

# AMOR A DIOS

## ÍNDICE

### 1. Amor a Dios

1.2. Amor a Dios sobre todas las cosas

1.3. Amar a Dios sin medida

1.4. Sólo Dios basta

1.5. Amar a Dios es la suprema razón

1.6. Todo se hace llevadero por amor a Dios

1.7. Amor y santo temor de Dios

1.8. Amor a Dios y desprendimiento

1.9. La santidad «no está en pensar mucho, sino en amar mucho»

1.10. El premio del amor a Dios es amarle todavía más

1.11. El amor a Dios refuerza la unidad

1.12. El amor de Dios, regla y medida de todos los actos

1.13. «Quien no se arrepiente de verdad, no ama de veras»

1.14. Acabar el examen de conciencia con un acto de amor

1.15. Por amor de Dios todo se puede

1.16. «El amor es fuerte como la muerte»

1.17. El amor a Dios aquí y en el cielo

### 2. Amar al prójimo por Dios

### 3. Amor de Dios a los hombres

3.1. Dios nos ama infinitamente

3.2. Dios no abandona nunca a los hombres

3.3. Dios nos busca a cada uno

3.4. Recibimos constantemente innumerables gracias y dones por parte de Dios

3.5. La Encarnación del Hijo de Dios, la mayor muestra de su Amor

3.6. Dios espera de cada hombre una respuesta sin condiciones a su Amor

#### 4. Presencia de Dios

4.1. El Señor está con nosotros: nos ve y nos oye

4.2. En medio de las ocupaciones

4.3. Sintiéndonos templos de Dios

4.4. El cristiano ha de procurar que la presencia de Dios sea continua

4.5. Especialmente al comenzar y al terminar el día

4.6. «Industrias humanas» para tener presencia de Dios

4.7. Jaculatorias

4.8. La plenitud de la presencia de Dios tendrá lugar después de esta vida

4.9. A través de la Virgen

#### 5. Rectitud de intención

5.1. Actuar de cara a Dios y no de cara a los hombres

5.2. Rectificar muchas veces la intención

5.3. Huir del aplauso humano

5.4. El premio de las obras hechas con rectitud de intención

5.5. Frutos

5.6. Rectitud de intención del sacerdote

#### 6. Tibieza

6.1. Tristeza y pereza en el trato con Dios. Causas

6.2. Síntomas de la tibieza

6.3. Consecuencias

6.4. Remedios

## 6.5. El amor a la Virgen, remedio contra la tibiaza

\* \* \*

### **1. Amor a Dios [Volver al Índice](#)**

#### **1.1. Amar a Dios con todo el corazón [Volver al Índice](#)**

¡Qué dulces y llenas de amor son las obras de Dios en nosotros! Si alguno pudiera conocerlas, se encendería tal fuego de amor en su corazón que, si pudiese extenderse y realizar su obra como lo hace el fuego material, en un instante consumiría todo lo que puede arder. Hablo así viendo la vehemencia inexplicable del divino amor (SANTA CATALINA DE GÉNOVA, *Le libre arbitre*, en «Études Carmelitaines», 1959).

En resumen: amar significa viajar, correr hacia el objeto amado. Dice la Imitación de Cristo: el que ama «*currit, volat, laetatur*», corre, vuela, goza (III, 5, 4). Así pues, amar a Dios es un viajar con el corazón hacia Dios. Viaje bellísimo. Cuando era muchacho me entusiasmaban los viajes descritos por Julio Verne [...]. Pero los viajes del amor de Dios son mucho más interesantes (JUAN PABLO I, *Aud. gen.* 27-9-1978).

El viaje comporta a veces sacrificios. Pero éstos no nos deben detener. Jesús está en la cruz, ¿lo quieres besar? No puedes por menos de inclinarte hacia la cruz y dejar que te puncen algunas espinas de la corona que tiene la cabeza del Señor. No puedes hacer lo que el bueno de San Pedro, que supo muy bien gritar *Viva Jesús* en el monte Tabor, donde había gozo, pero ni siquiera se dejó ver junto a Jesús en el monte Calvario, donde había peligro y dolor (JUAN PABLO I, *Aud. gen.* 27-9-1978).

