se refiere al perdón.

El perdón es la perfección de la caridad. Nos cuesta mucho porque requiere que vencamos nuestro orgullo y que seamos humildes. Pero solamente así podemos ser sus apóstoles y llevar su amor al mundo. Dios nos necesita y nos llama a esta misión maravillosa: ser instrumentos de su amor y de su perdón.

3. EL PERDÓN RESTAURA

Dios quiere que perdonemos aquellas personas que nos ofenden y nos han hecho algún daño, pues, así como Dios en su inmensa misericordia nos perdonó, y fuimos restaurados en nuestra comunión con Dios, también quiere que perdonemos a nuestros hermanos, pues el perdón restaura las relaciones, cuando realmente es de corazón.

Para ilustrar la imagen del perdón, Jesús les refiere a los discípulos la parábola donde un siervo le debía mucho dinero a un Rey, y esa cantidad de dinero era tan elevada que no podía pagar, pero

el siervo le ruega al rey que le perdone la deuda; el rey movido a misericordia le concede el perdón, y lo deja libre.

Una vez que este siervo recibe la libertad, tenía un consiervo que le debía dinero, pero él insistía que le pagase, y este le suplicaba que tuviera paciencia con él, que le pagaría la deuda, sin embargo, el siervo al ver que el consiervo no le pagaba, hizo que lo encarcelaran, esto llegó a oído del Rey, inmediatamente fue llevado ante él y le decía “siervo malvado, toda aquella deuda te perdoné porque me rogaste”, y así como el Rey fue misericordioso con él, el siervo malvado debió perdonar a su consiervo por la deuda, inmediatamente el rey llama a sus verdugos, y lo colocaron en la cárcel hasta que pagase.

Varias veces se recapacita que perdonar es un sentimiento, sin embargo, la realidad es que es un acto de la voluntad. Las ofensas recibidas, crean un sentimiento que, generalmente, queda fuera de nuestro control. Este sentimiento generara actitudes como respuesta a la herida. Por ejemplo, no sentiremos deseos de saludar o de convivir, incluso puede nacer el deseo de venganza.

En desenlace de esta parábola de Jesús, lo significativo es la actitud, que es un acto de la voluntad. El Rey quiso perdonar y perdonó, es decir lo dejó libre. El otro, por el contrario, dio rienda suelta a sus sentimientos y actuó desatinadamente encerrando en la cárcel a su compañero.

Jesús nos recuerda todos los días: Haz el bien y evita el mal. Sí, pero no se trata de evitar el mal, sino transformarlo por todo tipo de bienes para quien está más cercano de ti. En palabras de san Agustín:

“Ama y haz lo que quieras. Si callas, callarás con amor; si gritas, gritarás con amor; si corriges, corregirás con amor; si perdonas, perdonarás con amor. Si tienes el amor arraigado en ti, ninguna otra cosa sino amor serán tus frutos”.

Una forma de conseguirlo es sanando las heridas que la vida te va dejando, perdonando asiduamente a los que nos han lastimado

y, sobre todo, perdonándonos a nosotros mismos porque es normal cometer errores y hay que aprender de ellos. Si alcanzamos esto, además, educamos a nuestros hijos al reconocernos débiles y que nos equivocamos, pero que todo lo hacemos por amor.

Perdonar y restaurar relaciones son dos temas difíciles por separado y sumamente difíciles cuando se trata de relacionarlos. No siempre se pueden restaurar las relaciones dañadas, pero, aún en tales casos, el perdón sigue siendo vigente y un reto que debe ser atendido adecuada y pertinentemente.

Desafortunadamente, alrededor del temor existen muchos mitos y mal entendidos, lo que dificulta que perdonemos. Por otro lado, no todas las relaciones dañadas son susceptibles de ser restauradas porque, aunque se pudiera, hacerlo no siempre resultaría más conveniente.

El Apóstol Pablo decía: “vence el mal con el bien”. Hay instantes en los que nos cuesta reconocer que es a nosotros mismos a quienes debemos perdonar; porque nos culpamos de muchas de las cosas que pasan a nuestro alrededor, juzgamos muy severamente nuestros errores, nos atormentamos por lo que dejamos de hacer o hicimos mal; divorcios, muertes, separaciones, palabras dichas y otras que no se dijeron, flores marchitas, historias de amor y amistad que no lograron terminar de escribirse o que tuvieron un triste final y nos quedamos estancados en el pasado sin poder avanzar; negándonos la oportunidad de empezar de nuevo, liberarnos, restaurar y renovar.

4. EL PERDÓN ES DIFÍCIL

El perdón no cambia el pasado, pero amplía el futuro. En ocasiones, la vida nos golpea con tanta fuerza que nuestras op-

ciones para recuperarnos nos parecen inalcanzables. Pero dicen que el perdón es capaz de sanar hasta las heridas más profundas.

Perdonar siempre y sin límites. Perdonar todo y para siempre.

El perdón es difícil, tanto recibirlo como darlo. Recibir y dar perdón es central en nuestra fe. Jesús les respondía a sus discípulos la pregunta de Pedro: Señor, ¿cuántas veces perdonaré a mi hermano que peque contra mí? ¿Hasta siete?, y Jesús les responde: No te digo hasta siete, sino setenta veces siete. Las personas nos equivocamos, asumimos nuestros errores, ¡aprende a perdonar!

¿Cómo perdonar a los que nos ofenden? ¿Cómo perdonar una traición? Hemos sufrido a lo largo de nuestra vida injusticias y humillaciones que nos han dañado y, habitualmente, surge la tendencia de querer ayudar a quien nos ha hecho un mal, “Perdona no sólo siete veces, sino setenta veces siete”. Porque el Perdón demanda de un cambio de vida.

Saber perdonar conlleva múltiples ventajas. No obstante, cuando alguien te ha hecho mucho daño, puede llegar a ser muy difícil perdonarle. Pero aprender a perdonar consiste en una actitud, en la decisión de dejar ir la ira y el rencor y dejar entrar la aceptación del daño del pasado y situar la vista hacia el futuro. Los beneficios del perdón son muchos, entre ellos, la paz que genera.

La vida tiene buenos y malos instantes, pero a las personas nos cuesta aceptar que no siempre nos salgan las cosas como anhelamos. Pues, las personas deben ser lo suficientemente grandes como para admitir sus errores, lo suficientemente inteligentes para sacar provecho de ellos y lo suficientemente fuertes para corregirlos. Porque el mayor error es creer que hay sólo una manera correcta para escuchar, para hablar, para tener una conversación o tener una relación. Tengamos presente la metáfora *Del Plato roto*:

Tíralo. Se rompe. Pídele perdón. ¿Volverá a ser igual? ¿Se arreglará?

Cuando cometemos errores, cuando estamos equivocados, cuando no actuamos de manera correcta, lo normal sería asumir la responsabilidad de esa situación y pedir disculpas. Sin embargo, esta simple acción suele resultar muy difícil para algunas personas, e incluso en algunas ocasiones es vista como signo de debilidad. Por el contrario, pedir perdón representa respeto, valentía y crecimiento. Poder asumir nuestros errores y aprender de ellos habla de nuestra evolución como personas.

Reflexión:

1. El primer paso es pensar cuales fueron los errores que cometimos y por qué lo hicimos.
2. Asumir que cometimos un error es un acto de valentía, pero comienza por nosotros.
3. Posibles soluciones. Piensa cual tendría que haber sido tu forma de reaccionar, la forma en que podrías haber gestionado la situación.
4. Escuchar y respetar a la otra persona son las claves de una buena comunicación.
5. No dejes pasar el tiempo. Si te has dado cuenta de que cometiste un error no esperes mucho tiempo para poder revertir la situación. Cuanto antes puedas reconocerlo la situación se solucionará de otra manera.

Para aprender a perdonar, hay un conjunto de actitudes que persuaden a la persona a la libertad para perdonar:

- **Amor**, las personas han de ser amadas en su totalidad, incluso cuando cometen errores.
- **Comprensión**, como seres humanos que somos, debemos comprender que todos nosotros somos vulnerables, que todos podemos ser débiles.
- **Generosidad**, perdonar requiere generosidad, puesto que el que persona no espera nada a cambio por su perdón.
- **Humildad**, aprender a perdonar implica ser humilde. En el perdón no se busca una superioridad moral, no busca humillar al agresor o dominarlo moralmente. Con ello, deben evitarse los reproches, puesto que estos implican la imposibilidad de perdonar.

En la vida, los errores bien asumidos son mejores maestros que las victorias:

- Casi siempre aprendemos más de los fracasos que de los triunfos.
- ¡Cuán importante es aprender a fracasar!
- ¡Cómo nos sirve recordar que es sabiendo perder como se llega a ganar!
- Hay que educar en el arte de fracasar porque estamos asediados por un facilismo y un inmediatismo que dan miedo.
- Sí señor, en este mundo de una comodidad refinada es difícil aceptar que aprender a vivir es como aprender a caminar: aprender a punta de tropezones, caídas y un buen número de golpes.
- Nadie camina bien en los primeros intentos.
- Por eso, decían los romanos hace siglos: uno aprende equivocándose. En latín: *Discitur*: Errando, con lo cual no se está patrocinando la mediocridad sino aceptando con realismo, que es de sabios el saber presupuestar pérdidas e imprevistos.
- Nos hace bien vacunarnos contra la soberbia que engendran los triunfos fáciles.

- Lo mejor es graduarnos en sencillez y en perseverancia.
- Perdonar es difícil. Si fuera sencillo, la gente lo haría a diario, pero existen millones de personas que viven agotadas por el odio y la culpa. Esto se hace evidente cuando son incapaces de avanzar en sus vidas o permiten que el dolor los gobierne. Unos alcanzan expresar que ya olvidaron lo sucedido, pero olvidar no significa perdonar.

5. EL CAMBIO DE MENTALIDAD

Hay que dar un cambio de vida, un cambio de mentalidad, cambio de corazón, cambio de situaciones y cambio de pertenencia, añadió. Hay que dar el paso, pero con humildad y sacrificio. Esto se lo expresaba un joven a su amiga: mi corazón está atrapado en el arrepentimiento y necesita tu perdón para liberarlo. Lo siento. Confieso que lo que dije es mentira, pero eso no me hace un mentiroso. El hecho de que estemos pasando por un instante difícil no significa que nuestra amistad se acabe. Te abriré mi corazón y mi mente en los próximos días, para que puedas ver cómo el arrepentimiento me está rompiendo desde adentro en todas las formas posibles. Lo siento.

En su homilía en Casa Santa Marta, el Papa Francisco explicó cómo el cristianismo tiene la capacidad de cambiar el corazón y la mente. Por eso, dijo que debe modificar nuestra mirada y dirigirla hacia los demás. El Papa subrayó que Dios no sólo perdona los pecados, sino que los olvida. El perdón debe hacernos cambiar de vida, y no sólo de mentalidad.

Dios renueva todo desde las raíces y no sólo en su apariencia. Esta alianza nueva tiene sus características. Ante todo, la ley del Señor no es un modo de actuar externo, sino que entra en el co-

razón y nos cambia la mentalidad. En la Nueva Alianza hay un cambio de mentalidad, un cambio del corazón, un cambio en el sentir y en el modo de actuar, un modo diverso de ver las cosas.

La nueva alianza nos cambia el corazón y nos hace ver la ley del Señor con este nuevo corazón, con esta nueva mente. Pensemos en los Doctores de la Ley que perseguían a Jesús. Estos hacían todo, todo lo que estaba prescrito por la Ley. Tenían el derecho en su mano, todo, todo, todo. Pero su mentalidad era una mentalidad alejada de Dios. Era una mentalidad egoísta, centrada en ellos mismos: su corazón era un corazón que condenaba, siempre condenando.

La Nueva Alianza nos cambia el corazón y nos cambia la mente. Hay un cambio de mentalidad. Hemos cometido terribles errores que han lastimado a la gente que más me importa, y lo siento mucho. Estoy profundamente avergonzado de mi terrible juicio y mis acciones. Porque sé que el perdón puede salvar nuestra vida. Jamás he encontrado algo tan efectivo como el perdón para sanar las heridas profundas. El perdón es una medicina poderosa.

Un cambio de vida. Nueva Alianza: me renueva y me hace cambiar la vida, no sólo la mentalidad y el corazón, sino la vida. Vivir así: sin pecado, lejos del pecado. Ésta es la recreación. Así el Señor nos recrea a todos nosotros.

Cuando Dios perdona, se olvida. Él olvida, porque perdona. Ante un corazón arrepentido, perdona y olvida: Yo olvidaré, no recordaré sus pecados. Pero también esto es una invitación a no hacer recordar al Señor los pecados, es decir a no pecar más: Tú me has perdonado, tú has olvidado, pero yo debo cambiar.

En cuanto al cambio de pertenencia, nosotros pertenecemos a Dios, los demás dioses no existen, son estupideces. Cambio de

mentalidad, cambio de corazón, cambio de vida y cambio de pertenencia. Y ésta es la recreación que el Señor hace mejor que con la primera creación. De ahí su invitación a pedir al Señor que vayamos en esta alianza de ser fieles.

El sello de esta alianza, de esta fidelidad, es ser fiel a este trabajo que el Señor hace para cambiarnos la mentalidad, para cambiarnos el corazón. Cambiar el corazón, cambiar la vida, no pecar más o no hacer recordar al Señor lo que ha olvidado con nuestros pecados de hoy y cambiar la pertenencia: jamás pertenecer a la mundanidad, al espíritu del mundo, a las estupideces del mundo, sólo al Señor.

6. EL PERDÓN ES UN REGALO

El perdón es un regalo silencioso que dejas en el umbral de la puerta de aquellos que te han hecho daño. El amor ve el perdón como una fuerza, y trabaja para eliminar el resentimiento. El verdadero remordimiento nunca es solo un arrepentimiento por las consecuencias; es un arrepentimiento por el motivo. Se necesita una persona fuerte para pedir perdón y una persona aún más fuerte para perdonar. Agustín dice:

“Si eres alguien que ama. Eso es parte de lo que eres. El perdón puede ayudarte a amar de nuevo (s. 18).

Si bien puede parecer un acto bastante simple, el perdón es un proceso difícil y muy delicado que, si se ejecuta correctamente, puede ser sutilmente conmovedor y una gran experiencia de aprendizaje.

El perdón no es una habilidad, sino una virtud moral que se puede desarrollar. El perdón puede salvar tu vida. Jamás he encontrado algo tan efectivo como el perdón para sanar las heridas profundas. El perdón es una medicina poderosa.

Característico que desde nuestro propósito lo que hagamos sea desde el Amor y por amor ya que así tendremos cuidado de no dañar a los demás con nuestras acciones. Nuestra pureza de intención es significativa. Debemos querer a nuestros hijos y por eso hacer lo que debemos hacer, aunque a veces esto implique una corrección o una prohibición.

Es muy común ver a niños y jóvenes gravemente lastimados porque sus papás no les expresaron su cariño por ellos. Es sustancial hacer todo para que nuestros hijos sepan que los amamos, no importa que sea obvio, siempre es mejor que se los hagamos sentir.

Y si nuestros hijos son pequeños esto es más fácil porque no les da pena que los abracemos o que los acariciemos, pero conforme crecen se vuelve más difícil expresarles nuestro cariño, por eso es mejor comenzar desde pequeños. Mis hijos ya tienen 15,16 años y no les da pena que les diga que los amo o que los abrace cuando caminamos juntos. Todo es cuestión de hábitos y de ternura.

Es muy común ver ahora a jóvenes fríos que no pueden expresar lo que sienten porque no aprendieron a hacerlo en familia. Es necesario que nuestros hijos no tengan remos ni pena de expresar que están felices o que están tristes o que están enojados, pero es de vital importancia que aprendan a expresar el amor hacia los demás. Y para eso deben aprender de nosotros, cuando los acariciamos o les decimos que los amamos.

En fin, si hacemos del Amor el motor de nuestras acciones, estoy seguro que todo irá mejor y siempre buscaremos el bien de nuestra familia.

7. DEBO APRENDER A PERDONAR

Nadie ama lo que no conoce. Para tener un encuentro con Cristo, de sus beneficios, de sus miradas, de cómo era su trato con los hombres, es indispensable conocerlo por medio del evangelio. Pronunciaba san Jerónimo que “Desconocer las escrituras es desconocer al mismo Cristo”. Por lo tanto, debemos venerar las escrituras y darles una gran importancia, si estamos deseosos de que Cristo sea algo central en nuestras vidas. De lo contrario nuestro deseo por Cristo es algo engañoso y falso.

El perdón es una parte muy central del evangelio, y a veces es bueno tener un recordatorio de las promesas realmente sorprendentes que Dios da respecto a esto. Dios nos perdonará por completo, ¡y realmente podremos tener un nuevo comienzo! El perdón es la clave y lo hemos aprendido de Jesús.

Aldo Moro era amigo de Pablo VI. Cuando las Brigadas Rojas secuestraron a Aldo, Pablo VI se ofreció como rehén para que liberasen a su amigo; pero Aldo fue asesinado. Las cuatro hijas de Aldo fueron a la cárcel en las Navidades siguientes, a llevar unos regalos y perdonar a los asesinos de su padre. Ante la pregunta de los periodistas sobre por qué hacían este gesto, una de ellas respondió: “lo hemos aprendido de Jesús”.

El perdón es la forma definitiva del amor. Jesús dio la vida por todos, hasta por sus enemigos. En Él tenían cabida todos los seres humanos, en especial los más despreciados.

Jesús no vino a llamar a los justos, sino a los pecadores y no pedía sacrificios, sino misericordia (Mt 9,13). A perdonar sólo se aprende en la vida cuando a nuestra vez hemos necesitado que nos perdonen mucho. Acerquémonos, por tanto, confiadamente al

trono de gracia, a fin de alcanzar misericordia y hallar gracia para una ayuda oportuna (Hb 4,16).

Enseñemos a perdonar; pero enseñemos también a no ofender. Sería más eficiente. La samaritana queda sorprendida con las palabras proféticas de Jesús, que le ha dicho toda la verdad sobre su vida personal, lo que ella ha hecho, su pasado embarazoso y sus fallas presentes. Sin embargo, Jesús se muestra misericordioso con ella, le habla respetuosamente y la trata como una persona valiosa, al punto de confiarle que Él es el Mesías prometido.

Jesús practicaba y enseñaba a otros a practicar la lección más difícil: pasar haciendo el bien y perdonar y a Pedro le manda que perdone siempre, “Señor, si mi hermano me ofende, ¿cuántas veces le tengo que perdonar? ¿Hasta siete veces? Jesús le contestó: No te digo hasta siete veces, sino hasta setenta veces siete” (Mt 18,21). La reconciliación perfecta la hizo Jesús, Él es el único mediador entre Dios y los seres humanos (1Tm 2,5). Él murió por todos, para que ya no vivan para sí los que viven, sino para aquel que murió y resucitó por ellos, a quien no conoció pecado, le hizo pecado por nosotros (2Co 5,14-21). Cristo nos ha reconciliado con Dios “por medio de la cruz, destruyendo en sí mismo la enemistad; por Él tenemos acceso al Padre en un mismo espíritu” (Ef 2,14-18).

Se perdona en la medida en que se ama. Pedro pone como norma de conducta no devolver mal por mal ni insulto por insulto; antes, al contrario, manda bendecir y amar siempre (1P 3,8-9).

Puede que mi forma de actuar haya estado errada, que no merezca estar a tu lado ni tu perdón, pero quiero que sepas que mi dolor es sincero, así como mis disculpas. Jesús excusa y perdona a sus enemigos y así se lo pide al Padre: “Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen” (Lc 23,34). Hasta ese punto llegó el perdón de Jesús.

Jesús no se dejó vencer por el mal, sino que venció al mal con el bien (Rm 12,21). Dice san Juan Crisóstomo:

“En las guerras se considera vencido al que cae. Pero entre nosotros la victoria consiste en eso mismo. Nunca vencemos cuando nos portamos mal, sino cuando soportamos el mal con paciencia. La victoria más bella consiste en vencer con nuestra paciencia a los que nos hacen daño”.

Jesús no fue enviado por su Padre como juez, sino como salvador (Jn 3,17); Él nos revela que Dios es un Padre que tiene su gozo en perdonar (Lc 15) y cuya voluntad es que nada se pierda (Mt 18,12).

El perdón no cambia el pasado, pero sí ampliar el futuro. Jesús no sólo anuncia este perdón, sino que además lo ejerce y testimonia con sus obras que dispone de este poder reservado a Dios (Mc 2,5-11). Jesús nos manda amar a los enemigos, hacer el bien a los que nos odian, bendecir a los que nos maldicen (Lc 6, 27-35). Al perdonar ponemos la medida del perdón, pues con la medida que midamos se nos medirá (Lc 6,36-38).

Jesús tenía entrañas de misericordia y sus seguidores, al mismo tiempo que se sienten atraídos por Él, tienen que comprender que la misericordia “es la única realidad que puede resumir e iluminar decisivamente todos los demás aspectos del mensaje cristiano”. Cuando Jesús se relaciona con el ser humano, especialmente con los necesitados y pecadores siente profundamente la misericordia.

El perdón es una decisión, no un sentimiento, porque cuando perdonamos no sentimos más la ofensa, no sentimos más rencor.

Perdona, que perdonando tendrás en paz tu alma y la tendrá el que te ofendió.

Los evangelios nos hablan de distintos momentos en que se le conmovieron las entrañas. Como ante el féretro del joven muerto en Naím o ante los ciegos de Jericó. La misma expresión es utilizada por Él en el relato de la parábola del buen samaritano y del hijo pródigo.

Es san Pablo el que presenta el perdón como una consecuencia del perdón divino e invita a perdonar, (Col 3,13), a ser benignos y misericordiosos (Ef 4,32) y a que la puesta del sol no sorprenda en el enojo (Ef 4,26).

8. EXPERIENCIAS DE PERDÓN

Hay que pedir perdón sanamente, con el corazón, y de corazón debe ser dado a quien nos ha ofendido. Pues, la misericordia siempre será más grande que cualquier pecado y nadie podrá poner un límite al amor de Dios que perdona. El perdonar es no vengarse del que ha cometido una ofensa. Supone, el comportamiento personal de no servirse nunca de lo que ha ocurrido para mortificar al ofensor. Esto implica renunciar a toda idea de venganza o de represión.

Dios desea que todos nos arrepintamos, que reconozcamos que le necesitamos en nuestra vida. Quiere que nos reconciliemos con Él y le recibamos como Señor y salvador. Él no desea que ningún ser humano pase la eternidad lejos de Él. Por eso espera con paciencia nuestro arrepentimiento, veamos estos hechos de vida, que nos llevan al perdón y conversión:

Reconocer nuestro pecado.

El fariseo y el publicano

Durante el primer siglo, los fariseos eran bien conocidos por su estricto seguimiento de la Ley de Moisés. El fariseo de esta parábola fue más allá de lo requerido por las reglas religiosas, ayunando más de lo requerido y dando diezmo de todo lo que ganaba. Seguro de su religiosidad, el fariseo no le pide nada a Dios y por ello nada recibe. Por otro lado, los publicanos eran judíos despreciados por colaborar con el Imperio Romano. Eran llamados cobradores de impuestos ya que por esta labor eran mejor conocidos. Sin embargo, la parábola no condena la ocupación del publicano, sino que lo describe como alguien que reconoce su estado de despreciable ante Dios y confiesa su necesidad de reconciliación. Dirigiéndose a Dios en humildad, el publicano recibe la misericordia y la reconciliación que buscaba.

“A unos que confiaban en sí mismos como justos y menospreciaban a los otros, dijo también esta parábola: Dos hombres subieron al templo a orar: uno era fariseo y el otro publicano. El fariseo, puesto en pie, oraba consigo mismo de esta manera: Dios, te doy gracias porque no soy como los otros hombres, ladrones, injustos, adúlteros, ni aun como este publicano; ayuno dos veces a la semana, diezmo de todo lo que gano. Pero el publicano, estando lejos, no quería ni aun alzar los ojos al cielo, sino que se golpeaba el pecho, diciendo: Dios, sé propicio a mí, pecador. Os digo que este descendió a su casa justificado[i] antes que el otro, porque cualquiera que se enaltece será humillado y el que se humilla será enaltecido” (Lc 18,9-14).

Esta parábola, por lo tanto, muestra la importancia que posee la humildad y el arrepentimiento en contraste con la soberbia. Constituye también una dura crítica al fariseísmo.

En esta parábola del fariseo y el publicano la parte ostentosa y mala la hace un hombre que según la Ley era bueno, justo y cumplidor de la Ley.

La parte buena, regia, admirable, la hace un hombre que traficaba con su oficio, un recaudador de impuestos que se beneficiaba con las trampas y el chantaje.

Jesús presenta los hechos de tal manera que nos molesta el hombre justo puesto odiosamente de pie ante el altar y nos resulta en cambio agradable el hombre pecador que se golpea el pecho en el fondo del templo reconociendo su pecado.

La conversión

Los dos hijos

Los dos hijos representan dos tipos de personas: los fariseos, escribas y príncipes de los sacerdotes, por un lado; y los pecadores y publicanos por otro. Estos, después de resistir a Dios, se convierten y se someten a Él. Los otros, diciéndose justos, no cumplen la voluntad divina. Esta es la razón de por qué los pecadores precederán a los justos en el reino de los cielos.

“Pero ¿qué os parece? Un hombre tenía dos hijos. Llegándose al primero, le dijo: Hijo, vete hoy a trabajar en la viña. Y él respondió: ‘No quiero’, pero después se arrepintió y fue. Llegándose al segundo, le dijo lo mismo. Y él respondió: ‘Voy, Señor’, y no fue. ¿Cuál de los dos hizo la voluntad del padre? El primero -le dicen. Díceles Jesús: En verdad os digo que los publicanos y las ramera llegan antes que vosotros al Reino de

Dios. Porque vino Juan a vosotros por camino de justicia, y no creísteis en Él, mientras que los publicanos y las rameras creyeron en Él. Y vosotros, ni viéndolo, os arrepentisteis después, para creer en Él” (Mt 21,28-31).

Junto al sentido propiamente histórico, la parábola desborda otro sentido más universal e intemporal. Y es el sentido que nace, al margen del contexto, de la actitud en sí y por sí, asumida por los dos hijos que protagonizan el relato de Jesús.

