



EXHORTACIÓN APOSTÓLICA  
**GAUDETE ET EXSULTATE**  
DEL SANTO PADRE  
**FRANCISCO**

SOBRE EL LLAMADO A LA SANTIDAD  
EN EL MUNDO ACTUAL

Extracto

**CAPÍTULO CUARTO**  
**ALGUNAS NOTAS DE LA SANTIDAD EN EL MUNDO ACTUAL**

110. Dentro del gran marco de la santidad que nos proponen las bienaventuranzas y *Mateo* 25,31-46, quisiera recoger algunas notas o expresiones espirituales que, a mi juicio, no deben faltar para entender el estilo de vida al que el Señor nos llama. No me detendré a explicar los medios de santificación que ya conocemos: los distintos métodos de oración, los preciosos sacramentos de la Eucaristía y la Reconciliación, la ofrenda de sacrificios, las diversas formas de devoción, la dirección espiritual, y tantos otros. Solo me referiré a algunos aspectos del llamado a la santidad que espero resuenen de modo especial.

111. Estas notas que quiero destacar no son todas las que pueden conformar un modelo de santidad, pero son cinco grandes manifestaciones del amor a Dios y al prójimo que considero de particular importancia, debido a algunos riesgos y límites de la cultura de hoy. En ella se manifiestan: la ansiedad nerviosa y violenta que nos dispersa y nos debilita; la negatividad y la tristeza; la acedia cómoda, consumista y egoísta; el individualismo, y tantas formas de falsa espiritualidad sin encuentro con Dios que reinan en el mercado religioso actual.

**Aguante, paciencia y mansedumbre**

112. La primera de estas grandes notas es estar centrado, firme en torno a Dios que ama y que sostiene. Desde esa firmeza interior es posible aguantar, soportar las contrariedades, los vaivenes de la vida, y también las agresiones de los demás, sus infidelidades y defectos: «Si Dios está con nosotros, ¿quién estará contra nosotros?» (*Rm* 8,31). Esto es fuente de la paz que se expresa en las actitudes de un santo. A partir de tal solidez interior, el testimonio de santidad, en nuestro mundo acelerado, voluble y agresivo, está hecho de paciencia y constancia en el bien. Es la fidelidad del amor, porque quien se apoya en Dios (*pistis*) también puede ser fiel frente a los hermanos (*pistós*), no los abandona en los malos momentos, no se deja llevar por su ansiedad y se mantiene al lado de los demás aun cuando eso no le brinde satisfacciones inmediatas.

113. San Pablo invitaba a los romanos a no devolver «a nadie mal por mal» (*Rm* 12,17), a no querer hacerse justicia «por vuestra cuenta» (v.19), y a no dejarse vencer por el mal, sino a vencer «al mal con el bien» (v.21). Esta actitud no es expresión de debilidad sino de la verdadera fuerza, porque el mismo Dios «es lento para la ira pero grande en poder» (*Na* 1,3). La Palabra de Dios nos reclama: «Desterrad de vosotros la amargura, la ira, los enfados e insultos y toda maldad» (*Ef* 4,31).

114. Hace falta luchar y estar atentos frente a nuestras propias inclinaciones agresivas y egocéntricas para no permitir que se arraiguen: «Si os indignáis, no lleguéis a pecar; que el sol no se ponga sobre vuestra ira» (*Ef* 4,26). Cuando hay circunstancias que nos abrumen, siempre podemos recurrir al ancla de la súplica, que nos lleva a quedar de nuevo en las manos de Dios y junto a la fuente de la paz: «Nada os preocupe; sino que, en toda ocasión, en la oración y en la súplica, con acción de gracias, vuestras peticiones sean presentadas a Dios. Y la paz de Dios, que supera todo juicio, custodiará vuestros corazones» (*Flp* 4,6-7).

115. También los cristianos pueden formar parte de redes de violencia verbal a través de internet y de los diversos foros o espacios de intercambio digital. Aun en medios católicos se pueden perder los límites, se suelen naturalizar la difamación y la calumnia, y parece quedar fuera toda ética y respeto por la fama ajena. Así se produce un peligroso dualismo, porque en estas redes se dicen cosas que no serían tolerables en la vida pública, y se busca compensar las propias insatisfacciones descargando con furia los deseos de venganza. Es llamativo que a veces, pretendiendo defender otros mandamientos, se pasa por alto completamente el octavo: «No levantar falso testimonio ni mentir», y se destroza la imagen ajena sin piedad. Allí se manifiesta con descontrol que la lengua «es un mundo de maldad» y «encendida por el mismo infierno, hace arder todo el ciclo de la vida» (*St* 3,6).