Has querido que nosotros te amáramos, porque en rigor no podíamos conseguir la salvación más que amándote. Y nosotros ni podíamos amarte, a menos que este amor viniera de ti. Como lo

afirma tu apóstol predilecto, tú nos amaste primero y tú amas primero a los que te aman (cfr. 1 Jn 4, 10). Pero nosotros te amamos por la caridad y el amor que tú mismo has puesto en nosotros (GUILLERMO DE SAN-THIERRY, *La contemplación de Dios*, 14).

Está escrito: *Amarás al Señor, tu Dios, con todo el corazón, con toda el alma y con todas las fuerzas* [...] (cfr. Deut 6, 5-9). Aquel «todo», repetido y llevado a la práctica con tanta insistencia, es en verdad la bandera del maximalismo cristiano. Y es justo: Dios es demasiado grande, merece demasiado Él de nosotros, para que podamos echarle, como a un pobre Lázaro, apenas unas pocas migajas de nuestro tiempo y de nuestro corazón. Él es un bien infinito y será nuestra felicidad eterna; el dinero, los placeres, las fortunas de este mundo, en comparación, son apenas fragmentos de bien y momentos fugaces de felicidad. No sería sabio dar tanto de nosotros a estas cosas y poco de nosotros a Jesús (JUAN PABLO I, *Aud. gen.* 27-91978).

Se te manda que ames a Dios *de todo corazón*, para que le consagres todos tus pensamientos; *con toda tu alma*, para que le consagres tu vida; *con toda tu inteligencia*, para que consagres todo tu entendimiento a Aquel de quien has recibido todas estas cosas. No deja parte alguna de nuestra existencia que deba estar ociosa y que dé lugar a que quiera gozar de otra cosa. Por tanto, cualquier cosa que queramos amar, diríjase también hacia el punto donde debe fijarse toda la fuerza de nuestro amor. Un hombre es muy bueno cuando toda su vida se dirige hacia el Bien inmutable (SAN AGUSTÍN, en *Catena Aurea*, vol. III, p. 89).

Considera lo más hermoso y grande de la tierra..., lo que place al entendimiento y a las otras potencias..., y lo que es recreo de la carne y de los sentidos... Y el mundo, y los otros mundos, que brillan en la noche: el Universo entero. -Y eso, junto con todas las locuras del corazón satisfechas..., nada vale, es nada y menos que nada, al lado de ueste Dios mío! -ituyo!-, tesoro infinito, margarita preciosísima, humillado, hecho esclavo, anonadado con forma de siervo en el portal donde quiso nacer, en el taller de José, en la Pasión y en la muerte ignominiosa... y en la locura de Amor de la Sagrada Eucaristía (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 432).

*Diliges Dominum Deum ex toto corde tuo, et in tota anima tua, et in tota mente tua.* ¿Qué queda de tu corazón para amarte a ti mismo? ¿Qué, de tu alma? ¿Qué, de tu mente? *Ex toto*, con todo,

dice. Todo te exige el que todo te ha dado (SAN AGUSTIN, *Sermón 34*).

## **1.2. Amor a Dios sobre todas las cosas [Volver al Índice](#)**

Y si lo que ama no lo posee totalmente, tanto sufre cuanto le falta por poseer [...]. Mientras esto no llega, está el alma como en un vaso vacío que espera estar lleno; como el que tiene hambre y desea la comida; como el enfermo que llora por su salud; y como el que está colgado en el aire y no tiene dónde apoyarse (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico espiritual*, 9, 6).