Evidentemente, nuestro egoísmo y debilidad nos obligan a asumir la conversión como una tarea de toda la vida. Una tarea, humilde y valiente a la vez, en pos de Aquel que no fue sí y no, sino solamente sí (2Co 1,19).

Nadie puede elegir a Cristo sin que Cristo se le convierta automáticamente en signo de contradicción. Acordémonos: No he venido a traer paz, sino espada. Y siempre que le damos a Cristo un lugar en nuestra vida, está El luchando con nosotros contra el Anticristo que hay en cada uno de nosotros.

Iniciativa amorosa del Padre

La oveja descarriada

El desenlace de la parábola La oveja perdida es un nacimiento de esperanza para el pecador arrepentido. Jesús enseña que la conversión de un solo hombre a Dios es algo muy grande y valioso.

Conseguimos decir en un lenguaje imaginario que esta conversión implica “una fiesta en el cielo”. Hay un regocijo espiritual por una conversión. Aunque es una frase antropomórfica, nos ilumina cómo la bondad y el amor de Dios se pueden presentar al modo humano de alegría como fue la del padre del hijo prodigo.

“Jesús les dijo entonces esta parábola: Si alguien tiene cien ovejas y pierde una, ¿no deja acaso las noventa y nueve en el campo y va a buscar la que se había perdido, hasta encontrarla? Y cuando la encuentra, la carga sobre sus hombros, lleno de alegría, y al llegar a su casa llama a sus amigos y vecinos, y les dice: Alégrese conmigo, porque encontré la oveja que se me había perdido. Les aseguro que, de la misma manera, habrá más alegría en el cielo por un solo pecador que se convierta, que por noventa y nueve justos que no necesitan convertirse” (Lc 15,4-7).

Hay una fiesta en la tierra desde el punto de vista de que nosotros también nos entusiasmos de que una persona recobre la paz espiritual y vuelva al buen camino.

A veces titubeamos de las buenas intenciones de una persona que quiera iniciar su camino de retorno al Señor. Sin embargo, aunque nos cueste trabajo creerlo, deberíamos alegrarnos y sentir el regocijo de quienes recuperan un amigo, de añadir un puesto más en la mesa para compartir el pan. Es el momento de animar al hermano, de comprometerlo más, de apoyarlo y caminar con él.

Examinemos nuestras actitudes al respecto:

- A veces pensamos que esta parábola no es para nosotros, pero fue dicha para todos. Cada uno de nosotros debe dejarse encontrar por el Buen Pastor, dejarse recoger por él para que nos lleve al redil y cada uno de nosotros puede, con su conversión a Dios, provocar una fiesta en el cielo.
- La conclusión de la parábola es una fuente de esperanza para el pecador arrepentido. Jesús nos quiere decir que la conversión de un solo hombre a Dios es algo muy grande y valioso.

Regresar al Padre misericordioso.

El Hijo pródigo (Lc 15,11-32)

En la parábola del hijo prodigo, ocurre lo siguiente: el hijo menor, que abandona a su padre y malgasta sus bienes en una vida libertina, es el héroe de esta parábola. En cambio, el hijo mayor que aparentemente es bueno, que es fiel a su padre, termina haciendo un papel mezquino.

Podemos creer que la parábola habla de sentimientos humanos, de nuestros sentimientos, pero, en realidad, nos está hablando de Dios. De un Dios cercano, lleno de amor, de misericordia, que nos ama por encima de todas las cosas y nos acepta tal como somos.

Muchas personas, a pesar de haber vivido en su hogar la fe, al llegar a la edad adulta o quizás antes, dejan de lado a Dios, dicen no necesitarlo para nada y prefieren cerrar la puerta de su corazón a Dios. Viven de espaldas al Padre antes que fortalecer y profundizar en su amor al Padre.

Los padres ante esta actitud en muchas ocasiones recriminamos el abandono y cuando regresan en lugar de acoger volvemos a recriminar o juzgar.

Sin embargo, la parábola nos habla de la alegría de un padre que había perdido a su hijo y ahora lo recupera; un padre que no pregunta, sino que acoge, que no riñe, sino que abre sus brazos de par en par para abrazarlo. No estamos hablando de cualquier padre, estamos hablando de Dios como Padre.

El padre no espera a que el hijo llegue a su puerta. En el momento que lo ve, sale corriendo, lo abraza, lo besa; no lo castiga, sólo expresa la alegría de que su hijo ha regresado. Dios como Padre siempre abre sus brazos a los más alejados, aquellos a los que nosotros vamos dejando en el camino enfrascados en nuestras

cosas. El amor de Dios Padre siempre es incondicional, alegre, esperanzador y lleno de misericordia.

9. EL PERDÓN EN LA FAMILIA

Señor, ¿cuántas veces tengo que perdonar? El perdón es una decisión y la confianza es un proceso que la misma familia ayudará a restaurar. Si bien puede parecer un acto bastante simple, el perdón es un asunto difícil y muy delicado que, si se ejecuta fielmente, puede ser sutilmente conmovedor y una gran experiencia de aprendizaje. El perdón es una expresión de amor que caminando juntos y en familia lo alcanzamos.

Toma años construir la confianza, pero tomará un minuto destruirla.

En familia hay que construir la confianza, ya que ella es una esperanza firme y una seguridad que alguien tiene de otra persona o de algo. Hay que recordar que la familia nace a menudo de la sangre, pero no depende de la sangre. Tampoco es exclusivo de la amistad. Los miembros de tu familia pueden ser tus mejores amigos. Y los mejores amigos, estén o no relacionados contigo, pueden ser tu familia. Tú no eliges a tu familia. Ellos son un regalo de Dios para ti, como tú lo eres para ellos.

El perdón nos libera de ataduras que nos amargan el alma y enferman el cuerpo. Cuando guardas rencor, quieres que el dolor de otra persona refleje tu nivel de dolor, pero ambos raramente se encuentran. Porque la capacidad de una persona para perdonar siempre ha sido la más notable de las características humanas.

En todo grupo humano descubrimos una sola cosa en común: la confianza, es decir, la seguridad que alguien tiene en otra persona o en algo. Es una cualidad propia de los seres vivos, especialmente los seres humanos, ya que, aunque los animales la posean, estos lo hacen de forma instintiva, al contrario que los humanos, que confían conscientemente.

La familia ayuda a edificar la confianza, pues, está cimiento y se rejuvenece, o se destruye, en la relación que los padres construyen con sus hijos. Son pocos los que la valoran y saben de su valor. Se gesta desde la infancia y afecta todos los aspectos de la vida. Por eso se expresa que hoy día lo que se vive es una crisis de confianza en las entidades en general, ya que no hemos podido recibir mensajes claros de éstas. No hay coherencia, lo cual ha llevado a que se pierda la confianza que se tenía en ellas. Todo empieza desde la familia y afecta todas nuestras relaciones interpersonales.

No existe la familia perfecta. Tener un lugar a donde ir, se llama hogar. Tener personas a quien amar, se llama familia, y tener ambas se llama Bendición.

La amistad es algo que se construye desde el momento en que se nace. Estamos llamados a trabajar juntos en familia para crecer con la experiencia y el amor. Es en la familia donde la confianza se hace vida y la vida progresa en la familiaridad. En ese hogar se comparten tantos momentos inolvidables: las comidas, el descanso, las tareas de la casa, la diversión, la oración, las excursiones y peregrinaciones, la solidaridad con los necesitados. Sin embargo, si falta el amor, falta la alegría y el amor auténtico, nos lo da Jesús.

Nuestras familias, nuestros hogares, son verdaderos Templos domésticos. La verdadera alegría viene de la armonía profunda entre las personas, que todos experimentan en su corazón y que

nos hace sentir la belleza de estar juntos, de sostenerse mutuamente en el camino de la vida.

Jesús nos invita a no impedir esos pequeños gestos milagrosos, por el contrario, quiere que los provoquemos, que los hagamos crecer, que acompañemos la vida como se nos presenta, ayudando a despertar todos los pequeños gestos de amor, signos de su presencia viva y actuante en nuestro mundo.

El Papa Francisco personifica a la familia expresando:

“Es un grupo de personas llenas de defectos, que Dios reúne para que convivan con las diferencias y desarrollen la tolerancia, la benevolencia, la caridad, el perdón, el respeto, la gratitud, la paciencia, el derecho, el deber, los límites, en fin, que aprendamos a Amar: haciendo por el otro lo que le gustaría que hicieran por sí mismos. Sin exigir de ellos la perfección que aún no tenemos. No nacemos donde merecemos sino donde necesitamos evolucionar”.

Subraya las palabras de Agustín: “mi peso es mi amor; él me lleva doquiera soy llevado”.

La confianza en nuestra familia principia teniendo amistad en Dios y en sus promesas. Seguimos adelante, a pesar de los retos, nunca dándonos por vencidos, ni nosotros mismos ni con nuestros hijos. Educamos a nuestra familia a tener confianza en Cristo al vivir lo que sabemos que es verdad. Nuestros hijos aprenden las lecciones más poderosas por medio de nuestra fidelidad.

Hay que buscar el perdón. Dios no se cansa de perdonar, antes nos cansamos nosotros de pedirle perdón. Sabemos que todas las personas nos equivocamos, aprende a perdonar.

Nuestro objetivo no es superar a nadie, sino ser mejor de lo que solía ser, porque el arte más noble es hacer felices a los demás. No podemos golpear al que es recto, al que es noble. Es verdad que a veces requerimos tan poco para ser felices y el problema es que precisamos de mucha experiencia para comprenderlo.

El primordial quehacer nuestro como familia consiste en atestiguar el clima de hermandad comunitario en casa y de confianza, es la primera misión. Vivir en una situación de conflicto con la propia familia es la causa de la poca eficacia en la actividad servicio fuera del ámbito comunitario. Hay que estar en relación con el hermano de una cierta manera que puede describirse de este modo: aceptar, hacerlo sentir que lo acepto, perdonar, respetar, confiar y ayudar.

Todo cambio demanda de nosotros esfuerzo y renuncia; si no aprendemos a renunciar, nunca cambiaremos. Para lograr todo, ni todo nos conviene; es decir no todo lo que nos conviene es bueno, ni todo lo bueno nos conviene. No podemos ser ambiciosos, pues la ambición no nos permite vivir en paz y disfrutar lo que tenemos en la vida. No logramos ambicionarlo todo, entre las cosas buenas debemos elegir y quedarnos con la mejor y lo mejor, no siempre coincide para el hombre, con aquello que es más apetecible y placentero.

10. EL AMOR Y EL PERDÓN

El perdón es la clave y la puerta a la reconciliación. Se basa en el amor sincero, ya que el amor no lleva cuenta del daño. Es decir, que no debemos separar el amor y el perdón. El texto bíblico nos hace comprender que el perdón es lo que hace posible la vida comunitaria. Aunque esto no quiere decir que perdonar sea fácil, pero sí es un requisito indispensable para nuestra vida.

Jesús continuamente muestra lo grande que es la misericordia de Dios, que nos escucha, se apiada y perdona todas nuestras ofensas y que, por nuestra dureza de corazón, somos necios de perdonar y muchas veces nos comportamos con la crueldad, impiedad y vileza de ese siervo, que ya había sido perdonado.

Dios no castiga, somos nosotros que le ponemos límite a su misericordia, por nuestro rechazo a perdonar. ¿Perdonas siempre como lo hace Dios con nosotros? ¿O actúas como el siervo, malvado, y sin entrañas?

El perdón tiene diferentes significados para el ser humano. Sin embargo, suele suponer la decisión de olvidar el resentimiento y los pensamientos de venganza. Es posible que siempre tengas presente qué fue lo que te lastimó u ofendió, pero el perdón puede disminuir el efecto que esto tiene sobre ti y ayudarte a liberarte del control de la persona que te lastimó.

Perdonar no significa olvidar o justificar el daño que te hicieron ni componer la relación con la persona que te lastimó. El perdón te aporta un tipo de paz que te ayuda a seguir con tu vida.

El perdón incluso puede provocar sentimientos de comprensión, empatía y compasión por la persona que te lastimó.

Dejar atrás el rencor y el resentimiento puede mejorar la salud y la paz mental. El perdonar a otro trae unos beneficios y puede contribuir a lo siguiente:

- Relaciones más saludables.
- Mejor salud mental.
- Menos ansiedad, estrés y hostilidad.
- Menos presión arterial.
- Menos síntomas de depresión.

- Sistema inmunitario más fuerte.
- Mejor salud del corazón.
- Mayor autoestima.

El perdón es la puerta a la reconciliación en cualquier relación que necesita restauración y el paso previo para poder amarnos los unos a los otros. No se puede amar sin perdonar. El objetivo de la vida es el amor, si se guarda rencor no se puede alcanzar. Se necesita una persona fuerte para pedir perdón y una persona aún más fuerte para perdonar.

Concluyamos con esta alabanza del salmo 50 sobre Misericordia, Dios mío:

Misericordia, Señor: Hemos pecado

Misericordia, Dios mío, por tu bondad,
por tu inmensa compasión borra mi culpa;
lava del todo mi delito,
limpia mi pecado.
Pues yo reconozco mi culpa,
tengo siempre presente mi pecado:
contra ti, contra ti solo pequé,
cometí la maldad que aborreces.
Aparta de mi pecado tu vista,
borra en mí toda culpa.
Líbrame de la sangre, oh Dios,
Dios, Salvador mío,
y cantará mi lengua tu justicia
(Salmo 50).

EL GOZO EN EL HOGAR

*Tener un lugar a donde ir, se llama hogar.
Tener personas a quien amar, se llama familia,
y tener ambas se llama Bendición.
Papa Francisco.*

AMBIENTACIÓN

Varias familias sobrellevan un asalto directo al gozo, no hay alegría en sus hogares y en el mejor de los casos se han conformado con no tener problemas y enfrentamientos entre sus miembros. San Pablo en su carta a los Tesalonicenses nos explica: Estad siempre alegres. Orad constantemente. En todo dad gracias, pues esto es lo que Dios, en Cristo Jesús, quiere de vosotros (1Ts 5,16-18).

La alegría es una sensación de gran placer y felicidad que nos invade desde nuestro interior. Las causas por las que experimentamos alegría pueden ser muchas, pues al fin y al cabo la alegría es la dimensión emocional de la vida, de una vida que va bien y se vive bien. El mundo está lleno de pequeñas alegrías, el arte consiste en saber distinguirlos.

Al conversar del gozo en el hogar y ver que vivimos separados no estamos vencidos, sino que siempre seremos vencedores. Es probable que no superes cada obstáculo, pero puedes tener la certeza de que siempre triunfarás. Si sabes enfrentar cada problema, obtendrás la victoria. Solo recuerda confiar para que el gozo en el Hogar y la paz sean suficientes para la familia.

Recordar que la familia nace a menudo de la sangre, pero no depende de la sangre. Tampoco es exclusivo de la amistad. Los

miembros de tu familia pueden ser tus mejores amigos. Y los mejores amigos, estén o no relacionados contigo, pueden ser tu familia.

Como enseña Jorge Luis Borges:

“Con el tiempo aprendes que las palabras dichas en un momento de ira pueden seguir lastimando a quien heriste, durante toda la vida. Con el tiempo aprendes que disculpar cualquiera lo hace, pero perdonar es sólo de almas grandes. Con el tiempo comprendes que, si has herido a un amigo duramente, muy probablemente la amistad jamás volverá a ser igual. ¡Con el tiempo te das cuenta que, aunque seas feliz con tus amigos, algún día llorarás por aquellos! que dejaste ir. Con el tiempo te das cuenta de que cada experiencia vivida con cada persona es irreplicable”.

Aunque ninguno de nosotros podemos elegir las familias con las que nacemos, muchos tuvimos una suerte extraordinaria. De hecho, al pensar en ello la gran mayoría nos dirá que nacieron en la mejor familia imaginable. Tu familia puede no ser perfecta pero definitivamente es la familia perfecta para ti. La familia no te abandona ni te deja, ellos siempre estarán allí para ti.

Quisiera emprender este artículo, con esta fábula de Esopo:

El viejo y sus hijos

“Un labrador muy entrado en edad tenía varios hijos varones que eran muy jóvenes, estos hijos se llevaban muy mal entre ellos, no compartían nada, eran egoístas y no hacían caso de los consejos de su viejo padre. Pero un día el anciano padre reunió a todos sus hijos para darle un último consejo antes de morir.

Para ello el viejo, hizo traer unas varas y juntándolas todas juntas hizo un manojo, y les pregunto a sus hijos, cuál de ellos era capaz de romperlas. Uno tras otro, desfilaban los hijos jóvenes del viejo, para tratar de romper el manojo de varas, pero ninguno de ellos consiguió hacerlo.

Entonces, el padre desató el manojo de varas y tomando una a una les enseñó que era muy fácil romperlas de ese modo. Con esto les dijo el padre, quiero demostrarles hijos míos, que, si están todos unidos, nadie les podrá hacer daño, pero si están divididos y con todos esos sentimientos negativos entre sí, como los estáis ahora, cualquiera podrá lastimarlos”.

Moraleja

Esta fábula de Esopo nos recuerda una frase muy conocida: cuida y protege siempre a los tuyos. La unión hace la fuerza. Ya que la unión de personas débiles las vuelve fuertes, y la división hace débiles a los fuertes.

Palabras sabias del Padre: si están todos unidos, nadie les podrá hacer daño, pero si están divididos y con todos esos sentimientos negativos entre sí, como los estáis ahora, cualquiera podrá lastimarlos.

La familia es una de las obras maestras de la naturaleza. Son tus padres los que te conocen por dentro y fuera. Ellos son los que están verdaderamente felices por tus mayores victorias, pero nunca te dejan de lado durante los momentos en que has tocado el fondo.

En esta reflexión, compartiré siete aspectos fundamentales que nos ayudarán a valorar nuestra familia:

1. ¿De dónde nace la familia?

2. El arte de vivir en familia.
3. El arte de amar se aprende en el hogar.
4. La familia: un tesoro.
5. Mi familia lo es todo.
6. Con la familia aprendes a vivir.
7. El futuro de la familia.

La familia en algunas ocasiones puede incomodarte como nadie, pero también hacen que tu vida valga la pena y cuando se tiene un buen padre es mejor que lo que aprendes por cien maestros, por eso es necesario tener presente estos principios que cimientan la familia: ¿De dónde nace la familia? ¿Qué es la familia? El orden de Dios para la familia y por último la familia: constructora de amor.

1. ¿DE DÓNDE NACE LA FAMILIA?

“Creó Dios al hombre a imagen suya, a imagen de Dios lo creó, y los creó varón y mujer.” (Gn 1,27).

El hombre y la mujer, creados con igual dignidad de personas como unidad de espíritu y cuerpo, se diversifican por su estructura psico-fisiológica. Naturalmente, el ser humano lleva la marca de la masculinidad y la feminidad.

Al mismo tiempo que es marca de diversidad, es también indicador de complementariedad. Es lo que se deduce de la lectura del texto *yabvista*, donde el hombre, al ver a la mujer apenas creada, exclama: ‘Esto sí que es hueso de mis huesos y carne de mi carne’ (Gn 2, 23). Son palabras de satisfacción y también de transporte entusiasta del hombre, al ver un ser esencialmente semejante a sí.

La diversidad y a la vez la complementariedad psico-física están en el origen de la particular riqueza de humanidad, que es propia de los descendientes de Adán en toda su historia. De aquí toma vida el matrimonio, instituido por el Creador desde “el principio”:

“Por eso dejará el hombre a su padre y a su madre; se unirá a su mujer: y vendrán a ser los dos una sola carne.” (Gn 2, 24).

A este texto del Gn 2,24, corresponde la bendición de la fecundidad, que relata el Gn 1,28: “Procread y multiplicaos, y henchid la tierra; sometedla”. La institución del matrimonio y de la familia, contenida en el misterio de la creación del hombre, parece que se debe vincular con el mandato de “someter” la tierra, confiado por el Creador a la primera pareja humana.

El hombre, llamado a “someter la tierra”, debe tener cuidado de: “someterla”, no devastarla, porque la creación es un don de Dios y como tal, merece respeto. El hombre es imagen de Dios no sólo como varón y mujer, sino también en razón de la relación recíproca de los dos sexos. Esta relación recíproca constituye el alma de la “comunidad de personas” que se establece en el matrimonio y presenta cierta semejanza con la unión de las Tres Personas Divinas.

El Concilio Vaticano II en su Constitución dogmática *Gaudium et spes* 12, dice a esta intención:

“Dios no creó al hombre en solitario. Desde el principio lo hizo hombre y mujer. Esta sociedad de hombre y mujer es la expresión primera de la comunión de personas. El hombre es, en efecto, por su íntima naturaleza, un ser social, y no puede vivir ni desplegar sus cualidades sin relacionarse con los demás”.

De este modo la creación comporta para el hombre tanto la relación con el mundo, como la relación con el otro ser humano (la relación hombre-mujer), así como también con los otros semejantes suyos.

La familia es maravillosa y nació del corazón de Dios; brotó a partir de una unión y de una promesa de amor; por eso la Biblia narra desde el comienzo en el Génesis que el varón se sentía solo, por lo que Dios creó a su ayuda idónea. Después, bendijo al hombre y a la mujer, y los mandó a crecer y multiplicarse para poblar la Tierra (Gn 1,27). Si descienes esta historia bíblica a tu realidad, podrás ver que el primer paso para tener una familia exitosa radica en comenzar a cuidar tu matrimonio, ya que la relación con tu pareja representa la base del plan de Dios para la familia.

El “someter la tierra” pone de relieve el carácter “relacional” de la existencia humana. Las dimensiones: “con los otros”, “entre los otros” y “para los otros”, propias de la persona humana en cuanto “imagen de Dios”, establecen desde el principio el puesto del hombre entre las criaturas. Con esta finalidad es llamado el hombre a la existencia como sujeto (como “yo” concreto), dotado de conciencia intelectual y de libertad.

No olvides que una de las funciones principales de la familia es atender, cuidar, acompañar, pero sobre todo amar a los hijos.

No obstante, cómo no va hacer la familia la base de la sociedad. Es el primer círculo en el cual la persona nace, se desarrolla, recibe educación y adquiere aprendizajes. Es importante que formes en tu hogar un ambiente sano en el que tus hijos puedan desarrollarse para adquirir valores, moldear su carácter y forjar su futuro.

La Biblia establece un orden divino para la familia en el que el varón vive bajo la autoridad de Cristo, mientras que la mujer

debe saber que su esposo es la cabeza del hogar. Esto no quiere decir que el varón sea un ser superior, ambos valen lo mismo, pero tienen diferentes roles y responsabilidades.

Son palabras sabias las del Papa Francisco cuando dice:

“Tener un lugar a donde ir, se llama hogar. Tener personas a quien amar, se llama familia, y tener ambas se llama Bendición. Porque cuando los padres se aman el uno al otro, los niños que viven dentro de este ambiente de amor comenzarán a aplicar -de forma natural- la bondad y el amor en sus vidas. Esto se debe a que una familia unida representa el ejemplo ideal que forma una base para que, en el futuro, tu hijo tenga un matrimonio lleno de amor y una familia sólida, edificada en la verdad. El arte de amar se aprende en el hogar”.

2. EL ARTE DE VIVIR EN FAMILIA

La familia es lo más importante en nuestras vidas. El privilegio más grande en esta vida sin duda es tener una familia, aunque están tan fraccionadas. Ella no te abandona ni te deja, ellos siempre estarán allí para ti. Es un arte vivir en familia.

La familia se halla en peligro de decadencia. Las estadísticas manifiestan que actualmente un mayor número de parejas no se quieren casar, además los divorcios y la inestabilidad e inseguridad familiar acrecientan cada vez más. Sin embargo, la familia representa una institución determinante para la formación de futuros integrantes para la sociedad, por lo que es muy necesario que se comiencen a rescatar las virtudes y los valores humanos que la caracterizan.

Si ambicionamos proteger la familia de la pérdida, es preciso que sepas que más que una ciencia, vivir en familia es un arte que

requiere de conocimientos, creatividad, innovación, amor y compromisos cotidianos.

Hablar del arte de vivir en familia me ha dejado una gran satisfacción. Al darme cuenta que somos muchos los que pensamos que la profesión más significativa que desempeñamos es la de ser padres. Estamos obligados a desarrollarla lo mejor posible siendo conscientes que todo lo que hagamos dejará una huella positiva o negativa en la forma de ser de nuestros hijos. Que nosotros somos los únicos responsables de la calidad de hijos que le dejemos al mundo.

Jamás ames a alguien por encima de tu familia, recuerda que ellos te amaron desde que naciste.

Al conocer el mundo en el inicio de nuestra existencia, lo primero que vemos en nuestras vidas es la familia. Cuando nacemos empezamos a formar parte de algo maravilloso que se llama familia y, por eso, pronunciamos que es un arte vivir en familia, ya que poco a poco nos vamos tropezando unos a otros.

El Papa Francisco nos recuerda que el vínculo de fraternidad que se construye en la familia entre los hijos, si se lleva a cabo en un clima de educación abierta a los demás, es la gran escuela de la libertad y de la paz. Por este motivo, podemos pensar que el gran árbol de la sociedad global producirá frutos de paz y convivencia entre los géneros y las generaciones, entre los pueblos y las culturas sólo si está profundamente arraigado a la vida familiar.

3. EL ARTE DE AMAR SE APRENDE EN EL HOGAR

La familia siempre está ahí para apoyarte y ayudarte incluso en tus peores momentos. Aunque no zanjamos nacer en una u

otra familia, la verdad es que los lazos afectivos que se crean con nuestros hermanos, padres y madres son prácticamente perdurables. No siempre las relaciones entre familiares son perfectas, pero si somos capaces de mantener la armonía, nuestros familiares son personas con las que podemos contar pase lo que pase por eso decimos que el arte de amar se aprende en el hogar.

La familia constituye un elemento esencial de la persona como tal puesto que nos formamos en una identidad desde el seno de una familia, lo vivido en el seno de un ambiente familiar ejerce su influencia para la identidad personal de los componentes de esa familia.