116. La firmeza interior que es obra de la gracia, nos preserva de dejarnos arrastrar por la violencia que invade la vida social, porque la gracia aplaca la vanidad y hace posible la mansedumbre del corazón. El santo no gasta sus energías lamentando los errores ajenos, es capaz de hacer silencio ante los defectos de sus hermanos y evita la violencia verbal que arrasa y maltrata, porque no se cree digno de ser duro con los demás, sino que los considera como superiores a uno mismo (cf. *Flp* 2,3).

117. No nos hace bien mirar desde arriba, colocarnos en el lugar de jueces sin piedad, considerar a los otros como indignos y pretender dar lecciones permanentemente. Esa es una sutil forma de violencia[95]. San Juan de la Cruz proponía otra cosa: «Sea siempre más amigo de ser enseñado por todos que de querer enseñar aun al que es menos que todos»[96]. Y agregaba un consejo para tener lejos al demonio: «Gozándote del bien de los otros como de ti mismo, y queriendo que los pongan a ellos delante de ti en todas las cosas, y esto con verdadero corazón. De esta manera vencerás el mal con el bien y echarás lejos al demonio y traerás alegría de corazón. Procura ejercitarlo más con los que menos te caen en gracia. Y sabe que si no ejercitas esto, no llegarás a la verdadera caridad ni aprovecharás en ella»[97].

118. La humildad solamente puede arraigarse en el corazón a través de las humillaciones. Sin ellas no hay humildad ni santidad. Si tú no eres capaz de soportar y ofrecer algunas humillaciones no eres humilde y no estás en el camino de la santidad. La santidad que Dios regala a su Iglesia viene a través de la humillación de su Hijo, ése es el camino. La humillación te lleva a asemejarte a Jesús, es parte ineludible de la imitación de Jesucristo: «Cristo padeció por vosotros, dejándoos un ejemplo para que sigáis sus huellas» (*1 P* 2,21). Él a su vez expresa la humildad del Padre, que se humilla para caminar con su pueblo, que soporta sus infidelidades y murmuraciones (cf. *Ex* 34,6-9; *Sb* 11,23-12,2; *Lc* 6,36). Por esta razón los Apóstoles, después de la humillación, «salieron del Sanedrín dichosos de haber sido considerados dignos de padecer por el nombre de Jesús» (*Hch* 5,41).

119. No me refiero solo a las situaciones crudas de martirio, sino a las humillaciones cotidianas de aquellos que callan para salvar a su familia, o evitan hablar bien de sí mismos y prefieren exaltar a otros en lugar de gloriarse, eligen las tareas menos brillantes, e incluso a veces prefieren soportar algo injusto para ofrecerlo al Señor: «En cambio, que aguantéis cuando sufrís por hacer el bien, eso es una gracia de parte de Dios» (*1 P* 2,20). No es caminar con la cabeza baja, hablar poco o escapar de la sociedad. A veces, precisamente porque está liberado del egocentrismo, alguien puede atreverse a discutir amablemente, a reclamar justicia o a defender a los débiles ante los poderosos, aunque eso le traiga consecuencias negativas para su imagen.

120. No digo que la humillación sea algo agradable, porque eso sería masoquismo, sino que se trata de un camino para imitar a Jesús y crecer en la unión con él. Esto no se entiende naturalmente y el mundo se burla de semejante propuesta. Es una gracia que necesitamos suplicar: «Señor, cuando lleguen las humillaciones, ayúdame a sentir que estoy detrás de ti, en tu camino».