No sería justo decir: «O Dios o el hombre». Deben amarse «Dios y el hombre»; a este último, nunca más que a Dios o contra Dios o igual que a Dios. En otras palabras: el amor a Dios es ciertamente prevalente, pero no exclusivo. La Biblia declara a Jacob santo (*Dan 3, 35*) y amado por Dios (*Mat 1, 27; Rom 9, 13*); lo muestra empleando siete años en conquistar a Raquel como mujer, y *le parecen pocos años, aquellos años -tanto era su amor por ella-* (*Gen 29, 20*). Francisco de Sales comenta estas palabras: «Jacob - escribe- ama a Raquel con todas sus fuerzas y con todas sus fuerzas ama a Dios; pero no por ello ama a Raquel como a Dios, ni a Dios como a Raquel. Ama a Dios como su Dios sobre todas las cosas y más que a si mismo; ama a Raquel como a su mujer sobre todas las otras mujeres y como a si mismo. Ama a Dios con amor absoluto y soberanamente sumo, y a Raquel con sumo amor marital; un amor no es contrario al otro, porque el de Raquel no viola las supremas ventajas del amor de Dios» (JUAN PABLO I, *Aud. gen. 27-9-1978*).

## **1.3. Amar a Dios sin medida [Volver al Índice](#)**

*Señor, que yo te ame siempre más.* También aquí está la obediencia a un mandamiento de Dios, que ha puesto en nuestro corazón la sed del progreso. Desde los palafitos, desde las cavernas, desde las cabañas, hemos pasado a las casas, a los palacios, a los rascacielos; desde el viajar a pie, a lomo de mulo o de camello, a las carrozas, a los trenes, a los aviones. Y se desea progresar todavía con medios más rápidos, alcanzando siempre metas más lejanas. Pues amar a Dios [...] es también un viaje: Dios lo quiere siempre más intenso y perfecto. Ha dicho a todos los suyos: *Vosotros sois la luz del mundo, la sal de la tierra (Mt 5, 48), sed perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto (Mt 5, 48)*. Esto significa: amar a Dios no poco, sino mucho; no detenerse en el punto al cual se ha

llegado, sino con su ayuda progresar en el amor (JUAN PABLO I, *Aud. gen.* 27-9-1978).

La medida del amor a Dios es amarlo sin medida (SAN BERNARDO, *Sermón 6, sobre el amor a Dios*).

La medida y regla de la virtud teologal es el mismo Dios; nuestra fe se regula según la verdad divina; nuestra caridad según la bondad de Dios; y nuestra esperanza, según la intensidad de su omnipotencia y misericordia. Y ésta es una medida que excede de tal manera a toda capacidad humana que el hombre nunca puede amar a Dios tanto como debe ser amado, ni creer o esperar en Él tanto como se debe; luego mucho menos llegará al exceso en tales acciones (SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, 1-2, q. 54, a. 4, c).

[...] quien no quisiera amar a Dios más de lo que le ama, de ninguna manera cumplirá el precepto del amor (SANTO TOMÁS, *Coment. a la Epístola a los Hebreos*, 6, 1).

No está permitido querer con amor menguado [...], pues debéis llevar grabado en vuestro corazón al que por vosotros murió clavado en la Cruz (SAN AGUSTÍN, *Sobre la Santa virginidad*, 55).

Señor: que tenga peso y medida en todo... menos en el Amor (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 427).

El hombre nunca puede amar a Dios tanto como Él debe ser amado (SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, 1-2, q. 6, a. 4 e).

Cuanto más amo, más deudor me siento cada día (SAN AGUSTÍN, *Epístola 192*).

#### **1.4. Sólo Dios basta [Volver al Índice](#)**

No quieras que te llene nada que no sea Dios. No desees gustos de Dios. No desees tampoco entender de Dios más de lo que debes entender. La fe y el amor serán los lazarillos que te llevarán a Dios por donde tú no sabes ir. La fe son los pies que llevan a Dios al alma.

El amor es el orientador que la encamina (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico espiritual*, 1, 11).

Dios sólo basta para colmar nuestros deseos: Más grande es Dios que nuestro corazón (1 Jn 3, 20). Por eso dice Agustín en el libro primero de las Confesiones: «Nos has hecho, Señor, para ti, y nuestro corazón está intranquilo hasta que descanse en ti» (SANTO TOMÁS, *Sobre la caridad*, 1. c., p. 206).

Aunque no se dijera absolutamente nada más en las páginas de las Sagradas Escrituras y solamente oyéramos de boca del Espíritu Santo que Dios es amor, nos bastaría (SAN AGUSTÍN, *Coment. a la 1.ª Epístola de S. Juan*, 7).