La familia es la unidad fundamental de la sociedad, así como la raíz de la cultura. Gran parte de lo mejor que hay en nosotros está ligado a nuestro amor a la familia, que sigue siendo la medida de nuestra estabilidad porque mide nuestro sentido de la lealtad. Todos los otros pactos de amor o temor derivan de ella y se modelan sobre ella.

*La familia es la primera cuna en la que aprendemos a convivir
con las discrepancias.*

La verdadera familia es la que tú haces. La familia es el pasaje en el que nace la experiencia de la fraternidad, es el lugar en el que se reconoce al otro como hermano. En la familia se aprende a vivir la pertenencia a un vínculo común que es un proyecto de amor. La espléndida presencia de los padres educa a los hermanos para que puedan reconocerse mutuamente y se abran a los demás.

Es potencialmente en la familia donde los hermanos aprenden la lealtad que une a las diferentes generaciones, y dicha lealtad les otorga dones y tareas. Si pueden contar con el amor incondicional de los padres, en su momento, cuando llegue la hora podrán cuidar de sus padres ancianos como hermanos.

Un tesoro precioso es la familia. Un hogar no es un edificio, ni una calle ni una ciudad; no tiene nada que ver con cosas tan materiales como los ladrillos y el cemento. Un hogar es donde está tu familia, ¿entiendes? Cuando un recién nacido aprieta con su pequeño puño, por primera vez, el dedo de su padre, lo tiene atrapado para siempre. Un amor que nunca muere.

En la familia se cultivan los primeros hábitos de amor y cuidado de la vida, como por ejemplo el uso correcto de las cosas, el orden y la limpieza, el respeto al ecosistema local y la protección de todos los seres creados.

Esta misma gratuidad nos lleva a amar y aceptar el viento, el sol o las nubes, aunque no se sometan a nuestro control. Por eso podemos hablar de una fraternidad universal que la vivimos en el arte de amar.

El arte de amar se aprende en el hogar, pues, hace falta volver a sentir que nos necesitamos unos a otros, que tenemos una responsabilidad por los demás y por el mundo, que vale la pena ser buenos y honestos.

No elegimos la familia. Ellos son un regalo de Dios para ti, como tú lo eres para ellos.

La vida y el tiempo son los mejores maestros. La vida nos enseña a aprovechar el tiempo y el tiempo nos enseña a valorar la vida y como no, a valorar en la familia el mejor tesoro que tenemos.

El Papa Francisco hizo una apreciación a varios peregrinos y destacaba los valores y principios fundamentales de la familia, diciendo que el arte de amar se aprende en el hogar.

Estos fueron los elementos perceptibles por el Papa:

- a. **El valor de la familia:** ¡Qué precioso es el valor de la familia, como lugar privilegiado para transmitir la fe! Las familias no son piezas de museo, resaltó Francisco, sino que en realidad son un “tesoro precioso” por el que todos debemos tener gran estima.

Cuando se describe que la familia no son piezas de museo, sino que por medio de ellas se concreta la capacidad de darse, el compromiso recíproco y la apertura generosa a los demás, así como el servicio a la sociedad”; estamos valorando que la familia es la fuente de toda fraternidad, y por eso es también el cimiento y el camino primordial para la paz, pues, por vocación, debería contagiar al mundo con su amor.

- b. **El tesoro precioso:** Advirtió que la familia es un tesoro precioso. En este sentido, afirmó que la imagen del ‘tesoro’ es una imagen que refleja muy bien la estima que todos debemos tener por la familia. Pues, el preocuparse por todos, por cada uno, con amor, primordialmente por los niños, los ancianos, quienes son más frágiles y a que a menudo se quedan en el espacio de nuestro corazón.
- c. **La célula principal de la sociedad:** Valoramos que la familia es la célula principal de la sociedad. El Papa Francisco lo expone en la Exhortación Apostólica *Amoris Laetitia*, donde coloca en evidencia cómo a partir de la familia podemos concretar la capacidad de entregarse a los demás por medio de la belleza y de la alegría del amor recíproco.
- d. **La familia no es algo importante.** Lo es todo. Las familias son la brújula que nos guían. Son la inspiración para llegar a grandes alturas, y nuestro consuelo cuando ocasionalmente fallamos y la única piedra que sé que se mantiene estable, la única institución que sé que funciona, es la familia; por eso cuando llegan los problemas es la familia la que te apoya.

- e. **El amor es un sentimiento** que tiene una traducción verdadera, y muchas traducciones falsas, dañinas, patológicas. Y es en el hogar donde aprendemos a amar. ¿Cómo podemos enseñar a nuestros hijos a dar y recibir amor?

Todo esto que pronunciamos nos lleva a ultimar que:

“Enseñar a amar no es fácil, porque primero necesitamos aprenderlo nosotros mismos. No somos perfectos y como padres tendremos errores; pero el que nos esforcemos por mejorar hablará del gran amor que sentimos por los que nos rodean. Algunas veces lo lograremos, otras no; pero es el intento que hacemos lo que quedará sembrado en el corazón de nuestros hijos”.

4. LA FAMILIA: UN TESORO

Jamás olvides que la familia te enseña qué son los valores y creencias, enseña qué puede ser malo y bueno en el camino de tu vida. Por eso nunca desprecies a tu familia porque son ellos los únicos que estarán contigo hasta el final. El apoyo y el amor incondicional de una familia jamás puede ser reemplazado por nada.

El valor de la familia es primordial para la sociedad, indica el Pontífice:

“Al hablar de las familias, muchas veces me viene a la cabeza la imagen de un tesoro”.

Sin embargo, no es suficiente hablar de su importancia, advierte Francisco:

“es necesario promover medidas concretas y desarrollar su papel en la sociedad con una buena política familiar.

Expresamos que la familia es un tesoro, porque el amor que podemos recibir de ella es el regalo más grande en nuestra existencia. La familia siempre tendrá un lugar muy especial en nuestros corazones y eso sucede porque hay amor de verdad.

El Papa habla de la familia como de un tesoro que hay que preservar de los peligros de hoy:

“Hablando de familias, a menudo pienso en la imagen de un tesoro. El ritmo de vida de hoy, el estrés, la presión del trabajo y también la falta de atención de las instituciones la ponen en peligro.

Hay que promover medidas concretas -dice el Papa- y desarrollar el papel de las familias en la sociedad con una adecuada política familiar. El Papa, al final, pide oración para que “las grandes opciones económicas y políticas protejan la familia como el tesoro de la humanidad”.

La capacidad de amar es resultado del desarrollo afectivo que ha tenido el ser humano durante sus primeros años de su vida, mediante un proceso continuo y secuencial que pasa por la infancia, adolescencia y se posterga hasta la madurez y vejez.

Es una triste realidad que las familias actuales están tan saciadas con el trabajo, la escuela y otras tantas actividades que ya no tienen tiempo de platicar, convivir y mucho menos para darse amor. Es esencial entonces recomenzar para formar a nuestros hijos en la afectividad y así ayudarlos a desarrollar su capacidad

de amar. No olvidemos que el amor se transmite principalmente en el hogar.

El amor en la familia no es algo que se tenga que dar porque sí, este sentimiento tiene dos cometidos fundamentales:

- a. **Enseñar el amor**, aprender a amar, cuidarlo y comunicarlo, así como proyectarlo a la sociedad: es en el seno familiar donde se deben cultivar los valores del ser humano, enseñarlo a pensar, a profundizar, a reflexionar, hacerle ver y sentir que el respeto es el guardián del amor, así como la honradez, la generosidad, la responsabilidad, el amor al trabajo y la gratitud.

Es en la familia donde nos invitan a ser creativos en el cultivo de la inteligencia, la voluntad y el corazón, para poder contribuir y abrirnos a la sociedad preparados e íntegros. El amor de la familia por tanto debe también transmitirse a la sociedad.

- b. **El amor le ayuda** a cada uno de sus miembros, principalmente a los hijos, a que desarrollen todas sus potencialidades para que logren alcanzar lo más cerca posible sus objetivos en la vida.

Al principio de la vida, para el niño, el sinónimo del amor es la madre. La relación se estrecha entre los hijos y su madre en el momento del amamantamiento. El pequeño necesita saberse amado, por su madre primero y, conforme va creciendo, por su padre también. Si además de este núcleo se siente amado por los tíos, los abuelos y toda la gente cercana a su núcleo familiar, de una forma inductiva el niño aprenderá lo que es el amor. Y entenderá asimismo que tiene derecho a ser amado.

Para amar a nuestra familia es necesario atender varios puntos esenciales:

- c. **Amor a uno mismo:** el aprender primero a amarse uno mismo, es el punto de partida para dar amor a los demás. Esto es parte de un ciclo, ya que, si tus padres te amaron y enseñaron a amar, te será más fácil después extenderlo a tu futura familia. Pero sin pretenderlo, en tu hogar hubo un ambiente de despego y egoísmo, de rigidez, anarquía, pereza, de ostentación, será un poco más complicado, pero no imposible que puedas abrirte al amor, ya que el crecimiento y la vivencias que vayas adquiriendo a lo largo de toda tu vida, te puede ayudar a tener una visión diferente sobre este sentimiento y su forma de expresarlo.
- d. **Fuimos creados para amar.** ¡Qué mejor ejemplo de lo que es el amor que el amor de Dios! Y cuando permitimos que viva en nuestro corazón resulta más fácil comprender el amor real.
- e. **“Amarás a tu prójimo como a ti mismo”.** Este mandamiento evangélico es básico en el amor. Tienes primero que amarte a ti mismo. Si te amas, cuidas tu cuerpo; si te amas, cuidas tu espíritu; si te amas, puedes amar a alguien de la misma manera en que deseas ser amado. Por lo mismo, debemos enseñar con el ejemplo que nos amamos a nosotros mismos; por eso cuidamos nuestra salud, para poder cuidar de ellos. Buscamos ser felices para estar en posibilidades de otorgarles felicidad a ellos. Porque nos amamos no nos permitimos amar o que nos amen de una forma enferma.

5. MI FAMILIA LO ES TODO

Los momentos vividos con nuestra familia siempre estarán llenos de amor y se guardarán muy dentro del corazón. Lo que hace un lugar tu hogar es la familia que allí te espera cada día. El amor entre la familia siempre podrá unir más a cada uno de

sus integrantes. Mi familia realmente no es perfecta pero aun así siempre me dan su amor y su apoyo.

Platicamos del valor de la familia que nace y se desarrolla cuando cada uno de sus miembros asume con responsabilidad y alegría el papel que le ha tocado desempeñar en la familia.

Al hablar de familia logramos admitir a un grupo de personas felices bajo un mismo techo y entender el valor de la manutención, cuidados y educación de todos sus miembros, pero descubrir la raíz que hace a la familia el lugar ideal para forjar los valores, es una meta alcanzable y necesaria para lograr un modo de vida más humano, que posteriormente se transmitirá naturalmente a la sociedad entera

El valor de la familia va más allá de los encuentros tradicionales e ineludibles, los momentos de alegría y la solución a los problemas que diariamente se enfrentan. El valor nace y se desarrolla cuando cada una de sus partes asume con responsabilidad y alegría el papel que le ha tocado desempeñar en la familia, procurando el bienestar, desarrollo y felicidad de todos los demás.

El formar y llevar a la familia en un camino de superación firme no es una tarea fácil. Las exigencias de la vida presente consiguen dificultar la colaboración e interacción porque ambos padres trabajan, pero eso no lo hace increíble, por tanto, es necesario dar orden y prioridad a todas nuestras obligaciones y aprender a vivir con ellas. Debemos olvidar que cada miembro cumple con un quehacer explícito y un tanto aislada de los restantes: papá trabaja y trae dinero, mamá cuida hijos y mantiene la casa en buen estado, los hijos estudian y deben obedecer.

En un ambiente de alegría toda fatiga y esfuerzo se aligeran, lo que hace ver la responsabilidad no como una carga, sino como una entrega gustosa en beneficio de nuestros seres más queridos y cercanos.

Es inevitable recapacitar que el valor de la familia se basa esencialmente en la presencia física, mental y espiritual de las personas en el hogar, con disponibilidad al diálogo y a la convivencia, haciendo un esfuerzo por cultivar los valores en la persona misma, y así estar en condiciones de transmitirlos y enseñarlos.

Mi familia lo es todo. Soy lo que soy gracias a mis padres, a mis hermanos, porque me han dado todo. La educación que tengo es gracias a ellos. Lo principal que hemos de solventar en una familia es el egoísmo: mi tiempo, mi trabajo, mi diversión, mis gustos y mi descanso, si todos esperan comprensión y cuidados ¿quién tendrá la iniciativa de servir a los demás? Si papá llega y se acomoda como príncipe, mamá se encierra en su habitación, o en definitiva ninguno de los dos está favorable, no se puede procurar que los hijos conciban que deben ayudar, conversar y compartir tiempo con los demás.

No existe la familia perfecta, pero si aquellas que luchan y se esfuerzan por lograrlo.

No obstante, la familia unida es feliz sin afectar la posición económica, los valores humanos no se compran, se viven y se otorgan como el regalo más preciado que podemos dar.

Porque un hogar no es un edificio, ni una calle ni una ciudad; no tiene nada que ver con cosas tan materiales como los ladrillos y el cemento. Un hogar es donde está tu familia. Mi familia lo es todo. Es una de las obras maestras de la naturaleza.

6. CON LA FAMILIA APRENDES A VIVIR

Con la familia aprendes a vivir y con ellos aprendes a amar sin condiciones y sabes que el amor de una familia nunca se termina. A la familia no los une la sangre, los une el respeto y el afecto que en ella pueda haber. Tienes que saber que antes que todos y que todo lo primero siempre será la familia.

Una familia que te ame y te apoye es algo difícil de conseguir, es un regalo que siempre debes agradecer.

El amor de una familia no es como el amor de todos, es un amor que a pesar de todo siempre estará allí.

Sabemos que las faltas del pasado no desautorizan a los padres. No permitas que tus hijos te falten el respeto reclamándote por el pasado. Enseña que Dios perdona y si te has arrepentido y has corregido el mal, debes ahora tomar plenamente la misión de ser buen padre. Eso será un ejemplo para ellos. Tampoco reclames a tu esposa o a tus hijos por algo del pasado que ya ha sido hablado y perdonado. Trabajemos en mejorar el presente.

No intentes que los hijos sean como tú. Dios les dará su propia vocación. Los padres educan en la fe y la verdad. Estos son cimiento necesario para todo hombre. Desde esa base, cada uno desarrollará su propia vida.

El Papa Francisco, en su mensaje expresa que:

“tener un lugar a donde ir, se llama hogar. Tener personas a quien amar, se llama familia, y tener ambas se llama Bendición.

La vida de hoy puede poner en peligro a la familia, por lo que se necesitan medidas concretas para ayudarla a crecer.

Aprendemos a sentir amor gracias a la familia, a veces pareciera que no existe, pero es el amor el que siempre nos llena de felicidad

La familia es una de las obras maestras de la naturaleza. Son tus padres los que te conocen por dentro y fuera. Ellos son los que están verdaderamente felices por tus mayores victorias, pero nunca te dejan de lado durante los momentos en que has tocado el fondo.

El amor en la familia siempre será más fuerte que cualquier amor, porque, a pesar de todo, siempre seremos familia.

Cuando conoces esa palabra tan bella que es el amor, piensas en formar una familia. El amor lo conoces cuando tienes familia y tienes una familia de verdad cuando existe amor en ella.

7. EL FUTURO DE LA FAMILIA

El mayor miedo que puedes sentir es perder a alguien que consideras tu familia. Sucederán eventos en nuestras vidas en las que tengamos que cambiar, pero siempre comenzamos a estar con la familia y al final de nuestras vidas seguiremos junto a ella.

“Por ustedes no hay mal que me haga sufrir, ustedes me protegen y nada me podrá pasar. Soy capaz de todo porque me dan la fuerza que más nadie me pueda dar.

Tuve suerte al nacer de dos buenas personas, haber tenido un hermano increíble y el poder disfrutar de ellos siempre. Espero que todos sean tan felices como yo.

No hay nada que merezca más orgullo que dar la vida por tu propia familia.

La familia es aquello que permite que el amor florezca.

*La familia siempre es el primer lugar donde aprendemos a querer,
y a ser queridos.*

El origen de las familias nos lleva a un tiempo donde agrupaciones de individuos, con mayor o menor vinculación de consanguinidad, formaron tribus y clanes con objeto de superar con mayor éxito las adversidades de la naturaleza.

La familia ha sido objeto de especial protección en todas las culturas, y aún con más fuerzas en aquellas en las que la religión marca las pautas a seguir.

La forma en que los padres se aman tendrá repercusión en la vida futura del hijo. La familia del futuro quizá no sea la que tienes en mente. Es probable que nos falten parámetros para vaticinar la evolución de la unidad básica de nuestra sociedad, de nuestra economía, e incluso de la política. Un padre, una madre, varios descendientes... ese es el concepto idílico que ha imperado en los últimos siglos en los países más influyentes de su tiempo. Y no siempre fue así.

La familia es la esperanza del futuro. Nuestras familias inicialmente se conformaban por un padre, madre e hijos, pero ahora con el paso de los años se han venido produciendo una serie de cambios en la forma en que se establecen los vínculos, se convive, se educa y en la manera en que se demuestra el amor o el afecto. Por eso es importante preguntarnos ¿Cuál será el futuro de sus hijos o nietos?

Los miedos, las costumbres, la crianza y los gustos, son la radiografía de las familias en un presente, pero con grandes transformaciones y cambios en un futuro porque la sociedad avanza a pasos agigantados haciendo que nada sea igual al pasado.

Hay cambios en las familias; todo cambia y se transforma al interior y exterior de un hogar porque las leyes de las familias han

experimentado cambios que harán que en un futuro sean diferentes en el reconocimiento de derechos que establece la ley.

El concepto de familia como estructura ha sufrido variaciones a través de la historia según los retos a los que se enfrenta; en perspectiva encontramos como modelo central la familia nuclear, aunque, es un hecho innegable la diversidad en la estructura familiar en la que encontramos las familias monoparentales, las familias reconstituidas, las familias extensas, las familias de nuevo tipo.

Hay que ir detrás de la ética, la moral y las enseñanzas que se adquirieron a lo largo de la vida. Por eso, el futuro no solo depende de sus vecinos o conocidos, también depende de usted.

Los cambios se dan por sus acciones, por la conducta de la persona que está a su lado en este instante o por aquel que sabe lo que desea y añora, así que todo depende de nosotros, de cómo llevemos y cumplamos nuestros objetivos.

En la constitución de una familia, cada figura parental ejerce un rol importante; las madres son más expresivas al solventar las necesidades emocionales, entre ellas la expresión del amor, atención, cuidados y comprensión, los padres son preponderantes en cuanto a brindar seguridad y aportan más en el desarrollo motor a través del juego.

La presencia de las figuras paternas quienes se estiman, se apoyan y establecen vínculos seguros con cada hijo fomenta bases más sólidas en él para ser un adulto estable. Aquí hacemos mención del modelo de familia nuclear, formada por los progenitores y uno o más hijos.

“El amor más sincero que tenemos, es ese que sentimos hacia nuestras familias. El amor más infinito es el que sentimos con

nuestra familia y el más agradecido el que tenemos con los que queremos. A la familia jamás hay que olvidarla porque la familia de verdad jamás te olvida.

En palabras de Jorge Luis Borges:

Con el tiempo te das cuenta de que el que humilla o desprecia a un ser humano, tarde o temprano sufrirá las mismas humillaciones o desprecios multiplicados al cuadrado. Con el tiempo aprendes a construir todos tus caminos en el hoy, porque el terreno del mañana es demasiado incierto para hacer planes. Con el tiempo comprendes que apresurar las cosas o forzarlas a que pasen ocasionará que al final no sean como esperabas. Con el tiempo te das cuenta de que en realidad lo mejor no era el futuro, sino el momento que estabas viviendo justo en ese instante”.

Concluamos con esta alabanza:

Oración de un Padre por sus Hijos

Señor, AYÚDAME a comprender a mis hijos, a escuchar pacientemente lo que tengan que decir, a contestar con cariño todas sus preguntas.

HAZME tan amable con ellos, como quisiera que lo fueran conmigo. No me permitas interrumpirlos, hablándoles de mal modo, si no enseñándoles con amor.

DAME VALOR de confesar mis faltas para con mis hijos, no permitas que me burle de sus errores, ni que los humille o avergüence delante de sus amigos o hermanos como castigo.

NO PERMITAS que induzca a mis hijos a hacer cosas indebidas por seguir mi mal ejemplo. Te pido que me guíes todas las horas del día, para que pueda demostrarles, por todo lo que diga y haga, que la honestidad es fuente de felicidad.

REDUCE, te lo ruego, el egoísmo que hay dentro de mí. Haz que cese mis críticas de las faltas ajenas, que cuando la ira trate de dominarme, me ayudes, oh Señor, a contener mi lengua.

HAZ que tenga siempre a flor de labios una palabra de estímulo.

AYÚDAME a tratar a mis hijos, conforme a sus edades, y no me permitas que de los menores exija el criterio y normas de vida de los adultos.

NO PERMITAS que les robe las oportunidades de actuar por sí mismos con responsabilidad de pensar, escoger y tomar su decisión de acuerdo a su edad.

PROHÍBEME Señor que los agrede física o verbalmente, con el pretexto de corregirlos, por el contrario que siempre tenga para ellos: tiempo, abrazos, te amo y besos.

Amén.

SEÑOR, AUMENTA NUESTRA FE

¡Creo Señor, pero aumenta mi fe!

AMBIENTACIÓN

En estos tiempos donde la ciencia es la primera en levantar la voz orgullosa, donde la misma razón quiere solucionarlo todo, tratando de imponerse a Dios; se desata la tormenta que golpea contra nuestra existencia. Se podría exclamar como en el evangelio: ¡Generación sin fe! ¡Generación sin sacrificio! El Señor es el médico del hombre por excelencia y no deja de inclinarse amorosamente hacia la humanidad que sufre.

Al articular estas palabras bíblicas: ¡Creo Señor, pero aumenta mi fe! recordamos la siguiente historia:

“En alta mar se desató una tormenta, el vendaval golpeaba contra la pobre embarcación y las olas la movían con ferocidad. Pero un niño que se encontraba en la proa jugando no parecía enterarse del problema. Un marinero sorprendido por su actitud corre hacia él cuando la tormenta ha pasado y le pregunta: - ¿no tenías miedo? No-, responde con voz aguda, porque mi Padre era el Piloto”.

En estos tiempos dificultosos de la vida, en la tormenta, en un dolor grande, como el que sufren a veces las personas por su enfermedad prolongada y demorada, a circunstancias embarazosas; Cristo sólo pide un poco de fe, basta un poco de fe para obrar el milagro. Esto es viable para el que tiene fe. La fe es capaz de

mover montañas, las montañas del sufrimiento o del dolor, es capaz de arrebatarse el milagro a Cristo, como la hemorroísa, la fe es la lámpara que nos muestra el camino. Por eso debemos ofrecer perennemente, nuestra oración: Señor, creo, pero suple mi falta de fe, confianza y amistad. ¿Cuándo venga el Hijo del hombre encontrará fe en el mundo?

Es innegable que lo que requerimos hoy es más fe, confianza, amistad, más oración y más sacrificio. Pues, de todas las peticiones que se le dirigieron a Jesús durante su predicación no hay quizá ninguna tan desgarradora y sensible como la de aquel pobre hombre del evangelio: ¡Creo Señor, pero ayúdame en mi incredulidad! Y, el buen hombre puso en nuestros labios una súplica que no se nos debiera derrumbar de los labios: ¡Fe, más fe, Señor, que necesitamos mucha fe! La fe significa vivir con incertidumbre, sintiendo el camino a través de la vida, dejando que tu corazón te guíe como una linterna en la oscuridad.

Falta sacrificio. Estamos ciegos. Sencillamente abandonamos lo bueno. Vivimos encerrados en el pecado. Es cierto que concebimos mal el sacrificio: El sacrificio es un valor humano. Se conoce como valor humano al conjunto de virtudes que posee una persona u organización, que determinan el comportamiento e interacción con otros individuos y el espacio.

Los valores humanos abarcan todas aquellas acciones que se consideran como correctas, por lo que también están relacionados con los valores morales, que son aquellos que regulan la conducta de los seres humanos.

Falta sacrificio. Del sacrificio que es abandono total a Dios. Que mal lo concebimos. Por eso en los instantes de prueba no sabemos que hacer; creyera que todo lo hemos disipado.

Hay exaltaciones en algunos de nosotros por sus esfuerzos meritorios durante su vida, por su disciplina, pues ¡cuánto sacri-

ficio se necesita para ganar la medalla de oro en las Olimpiadas! ¡cuánto sacrificio se invierte en llegar a ser médico, ingeniero o arquitecto de calidad! ¡cuán admirables son las madres de familia que se sacrifican para que sus hijos tengan un hogar sano, culto y lleno de oportunidades! Como enseña el japonés, Jim Rohn:

“No podemos desconocer una verdad, me hace esclavo de una mentira. Tarde o temprano la disciplina vencerá a la inteligencia. La disciplina es el puente entre las metas y el éxito. Todos tenemos que sufrir uno de dos dolores: el dolor de la disciplina o el dolor del pesar. La diferencia está en que la disciplina pesa unas cuantas onzas, y el pesar, toneladas”.

Uniéndonos al de Cristo, podemos hacer de nuestra vida un sacrificio para Dios.

Estos sacrificios extrínsecos, mencionados asimismo por la voluntad que sostienen, para ser auténticos deben ser locución en la medida de lo posible del sacrificio espiritual. Los profetas de la Antigua Alianza denunciaron con frecuencia los sacrificios hechos sin participación interior o sin amor al prójimo. Jesús recuerda las palabras del profeta Oseas: Misericordia quiero, y no sacrificio. “El único sacrificio perfecto es el que ofreció Cristo en la cruz en ofrenda total al amor del Padre y por nuestra salvación” (Hb 9,13-14).