121. Tal actitud supone un corazón pacificado por Cristo, liberado de esa agresividad que brota de un yo demasiado grande. La misma pacificación que obra la gracia nos permite mantener una

seguridad interior y aguantar, perseverar en el bien «aunque camine por cañadas oscuras» (*Sal* 23,4) o «si un ejército acampa contra mí» (*Sal* 27,3). Firmes en el Señor, la Roca, podemos cantar: «En paz me acuesto y enseguida me duermo, porque tú solo, Señor, me haces vivir tranquilo» (*Sal* 4,9). En definitiva, Cristo «es nuestra paz» (*Ef* 2,14), vino a «guiar nuestros pasos por el camino de la paz» (*Lc* 1,79). Él transmitió a santa Faustina Kowalska que «la humanidad no encontrará paz hasta que no se dirija con confianza a la misericordia divina»<sup>[98]</sup>. Entonces no caigamos en la tentación de buscar la seguridad interior en los éxitos, en los placeres vacíos, en las posesiones, en el dominio sobre los demás o en la imagen social: «Os doy mi paz; pero no como la da el mundo» (*Jn* 14,27).

### **Alegría y sentido del humor**

122. Lo dicho hasta ahora no implica un espíritu apocado, tristón, agriado, melancólico, o un bajo perfil sin energía. El santo es capaz de vivir con alegría y sentido del humor. Sin perder el realismo, ilumina a los demás con un espíritu positivo y esperanzado. Ser cristianos es «gozo en el Espíritu Santo» (*Rm* 14,17), porque «al amor de caridad le sigue necesariamente el gozo, pues todo amante se goza en la unión con el amado [...] De ahí que la consecuencia de la caridad sea el gozo»<sup>[99]</sup>. Hemos recibido la hermosura de su Palabra y la abrazamos «en medio de una gran tribulación, con la alegría del Espíritu Santo» (*1Ts* 1,6). Si dejamos que el Señor nos saque de nuestro caparazón y nos cambie la vida, entonces podremos hacer realidad lo que pedía san Pablo: «Alegraos siempre en el Señor; os lo repito, alegraos» (*Flp* 4,4).

123. Los profetas anunciaban el tiempo de Jesús, que nosotros estamos viviendo, como una revelación de la alegría: «Gritad jubilosos» (*Is* 12,6). «Súbete a un monte elevado, heraldo de Sión; alza fuerte la voz, heraldo de Jerusalén» (*Is* 40,9). «Romped a cantar, montañas, porque el Señor consuela a su pueblo y se compadece de los desamparados» (*Is* 49,13). «¡Salta de gozo, Sión; alégrate, Jerusalén! Mira que viene tu rey, justo y triunfador» (*Za* 9,9). Y no olvidemos la exhortación de Nehemías: «¡No os pongáis tristes; el gozo del Señor es vuestra fuerza!» (8,10).

124. María, que supo descubrir la novedad que Jesús traía, cantaba: «Se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador» (*Lc* 1,47) y el mismo Jesús «se llenó de alegría en el Espíritu Santo» (*Lc* 10,21). Cuando él pasaba «toda la gente se alegraba» (*Lc* 13,17). Después de su resurrección, donde llegaban los discípulos había una gran alegría (cf. *Hch* 8,8). A nosotros, Jesús nos da una seguridad: «Estaréis tristes, pero vuestra tristeza se convertirá en alegría. [...] Volveré a veros, y se alegrará vuestro corazón, y nadie os quitará vuestra alegría» (*Jn* 16,20.22). «Os he hablado de esto para que mi alegría esté en vosotros, y vuestra alegría llegue a plenitud» (*Jn* 15,11).

125. Hay momentos duros, tiempos de cruz, pero nada puede destruir la alegría sobrenatural, que «se adapta y se transforma, y siempre permanece al menos como un brote de luz que nace de la certeza personal de ser infinitamente amado, más allá de todo»<sup>[100]</sup>. Es una seguridad interior, una serenidad esperanzada que brinda una satisfacción espiritual incomprensible para los parámetros mundanos.

126. Ordinariamente la alegría cristiana está acompañada del sentido del humor, tan destacado, por ejemplo, en santo Tomás Moro, en san Vicente de Paúl o en san Felipe Neri. El mal humor no es un signo de santidad: «Aparta de tu corazón la tristeza» (*Qo* 11,10). Es tanto lo que recibimos del Señor, «para que lo disfrutemos» (*1 Tm* 6,17), que a veces la tristeza tiene que ver con la ingratitud, con estar tan encerrado en sí mismo que uno se vuelve incapaz de reconocer los regalos de Dios<sup>[101]</sup>.