Nada te turbe, nada te espante, todo se pasa, Dios no se muda, la paciencia todo lo alcanza; quien a Dios tiene nada le falta: sólo Dios basta. (SANTA TERESA, *Poesías VI*, p. 1123).

### **1.5. Amar a Dios es la suprema razón [Volver al Índice](#)**

Entendí que sólo el amor es el que impulsa a obrar a los miembros de la Iglesia, y que si faltase este amor, ni los apóstoles anunciarían ya el Evangelio, ni los mártires derramarían su sangre. Reconocí claramente y me convencí de que el amor encierra en sí todas las vocaciones, que el amor lo es todo, que abarca todos los tiempos y lugares, en una palabra que el amor es eterno. Entonces, llena de alegría desbordante, exclamé: «Oh, Jesús, amor mío, por fin he encontrado mi vocación: mi vocación es el amor. Sí, he hallado mi propio lugar en la Iglesia, y este lugar es el que tú me has señalado, Dios mío. En el corazón de la Iglesia, que es mi madre, yo seré el amor: de este modo lo seré todo y mi deseo se verá colmado» (SANTA TERESA DE LISIEUX, *Manuscritos autobiográficos*).

El amor a Dios es la razón suprema de todas las cosas (SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, 1, q. 19, a. 4).

Mientras realizamos con la mayor perfección posible, dentro de nuestras equivocaciones y limitaciones, las tareas propias de nuestra condición y de nuestro oficio, el alma ansía escaparse. Se va hacia Dios, como el hierro atraído por la fuerza del imán. Se comienza a

amar a Jesús, de forma más eficaz, con un dulce sobresalto (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Amigos de Dios*, 296).

¿Qué soy yo para ti, que me mandas amarte y que, si no lo hago, te enojas conmigo y me amenazas con ingentes infortunios? ¿No es ya suficiente infortunio el hecho de no amarte? (SAN AGUSTÍN, *Confesiones*, 2, 5, 5).

Fuego que abrasa, luz ardiente, fuente que apaga la sed, tesoro que contiene en sí todos los bienes. Dios es tan bueno y nos ama tan ardientemente que no quiere de nosotros otra cosa, sino ser amado (SAN ALFONSO M<sup>a</sup> DE LIGORIO, *Visitas al Stmo. Sacramento*).

Hacedlo todo por Amor. -Así no hay cosas pequeñas: todo es grande. -La perseverancia en las cosas pequeñas, por Amor, es heroísmo (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 813).

## **1.6. Todo se hace llevadero por amor a Dios [Volver al Índice](#)**

*Pedro, ¿me amas? Apacienta mis ovejas.* Y esto por tres veces consecutivas. Se le preguntaba sobre el amor, y se le imponía una labor; porque, cuanto mayor es el amor, tanto menor es el trabajo (SAN AGUSTÍN, *Sermón 340*).

Quien le amare mucho, verá que puede padecer mucho por El; el que amare poco, poco. Tengo yo para mí que la medida del poder llevar gran cruz o pequeña es la del amor (SANTA TERESA, *Camino de perfección*, 32, 7).

El amor defiende de las adversidades. A quien lo tiene, nada adverso le puede resultar perjudicial, antes al contrario se le convierte en útil: *Todo contribuye al bien de los que aman a Dios (Rom 8, 28)*. Hasta los reveses y dificultades son llevaderos para el que ama, como observamos a diario en el terreno meramente humano (SANTO TOMÁS, *Sobre la caridad*, 1. c., p. 204).

Todo lo duro que puede haber en los mandamientos lo hace llevadero el amor... ¿Qué no hace el amor [...]? Ved cómo trabajan los que aman; no sienten lo que padecen, redoblando sus esfuerzos a tenor de las dificultades (SAN AGUSTÍN, *Sermón 96*).

Todas estas cosas, sin embargo, las hallan difíciles los que no aman; los que aman, al revés, eso mismo les parece liviano. No hay padecimiento, por cruel y desaforado que sea, que no lo haga llevadero y casi nulo el amor (SAN AGUSTÍN, *Sermón 70*).