Pretendo abordar este artículo: ¡Creo Señor, pero aumenta mi fe! con esta escena bíblica:

“En aquel tiempo, cuando Jesús bajó del monte y llegó al sitio donde estaban sus discípulos, vio que mucha gente los rodeaba y que algunos escribas discutían con ellos. Cuando la

gente vio a Jesús, se impresionó mucho y corrió a saludarlo. Él les preguntó: ¿De qué están discutiendo? De entre la gente, uno le contestó: Maestro, te he traído a mi hijo, que tiene un espíritu que no lo deja hablar; cada vez que se apodera de él, lo tira al suelo y el muchacho echa espumarajos, rechina los dientes y se queda tieso. Les he pedido a tus discípulos que lo expulsen, pero no han podido. Jesús les contestó: ¡Gente incrédula! ¿Hasta cuándo tendré que estar con ustedes? ¿Hasta cuándo tendré que soportarlos? Tráiganme al muchacho. Y se lo trajeron. En cuanto el espíritu vio a Jesús, se puso a retorcer al muchacho; lo derribó por tierra y lo revolcó, haciéndolo echar espumarajos. Jesús le preguntó al padre: ¿Cuánto tiempo hace que le pasa esto? Contestó el padre: Desde pequeño. Y muchas veces lo ha arrojado al fuego y al agua para acabar con él. Por eso, si algo puedes, ten compasión de nosotros y ayúdanos. Jesús le replicó: ¿Qué quiere decir eso de ‘si puedes’? Todo es posible para el que tiene fe. Entonces el padre del muchacho exclamó entre lágrimas: Creo, Señor; pero dame tú la fe que me falta. Jesús, al ver que la gente acudía corriendo, reprendió al espíritu inmundo, diciéndole: Espíritu mudo y sordo, yo te lo mando: Sal de él y no vuelvas a entrar en él. Entre gritos y convulsiones violentas salió el espíritu. El muchacho se quedó como muerto, de modo que la mayoría decía que estaba muerto. Pero Jesús lo tomó de la mano, lo levantó y el muchacho se puso de pie. Al entrar en una casa con sus discípulos, éstos le preguntaron a Jesús en privado: ¿Por qué nosotros no pudimos expulsarlo? Él les respondió: Esta clase de demonios no sale sino a fuerza de oración y de ayuno” (Mc 9,14-29).

Revisión de vida

- Jesús destaca que sus oyentes tienen un pensamiento ciego. Los milagros que ejecuta deberían alertarlos y reconocer que Él ha sido enviado por Dios el Padre. Pero su pensamiento no puede hacer tal conexión. No tienen la luz para ello.
- La muchedumbre está muy alejada de Dios. No han oído su voz, ni tienen algún sentido de su forma. Su palabra no está en ellos. Si hubiesen escuchado a Jesús serían muy diferentes. Ser atraídos por Él, o estar abiertos a Él, indica una claridad de la vida.
- Los judíos de ese tiempo buscaban en las Escrituras para encontrar la vida Eterna. Pero necesitaban avanzar, ir hacia Jesús y descubrir una nueva vida en Él.
- Cuanto nos falta pronunciar estas palabras ¡Creo Señor, pero aumenta mi fe!

Examinando y estudiando el texto de Marcos despegamos muy prontamente cuatro ideas muy transparentes para nuestra reflexión: la falta de fe. Nada hay imposible para el que cree, la pérdida de paciencia de Jesús y la oración como la fórmula para expulsar al demonio.

En este artículo: ¡Creo Señor, pero aumenta mi fe! Expondré algunos aspectos primordiales de reflexión sobre la auténtica fe en Dios:

1. Creer es poder.
2. La fe es un don de Dios.
3. La gente cree lo que quiere creer.
4. ¿Ver para creer o creer para ver?
5. ¿Dónde está Dios?
6. Es tiempo de buscar a Dios.

7. ¡Abre tu corazón a la Misericordia!
8. En Él está nuestra esperanza.
9. ¡Estamos en manos de Dios!

La auténtica fe en Dios contiene la confianza. Poseemos plena confianza en que Dios en Cristo nos ha dado la vida eterna,

“pues estoy seguro de que ni la muerte ni la vida ni los ángeles ni los principados ni lo presente ni lo futuro ni las potestades ni la altura ni la profundidad ni otra criatura alguna podrá separarnos del amor de Dios manifestado en Cristo Jesús Señor nuestro” (Rm 8,38-39).

1. CREER ES PODER

Jesús le dijo: “¿Cómo si tú puedes?” Todas las cosas son posibles para el que cree. Al instante el padre del muchacho gritó y dijo: Creo; ayúdame en mi incredulidad”.

Creer es esencial. Es en ello que debemos convocarnos. Pero hay dos cosas respecto al creer que debemos reflexionar. La primera es que no se trata de un ejercicio mental de repetición de un mantra, sino del ejercicio práctico de la fe en la vida cotidiana. En otras palabras, la fe la expresamos en nuestra forma de vida, en lo que hacemos. Dicho de otro modo, lo que hacemos trasluce nuestra fe y es, por lo tanto, en este accionar cotidiano que se irá notando la profundidad de nuestra fe y será entonces que, tan gradualmente como optemos por creer, que los frutos ilimitados de la fe aflorarán. Esa afirmación de Jesús, “todo es posible para el que cree” está referida a aquél que se ha entregado por completo a la fe, tal como nos lo reclama Jesús.

Todos podríamos contar algún momento de nuestra vida que superamos simplemente confiando y creyendo que podíamos conseguirlo.

Realmente hay un poder muy grande en aquellos que tienen la fe y confianza de creer y ponerse en acción. Creer es poder. Creer ayuda a superar muchos miedos, proporciona fuerzas de flaqueza y es capaz de mover montañas.

La baja confianza y fe suele llevar al fracaso, en cambio creer, aunque sea en la posibilidad mínima puede ser fruto de un éxito absoluto. Solo así se entiende que un equipo humilde pueda plantarle cara a un equipo plagado de estrellas y llegue incluso a ganarle. La realidad es que en el momento en que pensamos “No puedo” ya hemos perdido la batalla, y esto sucede demasiadas veces.

La gente comenta que, después de la tormenta viene la calma. Jesús dice: “Yo soy la calma en medio de la tormenta”. En el pasaje bíblico leemos:

“Había un hombre que tenía un hijo atormentado por un espíritu. Probablemente había buscado muchísimas soluciones, habría gastado dinero para encontrar una solución, pero su hijo seguía sufriendo. Entonces se encontraron con Jesús y clamaron a Él. Jesús le dijo: ¿Cómo si tú puedes? Todas las cosas son posibles para el que cree. Al instante el padre del muchacho gritó y dijo: ¡Creo, ayúdame en mi incredulidad!”

Grandísima respuesta de este hombre, se sentía incapaz pero no se rindió, clamó y pidió al único que podía ayudarlo a creer.

La fe es algo que no se logra provocar, no es posible juntar ningún elemento químico para crearla, la fe sencillamente existe, lo difícil ciertamente es ponerla en acción. “Es pues la fe, la certeza

de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve". Jesús lo definió como: "todas las cosas son posibles para el que cree". Dime cómo de grande es tu problema y verás cómo de grande es la fe para solucionarlo. Quizá pienses que no puedes, y en ocasiones es verdad, entonces clama como este hombre hizo: "ayúdame en mi incredulidad". Levantemos los ojos al cielo, pues Dios es capaz de desatar lo que para nosotros parece imposible.

La fe proviene de Dios, Él es quien la otorga, el produjo fe en nosotros para poder ser salvos por su gracia "por gracia sois salvos por medio de la fe, y esto no de vosotros, pues es don de Dios, no por obras para que nadie se gloríe". No podemos producir fe, es la gracia de Dios la que nos la facilita. Clama a Dios en medio de tu circunstancia imposible, ruega que te ayude en tu incredulidad, pide a Dios el milagro que necesitas en tu salud, en tu familia, en tu trabajo, en tu matrimonio, en lo que necesites, y luego espera, a su momento y conforme a su voluntad Dios te dará la fe y lo superarás. ¿Hay algún Dios tan grande como el nuestro?

Si no hay fe en Dios, la vida y la experiencia humana se minimiza y empobrece. Habrá pérdida en muchos sentidos: por ejemplo, lo moral carecerá de cimiento; lo espiritual de sentido; lo digno y trascendente del ser humano (hecho a imagen y semejanza de Dios) desciende al nivel de lo animal y atroz; la conciencia de eternidad, presente en cada corazón humano, se ahoga en la antinatural ciénaga del escepticismo.

Otros aspectos es que, prohibir la posibilidad de creer en Dios al ser humano, y se le estará privando de la más necesaria disposición para desarrollarse y realizarse con un sentido de trascendencia y provecho tanto para ella como para quienes le rodean. Anonadar en el corazón la llama de la fe, y se estará anonadando con ello la posibilidad de amar, perdonar, pero también la posibilidad de dejarse amar y aceptar el ser perdonado; y es que, aunque nos

cueste aceptarlo, la fe es más necesaria para el vivir que muchas de las cosas a las que estamos acostumbrados, y no pocas cosas dependen de la fe para su vivencia plena.

*No por mero hablar dijo Jesús de Nazaret: “Tened fe en Dios”
(Mc 11,22), y “Si tuviereis fe, nada os sería imposible”.*

Una vida que se abre a la experiencia de confiar en Dios, es una vida que se abre al amor, a la justicia, a la nobleza, a la verdad, a la paz, a la reconciliación y la salvación.

2. LA FE ES UN DON DE DIOS

Jesús de Nazaret les había repetido en diversos momentos: ¡Qué pequeña es vuestra fe! Los discípulos no protestan. Saben que tiene razón. Llevan bastante tiempo junto a Él. Lo ven entregado totalmente al Proyecto de Dios; solo piensa en hacer el bien; solo vive para hacer la vida de todos más digna y más humana. ¿Lo podrán seguir hasta el final?

En Lucas, en un momento definitivo, los discípulos le dicen a Jesús: “Auméntanos la Fe”. Sienten que su fe es pequeña y débil. Necesitan confiar más en Dios y creer más en Jesús. No le entienden muy bien, pero no le discuten. Hacen justamente lo más importante: pedirle ayuda para que haga crecer su fe.

La crisis religiosa de nuestros días no respeta ni siquiera a los practicantes. Nosotros hablamos de creyentes y no creyentes, como si fueran dos grupos bien definidos: Unos tienen fe, otros no. En nuestro escenario, no es así. Poco más o menos siempre, en el corazón humano hay, a la vez, un creyente y un no creyente. Por eso, siempre los que nos llamamos “cristianos” nos hemos de

preguntar: ¿Somos realmente creyentes? ¿Quién es Dios para nosotros? ¿Lo amamos? ¿Es Él quien dirige nuestra vida?

Es cierto que la fe alcanza a apagarse en nosotros sin que de ningún modo nos haya asaltado una duda. Si no la cuidamos, puede irse diluyendo poco a poco en nuestro interior para quedar reducida sencillamente a una costumbre que no nos atrevemos a abandonar por si acaso. Distraídos por mil cosas, ya no acertamos a comunicarnos con Dios. Vivimos prácticamente sin Él.

Agustín de Hipona dice que,

“la vida es el examen más dificultoso. La mayoría fracasa por intentar copiar a los demás, sin darse cuenta que todos tenemos un examen diferente”.

¿Qué podemos hacer? No es necesario grandes cosas. Es inútil que nos hagamos propósitos extraordinarios y probablemente no los vamos a cumplir. Lo primero es orar como aquel desconocido que un día se acercó a Jesús y le dijo: “Creo, Señor, pero ven en ayuda de mi incredulidad”.

La interioridad es el lugar de las grandes preguntas y de las grandes certezas y convicciones.

Es bueno repetirlas con corazón sencillo. Dios nos entiende. El despertará nuestra fe. Poco a poco irá transformando nuestra alma e irá convenciéndonos suavemente con su amor, con su bondad, con su alegría. Si escuchar la Palabra de Dios puede cambiar el corazón, cuánto más no podrá hacer Él cuando le tenemos dentro. En nuestro interior.

Es innegable que lo mejor es cerrar los ojos y permanecer en silencio para sentir y acoger su Presencia. Tampoco nos hemos

de entretener en pensar en Él, como si estuviera solo en nuestra cabeza. Está en lo íntimo de nuestro ser. Lo hemos de buscar en nuestro corazón.

Agustín de Hipona dice:

*“Nos hiciste, Señor, para Ti, y nuestro corazón está inquieto,
hasta que descanse en Ti” (conf. 1,1,1).*

Conocer a Cristo es una empresa emocionante que sólo experimentan quienes quieren hacer esta experiencia. Uno sale transformado de cada encuentro con el Señor, no porque nosotros hagamos o digamos algo, sino porque es Él el primer interesando en nuestra santificación y en nuestro bien. Y, cuando a Cristo le abrimos la puerta del corazón, silenciosamente va invadiendo toda la casa hasta llenarla y poseerla toda; entonces es cuando repetimos las palabras del Apóstol Pablo: “y ya no vivo yo, es Cristo quien vive en mí” (Ga 2,20).

Lo significativo es insistir hasta tener una primera experiencia, aunque sea pobre, aunque solo dure unos instantes. Si un día percibimos que no estamos solos en la vida, si captamos que somos amados por Dios sin merecerlo, todo cambiará. No importa que hayamos vivido olvidados de Él. Creer en Dios, es, antes que nada, confiar en el amor que nos tiene.

Al expresar Agustín de Hipona:

“a muchos que no comprenden esta fe de la verdad más sublime, puede parecerles que el Señor no respondió a lo que sus discípulos le habían pedido” (ep. Io. 2,39).

Es, difícil creerlo así; a no ser que entendamos que el Señor les mudó una fe en otra, esto es, la fe que prestamos a Dios con la fe de la que se goza en presencia de Dios.

3. LA GENTE CREE LO QUE QUIERE CREER

San Agustín de Hipona dice:

“La verdad, aunque yo siempre iba corriendo, nunca pensé que eso me llevara a ningún lado”.

Al emprender nuestra juventud, nuestros padres mayores insistían asiduamente en la verdad, mentira, error y el creer, simplemente nos advertían tener grandísimo cuidado. Firmemente su insistencia era tenerse atención y más cuidado con la gente que cree lo que quiere creer. Porque a veces uno no escoge las cosas en las que cree, ellas lo escogen a uno.

Con el creer nos instruían cómodamente:

“si te crees algo, piensas que es verdad. Si eres fácil de engañar entonces podrías creer a tu hermana pequeña cuando dice que un ladrón irrumpió en la casa y se comió todo tu caramelo. Si estás en un jurado y la acusación y la defensa presentan dos versiones diferentes de lo que pasó, lo que tienes que decidir es a quién te crees. Creer también puede significar tener confianza. La creencia no requiere prueba, sólo aceptación. Si crees en mí, no significa que pienses que sea real (a menos que yo no sea un fantasma), significa que piensas que pueda hacer todo lo que me proponga. Pues, un error no se convierte en verdad por el hecho de que todo el mundo crea en él”.

Al ser transmitida la Palabra de Dios, ayer como hoy, provoca siempre una división: la Palabra del Señor divide, ¡siempre! “La gente cree lo que quiere creer.” Provoca una división entre quien la acoge y quien la rechaza. A veces también en nuestro corazón se

enciende un contraste interior; esto sucede cuando advertimos la fascinación, la belleza y la verdad de las palabras de Jesús, pero al mismo tiempo las rechazamos porque nos cuestionan, nos ponen en dificultad y nos cuesta demasiado observarlas.

Juan es un buen intérprete de las palabras de Jesús. Un buen intérprete debe tener una doble fidelidad. Fidelidad a las palabras de aquel que habla, y fidelidad al lenguaje de aquel que escucha. La gente cree lo que quiere creer. Lo que ha sido creído por todos siempre y en todas partes, tiene todas las posibilidades de ser falso.

Fácil es hacerles creer una cosa, pero difícil hacerles persistir en su creencia. En nuestro caminar bien sabemos que para ir escuchando al Señor que nos habla, la vida ilumina el texto y el texto ilumina la vida; desde esta premisa podemos seguir descubriendo lo que nos trae nuevamente las enseñanzas del Maestro interior. Aceptamos el amor que creemos merecer.

Indiscutible es que creer no es añadir una opinión a otras. Los hombres tienden a creer aquello que les conviene. Y la convicción, la fe en que Dios existe, no es una información como otras. Mucha información no nos importa si son verdaderas o falsas, pues no cambian nuestra vida. Pero, si Dios no existe, la vida es vacía, el futuro es vacío. En cambio, si Dios existe, todo cambia, la vida es luz, nuestro futuro es luz y tenemos una orientación para saber cómo vivir.

Las personas no son lo que piensan que son. Sólo creen serlo. Es triste, pero es verdad. Jesús nos reprocha no haber comprendido su mensaje. Marchamos en busca de la gloria que proporciona el mundo a quienes obran según el slogan del momento. Corremos tras la vanidad del tener más y más; sin compartir lo que Él mismo nos ha dado: amor, confianza y comprensión. Esto es leer las escrituras y no entender el mensaje de Cristo: dar amor falso; llamarse cristiano y apenas conocer a Jesús. Pero Jesús es paciente.

Nos espera. Y si nos reprocha algo en nuestra conciencia, es porque nos ama y nos quiere cerca de su Corazón.

Los hombres tienden a creer aquello que les conviene. Qué hermoso poder examinarnos interiormente y preguntarnos ¿dónde está nuestro corazón? ¿dónde está lo significativo de mi vida? ¿dónde estamos situando las energías? Si las estamos poniendo en el Señor, si las estamos poniendo de verdad en Él y en el bien, o si nuestro corazón marcha por cualquier lado, como abandonado, perdido en un montón de cosas que no precisamente son malas pero que no pueden ocupar el centro por qué no son Dios, o si nuestro corazón a lo mejor está eligiendo el mal. Qué hermosa pregunta para que digamos: ¿dónde está tu corazón?

Agustín de Hipona expresaba,

“lo malo siempre es más fácil de creer; por eso, creer constituye la orientación fundamental de nuestra vida. Creer, decir: Sí, creo que tú eres Dios, creo que en el Hijo encarnado estás presente entre nosotros, orienta mi vida, me impulsa a adherirme a Dios, a unirme a Dios y a encontrar así el lugar donde vivir, y el modo como debo vivir. Y creer no es sólo una forma de pensamiento, una idea; como he dicho, es una acción, una forma de vivir. Creer quiere decir seguir la senda señalada por el que proporcionó la vida por mí hasta entregarla: ¡Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia!” (Jn 10,11).

4. ¿VER PARA CREER O CREER PARA VER?

No se trata de ver para creer, sino de creer para ver. Crea, entonces percibirá. Por ejemplo, el sufrimiento de la cruz, es algo que repugna al hombre. Para muchos su realidad es, justamente,

la prueba de que Dios no existe: les parece imposible que un Ser todopoderoso y lleno de amor no usara ese amor y ese poder para impedir que haya guerras, asesinatos, injusticias, niños que nacen deformes, virus, cáncer que mata a madres cuando sus hijos más las necesitan. “Pues la predicación de la cruz es una necesidad para los que se pierden; más para los que se salvan -para nosotros- es fuerza de Dios” (1Co 1,18).

Somos cristianos de verdad desde el momento en que aceptamos la cruz, porque es en la cruz donde se prueba nuestro corazón de hijos.

Al cristiano se le pide, mucho más: no sólo creer en Dios a pesar de la existencia del sufrimiento, si no de la misma manera saber aceptar ese sufrimiento como camino de amor. Este es el punto donde se dividen los espíritus y donde se decide si somos o no cristianos.

Nuestras creencias que asumimos son un material mental de altísima potencia. En primer lugar, definen la realidad en que vivimos ya que constituyen el cristal a través de la cual vemos e desciframos la vida, a nosotros mismos y a los demás. Imagínate que te pones unas gafas de esas que modifican las formas y los colores de las cosas. Ahora imagínate que pierdes la conciencia de que llevas puestas unas gafas y crees sin cuestionamiento alguno que lo que ves es la realidad. Bueno, pues esto mismo es lo que ocurre con las creencias que tenemos.

El ambiente en que cada uno vivimos es particularmente subjetivo y depende de nuestra percepción, que a su vez está delimitada por nuestras creencias. Se dice que cuando las primeras carabelas de Cristóbal Colón llegaron a tierras americanas, los indígenas no pudieron verlas, aunque las tenían frente a sus

ojos, veían a los marineros salir del mar, pero no a las carabelas. Esto era debido a que nunca habían visto unos artefactos como aquellos y su cerebro no procesaba esa información. Este es el ejemplo, pues, yo no sé si esta historia será cierta o no, pero lo que sí es cierto es que no todo lo que está frente a nuestros ojos lo vemos, y esta es la razón por la que los magos hacen cosas que parecen imposibles; pero un mago es un ilusionista, es decir, un experto en manejar nuestra percepción y hacer que no veamos lo que es evidente.

Crear no es añadir una opinión a otras. Nosotros tenemos muchas opiniones de Dios en nuestras vidas. Pasa con mucha frecuencia que pensamos que Dios es un juez, el omnipotente dictador de los cielos que gobierna con suprema autoridad. Algo muy diferente de lo que es realmente Dios. Por eso, nos cuesta aceptar, creer y hacer Su voluntad. ¡Dios no es así! Dios es misericordia, perdón, amor. Dios no se porta como dictador, sino, más bien, como un Padre que corrige para señalar el camino correcto, porque ama y quiere lo mejor para su hijo. Actúa sabiendo que va a doler, pero es para que todo salga adelante.

Para el que cree no es necesaria ninguna explicación: para el que no cree toda explicación sobra.

En esta verdadera orientación, descubrimos a Dios, y surge natural confianza de que creemos en Dios, porque hemos hecho la experiencia del verdadero Dios, aquel que comprende, entiende y ayuda. Y es lógico que, después de esta experiencia tan fuerte y viva, nuestro creer se transforme en acción. Un creer que va más allá de lo que es aceptar el amor de Dios de forma pasiva; un creer que se compromete a entregarse completamente a Él, en lo que me demande.

Hay mucha gente que no cree en nada, pero que tiene miedo de todo. Por eso la palabra creer para ver es una afirmación definitivamente real porque la creencia va a proporcionar forma a nuestra percepción y a crear nuestra realidad personal. Si creemos que la vida es un lugar lleno de problemas, sufrimientos y gente que va a lo suyo, esa es la realidad en que vamos a vivir, en este caso, la realidad personal interior. Pero también ocurre que nuestras creencias favorecen a crear esa misma realidad objetiva exterior. Como a nadie se le puede forzar para que crea, a nadie se le puede forzar para que no crea. Somos aquello en lo que creemos. Un hombre está dispuesto a creer aquello que le gustaría que fuera cierto.

5. ¿DÓNDE ESTÁ DIOS?

Estas eran las palabras sabias de los antiguos: “Confía, ten fe y pídele a Dios. Él nunca abandona. Confía en Dios en los momentos buenos y en los difíciles”.

“Dicen que Dios tarda, pero nunca falla. Yo he aprendido que Dios no tarda, ni falla. Sus planes son más grandes que nuestra imaginación y nuestro entendimiento, son perfectos. Es una tontería sentarnos con un reloj a esperar a que las cosas sucedan a nuestra conveniencia o según nuestra lógica. Todo sucederá cuando debe ser, cuando tiene que ser, según Sus tiempos”.

En La Biblia que es la Palabra de Dios explica que Él es aquel que “todo lo llena en todos” (Ef 1,23) y en quien “nos vivimos, nos movemos y somos” (Hechos 17,28), por lo que la gloriosa presen-

cia de Dios y sus maravillosas gracias deberían iluminar la vida de toda persona. Sin embargo, la triste realidad es que la mayoría de las personas vivimos de espaldas a esta posibilidad, y vivimos en el día a día separado de Dios.

La causa de esta separación no está en Dios, quien nos creó a su imagen y semejanza para tener comunión y compañerismo con nosotros; indudablemente la causa está en nosotros, quienes a pesar de sentir en nuestros corazones la llamada de la trascendencia y el latir del presentimiento de que hay un Dios arriba en los cielos, sin embargo, descuidamos el darle el valor necesario al hecho de relacionarnos con Él. La Escritura declara: “Vuestras iniquidades han hecho división entre vosotros y vuestro Dios, y vuestros pecados han hecho ocultar de vosotros su rostro” (Is 59,2).

Nadie sabe lo que nos espera el día de hoy. Solo deposita el tuyo en las manos de Dios, y ten fe, que será un gran día. Cuando pensamos en una relación con Dios, en primer lugar, debemos sincerarnos ante nosotros mismos y, principalmente, ante Él. Hay una sola causa de separación entre Dios y el ser humano: el pecado (Término bíblico que hace referencia a todo aquello que es de naturaleza contraria a la justicia y el carácter puro de Dios).

No nos separa de Dios nuestra posición social, nuestro nivel intelectual, nuestro color de piel, o nuestro modo de sentir la vida; pero sí nos separa de Dios el problema de nuestro pecado. Estrictamente hablando, el pecado, cualquiera sea su manifestación y característica, siempre resultará en alejamiento y separación de Dios y de sus bendiciones permanentes. Y, es que el pecado genera inevitablemente malas consecuencias.

Dios es más de lo que buscas, supera lo que imaginas y te ama como nunca has sido amado. Es bastante lamentable vivir nuestros años alejados de Dios, de su bendición, de su paz, de su presencia y compañía, pero, si estamos hechos para vivir por la

eternidad (lo cual afirma enfáticamente la Biblia y aún nuestro propio corazón) ¿Cuánto más trágico ha de ser el hecho de vivir esa eternidad separados de Dios? No debe sorprender que el llamado del amor de Dios sea tan perentorio e insistente para con todos: “Deje el impío su camino, el hombre inicuo sus pensamientos, y vuélvase al Señor, el cual tendrá de él misericordia, y al Dios nuestro, el cual será amplio en perdonar” (Is 55,7).

A veces dicen que Dios permite un Goliat en tu vida, para encontrar el David que esconde tu corazón. Sí, Dios nos hace un llamado a abandonar determinados caminos y pensamientos, específicamente aquellos que nos conducen a una vida alejada de Él. Pensemos un poco sobre este aspecto. Los caminos, lo mismo que los pensamientos de millones de personas, lamentablemente, están enlodados y contruidos sobre cimientos de pecado: idolatría, impureza sexual, deshonestidad, asesinato, engaño, falta de misericordia, orgullo y arrogancia. Y, Dios llama desde lo alto a los hombres ¿Quién escuchará y responderá? a que abandonen estos caminos y pensamientos y se vuelvan a él. Este volverse a Dios es lo que la Biblia llama arrepentimiento, y es indispensable para caminar con Dios y es una insustituible condición para todos los que quieren ponerse a cuentas con su Creador.