127. Su amor paterno nos invita: «Hijo, en cuanto te sea posible, cuida de ti mismo [...]. No te prives de pasar un día feliz» (*Si* 14,11.14). Nos quiere positivos, agradecidos y no demasiado complicados: «En tiempo de prosperidad disfruta [...]. Dios hizo a los humanos equilibrados, pero ellos se buscaron preocupaciones sin cuento» (*Qo* 7,14.29). En todo caso, hay que mantener un espíritu flexible, y hacer como san Pablo: «Yo he aprendido a bastarme con lo que tengo» (*Flp* 4,11). Es lo que vivía san Francisco de Asís, capaz de conmovirse de gratitud ante un pedazo de pan duro, o de alabar feliz a Dios solo por la brisa que acariciaba su rostro.

128. No estoy hablando de la alegría consumista e individualista tan presente en algunas experiencias culturales de hoy. Porque el consumismo solo empacha el corazón; puede brindar placeres ocasionales y pasajeros, pero no gozo. Me refiero más bien a esa alegría que se vive en comunión, que se comparte y se reparte, porque «hay más dicha en dar que en recibir» (Hch 20,35) y «Dios ama al que da con alegría» (2 Co 9,7). El amor fraterno multiplica nuestra capacidad de gozo, ya que nos vuelve capaces de gozar con el bien de los otros: «Alegraos con los que están alegres» (Rm 12,15). «Nos alegramos siendo débiles, con tal de que vosotros seáis fuertes» (2 Co 13,9). En cambio, si «nos concentramos en nuestras propias necesidades, nos condenamos a vivir con poca alegría»[102].

### **Audacia y fervor**

129. Al mismo tiempo, la santidad es *parresía*: es audacia, es empuje evangelizador que deja una marca en este mundo. Para que sea posible, el mismo Jesús viene a nuestro encuentro y nos repite con serenidad y firmeza: «No tengáis miedo» (Mc 6,50). «Yo estoy con vosotros todos los días, hasta el final de los tiempos» (Mt 28,20). Estas palabras nos permiten caminar y servir con esa actitud llena de coraje que suscitaba el Espíritu Santo en los Apóstoles y los llevaba a anunciar a Jesucristo. Audacia, entusiasmo, hablar con libertad, fervor apostólico, todo eso se incluye en el vocablo *parresía*, palabra con la que la Biblia expresa también la libertad de una existencia que está abierta, porque se encuentra disponible para Dios y para los demás (cf. Hch 4,29; 9,28; 28,31; 2Co 3,12; Ef 3,12; Hb 3,6; 10,19).

130. El beato Pablo VI mencionaba, entre los obstáculos de la evangelización, precisamente la carencia de *parresía*: «La falta de fervor, tanto más grave cuanto que viene de dentro»[103].

¡Cuántas veces nos sentimos tironeados a quedarnos en la comodidad de la orilla! Pero el Señor nos llama para navegar mar adentro y arrojar las redes en aguas más profundas (cf. Lc 5,4). Nos invita a gastar nuestra vida en su servicio. Aferrados a él nos animamos a poner todos nuestros carismas al servicio de los otros. Ojalá nos sintamos apremiados por su amor (cf. 2 Co 5,14) y podamos decir con san Pablo: «¡Ay de mí si no anuncio el Evangelio!» (1 Co 9,16).

131. Miremos a Jesús: su compasión entrañable no era algo que lo ensimismara, no era una compasión paralizante, tímida o avergonzada como muchas veces nos sucede a nosotros, sino todo lo contrario. Era una compasión que lo movía a salir de sí con fuerza para anunciar, para enviar en misión, para enviar a sanar y a liberar. Reconozcamos nuestra fragilidad pero dejemos que Jesús la tome con sus manos y nos lance a la misión. Somos frágiles, pero portadores de un tesoro que nos hace grandes y que puede hacer más buenos y felices a quienes lo reciban. La audacia y el coraje apostólico son constitutivos de la misión.

132. La *parresía* es sello del Espíritu, testimonio de la autenticidad del anuncio. Es feliz seguridad que nos lleva a gloriarnos del Evangelio que anunciamos, es confianza inquebrantable en la fidelidad del Testigo fiel, que nos da la seguridad de que nada «podrá separarnos del amor de Dios» (Rm 8,39).