### **1.7. Amor y santo temor de Dios [Volver al Índice](#)**

«*Timor Domini sanctus*». -Santo es el temor de Dios. -Temor que es veneración del hijo para su Padre, nunca temor servil, porque tu Padre-Dios no es un tirano (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 435).

¡Como quien no dice nada: amor y temor de Dios! Son dos castillos fuertes, desde donde se da guerra al mundo y a los demonios (SANTA TERESA, *Camino de perfección*, 40, 2).

Fundada en la caridad, se eleva el alma a un grado más excelente y sublime: el temor de amor. Esto no deriva del pavor que causa el castigo ni del deseo de la recompensa. Nace de la grandeza misma del amor. En esa amalgama de respeto y afecto filial en que se barajan la reverencia y la benevolencia que un hijo tiene para con un padre, el hermano para con su hermano, el amigo para con su amigo, la esposa para con su esposo. No recela los golpes ni reproches. Lo único que teme es herir el amor con el más leve roce o herida. En toda acción, en toda palabra, se echa de ver la piedad y solicitud con que procede. Teme que el fervor de la dilección se enfríe en lo más mínimo (CASIANO, *Colaciones*, 11).

Cuando el amor llega a eliminar del todo el temor, el mismo temor se convierte en amor (SAN GREGORIO DE NISA, *Homilía 15*).

El remedio que podemos tener, hijas, y nos dio Su Majestad es amor y temor; que el amor nos hará apresurar los pasos y el temor nos hará ir mirando adónde ponemos los pies para no caer por camino adonde hay tanto que tropezar, como caminamos todos los que vivimos, y con esto a buen seguro que no seamos engañadas (SANTA TERESA, *Camino de perfección*, 40, 1).

## **1.8. Amor a Dios y desprendimiento** [Volver al Índice](#)

Y el alma sale para ir detrás de Dios; sale de todo pisoteando y despreciando todo lo que no es Dios. Y sale de sí misma olvidándose de sí por amor de Dios (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico espiritual*, 1, 20).

Tú, al que llenas de ti, lo elevas; mas, como yo aún no me he llenado de ti, soy todavía para mí mismo una carga (SAN AGUSTÍN, *Confesiones*, 10, 26).

Y éste es el índice para que el alma pueda conocer con claridad si ama a Dios o no, con amor puro. Si le ama, su corazón no se centrará en sí misma, ni estará atenta a conseguir sus gustos y conveniencias. Se dedicará por completo a buscar la honra y gloria de Dios y a darle gusto a El. Cuanto más tiene corazón para sí misma menos lo tiene para Dios (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico espiritual*, 9, 5).

Sólo ama de verdad a Dios quien no se acuerda de sí mismo (SAN GREGORIO MAGNO, *Hom. 38 sobre los Evang.*).

## **1.9. La santidad «no está en pensar mucho, sino en amar mucho»** [Volver al Índice](#)

Querría dar a entender que el alma no es el pensamiento, ni la voluntad es mandada (por él) que tendría harta mala ventura; por donde el aprovechamiento del alma no está en pensar mucho, sino en amar mucho (SANTA TERESA, *Fundaciones*, 5, 2).

¿No has visto en qué «pequeñeces» está el amor humano? - Pues también en «pequeñeces» está el Amor divino (J. ESCRIVÁ DE BALAGUER, *Camino*, n. 824).

Cuanto más ames más subirás (SAN AGUSTÍN, *Coment. sobre el Salmo 83*).

Porque alguno he topado que les parece está todo el negocio en el pensamiento, y si éste pueden tener mucho en Dios, aunque sea

haciéndose gran fuerza, luego les parece que son espirituales; y si se distraen, no pudiendo más, aunque sea para cosas buenas, luego les viene gran desconsuelo y les parece que están perdidos [...]. No digo que no es merced del Señor quien siempre puede estar meditando en sus obras, y es bien que se procure. Mas se ha de entender que no todas las imaginaciones son hábiles de su natural para esto, mas todas las almas lo son para amar (SANTA TERESA, *Fundaciones*, 5, 2).