Innegable que el mensaje de arrepentimiento, significa radicalmente “pensar diferente”, “cambiar de parecer”; por lo que el llamado que Dios nos hace es a un pensar diferente, a un cambio de parecer en lo que hasta ahora ha sido nuestra óptica y caminar por la vida, de tal manera que en nuestro corazón y vivir le otorguemos el lugar y espacio que Él requiere y que nosotros necesitamos que ocupe para nuestro propio bien y realización. ¿Qué decisión tomarás ante estas palabras? ¿Dónde está Dios en relación a tu vida, en relación con tus caminos y pensamientos?

Agustín de Hipona dice que

“todo parece imposible, hasta que comienzas a tener fe y confiar en Dios. Lo que Dios tiene para ti, ni la envidia, ni los malos ojos lo detendrá. Ni el destino, ni la mala suerte lo cambiará. Dios es eso que te falta, cuando sientes que ya no puedes más. Dios es más de lo que buscas, supera lo que imaginas y te ama como nunca has sido amado”.

6. ES TIEMPO DE BUSCAR A DIOS

“Bienaventurados aquellos que con todo el corazón le buscan; pues no hacen iniquidad los que andan en sus caminos” (Salmo 119,2). Estas palabras pronunciadas por el salmista constituyen en esencia el argumento de nuestra reflexión para esta oportunidad, la cual ha de girar en torno a la búsqueda de Dios. La Escritura expresa con toda claridad que el deseo de Dios es que los hombres le conozcan y obedezcan: “Pero Dios, habiendo pasado por alto los tiempos de esta ignorancia, ahora manda a todos los hombres en todo lugar, que se arrepientan” (Hechos 17,30).

Recordemos estas palabras pronunciadas en un momento de soledad, nervios y de quietud: ¿Te das cuenta! Todo se redujo a un espacio donde teniendo carros no los puedes usar, teniendo dinero no lo puedes salir a gastar, teniendo ropa cara te estás poniendo ropa cómoda que ni combina, teniendo joyas ni las volteas a mirar, y podría seguir la lista. Hoy estás en tú casa. Con lo básico y cuidando de ti y de los tuyos. ¿No te parece una gran lección que nos da la vida?

“No se retrasa el Señor en el cumplimiento de la promesa, como algunos lo suponen, sino que usa de paciencia con vosotros, no queriendo que algunos perezcan, sino que todos procedan al arrepentimiento” (2Pe 3,9).

Aunque Él ha escogido mantenerse velado y en oculto, espera que los hombres intenten hallarle, aunque sea como palpando a ciegas: “Para que busquen a Dios, si en alguna manera, palpando, puedan hallarle, aunque ciertamente no está lejos de cada uno de nosotros” (Hechos 17,27).

La conciencia es esa cualidad de la personalidad otorgada por Dios que nos define como seres sensibles y morales, pues nos permite calificar nuestros actos en el contexto de la moralidad y la justicia.

Crear que no eres más que nadie, ya te hace mejor que muchos. Toda persona nace con un ineludible sentido de obligación moral. Esto es así porque todos tenemos una conciencia que actúa como árbitro de nuestras acciones, pensamientos y motivaciones, y, además, tenemos un fuero interno, un conjunto de leyes, que atestiguan en nuestro interior sobre la realidad de la existencia de Dios y la necesidad de buscarle para estar en una correcta relación con Él.

La esperanza te la dio Dios. Muchos pensadores han tratado de desconocer este elemento; han tratado de igualarlo con la influencia del ambiente y la educación; han dicho que esta conciencia moral no es más que el resultado de los tabúes y restricciones que se imponen a la persona durante su desarrollo; sin embargo, el hecho es universal: la conciencia está presente en cada ser humano; puede que ignorada, casi ahogada, casi extinguida, pero siempre presente, acusando o defendiendo a la persona misma.

Con Dios podemos alcanzarlo todo y mucho más de lo que imaginamos. Con Dios podemos hacer realidad todos nuestros tiempos, sueños, metas, planes, propósitos y aspiraciones. Dios es luz de la conciencia interna y personal donde cada ser humano tiene la más sincera convicción de lo plena o vacía que es su vida. Blaise Pascal, el famoso matemático y físico francés de principios del siglo XVII, expresó que “el ser humano posee un vacío en su interior con forma de Dios y que, por tanto, sólo Él (Dios) puede llenar ese vacío en la experiencia humana”. A pesar de lo mucho que han escrito y debatido los pensadores, filósofos, estudiosos de la conducta, y otros hombres de ciencia, todas sus propuestas y aportes han resultado ineficaces para satisfacer ese vacío existencial en el alma y corazón del hombre.

Sus varios supuestos que ociosamente pretenden ostentar una réplica sin tomar en cuenta a Dios no han podido hacer que las personas vivan más felices; sus detallados e intrincados razonamientos no han resultado útiles para liberar al hombre de sus temores; ni siquiera han provisto una motivación que invite a la aspiración de un estilo de vida más elevado y creciente en significados y propósitos.

El célebre poeta y filósofo alemán Friedrich Nietzsche, llegó a expresar su total y absurda falta de coherencia y respuestas en la siguiente frase: “el insensato dice: yo busco a Dios, yo busco a Dios”, “nosotros lo hemos matado, Dios está muerto”. Me complace mucho discrepar y contradecir a Nietzsche para afirmar que Dios está vivo; ¡Cristo vive!, jamás podría Él morir puesto que Él es autosuficiente; Él es el Eterno; sigue siendo el único que tiene inmortalidad; el único que no tiene principio ni fin de días; el único rey por todas las generaciones; el único inmutable, en quien no hay mudanza ni sombra de variaciones; Él único cuyo loor permanece para siempre, el Padre eterno y el que vive por siglos de siglos.

Es tiempo de buscar a Dios. Tiempo de estar con Él. Tiempo de seguirle. Varios seres humanos caminan en busca de lo que piensan les dará ese sentido de realización y felicidad personal; algunos buscan reconocimiento; otros buscan dinero; unos buscan votos para algún aspirante; otros, un amor que los quiera; muchos buscan paz, salud, tranquilidad y seguridad para los años de la vejez y el retiro; otros no saben siquiera qué es lo que buscan, más lo único que nos puede permitir vivir una vida plena de propósito y satisfacciones permanentes, es aquello que está escondido en Dios.

De esta manera, tal cual fuese la etapa y condición de tu vida presente: sea que te encuentres en la juventud o en la vejez; en una época de crecimiento y prosperidad o en medio de fracasos y decepciones; que te sientas con ánimo, fuerzas y energía o te sientas cansado y desalentado; como quiera que te encuentres, solo quiero recordarte lo que seguramente ya sabes: es tiempo de buscar a Dios.

En Dios descubrimos la fuerza, la valentía, el coraje para seguir hacia adelante y poder salir de situaciones penosas. Solo Él puede llenar nuestros corazones y hacer que nuestra copa rebose; solo Él puede impartir en sosiego la plenitud de fuerzas y virtudes que necesitamos; solo Él puede hacer que la heredad que nos ha tocado sea deleitosa y agradable para gloria de su santo nombre.

7. ¡ABRE TU CORAZÓN A LA MISERICORDIA!

Dejémonos envolver por la misericordia de Dios. El Papa Francisco, dice que:

“la misericordia enseña también, en este caso, la vía maestra que se debe seguir -y subraya que- la misericordia puede curar las heridas y puede cambiar la historia. ¡Abre tu corazón a

la misericordia! porque la misericordia divina es más fuerte que el pecado de los hombres. Sean misericordiosos, como el Padre de ustedes es misericordioso”.

El amor es ver a Dios en la persona de al lado, y la meditación es ver a Dios dentro de nosotros. Por eso expresamos que el poder de Jesús es absolutamente distinto al de los poderosos de hoy en día. Si se pierde la dimensión de servicio, el poder se transforma en arrogancia y se convierte en dominio y profanación. Dar es algo que no tiene nada que ver con el sacrificio, con el sentido del deber o con cualquier idea de espiritualidad, sino con el puro placer de dar, porque es un acto alegre que sólo puede proceder de un lugar pleno de amor.

Jesucristo es el verdadero rey, pero su poder es completamente distinto. Su trono es la cruz. Él no es un rey que asesina, al contrario, da la vida. Su ir hacia todos, sobre todo hacia los más débiles, derrota la soledad y el destino de muerte al que conduce el pecado. Jesucristo con su cercanía y ternura lleva a los pecadores al espacio de la gracia y del perdón. El perdón es un regalo silencioso que dejas en el umbral de la puerta de aquellos que te han hecho daño.

El odio se aprende, y si es posible aprender a odiar, es posible aprender a amar y perdonar.

Siempre he sabido que en el fondo del corazón de todos los seres humanos hay misericordia y generosidad. nadie nace odiando a otra persona por el color de su piel, su procedencia o su religión.

El Papa Francisco comenzó hablando de cómo en la Escritura se habla de los potentes, los reyes, los hombres que están ‘en lo alto’ y de su arrogancia y sus abusos. La riqueza y el poder son realidades que pueden ser buenas y útiles al bien común, si se po-

nen al servicio de los pobres y de todos, con justicia y caridad. Sin embargo, como sucede demasiado a menudo, son vividas como privilegio, con egoísmo y prepotencia, y se transforman en instrumentos de corrupción y de muerte.

En el primer Libro de los Reyes, en la Biblia, en el que se representa la “Viña de Nabot”. Narrando que Ajab, rey de Israel, quiere comprar la viña de un hombre llamado Nabot, porque esta viña está junto al palacio real. El ofrecimiento parece legítimo, además de generosa, pero en Israel las propiedades terrenas eran consideradas propias. La tierra es sagrada porque es un don del Señor, que como tal es cuidada y conservada, en cuanto signo de la bendición divina que pasa de generación en generación y garantía de dignidad para todos. Por esto, Nabot le da una negativa al rey y éste se siente ofendido.

Es el momento en el que su mujer, una reina pagana que había incrementado los cultos idólatricos y hacía asesinar a los profetas del Señor, decide intervenir. Ella pone el acento sobre el prestigio y sobre el poder del rey, que, según su modo de ver, es puesto en discusión al rechazo de Nabot. Se trata de un poder que ella considera absoluto y por el cual cada deseo, por el rey potente, es una orden.

En este episodio de la Biblia ocurre así puesto que la mujer del rey decide eliminar a Nabot, quien es asesinado. Esta no es una historia de otros tiempos, es una historia actual, de los poderosos que para tener más dinero explotan a los pobres, a la gente; la historia de la trata de personas, del trabajo esclavo, de la gente pobre que trabaja en negro con lo mínimo, es la historia de los gubernamentales corruptos que quiere siempre más y más y más.

EL Papa Francisco, aseguró que es aquí donde se observa adónde lleva ejercer una autoridad sin respeto por la vida, sin justicia, sin misericordia, así como la sed de poder.

Hay otro ejemplo que refleja bien esta realidad y se encuentra en el Libro del Profeta Isaías: ¡Ay de los que acumulan una casa tras otra y anexionan un campo a otro, hasta no dejar más espacio y habitar ustedes solos en medio del país! ¡Y el profeta Isaías no era comunista! Dios es más grande que la maldad de los malvados y de los juegos sucios hechos por los seres humanos y en su misericordia envía al profeta Elías para ayudar a Ajab a convertirse. Dios ha visto este crimen, pero llama al corazón de Ajab y el rey, ante su pecado, entiende, se humilla y pide perdón.

Dios, por misericordia, quiere probarnos para instruirnos:

“Felices los misericordiosos, porque obtendrán misericordia. Sean misericordiosos, como el Padre de ustedes es misericordioso” (Lc 6,36).

Qué bonito sería que los poderosos explotadores de hoy hicieran lo mismo. El Señor acepta su arrepentimiento; sin embargo, un inocente había sido asesinado, y la culpa cometida tendrá inevitables consecuencias. El mal cometido en efecto deja sus huellas dolorosas y la historia de los hombres lleva las heridas.

Dios basa su gloria en manifestar su misericordia; nuestras debilidades, nuestras mismas faltas, si nos arrepentimos de ellas, le dan ocasión de ejercer esta perfección divina, incluso corrigiéndonos. El Perdonar no es humillarse, es reconocer que fallamos y queremos cambiar. Es renunciar y emprender el camino. Las personas nos equivocamos, aprende a perdonar. El perdón de Dios es restaurador, hace nueva a la persona. Dios no se cansa de perdonar, antes nos cansamos nosotros de pedirle perdón.

8. EN ÉL ESTÁ NUESTRA ESPERANZA

Soñamos para tener esperanza. Jesús es nuestra esperanza. Dios ofrece y regala la salvación. La respuesta del creyente es acogerla por medio de la fe. Estamos en las manos de Dios, en Él tenemos puestos los ojos y la esperanza. No debemos temer nada: el poder del mal no triunfará.

Aquí es donde empieza todo. Todo comienza aquí, hoy. Dios sigue hablando, revelándose. Es posible que el concepto o imagen de Dios de un adulto nos quede pequeño, no sea el mismo que el de un niño. No por ello se puede decir que una persona ha perdido la fe, sino más bien que ha evolucionado. Ha descubierto que el verdadero Dios es distinto, lo ha experimentado en su vida como Abraham, como María. Soñamos para tener esperanza. Dejar de soñar, bueno, eso es como decir que no se puede cambiar el destino.

Y lo esencial de este mensaje es: Dios quiere que todos se salven y lleguen al conocimiento de la verdad (1Tm 2,4).

Nunca pierdas la esperanza. Las tormentas hacen a la gente más fuerte y nunca duran para siempre. Dios habló, de muchos modos en el pasado a nuestros padres por medio de los profetas; en estos últimos tiempos nos ha hablado a través de su Hijo (Hb 1,1-2). Todo nos lo ha dicho en Cristo, todo nos lo habló junto y de una vez en esta sola Palabra (san Juan de la Cruz).

No hay nada como un sueño para crear el futuro. Pues, cuando la Biblia habla de la fe, pone ejemplos de personas que se fían de Dios, como Abraham, como María. La fe bíblica está más próxima a una actitud de búsqueda que a una seguridad total. La esperanza puede ser una fuerza muy poderosa. Tal vez no haya magia real en ella, pero cuando sabemos lo que deseamos y lo sostenemos como

una luz en nuestro interior, podemos hacer que las cosas sucedan, casi como si fuera verdadera magia.

Abraham debe salir de su tierra sin saber siquiera adónde va (Gn 12,1), fiándose de la promesa de Dios. El seguidor de Jesucristo debe renunciar a todo, romper con la seguridad del dinero, de la familia, de lo conocido (Lc 9,3.57-62).

Debemos aceptar la decepción finita, pero nunca perder la esperanza infinita. Dios promete y proporciona la salvación. La respuesta del creyente es acogerla por medio de la fe. La Escritura nos propone dos modelos de fe, de acoger la palabra salvadora de Dios: Abraham y María. Por la fe, Abraham obedeció y salió hacia el lugar que había de recibir en herencia, y salió sin saber adónde iba (Hb 11,8). Gracias a esta fe poderosa, Abraham se convirtió en padre de todos los creyentes, porque supo creer esperando contra toda esperanza (Rm, 4,18).

Una persona puede hacer cosas increíbles si él o ella tienen suficiente esperanza. De la Iglesia recibe el creyente la fe y la vida nueva en Cristo por el bautismo. Quienes caminan con fe y acogen al Dios que se revela en los acontecimientos de cada día, serán felices por siempre. El ser humano ha sido creado por Dios y para Dios; sólo en Dios, que acoge por la fe, encontrará vida y descanso. Creado por Dios por amor, es conservado siempre por amor; y no vive plenamente según la verdad si no reconoce libremente aquel amor y se entrega a su Creador (GS 19,1).

Siempre hay algo bueno en este mundo, y que vale la pena luchar. Dios nos ha enaltecido con toda clase de bienes: salud, riqueza, familia, aunque todas las bendiciones se centran en Cristo (Ef 1,3). Todo el que cree en Él será salvo. El ser humano es capaz de Dios (Karl Rahner), puede llegar a Dios. Al hacernos conscientes de que somos hijos de Dios, se deduce lógicamente que todos somos hermanos y como tales tenemos que vivir.

Realmente creíamos en algo en aquel entonces, y sabíamos que éramos el tipo de gente capaz de creer en algo con todo nuestro corazón. Y esa clase de esperanza nunca desaparecerá de forma sencilla. Frank Borman, un astronauta del Apolo VIII, pronunció a 350.000 km de la tierra una oración llena de confianza:

“Señor, concédenos la posibilidad de ver tu amor en el mundo a pesar de los defectos humanos. Concédenos la fe, la confianza, la oración a pesar de nuestra ignorancia y flaqueza. Concédenos luz para que sepamos seguir orando con corazón comprensivo y muéstranos lo que cada uno de nosotros puede hacer para facilitar que venga a nuestro mundo la paz universal”.

9. ¡ESTAMOS EN MANOS DE DIOS!

La misericordia de Jesús no es sólo un sentimiento, ¡es una fuerza que da vida, que resucita al hombre! No temamos ser fieles a Cristo, porque Él está con nosotros. “Porque el Hijo del Hombre no vino para ser servido, sino para servir, y para dar su vida en rescate por muchos” (Mt 20,27). El mundo está lleno de pequeñas alegrías, el arte consiste en saber distinguirlos. Creo que este pensamiento es muy cierto porque lo que más hacemos es buscar la felicidad, sin darnos cuentas que ella está en las pequeñas cosas que nos pasan a diario. ¡Estamos en manos de Dios!

Agustín de Hipona dice:

“María fue bienaventurada, porque, antes de dar a luz a su maestro, lo llevó en su seno”.

Dios es muy misericordioso con nosotros. María, por ejemplo, se dejó guiar por la fe. Se puso en manos de Dios. Sin certezas humanas, supo acoger confiadamente la Palabra de Dios. En los momentos más difíciles de tu vida, yo siempre estaré a tu lado.

María es dichosa también porque escuchó la palabra de Dios y la cumplió; llevó en su seno el cuerpo de Cristo, pero más aún guardó en su mente la verdad de Cristo. La voluntad de Dios es la ley suprema que establece la verdadera pertenencia a Él. María instauro un vínculo de parentesco con Jesús antes aún de darle a luz: se convierte en discípula y madre de su Hijo en el momento en que acoge las palabras del Ángel y dice: “He aquí la esclava del Señor, hágase en mí según tu palabra”. Este hágase no es sólo aceptación, sino también apertura confiada al futuro. ¡Este hágase es esperanza!

Si Ella te tiene de la mano no te puedes hundir. Bajo su manto nada hay que temer. El Papa Francisco, dice:

“La tempestad desenmascara nuestra vulnerabilidad y deja al descubierto esas falsas y superfluas seguridades con las que habíamos construido nuestras agendas, nuestros proyectos, rutinas y prioridades. Nos muestra cómo habíamos dejado dormido y abandonado lo que alimenta, sostiene y da fuerza a nuestra vida y a nuestra comunidad. La tempestad pone al descubierto todos los intentos de encajonar y olvidar lo que nutrió el alma de nuestros pueblos; todas esas tentativas de anestesiar con aparentes rutinas “salvadoras”, incapaces de apelar a nuestras raíces y evocar la memoria de nuestros ancianos, privándonos así de la inmunidad necesaria para hacerle frente a la adversidad”.

“Nos encontramos asustados y perdidos. Al igual que a los discípulos del Evangelio, nos sorprendió una tormenta inesperada y furiosa. Nos dimos cuenta de que estábamos en la misma barca, todos frágiles y desorientados; pero, al mismo tiempo, importantes y necesarios, todos llamados a remar juntos, todos necesitados de confortarnos mutuamente”, todos necesitamos ponernos en las manos de Dios.

María es el modelo de un amor sin fronteras. Ella es la madre de la esperanza, la imagen más expresiva de la esperanza cristiana. Toda su vida es un conjunto de actitudes de esperanza, comenzando por el “sí” en el momento de la anunciación. María no sabía cómo podría llegar a ser madre, pero confió totalmente.

María, eres la Madre del Universo. Ella, recibiendo la Palabra y poniéndola en práctica, se hizo la más perfecta Madre. María dirá que sí, más por confianza y fe, que por conocimiento. Ella apenas podía entender lo que le había sido explicado, y, sin embargo, dice que “Sí”.

De esta manera, la fe de María será puesta a prueba cada día. Ella quedará encinta. No sabe bien cómo, pero lo cierto es que su corazón está inundado por una luz especial. Aunque José dude, ella vive inmersa en el misterio sin pedir pruebas, vive unida al misterio más radical que existe: Dios. Él sabrá encontrar las soluciones a todos los problemas, pero hacía falta fe, hacía falta abandono total a su voluntad. Nos has dado a tu Madre como nuestra para que nos enseñe a meditar y adorar en el corazón. Ella, recibiendo la Palabra y poniéndola en práctica, se hizo la más perfecta Madre.

María fue bienaventurada, porque, antes de dar a luz a su maestro, lo llevó en su seno. María es dichosa también porque escuchó la palabra de Dios y la cumplió; llevó en su seno el cuerpo de Cristo, pero más aún guardó en su mente la verdad de Cristo.

María se dejó guiar por la fe. Ésta la llevó a creer a pesar que parecía imposible lo anunciado. El Misterio se encarnó en ella de la manera más radical que se podía imaginar.

Sin certezas humanas, Ella supo acoger confiadamente la palabra de Dios. María también supo esperar, ¿cómo vivió María aquellos meses, y las últimas semanas en la espera de su Hijo? Sólo por medio de la oración y de la unión con Dios podemos hacernos una pálida idea de lo que ella vivió en su interior. También María vivió con intensidad ese acontecimiento que transformó toda su existencia de manera radical. Ella dijo “Sí” y engendró físicamente al Hijo de Dios, al que ya había concebido desde la fe. “Y sabe que estoy contigo siempre; sí, hasta el final de los tiempos (Mt 28,20).

Concluyamos con esta alabanza de Agustín de Hipona, donde hay toda una exhortación constante búsqueda al Señor, en mi corazón soy lo que soy:

Dame fuerzas para Buscarte

(De Trinit. 15,28,51).

Señor y Dios mío, mi única esperanza,
no permitas que deje de buscarte por
cansancio, sino que te busque siempre
con renovada ilusión.

Tú, que hiciste que te encontrara
y me inculcaste ese afán por sumergirme
más y más en ti, dame fuerzas para continuar en ello.

Mira que ante ti están mis fuerzas
y mi debilidad.

Conserva aquéllas, cura ésta.

Mira que ante ti están mis conocimientos

y mi ignorancia. Allí donde me abriste,
acógeme cuando entre.
Y allí donde me cerraste,
ábreme cuando llame.
Haz que me acuerde de ti,
que te comprenda, que te ame.
Acrecienta en mí estos dones,
hasta que me transforme completamente
en nueva creatura.
Amén.

ACUSAR A LOS TIEMPOS

*“Cinco minutos bastan para soñar toda una vida,
así de relativo es el tiempo”.*

Mario Benedetti.

AMBIENTACIÓN

Característico conocer el valor del tiempo, es vida, por ello no debemos despilfarrarlo en cosas que no sean de beneficio para uno mismo, para nuestra familia, para nuestros amigos o para la sociedad. Es esa unidad de medida que a veces se siente eterna y otras veces pareciera que solo persistiera un instante. Determina los momentos que vivimos y, independiente a lo que podamos pensar sobre su ritmo, es una constante inmutable en nuestras vidas. Curioso. Toda gira en torno a él. Hay relojes por todos lados.

En su jerarquía el tiempo es algo que debemos apreciar, porque malgastarlo influye negativamente en nuestras vidas. Todo lo que vivimos está determinado por él, y es el mismo tiempo el que puede cambiar nuestra apariencia; por esto y muchas otras cosas más es que ha sido uno de los motivos de reflexión preferidos por pensadores y filósofos a lo largo de nuestra historia, quienes nos han entregado las mejores frases sobre el tiempo.

En un ejercicio sencillo, por ejemplo, Aristóteles principia el reconocimiento del tiempo planteándose de antemano, tal como le es costumbre, los asuntos a los cuales se referirá y los problemas a los que se debe atender; el físico debe trazarse: Si el tiempo es o no es problema de la existencia y en el caso que sea, cuál es su naturaleza, problema de la esencia del tiempo. Es la medida del movimiento entre dos instantes. Así es como lo precisa Aristóte-

les. Otro aspecto sencillo para expresar en la cotidianidad es que puedes pedirme cualquier cosa que quieras, excepto tiempo.

Recordar es la única manera de detener el tiempo. Y es que a partir de los recuerdos podemos volver en el tiempo, vivir de nuevo un momento que ya pasó y detener nuestro tiempo presente mientras pensamos en ello. Napoleón Bonaparte, fue un militar y estadista francés, tenía bastante claro que el tiempo no se regala. “La vejez y el paso del tiempo enseñan todas las cosas”. El poeta trágico griego Sófocles nos dejó este saber que ha perdurado ante el paso de los siglos. No perdamos nada de nuestro tiempo; quizá los hubo más bellos, pero este es el nuestro.

Asimismo, Isaac Newton concibió el tiempo como una especie de río invisible en el que todo ocurre y, desde entonces, esa es la visión del tiempo que solemos manejar en nuestro quehacer cotidiano: El tiempo como un absoluto universal e inmutable que siempre transcurre a la misma velocidad.

Otra sinceridad son los tiempos de Dios, son perfectos. Al investigarse a varios qué simbolizaba para ellos cuando decían: ‘Perfecto es el tiempo de Dios’. Unos me expresaron: Es que las cosas pasan por algo, todo lo que nos sucede tiene una razón, es mejor que las cosas tomen su curso natural, no presionar las cosas, Dios sabe porque hace las cosas. Réplicas bien entrometidas, pues, vaya curiosidad que la gente confía tanto en Dios que meramente acepta lo que le sucede, bueno o malo, y esperé; si lo que nos sucede es bueno ¡está bien! Pero si es algo que no queremos ¿Qué hacemos? ¿Nada? Solucioné asimilar cualesquiera argumentos de libros y textos para tratar de comprender.