133. Necesitamos el empuje del Espíritu para no ser paralizados por el miedo y el cálculo, para no acostumbrarnos a caminar solo dentro de confines seguros. Recordemos que lo que está cerrado termina oliendo a humedad y enfermándonos. Cuando los Apóstoles sintieron la tentación de dejarse paralizar por los temores y peligros, se pusieron a orar juntos pidiendo la *parresía*: «Ahora, Señor, fijate en sus amenazas y concede a tus siervos predicar tu palabra con toda valentía» (Hch 4,29). Y la respuesta fue que «al terminar la oración, tembló el lugar donde estaban reunidos; los llenó a todos el Espíritu Santo, y predicaban con valentía la palabra de Dios» (Hch 4,31).

134. Como el profeta Jonás, siempre llevamos latente la tentación de huir a un lugar seguro que puede tener muchos nombres: individualismo, espiritualismo, encerramiento en pequeños mundos, dependencia, instalación, repetición de esquemas ya prefijados, dogmatismo, nostalgia, pesimismo, refugio en las normas. Tal vez nos resistimos a salir de un territorio que

nos era conocido y manejable. Sin embargo, las dificultades pueden ser como la tormenta, la ballena, el gusano que secó el ricino de Jonás, o el viento y el sol que le quemaron la cabeza; y lo mismo que para él, pueden tener la función de hacernos volver a ese Dios que es ternura y que quiere llevarnos a una itinerancia constante y renovadora.

135. Dios siempre es novedad, que nos empuja a partir una y otra vez y a desplazarnos para ir más allá de lo conocido, hacia las periferias y las fronteras. Nos lleva allí donde está la humanidad más herida y donde los seres humanos, por debajo de la apariencia de la superficialidad y el conformismo, siguen buscando la respuesta a la pregunta por el sentido de la vida. ¡Dios no tiene miedo! ¡No tiene miedo! Él va siempre más allá de nuestros esquemas y no le teme a las periferias. Él mismo se hizo periferia (cf. *Flp* 2,6-8; *Jn* 1,14). Por eso, si nos atrevemos a llegar a las periferias, allí lo encontraremos, él ya estará allí. Jesús nos primerea en el corazón de aquel hermano, en su carne herida, en su vida oprimida, en su alma oscurecida. Él ya está allí.

136. Es verdad que hay que abrir la puerta del corazón a Jesucristo, porque él golpea y llama (cf. *Ap* 3,20). Pero a veces me pregunto si, por el aire irrespirable de nuestra autorreferencialidad, Jesús no estará ya dentro de nosotros golpeando para que lo dejemos salir. En el Evangelio vemos cómo Jesús «iba caminando de ciudad en ciudad y de pueblo en pueblo, proclamando y anunciando la Buena Noticia del reino de Dios» (*Lc* 8,1). También después de la resurrección, cuando los discípulos salieron a predicar por todas partes, «el Señor cooperaba confirmando la palabra con las señales que los acompañaban» (*Mc* 16,20). Esa es la dinámica que brota del verdadero encuentro.

137. La costumbre nos seduce y nos dice que no tiene sentido tratar de cambiar algo, que no podemos hacer nada frente a esta situación, que siempre ha sido así y que, sin embargo, sobrevivimos. A causa de ese acostumbrarnos ya no nos enfrentamos al mal y permitimos que las cosas «sean lo que son», o lo que algunos han decidido que sean. Pero dejemos que el Señor venga a despertarnos, a pegarnos un sacudón en nuestra modorra, a liberarnos de la inercia. Desafiemos la costumbre, abramos bien los ojos y los oídos, y sobre todo el corazón, para dejarnos descolocar por lo que sucede a nuestro alrededor y por el grito de la Palabra viva y eficaz del Resucitado.

138. Nos moviliza el ejemplo de tantos sacerdotes, religiosas, religiosos y laicos que se dedican a anunciar y a servir con gran fidelidad, muchas veces arriesgando sus vidas y ciertamente a costa de su comodidad. Su testimonio nos recuerda que la Iglesia no necesita tantos burócratas y funcionarios, sino misioneros apasionados, devorados por el entusiasmo de comunicar la verdadera vida. Los santos sorprenden, desinstalan, porque sus vidas nos invitan a salir de la mediocridad tranquila y anestesiante.

139. Pidamos al Señor la gracia de no vacilar cuando el Espíritu nos reclame que demos un paso adelante, pidamos el valor apostólico de comunicar el Evangelio a los demás y de renunciar a hacer de nuestra vida cristiana un museo de recuerdos. En todo caso, dejemos que el Espíritu Santo nos haga contemplar la historia en la clave de Jesús resucitado. De ese modo la Iglesia, en lugar de estancarse, podrá seguir adelante acogiendo las sorpresas del Señor.