#### **1.10. El premio del amor a Dios es amarle todavía más [Volver al Índice](#)**

El que ama a Dios se contenta con agradecerle, porque el mayor premio que podemos desear es el mismo amor [...]. El alma piadosa e integra busca en ello su plenitud y no desea otro deleite (SAN GREGORIO MAGNO, *Sermón 92*).

Alma que ama a Dios no ha de pretender ni esperar otra recompensa por sus servicios prestados que la perfección de amar a Dios (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico espiritual*, 9, 7).

El amor no descansa mientras no ve lo que ama; por eso los santos estimaban en poco cualquier recompensa, mientras no viesan a Dios. Por eso el amor que ansía ver a Dios se ve impulsado, por encima de todo discernimiento, por el deseo ardiente de encontrarse con él. Por eso Moisés se abrevió a decir: *Si he obtenido tu favor, muéstrame tu rostro* (*Ex 33, 13*) [...]. Por eso también se dice en otro lugar: *Déjame ver tu rostro* (*Sal 79, 4*). Y hasta los mismos paganos en medio de sus errores se fabricaron ídolos para poder ver con sus propios ojos el objeto de su culto (SAN PEDRO CRISÓLOGO, *Sermón 147*).

#### **1.11. El amor a Dios refuerza la unidad [Volver al Índice](#)**

Para poder encomendar a Pedro sus ovejas, sin que con ello pareciera que las ovejas quedaban encomendadas a otro pastor distinto de sí mismo, el Señor le pregunta: «Pedro, ¿me amas?» El respondió: «Te amo». Y le dice por segunda vez: «¿Me amas?», y respondió: «Te amo». Quería fortalecer el amor para reforzar así la unidad. De este modo el que es Único apacienta a través de muchos, y los que son muchos apacientan formando parte del que es único (SAN AGUSTÍN, *Sermón 46, sobre los pastores*).

El amor que unirá a Dios con los que habitan allí, y a éstos entre sí, será tan grande que todos se amarán como a sí mismos y amarán a Dios más que a sí mismos. Por eso nadie querrá más que lo que Dios quiere; lo que quiera uno lo querrán todos, y la voluntad de todos será la voluntad de Dios... Todos juntos como un solo hombre serán reyes con Dios, porque todos querrán la misma cosa y se cumplirá su voluntad (SAN ANSELMO, *Carta 112, a Hugo el recluso*, pp. 245-246).

### **1.12. El amor de Dios, regla y medida de todos los actos [Volver al Índice](#)**

Todo lo que se hace por Amor adquiere hermosura y se engrandece (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 429).

Una producción artística se considera buena y acertada cuando se ajusta a sus reglas peculiares. Del mismo modo, cualquier obra humana es recta y virtuosa cuando concuerda con la regla del amor divino, y no es buena ni recta o perfecta si se aparta de ella. Todos los actos humanos, para resultar buenos, deben atenerse a la regla del amor divino (SANTO TOMÁS, *Sobre la caridad*, 1. c., 201).

El secreto para dar relieve a lo más humilde, aún a lo más humillante, es amar (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 418).

Es el amor el que «pone nombre a la obra», el que le da su verdadero sentido y cualidad (SAN BUENAVENTURA, *Coment. a las Sentencias*, 11, 40, 1).

No nos amemos, pues, a nosotros mismos, sino a Él. No sé por qué motivo inexplicable, quien se ama a sí mismo y no ama a Dios no se ama a sí mismo; y en cambio, quien ama a Dios y no se ama a sí mismo, se ama a sí mismo (SAN AGUSTÍN, *Trat. Evang. S. Juan*, 123).

Los que de veras aman a Dios, todo lo bueno aman, todo lo bueno quieren, todo lo bueno favorecen, todo lo bueno loan, con los buenos se juntan siempre y los favorecen y defienden; no aman sino

verdades y cosas que sean dignas de amar (SANTA TERESA, *Camino de perfección*, 40, 3).

También en lo pequeño se muestra la grandeza del alma [...]. Por eso el alma que se entrega a Dios pone en las cosas pequeñas el mismo fervor que en las cosas grandes (SAN JERÓNIMO, *Epístola 60*).