Dios no se equivoca, el tiempo de Dios es perfecto, cuando el plan que tenga deparado para ti se haga una realidad estarás libre de persecuciones y hallarás la dicha. Dios te proveerá de prosperidad y alegría. Hay momentos en nuestra vida, en las

que nos toca experimentar sentimientos de desesperación al ver que eso que tanto deseamos no llega, y es que es tan difícil esperar, porque por más mensajes o palabras que nos dicen las demás personas solo quien está esperando sabe lo que está pasando en su vida, cada pensamiento y cada sentimiento que hay en su mente y en su corazón, cada lágrima y cada suspiro que con el pasar del tiempo nos hace pensar que estaremos así por mucho tiempo.

Todo tiene su tiempo, en el texto de la Escritura leemos que hay un momento para todo y que los tiempos de Dios son perfectos:

“Hay un momento para todo y un tiempo para cada cosa bajo el sol: Un tiempo para nacer y un tiempo para morir, un tiempo para plantar y un tiempo para arrancar lo plantado; un tiempo para matar y un tiempo para curar, un tiempo para demoler y un tiempo para edificar; un tiempo para llorar y un tiempo para reír, un tiempo para lamentarse y un tiempo para bailar; un tiempo para arrojar piedras y un tiempo para recogerlas, un tiempo para abrazarse y un tiempo para separarse; un tiempo para buscar y un tiempo para perder, un tiempo para guardar y un tiempo para tirar; un tiempo para rasgar y un tiempo para coser, un tiempo para callar y un tiempo para hablar; un tiempo para amar y un tiempo para odiar, un tiempo de guerra y un tiempo de paz” (Ben Sirá 3,1-8).

La razón es que, mientras se llevan a cabo, se le da prioridad a todo aquello que sucede en ese momento, dejando fuera de nuestra mente los desvelos que nos impidan estar centrados en lo que nos ocupa, y así poder tomar decisiones con mayor claridad o sencillamente conectar con las sensaciones más auténticas de lo que estamos viviendo.

El tiempo es la cosa más valiosa que una persona puede gastar. Pero hay personas que se mantienen apuradas, cargadas de trabajo que exclaman una y otra vez: No tengo tiempo, me faltan horas y otras, expresiones afines. Cuando escuchamos esto, lo que está ocurriendo es que no están creando sus actividades de acuerdo al nivel de graduación, sino a lo que consideran decisivo. Cuando se procede en esa forma inversa, nunca lo decisivo permitirá realizar lo importante, de modo que aquello que valoramos será postergado y seguramente jamás se ejecutará.

El tiempo tiene sus particularidades muy específicas. Pasa apresurado. El que ha pasado nunca regresará. Es una cosa preciosa que tenemos. Sin embargo, aunque no seamos conscientes, la situación es que detrás de muchos momentos de desconcentración, preocupación e incluso malestar, se encuentra nuestra atención puesta en asuntos que pertenecen al pasado o al futuro. De ahí que nuestro principal interés sea mover nuestro foco de atención hacia el momento actual, pues, solo así podremos empezar a vivir el presente.

De hecho, desperdiciar el tiempo es más peligroso que despilfarrar el dinero, porque a diferencia del dinero, el tiempo no puede ser compensado. La esencia de la administración del tiempo, no está en vigilar asiduamente nuestro reloj, sino en completar cualquier tarea en el menor tiempo posible ¿Qué involucra vivir en el presente? Aunque parece muy obvio, una cosa es decirlo y otra es ser capaz de llevarlo a cabo. Pero, ¿sabemos ciertamente qué implica vivir el presente? ¿Cómo podríamos ponerlo en práctica?

Albert Einstein, el físico alemán de origen judío, hablaba: “El tiempo es una secuencia de eventos, éstos acontecimiento ocurren uno tras otro, del pasado, al presente al futuro”. Esa es una de las definiciones más completas, puesto que, identifica la unidad básica del tiempo: Los eventos. Siendo así, la clave está administrando

el tiempo no por horas, minutos y segundos, sino administrando nuestras acciones.

A continuación, podrás leer unas reflexiones de expresiones sobre el tiempo y el paso de la vida, del tiempo y amor, del tiempo perdido y de todo aquello que tiene que ver con los segundos que se nos escurren y que jamás podremos recuperar.

1. Perfecto es el tiempo de Dios
2. El valor del tiempo
 - a. Razones del tiempo
 - b. Ser responsable de sus actos
 - c. Claves para tomar conciencia
3. Juez llamado tiempo
4. Ese juez tan sabio
5. Dueños de nuestro tiempo

Cuando se alcanzan ciertas edades, el valor del tiempo alcanza categoría muy personal y es cuando más se pretende gestionarlo como un bien invaluable. Asimismo, valorando la experiencia como algo nuevo que toma lugar en nuestra existencia, seremos capaces de prestarle atención a todos los matices que presenta, sin condicionarla erróneamente a otras sensaciones que pudieran estar relacionadas con situaciones anteriores.

1. PERFECTO ES EL TIEMPO DE DIOS

Nuestra vida comienza a correr cuando nacemos, como un reloj de arena. Segundo a segundo caen inexorablemente los granos de arena, hasta que el reloj queda vacío y es aquí, cuando termina el tiempo y comienza la eternidad. Dicho de una forma sencilla, po-

dríamos decir que se trata de percibir todo lo que sucede aquí y ahora de una forma prerrogativa, de vivirlo como algo único que solo tiene lugar en este momento, sin conectarlo a otro momento o experiencia del pasado, ni vincularlo a una posible situación del futuro.

El tiempo de Dios no es el mismo que el nuestro. Muchas veces, cuando tenemos problemas, oramos y pedimos a Dios una solución; esperamos una respuesta rápida, casi inmediata. Y cuando no llega y sentimos que hemos esperado suficiente empezamos a desesperarnos, la ansiedad se puede apoderar de nosotros y muchas veces nos enojamos y le reclamamos a Dios. Le reclamamos porque Él no está respondiendo, según nuestro tiempo; creemos que Dios está ocupado resolviendo otros problemas o que simplemente se olvidó de nosotros. Como nuestra visión del problema es limitada, creemos que Dios también tiene una visión limitada y se nos olvida que Él ve todo el panorama, que además conoce el futuro y conoce nuestros corazones.

¿Cómo puedo saber cuál es el tiempo de Dios? Lo primero que necesitamos entender sobre el tiempo de Dios es que es perfecto, así como todos los caminos de Dios son perfectos. El tiempo de Dios nunca es temprano, y nunca se ha retrasado. De hecho, desde antes de nuestro nacimiento hasta el momento en que tomamos nuestro último aliento acá en la tierra, nuestro Dios soberano está cumpliendo sus propósitos divinos en nuestras vidas. Él está en completo control de todo y de todos, desde la eternidad hasta la eternidad. Ningún evento en la historia ha puesto, aunque sea una arruga en el tiempo del plan eterno de Dios, que Él diseñó antes de la creación del mundo.

Perfecto es el tiempo de Dios así que persevera y triunfarás, cuando sea el momento lo lograrás. Él hará que lleguen a tu vida cosas buenas cuando en verdad lo requieras, no cuando lo esperas, confía en Él. Lo cierto es, que por cada cosa que pedimos

o anhelamos, hay un tiempo de espera y eso es inevitable, por mucho que nos desagrade la idea, es como hornear un pastel, comenzamos a preparar los ingredientes y se nos pasa el tiempo, pero llega la hora de colocarlo en el horno y tiene que transcurrir un tiempo prudente, el necesario para que nuestro pastel quede perfecto, no podemos sacarlo antes porque quedaría crudo y mucho menos olvidarnos que está en el horno porque estaría quemado, entonces vemos que no necesitamos ni más ni menos tiempo, solo el necesario.

Nada hay más perfecto que el tiempo de Dios. Su plan divino conlleva la salvación de todos sus hijos, lo que ocurre es que algunos se niegan a seguirlo. Así es la espera en Dios, al momento de exponerle tu necesidad o petición, Él comienza a preparar todo, Él es quien lleva a cabo el proceso para tu respuesta, y es cierto, mientras esperamos, andamos por ahí dando vueltas y pensando para cuándo estará lista, vemos que pasa el tiempo y se nos hace tan largo, y hasta algunas veces pensamos en la posibilidad de que a Dios se le olvidó, o que está tan ocupado atendiendo otros asuntos que nuestra petición tardará un poco más.

No te desanimes. Las bendiciones que Él tiene preparadas para ti llegarán en cualquier ocasión. Confía en Él. En primer lugar, Dios jamás se olvida de algo, y en segundo lugar ¿acaso crees que no es lo suficientemente poderoso para responder a las necesidades de cada persona al mismo tiempo?, para Él no hay peticiones pequeñas o grandes, puesto que se basa en la confianza del corazón, y con esto no quiere decir que si confías más llegarás antes, o si no confías se tardará más, es solo que Dios sabe cuándo estará lista tu respuesta. El confiar nos ayuda a esperar con paciencia y tranquilidad, con la seguridad que todo llegará en el momento adecuado, porque: “Todo tiene su tiempo, y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su hora”.

Si no se dio como esperabas sin duda no te convenía, Dios interviene en nuestra vida porque sabe lo que es mejor para nosotros y no se equivoca. El tiempo de Dios es perfecto, no lo dudes en ningún momento. Dios no llega antes, ni después, porque solo Él sabe cuándo y de qué manera es mejor para nosotros, Él es el dueño del tiempo y del espacio, del mundo y de lo que en él habita.

Él tiene un plan divino para mejorar la vida de todos en el momento correcto, en el momento en que están preparados para recibir el regalo que les ha deparado.

Es difícil no tener la fecha en que todo este proceso terminará, pero es tan reconfortante saber que Dios tiene el control absoluto de todo, que no hay nada que pueda impedir ni estorbar en lo que Él hará, a pesar de lo mucho o poco que has pasado.

Entonces, el tiempo de Dios es perfecto, no dejo de repetírmelo en todo momento y gracias a eso ningún mal pensamiento invade mi corazón. Así estoy tranquilo siempre sin falta, gracias a eso mi vida es más agradable. La paz mental que experimentas cuando te entregas en manos de Dios y confías en que el tiempo de Dios es perfecto no tiene precio, te libera de preocupación y tormento. El tiempo de Dios es perfecto así que persevera y triunfarás, cuando sea la ocasión lo lograrás.

2. EL VALOR DEL TIEMPO

¿Qué es el tiempo? es algo que está en nuestras vidas y que nos propicia los cambios, pero se nos hace muy difícil darle una definición ¿Qué es el tiempo? ¿una variante?, ¿una ilusión?, ¿una unidad de medida? “Cinco minutos bastan para soñar toda una

vida, así de relativo es el tiempo” ¿Te ha pasado? No hay mejor explicación sobre la relatividad del tiempo que esta frase que nos entrega Mario Benedetti.

El tiempo es riguroso, pasa y no se detiene, aunque a veces haya la sensación de todo lo contrario. Es una variable que no podemos modificar, alargar, estirar, comprar o detener, pero, sin embargo; lo que si podemos es controlarlo. De esta manera, es nuestro mejor amigo y el que mejor que nadie nos enseña la sabiduría del silencio. Si cuentas los años, el tiempo te parecerá breve; si ponderas los acontecimientos, te parecerá un siglo. Pues, los momentos de vida, nuestros recuerdos y las lecciones aprendidas son siempre más intensas que lo que podría parecer que es un año.

En el valor del tiempo cotejamos simplemente estos enunciados: “El tiempo no es oro, el oro no vale nada. El tiempo es vida”, Sampedro, escritor, humanista y economista. Siempre defendió que lo que nos hace feliz en esta vida es ser dueños de nuestro tiempo y poder disfrutar de los pequeños momentos que conseguimos. La felicidad no viene por la riqueza, sino por la libertad de decidir qué hacer en cada momento.

En la colectividad de los escritores, pensadores y filósofos de la historia se han planteado el paso del tiempo y como nos influye en nuestra vida, dando lugar a una serie de preciosísimas reflexiones que deberíamos incorporar a nuestro día a día.

Sin segregar la percepción que cada persona pueda tener al respecto, el tiempo pasa para todos, sin embargo, no todos suelen pensar en el valor del tiempo, o lo dan por sesegado, como algo que tienen. Muchos lo subestiman, otros viven agobiados quejándose siempre de la falta de tiempo, algunas otras personas temen que llegue el momento final de sus vidas y no hayan sabido aprovecharlo.

Por qué ser conscientes del tiempo. La primera vez que me engañes, será culpa tuya; la segunda vez, la culpa será mía. Quien no comprende una mirada tampoco comprenderá una larga explicación. El paso del tiempo es algo que transgrede en todos los aspectos de la vida de una persona, trasciende lo monetario, porque a diferencia del dinero, el tiempo gastado no vuelve, no podemos comprar más tiempo, es lo más preciado y a la vez la mayor muestra de que todo es efímero e impermanente.

Si alguien pierde su vida es que aún desconoce el valor real de la vida. Personas en escenarios de riesgo, sobrevivientes de una catástrofe, un accidente o enfermedad afirman tener una visión completamente distinta del tiempo luego de sentirse tan cerca del final; desean aprovechar cada segundo intensamente, dar un buen uso al tiempo y hacer lo que aman, expresar lo que sienten. De un momento a otro se dan cuenta que la vida en realidad es muy simple. Pero, ¿por qué debe ser así? ¿por qué esperar que ocurra lo trágico para valorar genuinamente esta oportunidad maravillosa que se nos ha dado?

Sin duda,

“Con el tiempo aprendes que disculpar cualquiera lo hace, pero perdonar es solo de almas grandes. Con el tiempo comprendes que, si has herido a un amigo duramente, muy probablemente la amistad jamás volverá a ser igual. Con el tiempo te das cuenta que, aunque seas feliz con tus amigos, algún día llorarás por aquellos que dejaste ir. Con el tiempo te das cuenta de que cada experiencia vivida con cada persona, es irrepetible”, Jorge Luis Borges.

a. Razones del tiempo

A diferencia del dinero, el tiempo no puede ahorrarse para aprovecharlo en otro instante. Veamos algunas razones por las que es importante reconocer el valor del tiempo:

- **Vale mucho**, si cuando lo desperdicias disfrutas de tu tiempo es que no lo estás desperdiciando. Esto enseguida hace pensar en el famoso enunciado “El tiempo es oro”, pero más allá de eso, el tiempo es vida, y nuestra vida es más valiosa que cualquier metal. Por eso hay que tener siempre presente que la forma que actualmente tiene nuestra vida y la que puede llegar a tener será el resultado de las decisiones que tomemos sobre la manera en la que utilicemos nuestro tiempo.

El tiempo nos ofrece a todos las mismas oportunidades. Cada uno de nosotros tenemos los mismos minutos y horas al día. Honra cada día, valora tu tiempo conectándote entre otras cosas, con la alegría, porque, así como vives tus días vives tu vida.

- **Queda poco**, no sabes cuánto tiempo te queda a ti, ni a los seres que amas. El valor del tiempo es mucho mayor que el del dinero. El segundo se puede ganar y perder, pero el dinero solo puede perderse. En el momento estamos vivos, tenemos la oportunidad de estar aquí, sin embargo, no sabemos lo que pueda traer el día siguiente. Las discusiones y resentimientos nos alejan de disfrutar de tiempo valioso con personas importantes para nosotros, no es algo que nos suma.

Por eso, de vez en cuando haz una pausa y piensa cómo es la relación que tienes con tus seres queridos, haz lo mejor que pue-

das por pasar tiempo de calidad junto a ellos, exprésales que son valiosos para ti. No esperes una próxima vez. Aprovecha hoy, que tienes tiempo. El tiempo es el recurso más preciado del universo. Al fin y al cabo, las cosas que más me gustan de la vida son gratis.

- **Te define fácil**, la manera en la que utilizas el tiempo te define. Lo daría todo por un poco más de tiempo. Hacerse bueno en algo, es una actividad que requiere tiempo. Lo transcendental es identificar en qué nos estamos haciendo buenos. Por ejemplo, si dedicamos nuestro día a ver televisión o series, probablemente nos volvamos muy buenos en eso. Por otro lado, si usamos el tiempo para aprender o potenciar una habilidad, hacer actividad física o crear algo nuevo, no pasará mucho tiempo para que comencemos a ver nuestra vida desde un enfoque distinto.

Lo más valioso que alguien puede gastar es el tiempo. Cambiarlo en cultivar buenos hábitos traerá como resultado una versión renovada de nosotros mismos. Algunas cosas se verán materializadas en el corto plazo, otras dependiendo del nivel de calidad que tengan para nosotros y del grado de complejidad requerirán paciencia y constancia para alcanzarlas a largo plazo.

- **Influencia de personas**, las personas con quienes pasas tiempo influyen sobre ti. Si amas la vida no puedes perder el tiempo. La vida está hecha de tiempo. El entorno en el que nos movemos y las personas con las que hacemos vida puede jugar a favor o en contra, pueden ser motor de inspiración o un ancla que nos impida avanzar.

Hay tiempo para todo: Para amar y para trabajar. La influencia de las personas más cercanas es invisible y silenciosa, se acumu-

la con el paso del tiempo, pero sus efectos acaban siendo muy visibles. Cada amigo o conocido deja a su paso, una huella, una influencia mayor o menor. De hecho, acabamos pareciéndonos mucho a las personas que más tratamos. “Hay esencialmente dos cosas que te harán sabio: Los libros que lees y la gente que conoces”, Jack Canfield.

- **Cambia de rumbo**, permite cambiar de dirección. Cada instante que no gastes amando lo estás perdiendo. Aunque sabemos que el tiempo que se va no regresa, las decisiones que tomamos no tienen por qué ser definitivas, estamos vivos para aprender, y siempre tenemos la capacidad de decidir en qué momento cambiar de rumbo, sin que esto signifique pensar que todo lo hecho en el pasado haya sido una pérdida de tiempo.

Distinguir entre futuro, presente y pasado es simplemente una ilusión. El tiempo es aquello que hay entre una risa y un llanto. Y tú, ¿Por qué dices que amas tu vida si estás malgastando el tiempo?

b. Ser responsable de sus actos

La madurez endurece el corazón, pues, a veces conservamos la amistad de algunas personas porque en el pasado fuimos amigos y nos sentimos en el deber de seguir siéndolo. Pero la gente cambia con los años, y es lógico que las amistades también cambien, sin obligaciones morales o deudas de amistad autoimpuestas.

Adentrarse en la búsqueda del crecimiento y la mejora personal muchas veces conlleva algunos cambios en el entorno y la gente que tratamos, no se trata de desechar las viejas amistades, sino de hacer espacio para compañías diferentes, que vayan en sintonía con nuestros sueños y valores.

El tiempo es una de las pocas cosas trascendentales que nos quedan. Es como esa corriente en la que estoy pescando y nada más que eso. Cuida los minutos y las horas se cuidarán de sí mismas. El producir cada instante traerá unos frutos muy dulces. “No hay recuerdo que el tiempo no borre ni pena que la muerte no acabe”, Miguel de Cervantes.

No confíes en el tiempo sino en ti mismo para ser artífice de cambios importantes.

Se dice que el tiempo es un gran maestro; lo malo es que va matando a sus discípulos. La muerte es inevitable, y el tiempo es el encargado de dictar sentencia. Estar contigo o no estar contigo es la medida de mi tiempo. Mi verdad básica es que todo tiempo es un ahora en expansión. El reto está en el instante; el tiempo es siempre ahora y vivir el presente es la clave para una existencia llena de bienestar. Siempre dicen que el tiempo cambia las cosas, pero en realidad se tienen que cambiar por uno mismo.

El tiempo no es real sino una mera ilusión psicológica. Cuarenta es la vejez de la juventud, cincuenta es la juventud de la vejez. Pero cada etapa de la vida tiene sus particularidades. Pensar que, por ejemplo, la soledad de ahora es consecuencia de una mala acción del pasado es sin duda un buen paso para descubrir, que todos estamos unidos por un finísimo hilo donde un movimiento negativo o disruptivo, trae un como consecuencia un nudo o la ruptura de ese hilo. De ese vínculo.

Procura que tus actos hablen más que tus palabras, que tu responsabilidad sea el reflejo de un alma; para ello, procura tener siempre buenos pensamientos. Entonces, ten por seguro que el tiempo te tratará como mereces. Cualquier momento que no se gasta en el amor, se pierde. Pues, más vale invertir nuestros es-

fuerzos en sembrar buenas energías. Solo el paso de los años te dará los conocimientos necesarios para comprender el mundo y ser responsable de sus actos, la valentía.

Tu tiempo es ahora, no lo desperdicies pensando en lo que podría haber sido y no fue. Se convierte como en la mejor medicina para todos los males. El valor y respeto del tiempo establecen el éxito o el fracaso. “Deja de actuar como si la vida es un ensayo. Vive este día como si fuera el último. El pasado ya se ha ido. El futuro no está garantizado”, Wayne Dyer. Una reflexión que deberíamos tener siempre en la mente.

Es necesario tener en cuenta que somos propietarios de gran parte de nuestras circunstancias vitales, y que una forma de propiciar nuestro bienestar y de aquellos que nos rodean es mediante la responsabilidad de actos de valentía que nos invitan a poner en práctica a través de estos sencillos principios.

c. Claves para tomar conciencia

La distinción entre el pasado, presente y futuro es sólo una ilusión obstinadamente persistente. Otra afirmación de Albert Einstein, del físico alemán, sobre su noción de tiempo. Nos habla sobre la percepción que tenemos de la temporalidad de un mismo instante, pues cada segundo que vivimos es pasado, presente y futuro en sí mismo.

La juventud es feliz porque tiene la capacidad de ver la belleza. Cualquier persona que mantiene la capacidad de ver la belleza no envejece. Si ves que el tiempo pasa y tú no avanzas, tal vez debas cambiar de hábitos.

El primer paso para tomar conciencia de conciencia de nuestra responsabilidad plena es abandonar nuestras islas de recogimiento en las que focalizamos gran parte de lo que acontece en el exterior

en base a nuestras necesidades. Por ello, esta serie de constructos son adecuados también para los niños. Pues, la delicadeza es el hijo del tiempo. Dando tiempo y afecto puedes lograr labrar la mayor obra de arte. El más fuerte de todos los guerreros son el tiempo y la paciencia. Utilizándolos con ellos podemos enseñarles que sus actos, tienen consecuencias.

- Lo que piensas, lo que expresas, lo que haces, lo que callas. Toda nuestra persona genera un tipo de lenguaje y un impacto en los demás, hasta el punto de crear una emocionalidad positiva o negativa. Hemos de ser capaces de intuir y, ante todo, de empatizar ante quien tenemos delante.
- Anticipa las consecuencias de tus actos: Sé tu propio juez. Con esta clave no nos estamos refiriendo a caer en una especie de autocontrol por el cual llegaremos a ser nuestros propios verdugos antes de haber dicho o hecho nada. Se trata solo de intentar anticipar qué impacto puede tener una acción determinada en los demás y, en consecuencia, también en nosotros mismos.
- Ser responsable implica comprender que no somos libres del todo. La persona que no ve límite alguno en sus actos, en sus deseos y sus necesidades, practica ese libertinaje que, tarde o temprano, también trae consecuencias. La recurrida frase de “mi libertad termina donde empieza la tuya” adquiere aquí su sentido. No obstante, también es interesante intentar propiciar la libertad y el crecimiento ajeno, para de este modo, alimentar un círculo de enriquecimiento mutuo.

Cuando pensamos que el día de mañana nunca llegará, ya se ha convertido en el ayer. La percepción del tiempo no tiene por qué ser realista. Mañana es sólo un adverbio de tiempo.

Dialogando un poco sobre la libertad, es tan grande el deseo del ser humano por ser el dueño de sus actos, se ha llegado a considerar la libertad como uno de los máximos ideales. La búsqueda de esta ha inspirado a muchos artistas y filósofos que han plasmado sus impresiones de manera muy creativa. Pues, la libertad nunca es dada; se gana. A través de la historia hemos aprendido a obtenerla de esa manera.

“El que ha superado sus miedos será verdaderamente libre”, Aristóteles. Porque los miedos te mantienen dentro de una jaula y no te permiten explorar lo nuevo. “El hombre es libre en el momento en que desea serlo”, Voltaire. Simplemente por el mismo hecho de soñarlo. Ahora bien, la libertad no es digna de tener si no incluye la libertad de cometer errores. Al final el tiempo es el mejor autor: Encuentra un final perfecto.

3. JUEZ LLAMADO TIEMPO

El problema es que crees que tienes tiempo. Este enunciado sobre el tiempo de Buda nos muestra la otra cara de la moneda, cuando procrastinamos y dejamos de hacer las cosas porque creemos que tenemos mucho tiempo por delante. Es extraño que los años nos enseñan paciencia; que cuanto más corto el tiempo, mayor será nuestra capacidad de esperar.

Si lo que vas a decir no es más bello que el silencio: No lo digas. Lo pasado ha huido, lo que esperas está ausente, pero el presente es tuyo. Sabemos que pasa, que no se puede volver atrás, que evoluciona asiduamente y que hay que aprovecharlo, pero aun así despilfarramos nuestra vida en rutinas absurdas e intentamos no pensar en él para no afigirnos.

Quien deja pasar el tiempo sin más es un insensato. No porque hayamos decidido estudiar una carrera significa que tenemos la obligación de hacer lo mismo para siempre. O si estamos en una relación que ya no nos hace felices tengamos que pasar el resto de nuestra vida junto a esa persona sólo porque hayamos invertido mucho tiempo en ello. “Si no me lo preguntan sé lo que es tiempo, pero si me lo hacen explicar no sé hacerlo”, Agustín.