### **En comunidad**

140. Es muy difícil luchar contra la propia concupiscencia y contra las asechanzas y tentaciones del demonio y del mundo egoísta si estamos aislados. Es tal el bombardeo que nos seduce que, si estamos demasiado solos, fácilmente perdemos el sentido de la realidad, la claridad interior, y sucumbimos.

141. La santificación es un camino comunitario, de dos en dos. Así lo reflejan algunas comunidades santas. En varias ocasiones la Iglesia ha canonizado a comunidades enteras que vivieron heroicamente el Evangelio o que ofrecieron a Dios la vida de todos sus miembros. Pensemos, por ejemplo, en los siete santos fundadores de la Orden de los Siervos de María, en las siete beatas religiosas del primer monasterio de la Visitación de Madrid, en san Pablo Miki y

compañeros mártires en Japón, en san Andrés Kim Taegon y compañeros mártires en Corea, en san Roque González, san Alfonso Rodríguez y compañeros mártires en Sudamérica. También recordemos el reciente testimonio de los monjes trapenses de Tibhirine (Argelia), que se prepararon juntos para el martirio. Del mismo modo, hay muchos matrimonios santos, donde cada uno fue un instrumento de Cristo para la santificación del cónyuge. Vivir o trabajar con otros es sin duda un camino de desarrollo espiritual. San Juan de la Cruz decía a un discípulo: estás viviendo con otros «para que te labren y ejerciten»[\[104\]](#).

142. La comunidad está llamada a crear ese «espacio teologal en el que se puede experimentar la presencia mística del Señor resucitado»[\[105\]](#). Compartir la Palabra y celebrar juntos la Eucaristía nos hace más hermanos y nos va convirtiendo en comunidad santa y misionera. Esto da lugar también a verdaderas experiencias místicas vividas en comunidad, como fue el caso de san Benito y santa Escolástica, o aquel sublime encuentro espiritual que vivieron juntos san Agustín y su madre santa Mónica: «Cuando ya se acercaba el día de su muerte —día por ti conocido, y que nosotros ignorábamos—, sucedió, por tus ocultos designios, como lo creo firmemente, que nos encontramos ella y yo solos, apoyados en una ventana que daba al jardín interior de la casa donde nos hospedábamos [...]. Y abríamos la boca de nuestro corazón, ávidos de las corrientes de tu fuente, la fuente de vida que hay en ti [...]. Y mientras estamos hablando y suspirando por ella [la sabiduría], llegamos a tocarla un poco con todo el ímpetu de nuestro corazón [...] de modo que fuese la vida sempiterna cual fue este momento de intuición por el cual suspiramos»[\[106\]](#).

143. Pero estas experiencias no son lo más frecuente, ni lo más importante. La vida comunitaria, sea en la familia, en la parroquia, en la comunidad religiosa o en cualquier otra, está hecha de muchos pequeños detalles cotidianos. Esto ocurría en la comunidad santa que formaron Jesús, María y José, donde se reflejó de manera paradigmática la belleza de la comunión trinitaria. También es lo que sucedía en la vida comunitaria que Jesús llevó con sus discípulos y con el pueblo sencillo.

144. Recordemos cómo Jesús invitaba a sus discípulos a prestar atención a los detalles.

El pequeño detalle de que se estaba acabando el vino en una fiesta.

El pequeño detalle de que faltaba una oveja.

El pequeño detalle de la viuda que ofreció sus dos moneditas.

El pequeño detalle de tener aceite de repuesto para las lámparas por si el novio se demora.

El pequeño detalle de pedir a sus discípulos que vieran cuántos panes tenían.

El pequeño detalle de tener un fueguito preparado y un pescado en la parrilla mientras esperaba a los discípulos de madrugada.