En todas nuestras acciones, el valor correcto y el respeto al tiempo determina el éxito o el fracaso. Acertamos que el tiempo tiene rasgos muy específicos. Hay un escrito sobre el ‘Valor del tiempo’, que nos significa lo que queremos estimar sobre él, se expresa:

“Para entender el valor de un año, preguntémosle a un estudiante que perdió el año escolar. Para entender el valor de un mes: Preguntémosle a una madre que alumbró un bebé prematuro. Para entender el valor de una semana: Preguntémosle a un editor de una revista semanal. Para entender el valor de una hora: Preguntémosles a los amantes que están esperando para encontrarse. Para entender el valor de un minuto: Preguntémosle a una persona que, por un minuto, perdió la salida de su avión. Para entender el valor de un segundo: Preguntémosle a una persona que por un segundo evitó un grave accidente. Para entender el valor de una milésima de segundo: Preguntémosle a la persona que ganó en una olimpiada, la medalla de plata en vez de la de oro”.

Es la cosa más preciosa el tiempo que una persona puede desperdiciar. Olvídase de los bienes materiales. La verdadera felicidad reside en valorar el tiempo y emplearlo para vivir al máximo. Pasa y nunca vuelve atrás. Vivimos en constante cambio, en constante evolución, sumidos en rutinas estresantes, viendo

cómo el tiempo se nos escapa de las manos sin que seamos plenamente conscientes de ello. Todos somos libres de nuestros actos, pero no de las consecuencias. Un gesto, una palabra o una mala acción ocasionan siempre un impacto más o menos perceptible, y aunque no lo creamos, el tiempo es un juez muy sabio. A pesar de no dar sentencia de inmediato, siempre suele dar la razón a quien la tiene.

Sin duda que muchos autores y pensadores de la historia han reflexionado sobre el paso del tiempo y cómo la vorágine del día a día nos influye irremediamente. El famoso psicólogo e investigador Howard Gardner, por ejemplo, nos sorprendió hace poco con uno de sus razonamientos: “Una mala persona nunca llega a ser un buen profesional”. Para él, alguien guiado únicamente por el interés propio nunca alcanza la excelencia y esta es una realidad que también suele revelarse en el espejo del tiempo. Pues, el amor es algo eterno, el aspecto puede cambiar, pero no la esencia.

¿Amas la vida? si amas la vida no despilfarres el tiempo, porque el tiempo es el bien de lo que está hecha la vida. Cada uno cosecha lo que siembra y, aunque muchos sean libres de sus actos, no lo son de las consecuencias porque, tarde o temprano, ese juez llamado tiempo dará la razón al que la tiene. Los que aman interiormente nunca envejecen, pueden morir de vejez, pero mueren jóvenes. La dicha de ser apasionado.

Todas mis posesiones por un momento más de tiempo. De nada sirve ser ricos si nuestro tiempo se acaba. Es importante tener en cuenta qué aspectos tan comunes, como un tono de voz despectivo o el uso excesivo de burlas e ironías en el lenguaje, suelen traer serias consecuencias en el mundo afectivo y personal de las víctimas que lo reciben. El no ser capaz de asumir la responsabilidad de dichos actos responde a la falta de madurez que, tarde o temprano, trae consecuencias.

4. ESE JUEZ TAN SABIO

Las cosas son bellas si se las ama. Ya que, hay una sola forma de felicidad en la vida: 'Amar y ser amado', Agustín.

Asimila a disfrutar cada minuto de la vida. Se feliz ahora. No esperes algo fuera de ti para hacerte feliz en el futuro. Piensa en cuán precioso es el tiempo que tienes para gastar, ya sea en el trabajo o con tu familia. Cada minuto debe ser disfrutado y saboreado. Si el tiempo no pasara ágilmente, apenas seríamos capaces de apreciarlo.

Pitágoras, cuando era preguntado sobre qué era el tiempo, respondía que era el alma de este mundo. El matemático griego respondía así cuando le pedían que definiera el concepto de tiempo. Pues, qué insensato es el hombre que deja transcurrir el tiempo vanamente. Un ejemplo: Imaginemos a un Papá educando con severidad y ausencia de afecto a sus hijos. Sabemos que ese estilo de crianza y educación traerá consecuencias, sin embargo, lo peor de todo, es que este Papá busca con estas acciones ofrecer al mundo personas fuertes y con un determinado estilo de conducta. No obstante, lo que conseguirá probablemente es algo muy diferente de lo que pretendía: Desventura, miedo y baja autoestima.

La razón la tiene Mario Benedetti, expresa: “Cinco minutos bastan para soñar toda una vida, así de relativo es el tiempo. Lo único que ciertamente nos pertenece es el tiempo”. Incluso aquel que nada tiene, lo posee. Con el tiempo, esos niños convertidos en adultos, dictaran sentencia: Alejarse o evitar a ese Papá, algo que tal vez, esta persona no llegue a entender. La razón de ello está en que muchas veces quien hace daño no se siente responsable de sus actos, carece de una adecuada cercanía emocional y prefiere

hacer uso de la culpa (mis hijos son desagradecidos, mis hijos no me quieren).

Una forma básica y esencial de tener en cuenta que todo acto, por pequeño que sea, tiene consecuencias, es hacer uso de lo que se conoce como responsabilidad plena. Ser responsable no significa solo asumir la culpa de nuestras acciones, es entender que tenemos una obligada capacidad de respuesta hacia los demás, que la madurez humana empieza haciéndonos responsables de cada una de nuestras palabras, actos o pensamientos que generamos para propiciar nuestro bienestar y el de los demás.

Sabemos que el tiempo es el mejor autor; siempre encuentra un final perfecto. Despilfarré el tiempo. Ahora el tiempo me despilfarró a mí. No ser conscientes del tiempo nos puede llevar a la desesperación. “No perdamos nada de nuestro tiempo; quizá los hubo más bellos, pero este es el nuestro”, Jean Paul Sartre.

Palabras bien sabias, el tiempo es ese juez tan sabio que cada época nos hace saber sus luces y sus sombras. El tiempo es a la vez el más valioso y el más perecedero de nuestros recursos. Un minuto que pasa es irrecuperable. Conociendo esto, ¿cómo podemos malgastar tantas horas? Puedes pedirme cualquier cosa que quieras, excepto tiempo. Sin él no hay futuro, pero con tiempo puedes perderte el presente. Si vives en un estado de proyección permanente puedes no degustar las mieles de estar vivo.

Otra forma de conocer a las personas es observando cómo emplean su tiempo. La forma que pasamos nuestro tiempo define quienes somos. Miguel de Cervantes habla sobre una de las facultades que más le damos al tiempo, esta es, la de curar las heridas. Qué insensato es el hombre que deja transcurrir el tiempo estérilmente. Es un recurso limitado e irrepetible. Lo único que realmente nos pertenece es el tiempo: Incluso aquel que no tiene otra cosa, cuenta con eso.

En palabras de Jorge Luis Borges:

“Con el tiempo te das cuenta de que los amigos verdaderos valen mucho más que cualquier cantidad de dinero. Con el tiempo entiendes que los verdaderos amigos son contados, y que el que no lucha por ellos tarde o temprano se verá rodeado solo de amistades falsas. Con el tiempo aprendes que las palabras dichas en un momento de ira pueden seguir lastimando a quien heriste, durante toda la vida”.

5. DUEÑOS DE NUESTRO TIEMPO

Si Newton pensaba que el tiempo era algo universal y absoluto, Einstein va a decir lo contrario: Lo único absoluto en el universo es la velocidad de la luz, todo lo demás es relativo. Según el experimento de Benjamin Libet, todo lo que ocurre en menos de medio segundo no aparece en nuestra consciencia, no nos damos cuenta de ello. Wearden insiste en que hay un montón de factores que interfieren en nuestra medición del tiempo porque no simplemente calculamos su paso como si realizáramos simples operaciones aritméticas, sino que también lo sentimos

El pasado nos restringe, pero el futuro nos atemoriza y el único lugar seguro es el presente. Lugar donde tenemos poder de cambiar las cosas es el presente y a veces olvidamos que el tiempo no se detiene, que la vida se nos puede ir en cualquier momento, que los seres que amamos y apreciamos tampoco duran para siempre, por eso decimos que el mejor regalo que le pueden dar a sus hijos, familia y amigos es su tiempo. Como personas dejamos muchas cosas para después, como si después fuera mejor.

“Tu tiempo es limitado, así que no lo despilfarres viviendo la vida de otro. Vive tu propia vida. Todo lo demás es secundario”, Steve Jobs. Olvídate de las preocupaciones triviales y céntrate en disfrutar de tu propia vida. El amor es el espacio y el tiempo medido por el corazón. Pues, una de las grandes excusas que con seguridad expresan es: No tengo tiempo, me la pasé ocupado, dile a mi Madre que después voy a visitarla, te llamo después, después te digo. Se considera que esta prórroga habitual de actividades enfada, no se ejecutan porque la persona tiene una débil voluntad, porque vive con la ilusión de que pasará algo, o porque alguien más las hará por él.

Si dejas que pase el tiempo sin hacer nada, pronto te darás cuenta de que solo vas a vivir una única vez. Esta frase nos exhorta a no perder el tiempo. Asimismo, estamos en un tiempo donde todo te preocupa, donde vives día a día por el trabajo, olvidando a todas las personas que te rodean, donde la vida se termina por el estrés, donde todo es pasajero y reemplazable, donde las relaciones de pareja se quiebran al primer conflicto; el viejo refrán lo dice y se repite de generación en generación: “No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy”. Cada uno de nosotros somos dueños de nuestro tiempo.

El tiempo es la divisa de tu vida. Es la única divisa que tienes, y solo tú puedes determinar cómo será gastada. Sé cuidadoso y no permitas que otras personas la gasten por ti. Sin duda, no dejes nada para después porque en la espera del después tú puedes perder mejores momentos, las mejores experiencias, los mejores amigos, toda vez que dejas un compromiso, una tarea, una conversación o una decisión para después, estas posponiendo tu éxito, tus resultados y todas las bendiciones que Dios tiene para ti.

No es un amante quien no ama para siempre. El amor y el tiempo se unen en esta magnífica cita famosa. Un hombre que

se permite despilfarrar una hora de su tiempo no ha descubierto el valor de la vida. El tiempo es un regalo que nos da la vida y que debemos apreciarla. ¿Qué pasaría si eliminamos el después?, recuerden que el después puede ser tarde.

Cada momento que paso sin ti es un momento de tiempo perdido. El amor y el tiempo, en otra inolvidable reflexión. “¿Qué es el tiempo? Si nadie me lo pregunta, lo sé. Pero si tuviese que explicárselo a alguien no sabría cómo hacerlo”, Agustín. Un concepto muy difícil de explicar con palabras. Vivimos para disfrutar, para amar y ser amados, para apreciar la belleza del momento presente, para trabajar por nuestros sueños, incluso para escalar por encima de las adversidades, que me han servido para hacerme cada día más fuerte, vivir cada instante con alegría, una vida que todos nosotros tenemos el honor de disfrutarla; no estamos acá para postergar, quizá ese después jamás podrá recuperarlo, recuerde que: Ayer y mañana, no existe, el día es hoy.

Culminemos con esta alabanza de Agustín de Hipona que durante su vida y de tanta lucha y de esfuerzo, encontró en el tiempo el estar con Dios.

Tú eres Grande

(conf. 5,3,3).

“¡Tú eres grande, Señor!

Te fijas en los humildes

mientras te distancias de los soberbios.

Tú te acercas sólo a los que reconocen

sus fallos,

pero no te dejas ver por los orgullosos;

por mucho que crean saber

sobre las estrellas o las arenas del mar.

Su orgullo les impide el poder verte:
Al no buscar con los ojos de la fe
el origen de su capacidad investigadora;
al no buscar religiosamente
el autor de la creación,
no pueden encontrarte.
Y, caso de encontrarte,
no son capaces de admirarte,
ni de alabarte”

Amén.

MOSTRAR LO QUE OTROS OCULTAN

“Un verdadero genio admite que no sabe nada”.

Albert Einstein.

AMBIENTACIÓN

Cuando identificamos la humildad significamos que es la virtud que consiste en conocer las propias limitaciones y debilidades y actuar de acuerdo a tal conocimiento. “Nadie aceptaría la vida si al tiempo de recibirla tuviese entendimiento”, Séneca. Nunca es tiempo perdido el que se emplea en escuchar con humildad cosas que no se creen. Pues, es reconocer nuestras debilidades, cualidades, capacidades y aprovecharlas para obrar en bien de los otros, sin mostrarlo.

El canónico agustino del siglo XV, autor de la Imitación de Cristo, una de las obras de devoción cristiana más conocida desde entonces, Tomás de Kempis, expresa: “No te preocupes demasiado por saber quién está por ti o contra ti; busca más bien que Dios esté contigo en todo lo que haces. Ten la conciencia tranquila y Dios te defenderá. Ninguna maldad podrá dañar a quien Dios ayuda. Si sabes callar y sufrir, sin duda recibirás la ayuda del Señor; Él sabe cuándo y cómo ha de liberarte, y por eso tú debes someterte a Él”.

Una de las mejores virtudes que puede poseer el ser humano: Obediencia y humildad, pero firme. Porque para ser humilde se necesita grandeza. Asume la humildad de aprender de aquellos que están a tu alrededor. Sin embargo, no significa ser serviles, ni humillarnos ni arrodillarnos a la voluntad de los otros. Ya que, la humildad no excluye la propia dignidad.

El humilde, después de recibir una injuria, permanece en paz, porque está en Dios y no en el mundo. No pienses que has adelantado algo si no estimas inferiores a todos. Pacificate tú primero y después podrás pacificar a los demás. El hombre que procura la paz es más útil que el muy letrado. El hombre que se deja dominar por las pasiones aun el bien lo convierte en mal y ve el mal en todo. El hombre bueno y amante de la paz convierte todas las cosas en bien.

Con la luz de la Palabra de Dios que es la energía; se oye fácil señalar que cuando somos grandiosos en humildad, estamos más cerca de lo grande. Si algo nos hace destacar de entre los demás, es cuando somos sumisos. El que está en paz no piensa mal de nadie. En cambio, el descontento e inquieto es atormentado por muchas sospechas; ni descansa él ni deja descansar a los demás. Esta es una curiosa paradoja. La sencillez no hace las cosas fáciles, las hace posibles, por tanto, una persona inteligente sabe que no debe faltarle al respeto a los demás ni mirarlos por encima del hombro.

Cuando tenemos los pies en el suelo, podemos observar y aprender de los demás. No soy todo lo que ves, ni ves todo lo que soy. Se dice que el secreto de la sabiduría, del poder y del conocimiento es la humildad; es prudente no fiarse por entero de quienes nos han engañado una vez. Preocúpate por cumplir con tus compromisos y después con justicia podrás ocuparte de las del prójimo. Sabes muy bien excusar y atenuar tus faltas y no quieres oír las disculpas de los demás. Más justo sería que te acusaras a ti mismo y que disculparas a tu hermano. Si quieres que los demás te sobrelleven, sopórtalos tú primero.

Cuando hay sumisión en el corazón somos como el “maestro que puede crear esperanza, encender la imaginación e inspirar amor por la enseñanza”, Brad Henry. Muestra lo que otros ocultan. Se requiere de la humildad para ayudar a iluminar a otros,

como lo hace el maestro que es como una vela; toma su conocimiento para alumbrar a los demás. Esta autoridad de ningún modo puede ser borrada. Nos enseña a tener muchos amores y amigos porque no hay amigo tan leal como un libro.

Mis padres expresaban que sus valores eran: amor, verdad, respeto, honestidad y humildad. Los mejores ejemplos. Somos llamados a ser humildes. Sin duda que el ser humilde es aceptar que ha habido, hay y habrá personas diferentes y mejores que tú y que lo único que te queda es aportar tu granito de arena. Es decir, aceptar los signos con los que nacemos o tendemos desde la infancia.

La humildad es una de las virtudes que alcanzan tener los seres humanos: Es lo que nos hace respetar a los demás, reconocer nuestros errores y sobre todo no creernos superiores a nadie. Para tener una vida plenamente feliz hay que trabajar la humildad, pues todos tenemos que reconocer nuestra valía sin menospreciar a otros y estar agradecidos por la vida.

Otro elemento personal de humildad es dejar de hacer y dejar de ser, si asimilamos a prescindir la arrogancia, reconocemos las capacidades físicas, intelectuales y emocionales de los demás. Por tanto, el signo de la nobleza es la humildad. Ella admite a la persona ser digna de confianza, flexible y adaptable. En la medida en que somos sumisos, adquirimos grandeza en el corazón de los demás. Otro aspecto de reflexión es el simple hecho de no caer en el egocentrismo y la soberbia, nos vuelve mejores principiantes. Al ser humildes se examina las limitaciones, debilidades y se actúa con los pies en el suelo, siempre con respeto a los otros.

La persona con un carácter humilde tiene el hábito de aprender de las circunstancias, y de la gente que se encuentra a su alrededor. Saben que tienen mucho que aprender, y que para seguir creciendo necesitan ser humildes y sencillos de corazón. Ya que, la vida es un continuo aprendizaje. Aprendemos por imitación y

de la gente que se encuentra en nuestro entorno, para ser mejores practicantes del juego de la vida.

El ser humildes es reconocer que aún estamos aprendiendo, que no lo sabemos todo, que estamos en proceso de crecimiento y que necesitamos que la vida fluya en nosotros. Si lo sabemos todo, entonces nada fluirá hacia nosotros; y estaremos muertos y sepultados bajo nuestro orgullo.

Con esta ambientación generosa por sus palabras describamos algunos elementos característicos sobre esta gran virtud y valor de la humildad.

1. ¿Qué es ser humilde?
2. Abiertos a aprender
 - a. Características especiales
 - b. Valor de la humildad
 - c. Escuchar al otro
4. Cimiento de las Escrituras
 - a. Sé humilde, pero firme
 - b. Beneficios ocultos
3. Sello del humilde

No es fácil hablar de esta virtud de la humildad, que junto con la honestidad que es la capacidad de ser sincero con uno mismo y los demás, hace que nos convirtamos en personas dignas de confianza y respeto. ¿A quién no le gusta cercarse de gente así?

1. ¿QUÉ ES SER HUMILDE?

A veces no es fácil encontrar a gente auténtica y honesta, pero cuando se tiene éxito en el intento, debe valorarla. La honestidad

es tan rara como un hombre que no se engaña a sí mismo. Podemos creer que somos poco por perdonar a otros, pero no es así. Perdonar nos honra. Al preguntarnos sobre ¿Qué es humildad? Simbolizamos que es una virtud humana atribuida a quien ha desarrollado conciencia de sus propias limitaciones y debilidades, y obra en consecuencia. Pues, perdonar a otros no es un síntoma de debilidad, sino de humildad.

Arrepentirse es parte de la existencia. Todos cometemos faltas, hay que saber reconocerlo. La humildad es un valor opuesto a la soberbia. El significado de humildad se relaciona con su origen etimológico. Como tal, la palabra proviene del latín *humilītas*, que a su vez proviene de la raíz *humus*, que quiere decir tierra. Se desprenden, por lo tanto, tres sentidos: La humildad como valor, la humildad como origen socioeconómico y la humildad como sumisión.

Pese a estar en lo más alto, debemos ser humildes. La grandeza no consiste en una posición destacada, la grandeza pertenece al que rechaza esa posición. Es por eso que la humildad como valor se refiere a una cualidad de la persona que se abaja frente a los demás, porque reconoce la igual dignidad de cada ser humano en tanto que todos vienen de la tierra. Este último sentido hace de la humildad una actitud relacionada con la virtud de la modestia.

Ser humilde es una de las mejores virtudes que puede poseer el ser humano. Hay algo en la humildad que exalta extrañamente el corazón. Humildad puede ser una cualidad humana independiente de la posición económica o social: Una persona humilde no pretende estar por encima ni por debajo de nadie, sino que sabe que todos son iguales, y toda existencia tiene el mismo grado de dignidad. De allí que ser humilde no implique dejarse humillar, pues la humildad no supone una renuncia a la dignidad propia como personas.

¿Cómo se aplica el valor de la humildad en la vida cotidiana? Por ejemplo, hacer el ejercicio constantemente de examinarnos nos ayuda a estar mejores y buscar el camino de la felicidad. Así, sin duda, reconocer los errores ante los demás constituye un acto de humildad. Una persona que actúa con humildad no tiene complejos de superioridad ni tiene la necesidad de recordar constantemente a los demás sus éxitos y logros; mucho menos los usa para pisotear a las personas de su entorno.

Uno no nace maestro. Hay que ir trabajando el camino hasta ser experto. Una de las frases sobre la humildad más inspiradoras: “Para hacerse grande, hay que comenzar por hacerse pequeño”. Porque quien obra con humildad no se vanagloria de sus acciones. Por el contrario, rechaza la ostentación, la arrogancia y el orgullo, y prefiere ejercitar valores como la modestia, la sobriedad y la mesura.

Se ha dicho que la humildad es un valor contrario a la soberbia, que posee el ser humano en reconocer sus habilidades, cualidades y capacidades, y aprovecharlas para obrar en bien de los demás, sin decirlo. La humildad permite a la persona ser digna de confianza, flexible y adaptable, en la medida en que uno se vuelve humilde adquiere grandeza en el corazón de las demás personas.

No debemos dormirmos en los laureles si no queremos quedarnos estancados. No deberías deleitarte con cualquier cosa que hayas hecho; deberías seguir adelante y encontrar algo mejor que hacer. Pues, describimos que la humildad es una cualidad o rasgo humano que es atribuida a toda persona que se considere un ser pequeño e insignificante frente a lo trascendente de su existencia o a Dios según si se habla en términos teológicos.

La gran lección de la vida es saber que incluso los necios están en lo correcto a veces y ser humildes significa ser tolerantes con las opiniones de los demás. Una persona humilde generalmente ha

de ser modesta y vivir sin mayores pretensiones: Alguien que no piensa que él o ella es mejor o más importante que otros.

2. ABIERTOS A APRENDER

El estar siempre abiertos a aprender con los ejemplos de humildad y con las ganas permanentes de aprender hablan muy bien de nosotros. No lo podemos saber todo, por eso a veces necesitamos leer, consultar o preguntar para enterarnos e informarnos de algunas cosas. Pues, la humildad enriquece al alma y las personas que actúan con humildad son modestas y sencillas, no tienen complejos de superioridad y respetan profundamente a las personas de su entorno.

Al fortalecer los valores, principios y virtudes es inadmisibles que mostremos respeto hacia otros si no somos personas humildes. No hay respeto hacia otros sin humildad. Hablarse mucho de uno mismo también puede ser una forma de ocultarse uno mismo. Se sabe que la humildad es una característica que consiste en tener conciencia de nuestras virtudes y defectos y obrar de acuerdo a esto. Es lo opuesto a la soberbia y la arrogancia. Es un valor esencial para convivir armoniosamente en sociedad.

Enseñamos que la humildad es una cualidad positiva de las personas, el orgullo una negativa. Por eso, a continuación, te comentamos algunos ejemplos siempre abiertos a aprender con humildad:

- **Aceptar las limitaciones**, la humildad se manifiesta en el autoconocimiento, en saber de qué somos capaces, hasta dónde podemos llegar, y cuáles son nuestras fortalezas y debilidades. Esta conciencia de sí mismos es una forma de humildad muy importante.

- **Modestos ante los éxitos**, no podemos envanecernos con nuestros logros. Ante el éxito, es importante practicar la modestia, no echarle en cara a nadie nuestras conquistas o ser soberbios. La vida está llena de altibajos. A veces estamos arriba, otras veces nos toca ver el panorama desde abajo.
- **Admitir cuando no sabemos algo**, no podemos saberlo todo. A veces nos encontramos en campos o temas que no dominamos, por eso, es importante reconocerlo y pedir a otro que nos explique o nos ayude a entender. En ocasiones, la conciencia de que no sabemos nos lleva, a la larga, a aprender mucho más.
- **No tener miedo de equivocarnos**, todos nos podemos equivocar. De hecho, todos nos equivocamos todo el tiempo. Los errores son maestros en la vida, nos enseñan importantes lecciones y nos ayudan a ser mejores.
- **Estar siempre abiertos a aprender**, las ganas permanentes de aprender hablan muy bien de nosotros. No lo podemos saber todo, por eso a veces necesitamos leer, consultar o preguntar para enterarnos e informarnos de algunas cosas.
- **Saber ganar y perder**, no siempre se gana, pero tampoco se pierde siempre. Hay que practicar el equilibrio y la modestia. Los éxitos traen alegrías, pero no tienen por qué traducirse en arrogancia. Y las derrotas a veces puedan resultar frustrantes, pero no por ello debemos dejarnos llevar por la rabia. Ambas situaciones nos enseñan el valor de la humildad: Respetar al adversario y valorar nuestro esfuerzo y el del otro.
- **Reconocer el valor de los demás**, las otras personas que hacen parte de nuestras vidas son importantes. A veces nos tienden la mano, a veces nos apoyan o nos orientan, y, a veces también, necesitan de nosotros. Reconocer su valor es una práctica fundamental en la humildad.

- **Compartir el crédito**, a veces tenemos la ocasión de llevarnos el crédito por un trabajo en el que participamos junto con otras personas. Sin embargo, es importante compartir el crédito con aquellos que también lo merecen. No solo por respeto, también es una forma de valorar las contribuciones y el valor de los demás.
- **Ser agradecidos**, podemos estar agradecidos de muchas cosas: la vida, el plato de comida que tenemos al frente, las personas que nos rodean. Visto desde cierta perspectiva, cada cosa que tenemos o que nos pasa es un regalo. Practicar la gratitud constantemente nos brida conciencia de ello.
- **Estar dispuestos a ceder**, cuando alguien tiene razón sobre algo, es importante que cedamos. No siempre vamos a estar en lo cierto, así que es importante que sepamos reconocer el momento en que lo más sensato es darle la razón al otro.
- **Saber escuchar**, es significativo que siempre estemos dispuestos a escuchar a los demás, sus deseos, necesidades o aspiraciones. No solo porque esta es una forma de conocer más profundamente a las personas, sino porque nos permite a nosotros mismos aprender. El otro siempre tiene cosas válidas que aportar, por eso debemos respetarlo y escucharlo.
- **Pedir disculpas**, a veces podemos equivocarnos u obrar mal, y con ello, afectar a las personas de nuestro entorno. Ser humilde, por lo tanto, también supone saber pedir disculpas, pues no somos perfectos y podemos, de vez en cuando, hacer algo mal.