145. La comunidad que preserva los pequeños detalles del amor[\[107\]](#), donde los miembros se cuidan unos a otros y constituyen un espacio abierto y evangelizador, es lugar de la presencia del Resucitado que la va santificando según el proyecto del Padre. A veces, por un don del amor del Señor, en medio de esos pequeños detalles se nos regalan consoladoras experiencias de Dios: «Una tarde de invierno estaba yo cumpliendo, como de costumbre, mi dulce tarea [...]. De pronto, oí a lo lejos el sonido armonioso de un instrumento musical. Entonces me imaginé un salón muy bien iluminado, todo resplandeciente de ricos dorados; y en él, señoritas elegantemente vestidas, prodigándose mutuamente cumplidos y cortesías mundanas. Luego posé la mirada en la pobre enferma, a quien sostenía. En lugar de una melodía, escuchaba de vez en cuando sus gemidos lastimeros [...]. No puedo expresar lo que pasó por mi alma. Lo único que sé es que el Señor la iluminó con los rayos de la verdad, los cuales sobrepasaban de tal modo el brillo tenebroso de las fiestas de la tierra, que no podía creer en mi felicidad»[\[108\]](#).

146. En contra de la tendencia al individualismo consumista que termina aislándonos en la búsqueda del bienestar al margen de los demás, nuestro camino de santificación no puede dejar de identificarnos con aquel deseo de Jesús: «Que todos sean uno, como tú Padre en mí y yo en ti» (Jn 17,21).

## En oración constante

147. Finalmente, aunque parezca obvio, recordemos que la santidad está hecha de una apertura habitual a la trascendencia, que se expresa en la oración y en la adoración. El santo es una persona con espíritu orante, que necesita comunicarse con Dios. Es alguien que no soporta asfixiarse en la inmanencia cerrada de este mundo, y en medio de sus esfuerzos y entregas suspira por Dios, sale de sí en la alabanza y amplía sus límites en la contemplación del Señor. No creo en la santidad sin oración, aunque no se trate necesariamente de largos momentos o de sentimientos intensos.

148. San Juan de la Cruz recomendaba «procurar andar siempre en la presencia de Dios, sea real, imaginaria o unitiva, de acuerdo con lo que le permitan las obras que esté haciendo»<sup>[109]</sup>. En el fondo, es el deseo de Dios que no puede dejar de manifestarse de alguna manera en medio de nuestra vida cotidiana: «Procure ser continuo en la oración, y en medio de los ejercicios corporales no la deje. Sea que coma, beba, hable con otros, o haga cualquier cosa, siempre ande deseando a Dios y apegando a él su corazón»<sup>[110]</sup>.

149. No obstante, para que esto sea posible, también son necesarios algunos momentos solo para Dios, en soledad con él. Para santa Teresa de Ávila la oración es «tratar de amistad estando muchas veces a solas con quien sabemos nos ama»<sup>[111]</sup>. Quisiera insistir que esto no es solo para pocos privilegiados, sino para todos, porque «todos tenemos necesidad de este silencio penetrado de presencia adorada»<sup>[112]</sup>. La oración confiada es una reacción del corazón que se abre a Dios frente a frente, donde se hacen callar todos los rumores para escuchar la suave voz del Señor que resuena en el silencio.

150. En ese silencio es posible discernir, a la luz del Espíritu, los caminos de santidad que el Señor nos propone. De otro modo, todas nuestras decisiones podrán ser solamente «decoraciones» que, en lugar de exaltar el Evangelio en nuestras vidas, lo recubrirán o lo ahogarán. Para todo discípulo es indispensable estar con el Maestro, escucharle, aprender de él, siempre aprender. Si no escuchamos, todas nuestras palabras serán únicamente ruidos que no sirven para nada.

151. Recordemos que «es la contemplación del rostro de Jesús muerto y resucitado la que recompone nuestra humanidad, también la que está fragmentada por las fatigas de la vida, o marcada por el pecado. No hay que domesticar el poder del rostro de Cristo»<sup>[113]</sup>. Entonces, me atrevo a preguntarte: ¿Hay momentos en los que te pones en su presencia en silencio, permaneces con él sin prisas, y te dejas mirar por él? ¿Dejas que su fuego inflame tu corazón? Si no le permites que él alimente el calor de su amor y de su ternura, no tendrás fuego, y así ¿cómo podrás inflamar el corazón de los demás con tu testimonio y tus palabras? Y si ante el rostro de Cristo todavía no logras dejarte sanar y transformar, entonces penetra en las entrañas del Señor, entra en sus llagas, porque allí tiene su sede la misericordia divina<sup>[114]</sup>.