Sin duda que la humildad es hacer sin pedir elogios. Nadie está tan vacío como aquellos que están llenos de sí mismos. La soberbia es una enfermedad que acaba con el alma lentamente. Aquellas personas que se autoproclaman excelentes, en realidad, son todo menos eso. Los grandes líderes no necesitan hacerse los

duros. Su confianza y humildad les sirven para subrayar su dureza. Cuando uno tiene total seguridad en sí mismo no es necesario que aparente ser duro.

a. Características esenciales

La humildad es el sólido principio de todas las virtudes. Confucio nos recuerda lo trascendental que es ser humilde. Es obvio, que el concepto de la humildad en varias concepciones es a menudo mucho más exacto y extenso. La humildad no debe ser confundida con la humillación, que es el acto de hacer experimentar en algún otro o en uno mismo, una avergonzante sensación, y que es algo totalmente diferente. “El mejor amigo de la verdad es el tiempo, el mayor enemigo el prejuicio y su compañero constante la humildad”, Charles Caleb Colton.

A veces nos concentramos en los defectos y dejamos a un lado las virtudes. Otras veces muchos sobrevaloran lo que no son e infravaloran lo que son y cuesta reconocer que no lo sabemos todo, pero nos honra hacerlo. No fue hasta tarde en la vida que descubrimos lo sencillo que es decir no lo sé.

Reconocer los errores nos hace grandes. Las personas más honestas reconocen que no siempre están en lo cierto. La humildad consiste en callar nuestras virtudes y permitirle a los demás descubrirlas.

No debemos imponer nada ni aparentar para gustar. Debemos abrir nuestro corazón.

No hables de ti mismo, será un hecho cuando te vayas. No hay que ser presuntuoso. Si lo hacemos bien, los demás nos recordarán. Rara vez se presentan grandes oportunidades de ayudar a otros, pero las pequeñas nos rodean todos los días. Podemos hacer

pequeños gestos por los demás para hacerles felices, no hace falta hacer siempre cosas grandes. Las personas sencillas son naturales y espontáneas, rechazan la etiqueta porque son humildes, porque no hacen ostentación de lo que poseen o de lo que son.

Tres son los rasgos de una persona humilde según su definición: Persona que actúa sin orgullo, aquí juega un papel importante la humildad que tiene. La sencillez da mucho bienestar, porque infunde paz y calma. Una persona humilde y sencilla es aquella que no trata a los demás a partir de estereotipos generados en torno a la imagen de determinado. Una persona sencilla es aquella que no aspira a grandes puestos, ni honores, sólo aspira a vivir y servir con humildad a la humanidad.

b. Valor de la humildad

La vida no siempre es fácil, pero hay que aprender a aceptar los fracasos y valorar los buenos momentos. Los principios para vivir bien incluyen la capacidad de encarar los problemas con coraje, las decepciones con alegría y los logros con humildad. ¿Qué es entonces la humildad? Los títulos no honran a los hombres, los hombres honran los títulos. Un título no sirve de nada si la persona no lo representa como debería.

Híbridas investigaciones sugieren que las personas humildes tienen una visión bastante precisa de sí mismos, son conscientes de sus errores y limitaciones, están abiertos a recibir otros puntos de vista, mantienen sus logros y sus habilidades en perspectiva, no están centrados en sí mismos en exceso y son capaces de apreciar el valor de todo, incluyendo el de los demás.

El valor de la humildad ayuda a las personas a contener la necesidad de decir o hacer gala de sus virtudes a los demás. Una persona que vive la humildad hace el esfuerzo de escuchar y de

aceptar a todos. Cuando más aceptamos, más se obtendrá el cariño y reconocimiento, porque, una palabra dicha con humildad tiene el dignificado de palabras agradables.

Para ser humildes, necesitamos ser realistas, conocernos a nosotros mismos tal como somos. Únicamente así podremos aprovechar todo lo que poseemos para obrar el bien. Siempre encontramos cosas en nuestra propia persona que no son de nuestro agrado, capacidades que no aprovechamos o cualidades que no desarrollamos. Lo importante es aceptar la situación.

La humildad es vida. Ayuda a vivir en armonía con nosotros mismos y con los demás. Es un velo necesario para todas las gracias y es uno de los mejores agradecimientos.

Con frecuencia pensamos que la palabra humildad se refiere a la pobreza en que viven algunas personas. Esto es un error. La humildad es un valor que puede extenderse a todos aquellos hombres dispuestos a reconocer que, aunque tienen una dignidad y un valor que nadie puede quitarles, y tal vez algunas cualidades propias como la belleza, la inteligencia o determinada habilidad, no se encuentran por encima de los demás.

Una persona humilde se reconoce como un integrante más de la humanidad al mismo nivel que cualquiera de sus semejantes, sin discriminar a ninguna de ellos. En vez de usar sus talentos propios para ponerse por encima de los otros, los emplea para ponerse al servicio de los demás y construir una auténtica comunidad humana en la que no tienen cabida el orgullo, la presunción o el desprecio por quienes se encuentran en desventaja.

El físico, Albert Einstein, uno de los científicos más inteligentes que ha dado la humanidad y también uno de los más modestos, nunca dejó de reconocer lo mucho que ignoraba y cuánto le faltaba por aprender. Concebía al aprendizaje como un placer, no como un deber. "Nunca consideres el estudio como una obligación

-decía-, sino como una oportunidad para penetrar en el bello y maravilloso mundo del saber”.

c. Escuchar al otro

Del escuchar procede la sabiduría, y del hablar el arrepentimiento, pues, no hace falta buscar reconocimiento perennemente. Si damos lo mejor de nosotros mismos llega solo. Grande es simplemente el que puede prescindir del aplauso y del favor de la multitud. Ser grandes, contrario a lo que todos creen, no es poseer una posición de poder o ser reconocidos, es serlo a pesar de rechazar tal posición y no buscarla con ahínco; el poder debe pertenecer a quien no lo desea, solo así la humildad guiará sus acciones.

Nada es fácil ni tan útil como escuchar mucho. Sin duda que la vida es una gran maestra en la humildad. Cada día nos enseña que hay que pisar con los pies en la superficie. Entonces, vamos ahora a unos momentos de reflexión interior y la respuesta es suya:

- ¿Cuál es la primera imagen que llega a la mente cuando piensas en la palabra humildad? ¿Cómo se relaciona esta imagen con lo que lees todos los días en tu vida?
- ¿Cómo te valoras a ti mismo? ¿Piensas que eres más importante que los demás o, por el contrario, consideras que vales menos?
- ¿Qué opinas de aquellas personas que se sienten superiores y desprecian al prójimo?
- ¿Te consideras bueno en algo?

Cuando alguien no busca reconocimiento, actúa desde el corazón.

Es precipitado estar demasiado seguro de la propia sabiduría. Debemos ser humildes incluso en cuanto a nuestro conocimiento e inteligencia. Ya que, si quieres ser humilde, debes comprender que incluso las personas más necias y engreídas tendrán la razón en algún momento, saber reconocerlo y aceptarlo es un ejercicio de nuestra propia nobleza. Un hombre hace un inmenso bien si no le importa quién se lleva el crédito.

En tiempos la compasión que somos capaces de otorgar a los demás es una medida de nuestra humildad, no una medida de nuestra estupidez, quien perdona demuestra su propia nobleza y superioridad, grita al mundo una prueba tangible de lo fuerte que es su corazón. Es mucho más portentoso cuando otros descubren tus buenas cualidades sin tu ayuda. Podemos hablar mucho y no demostrar nada. También podemos hablar poco y demostrar mucho.

Estamos sin duda en el cultivo de la humildad ¿Qué piensas? La humildad es una virtud muy primordial, pero suele confundirse con mucha facilidad con infravalorarse, debemos comprender que, como seres humanos, somos propensos a los extremos, o no conocemos nuestro valor y lo desmerecemos o sobrevaloramos en exceso aquello que no somos ni podremos ser. Sé humilde cuando escales para que sean indulgentes contigo cuando descendas. Si estando en lo alto somos orgullosos, podemos sufrir las consecuencias en las horas bajas.

Sé humilde y has educado tu oído, es una manera de decir que debemos ser humildes y escuchar a los demás. La virtud de la honestidad es tan rara como un hombre que no se engaña a sí mismo. Perdonar a otros no es un síntoma de debilidad, sino de humildad. Un buen arrepentimiento es la mejor medicina para los males del alma. Una persona sencilla oculta en su interior un alma profunda y una mente aguda y clara, esos son los rasgos de una persona valiosa para el cultivo de la humildad.

Si no hay vergüenza, no hay verdadera humildad, advierte el Papa Francisco a los cristianos que deben tener cuidado de no caer en esa humildad falsa y como la comida chatarra, es decir confeccionada en serie. Los instrumentos de las buenas personas son siempre los humildes. Uno de nuestros valores debe ser siempre ser humilde.

La humildad es la piedra angular para construir quien quieres ser en un futuro, no la desperdicias y construye sobre ella, no encontrarás principio más resistente para tu porvenir. Toda persona que conoces sabe algo que tú no sabes, aprende de ellos y es bueno aprender de otras personas y enriquecer nuestra vida.

Cuanto menos es uno, más se encarga de todo y al mostrar lo que otros ocultan nos hace estar en el presente, y nos hace seguir luchando por ser mejores. A lo largo de mi vida, a menudo me he tenido que aguantar mis palabras, y debo confesar que siempre lo he encontrado en una dieta sana. Convencido que el poder es peligroso a menos que tengas humildad y tener poder puede ser positivo, pero éste, mal usado, puede causar muchos problemas.

3. CIMIENTO DE LAS ESCRITURAS

Cuando se es humilde, no ostenta de sus laureles. Los otros los reconocerán solos. Por eso el mérito real, como un río, cuanto más profundo es, menos ruido hace. Solo debes considerar peligroso el poder si las personas que lo exteriorizan no cuentan con un gramo de humildad, pero no temas, porque quienes se ponen por encima de otros, caerán con fuerza, siempre de manera proporcional a la cantidad de personas que pisotearon para escalar.

La humildad es el principio de toda vida espiritual. Sin esta virtud, jamás podremos progresar en el camino de la santidad. Sin

embargo, la humildad no es simplemente una abstracción para ser admirado. Es una virtud que aprende y practica en las circunstancias de la vida renovada, a menudo dolorosas. Hagamos todo lo posible para ser siempre humildes, a imagen de Jesús, que “renunció a lo que era suyo y tomó naturaleza de siervo, haciéndose como todos los hombres” (Flp 2,7).

Hay pocas virtudes más provechosas para nosotros que la gratitud y la humildad. Pocos son humildes, porque se necesita una autoestima que pocos poseen. La autoestima alta nos ayuda a comportarnos con confianza. No necesitamos aparentar, porque estamos cómodos con quien somos. Pues, humildad no consiste en considerarnos inferiores, sino considerar a los demás como un igual.

La virtud de la humildad nos permite estimarnos correctamente. Si no eres humilde, no podrás respetar a los demás. Tener un corazón agradecido es el primer paso hacia la grandeza. Un hombre debe ser lo suficientemente grande como para admitir sus errores, lo suficientemente inteligente como para aprovecharlos y lo suficientemente fuerte para corregirlos. Todos, en algún momento, cometemos errores. Pero con humildad y fortaleza podemos remediarlos.

Otro medio eficaz de cultivar la humildad es meditar sobre la grandeza y el esplendor de Dios, reconociendo al mismo tiempo nuestra propia nulidad en comparación a Él.

“¿Quién podrá contemplar la grandeza de un Dios, sin anonadarse en su presencia, pensando que con una sola palabra ha creado el cielo de la nada, y que una sola mirada suya podría aniquilarlo? ¡Un Dios tan grande, cuyo poder no tiene límites, un Dios lleno de toda suerte de perfecciones, un Dios de una eternidad sin fin, con la magnitud de su justicia, ¡con su Providencia que tan sabiamente lo gobierna todo y que con

tanta diligencia provee a todas nuestras necesidades! ¡Ante Él no somos nada!”, el santo Cura de Ars.

La humildad ayuda a mostrarnos tal y como somos. Nos hace ser auténticos. Se ha dicho que sin respeto no puede haber sensibilidad, ya que ella, nos convierte en personas buenas. Personas que todo el mundo disfrutaría teniendo a su lado. Mientras anhelemos la virtud de la humildad, pero no estemos dispuestos a aceptar los medios que conducen a ella, no estaremos realmente en el buen camino para lograrla. Incluso si en algunas situaciones somos capaces de actuar sencillamente, podría ser solamente el resultado de una humildad ligera y aparente, en vez de una humildad real y profunda.

Cuando te topes con una persona que habla demasiado de sí misma, incluso al punto de ser molesta, recuerda que solo lo hace para ocultarse de su verdadero yo. Sin preludeos la humildad es la verdad; por consiguiente, decimos que, puesto que no poseemos nada por nosotros mismos, a excepción del pecado, es justo que recibamos humillación y desprecio. Pues, el hombre que piensa que puede vivir sin otros está equivocado; el que piensa que otros pueden vivir sin él, es aún más iluso.

En el himno de la caridad escrito por el Apóstol Pablo, notamos algunos rasgos del amor verdadero y una sumisión reflejada para ponerla en la actividad de la vida:

“El amor es paciente,
es servicial;
el amor no tiene envidia,
no hace alarde,
no es arrogante,
no obra con dureza,

no busca su propio interés,
no se irrita,
no lleva cuentas del mal,
no se alegra de la injusticia,
sino que goza con la verdad.
Todo lo disculpa,
todo lo cree,
todo lo espera,
todo lo soporta” (1Co 13,4-7).

Sin duda que el amor se vive y se cultiva en medio de la vida que comparten todos los días las familias, entre sí y con sus hijos. Por eso es valioso detenerse a precisar el sentido de las expresiones de este texto, para intentar una aplicación a la existencia concreta de cada familia. Por eso describimos que la humildad es hacer una estimación correcta de uno mismo y tocar con los pies en el suelo, es conectarse con uno mismo.

En el cimiento de las Escrituras la doctrina cristiana explica que la humildad es la actitud virtuosa que se debe observar ante Dios, ante su superioridad y perfección, y en plena conciencia de que ha sido Él quien ha concedido la gracia de la existencia.

Asimismo, en el cristianismo, humildad implica reconocer la propia pequeñez ante el misterio de la vida, aceptar la igual dignidad de todos los seres humanos y someterse a la voluntad de Dios, apreciada como buena, agradable y perfecta. En este sentido, la Escritura sugiere: “Revestíos de humildad hacia los demás, porque Dios resiste a los soberbios y da gracia a los humildes” (1Pe 5,5).

La humildad, pues, llama a la conciencia de entender que los seres humanos somos todos iguales ante los ojos de Dios. De hecho, el mayor ejemplo de humildad en la doctrina cristiana lo constituye la figura de Jesucristo. A este respecto expresa la Escritura:

“Tened entre vosotros los mismos sentimientos que Cristo: El cual, siendo de condición divina, no retuvo ávidamente el ser igual a Dios. Sino que se despojó de sí mismo tomando condición de siervo haciéndose semejante a los hombres y apareciendo en su porte como hombre; y se humilló a sí mismo, obedeciendo hasta la muerte y muerte de cruz” (Flp 2,5-8).

a. Sé humilde, pero firme

La invitación es a ser paciente y humilde de corazón. Varias veces me ha pasado esto: Luchar perennemente contra un obstáculo que me impide hacer algo que juzgo necesario o conveniente, aceptar con rabia la derrota y finalmente, un tiempo después, comprobar que el destino tenía razón. Si dejáramos de mostrarnos autosuficientes y nos atreviéramos a reconocer la gran necesidad del otro que tenemos para seguir viviendo, como muertos de sed que somos en verdad, ¡cuánto mal podría ser evitado! A la vida le basta el espacio de una grieta para renacer, al estilo de Jesús que nos amó. Sé humilde, pero firme.

Amo como ama el amor. No conozco otra razón para amar que amarte. ¿Qué quieres que te diga además de que te amo, si lo que quiero decirte es que te amo? Jesús tomó la palabra y dijo: “Vengan a mí todos los que están afligidos y agobiados, y Yo los aliviaré. Carguen sobre ustedes mi yugo y aprendan de mí, porque soy paciente y humilde de corazón, y así encontrarán alivio. Porque mi yugo es suave y mi carga liviana” (Mt 11,28-30). Es eficiente aquí que la humildad es paciencia atenta.

Si ser paciente es una de las mejores cualidades que puede poseer el ser humano, también lo es la humildad, que esa raíz dulce de las que todas las virtudes celestiales crecen. Según Thomas Moore, “la virtud suprema del ser humano es la humildad”. Nadie es más grande que aquellos dispuestos a ser transformados.

Paciente y humilde de corazón. En palabras de Jesús, induce al consuelo, alegría y esperanzas en medio de las luchas cotidianas, esencialmente, ante un mundo que muchas veces ha decidido darle la espalda a Dios, o mejor dicho a lo cristiano y a los cristianos. De algún modo, el Señor nos comunica que su seguimiento no es una carga pesada, nos habla de un yugo suave y una carga liviana. Pero ¿cómo entender esto si muchas veces se le atribuye a la vida cristiana un conjunto de normativas que hay que poner en práctica? o ¿será que los que han marginado al Señor de sus vidas viven más descansados con menos agobios?

La experiencia nos dice que la vida cotidiana no se desarrolla hoy exenta de cansancios y problemáticas, muy por el contrario. Sacar a Dios de la vida -tanto privada como pública- no parece que esté produciendo más libertades, una vida más humana, un mundo más igual, más justo. Siguen siendo muchos los cansancios y los agobios, incluso más y mayores. Brechas que crecen en la distribución de la riqueza; flujos migratorios por motivos políticos o económicos para los que no se encuentran respuestas justas y humanitarias; competitividad egoísta que marca la cultura actual; son realidades que no dejan lugar a encontrar alivio. Pero como dijimos al inicio, las palabras de Jesús, son consuelo, alegría y esperanza para todos nosotros.

Quien vive en el Espíritu, encuentra en la Palabra de Dios el camino ágil y ligero para recorrer esta peregrinación terrenal, porque Jesús nos sale al camino y comparte nuestros agobios y cargas con humildad de corazón.

Se necesitamos seguir el ejemplo de Jesús, necesitamos personas que no carguen a otros, sino que compartan sus cargas. Que no los miren con superioridad, sino que los acojan e integren, pues, la carga es más ligera cuando entra en juego el amor. ¿Conozco personas así? ¿Soy una de ellas?

Siempre expongo ‘sé humilde, pero firme’. No hay que dejar de lado los pensamientos y opiniones de uno mismo cuando se es dócil. Es bueno recordar que toda la población del universo, con una insignificante excepción, está compuesta por otros. Las relaciones con los demás son claves para nuestro bienestar y, por tanto, hay que ser dóciles.

b. Beneficios ocultos

La humildad no es pensar menos de ti mismo, es pensar menos en ti mismo. Tiene que ver con tener una inteligencia. Te hace ver más lejos, ya que, ser humilde significa que puedes aprender de los demás. Si he aprendido algo en este increíble viaje que llamamos vida, es que el signo de un individuo verdaderamente exitoso es la humildad.

Una relación existente entre el éxito y la humildad se da en los siguientes puntos esenciales:

- Mejores relaciones, diversos estudios sugieren, por ejemplo, que las personas humildes cuidan mucho más sus relaciones, quizá porque son capaces de aceptar a los demás como son. Por ello, son mucho más propensos a reparar y a crear vínculos fuertes con los demás. Y cuidar las relaciones es cuidarse a uno mismo y la propia salud.
- Mejor liderazgo, las personas humildes también son mejores líderes, y la humildad y la honestidad son buenos factores predictivos respecto a los resultados de un empleado en su trabajo.
- Menos ansiedad, ser humilde también es garantía de serenidad, pues varios estudios han señalado que las personas con egos tranquilos sufren menos ansiedad.
- Mayor autocontrol, quizá porque también conocen y aceptan mejor sus propios límites, y porque están menos obsesionadas

consigo mismas. Sin duda hay estudios que vinculan el exceso de ego y el narcisismo con una menor habilidad para controlar los propios impulsos.

- Más calidad personal y espiritual, cuando conocemos a alguien que irradia humildad nos sentimos bien de inmediato, quizá porque a su lado nos sentimos vistos, escuchados y aceptados tal y como somos. Las personas realmente humildes, no las que solo buscan parecerlo pueden regalar este don a los demás porque también son capaces de ver y aceptar sus fortalezas y limitaciones, sin juzgarse ni ponerse a la defensiva.
- La vida como escuela, las personas humildes ven la vida como una oportunidad de aprendizaje para todos, reconociendo que, aunque nadie es perfecto, todos podemos trabajar nuestras limitaciones y abrirnos a recibir nuevas ideas, consejos o críticas. La persona humilde nunca deja de aprender precisamente porque es permeable a los demás y no se considera por encima de nadie.
- Más responsabilidad, un ego aquietado se traduce en una menor agresividad y manipulación, en más honestidad y espíritu constructivo. Las personas humildes toman responsabilidad por sus acciones, corrigen sus errores, escuchan las ideas de los demás y no sobrestiman sus capacidades.

Esta virtud y valor de humildad debe venir del corazón, no del intento de quedar bien con los demás. Es hacer una estimación correcta de uno mismo. Es bueno para los que nos rodean, pero también lo es para el que la práctica. Nos acercamos a los más grandes cuando somos entregados en humildad y solo está en las manos de las personas brillantes.

4. SELLO DEL HUMILDE

Es mejor ser humilde y vivir con los sencillos que compartir riquezas con los orgullosos. Siempre es mejor estar rodeado de gente humilde que de personas sin corazón. Pues, somos aprendices de un oficio donde nadie se convierte en un maestro. El pensar bien no les interesa solamente a los filósofos, sino a las personas más sencillas.

Con el sello del humilde se expresan que a la honra precede la humildad. Un proverbio que deja muy claro que la honradez y la humildad están muy unidos. ¿Y cuál es la mejor escuela de humildad? Las personas con menos ego que conozco suelen haber pasado por alguna gran adversidad que les ha hecho contemplar la vida, y a sí mismos, de otra manera. Las tres virtudes que suelen cultivar en su día a día, y que todos podemos practicar en este momento, son:

- **Agradecimiento.** Decir gracias significa reconocer los dones y los regalos que se nos dan y, como resultado, reconocer también el valor de los demás.
- **La atención presente,** nos otorga el permiso para parar y darnos cuenta de nuestros pensamientos y nuestras emociones sin juzgarlos. Cuanta más conciencia tenemos de nuestra vida interna más sencillo resulta deshacerse de pensamientos poco útiles y corregir hábitos que nos limitan. Conocer y aceptar esas partes de nosotros mismos que nos suponen un reto nos ayuda a ver a los demás con compasión y a tratarlos con más amabilidad y respeto.
- **Apreciar por lo que somos.** A menudo nos molemos cuando cometemos un fallo o no logramos alcanzar cierta meta que nos habíamos fijado. Si nuestra autoestima se resiente en esas

circunstancias es porque nos valoramos, sobre todo, en relación con expectativas y objetivos externos.

Cuando practicamos la humildad como rasgo de la personalidad, reconocemos nuestras limitaciones, aceptamos a los demás tal como son y comprendemos que estamos de paso por esta tierra; por lo que no tenemos razones suficientes para envanecernos.

El arte de la vida es ser feliz con poco. Ser humilde y contentarse con lo que uno tiene nos convierte en personas felices y especiales. Hay hombres que hacen a todos los demás sentirse pequeños. Pero la verdadera grandeza consiste en hacer que todos se sientan grandes. Muchas veces por no ser humildes aceptamos halagos falsos o adulaciones por parte de los amigos, la familia, o de quienes apenas nos conocen. De igual manera, es posible que también nosotros entreguemos falsas opiniones de los otros, para elevar su ego. Cualquiera de estas alternativas nos saca del camino de la humildad.

En la realidad hay personas que hacen mucho ruido, expresando asiduamente sus triunfos y talentos. Sienten la necesidad psicológica de impresionar a sus semejantes, utilizando la elocuencia y la ostentación.

Los principios para vivir bien, envuelven la capacidad de encarar los problemas con coraje, las decepciones con alegría y los logros con humildad. Es seguro que en la vida el mayor error que podemos cometer es saber que estamos equivocados y no hacer nada para cambiar. Al expresar la verdad, al admitir un error lo sacamos al exterior y lo hacemos visible. Únicamente mediante una personalidad humilde obtendremos una nueva oportunidad y estaremos edificando en nosotros mismos, y en quienes nos rodean.

En el carácter, en la forma, en el estilo, en todas las cosas, la excelencia suprema es la sencillez. La gente que posee una perso-

nalidad humilde no se siente superior a ninguna otra persona, no tiene la necesidad de recordar a otros sus logros o virtudes; de igual manera, no utiliza su autoridad para pisotear a las personas de su alrededor. En este orden de ideas, la humildad es un valor opuesto a la soberbia. Con estos elementos a continuación describamos los 8 hábitos primordiales de las personas que actúan con humildad:

- Evitan la exaltación de su propio ego.
- Asumen la responsabilidad de sus errores.
- Tratan bien y ayudan a sus semejantes.
- Saben de donde vienen y para donde van.
- Son tolerantes.
- Se disculpan y perdonan a los demás.
- No menosprecian a sus semejantes.
- Reconocen que no lo saben todo.

Vamos a finalizar esta reflexión sobre la generalidad de la humildad con estas palabras de alabanza de Agustín de Hipona:

Nos hiciste para ti

(conf 1,1,1).

“Grande eres, Señor, y digno de toda alabanza.

Grande es tu poder,
tu sabiduría no tiene límites.

Y este hombre, pequeña migaja de tu creación, quiere alabarte.

Precisamente este hombre,
que es un amasijo de fragilidad,
que lleva aún pegada la etiqueta de su pecado,

y es la mejor demostración de lo que es la
soberbia. A pesar de tanta miseria,
este hombre quiere alabarte.
Y eres tú mismo quien lo estimulas
a que encuentre deleite en ello.
Porque nos hiciste, Señor, para ti
y nuestro corazón está inquieto
hasta que descanse en ti”.

Amén.





*Este libro fue editado por la Editorial Uniagustiniana
en abril de 2022. Bogotá, Colombia.*