152. Pero ruego que no entendamos el silencio orante como una evasión que niega el mundo que nos rodea. El «peregrino ruso», que caminaba en oración continua, cuenta que esa oración no lo separaba de la realidad externa: «Cuando me encontraba con la gente, me parecía que eran todos tan amables como si fueran mi propia familia. [...] Y la felicidad no solamente iluminaba el interior de mi alma, sino que el mundo exterior me aparecía bajo un aspecto maravilloso»<sup>[115]</sup>.

153. Tampoco la historia desaparece. La oración, precisamente porque se alimenta del don de Dios que se derrama en nuestra vida, debería ser siempre memoriosa. La memoria de las acciones de Dios está en la base de la experiencia de la alianza entre Dios y su pueblo. Si Dios ha querido entrar en la historia, la oración está tejida de recuerdos. No solo del recuerdo de la Palabra revelada, sino también de la propia vida, de la vida de los demás, de lo que el Señor ha hecho en su Iglesia. Es la memoria agradecida de la que también habla san Ignacio de Loyola en su «Contemplación para alcanzar amor»<sup>[116]</sup>, cuando nos pide que traigamos a la memoria todos los beneficios que hemos recibido del Señor. Mira tu historia cuando ores y en ella encontrarás tanta misericordia. Al mismo tiempo esto alimentará tu consciencia de que el Señor

te tiene en su memoria y nunca te olvida. Por consiguiente, tiene sentido pedirle que ilumine aun los pequeños detalles de tu existencia, que a él no se le escapan.

154. La súplica es expresión del corazón que confía en Dios, que sabe que solo no puede. En la vida del pueblo fiel de Dios encontramos mucha súplica llena de ternura creyente y de profunda confianza. No quitemos valor a la oración de petición, que tantas veces nos serena el corazón y nos ayuda a seguir luchando con esperanza. La súplica de intercesión tiene un valor particular, porque es un acto de confianza en Dios y al mismo tiempo una expresión de amor al prójimo. Algunos, por prejuicios espiritualistas, creen que la oración debería ser una pura contemplación de Dios, sin distracciones, como si los nombres y los rostros de los hermanos fueran una perturbación a evitar. Al contrario, la realidad es que la oración será más agradable a Dios y más santificadora si en ella, por la intercesión, intentamos vivir el doble mandamiento que nos dejó Jesús. La intercesión expresa el compromiso fraterno con los otros cuando en ella somos capaces de incorporar la vida de los demás, sus angustias más perturbadoras y sus mejores sueños. De quien se entrega generosamente a interceder puede decirse con las palabras bíblicas: «Este es el que ama a sus hermanos, el que ora mucho por el pueblo» (2 M 15,14).

155. Si de verdad reconocemos que Dios existe no podemos dejar de adorarlo, a veces en un silencio lleno de admiración, o de cantarle en festiva alabanza. Así expresamos lo que vivía el beato Carlos de Foucauld cuando dijo: «Apenas creí que Dios existía, comprendí que solo podía vivir para él»<sup>[117]</sup>. También en la vida del pueblo peregrino hay muchos gestos simples de pura adoración, como por ejemplo cuando «la mirada del peregrino se deposita sobre una imagen que simboliza la ternura y la cercanía de Dios. El amor se detiene, contempla el misterio, lo disfruta en silencio»<sup>[118]</sup>.

156. La lectura orante de la Palabra de Dios, más dulce que la miel (cf. *Sal* 119,103) y «espada de doble filo» (*Hb* 4,12), nos permite detenernos a escuchar al Maestro para que sea lámpara para nuestros pasos, luz en nuestro camino (cf. *Sal* 119,105). Como bien nos recordaron los Obispos de India: «La devoción a la Palabra de Dios no es solo una de muchas devociones, hermosa pero algo opcional. Pertenece al corazón y a la identidad misma de la vida cristiana. La Palabra tiene en sí el poder para transformar las vidas»<sup>[119]</sup>.

157. El encuentro con Jesús en las Escrituras nos lleva a la Eucaristía, donde esa misma Palabra alcanza su máxima eficacia, porque es presencia real del que es la Palabra viva. Allí, el único Absoluto recibe la mayor adoración que puede darle esta tierra, porque es el mismo Cristo quien se ofrece. Y cuando lo recibimos en la comunión, renovamos nuestra alianza con él y le permitimos que realice más y más su obra transformadora.