### **1.13. «Quien no se arrepiente de verdad, no ama de veras»** [Volver al Índice](#)

Quien no se arrepiente de verdad, no ama de veras; es evidente que cuanto más queremos a una persona, tanto más nos duele haberla ofendido. Es, pues, éste uno más de los efectos del amor (SANTO TOMÁS, *Sobre la caridad*, 1. c., 205).

Preguntaron al Amigo cuál era la fuente del amor. Respondió que aquella en donde el Amado nos ha limpiado de nuestras culpas, y en la cual da de balde el agua viva, de la cual, quien bebe, logra vida eterna en amor sin fin (R. LLULL, *Libro del Amigo y del Amado*, 115).

### **1.14. Acabar el examen de conciencia con un acto de amor** [Volver al Índice](#)

Acaba siempre tu examen con un acto de Amor -dolor de Amor-: por ti, por todos los pecados de los hombres... -Y considera el cuidado paternal de Dios, que te quitó los obstáculos para que no tropezases (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 246).

### **1.15. Por amor de Dios todo se puede** [Volver al Índice](#)

El amor de contentar a Dios y la fe hacen posible lo que por razón natural no lo es (SANTA TERESA, *Fundaciones*, 2, 4).

Un poquito de este puro amor..., más provecho hace a la Iglesia, aunque parece que no hace nada, que todas esas obras juntas (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico 2*, anotación a canción 29).

Cualquier otra carga te oprime y abrumba, mas la carga de Cristo te alivia el peso. Cualquier otra carga tiene peso, pero la de Cristo tiene alas. Si a un pájaro le quitas las alas parece que le alivias del peso, pero cuanto más le quites este peso, tanto más le atas a la tierra. Ves en el suelo al que quisiste aliviar de un peso; restitúyete el peso de sus alas y verás cómo vuela (SAN AGUSTIN, *Sermón 126*).

Esteban tenía por armas la caridad y con ella vendía en todas partes. Por amor a Dios no se cruzó de brazos ante los enfurecidos judíos; por amor al prójimo intercedía por quienes lo lapidaban; por amor argüía a los que estaban en el error, para que se corrigiesen... Apoyado en la fuerza de la caridad, venció la violenta crueldad de Saulo, y mereció tener por compañero en el cielo al que en la tierra tuvo como perseguidor (SAN FULGENCIO, *Sermón 3*).

#### **1.16. «El amor es fuerte como la muerte» [Volver al Índice](#)**

También se dice que es semejante el reino de los cielos a un comerciante que anda en busca de buenas perlas, y hallando una muy preciosa, vende cuanto tiene y la compra [...]. En comparación de aquella nada tiene valor, y el alma abandona todo cuanto había adquirido, derrama todo cuanto había congregado, se enardece con el amor de las cosas celestiales, no tiene placer en las cosas terrenas y considera como deforme todo lo que le parecía bello en la tierra, porque sólo brilla en el alma el resplandor de aquella perla preciosa. Acerca de este amor dice Salomón: *El amor es fuerte como la muerte* (SAN GREGORIO MAGNO, *Hom. 11 sobre los Evang.*).

Es fuerte el amor como la muerte, porque el amor de Cristo da muerte a la misma muerte [...]. También el amor con que nosotros amamos a Cristo es fuerte como la muerte, ya que viene a ser él mismo como una muerte, en cuanto que es el aniquilamiento de la vida anterior, la abolición de las malas costumbres y el sepelio de las obras muertas (SAN BALDUINO DE CANTORBERY, *Tratado 10*)

#### **1.17. El amor a Dios aquí y en el cielo [Volver al Índice](#)**

Si el Amor, aun el amor humano, da tantos consuelos aquí, ¿qué será el Amor en el cielo? (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 428).

Este amor será la medida de la gloria de que disfrutaremos en el paraíso, ya que ella será proporcionada al amor que habremos tenido a Dios durante nuestra vida; cuanto más hayamos amado a Dios en este mundo, mayor será la gloria de que gozaremos en el cielo, y más le amaremos también, puesto que la virtud de la caridad nos acompañará durante toda la eternidad, y recibirá mayor incremento en el cielo. ¡Qué dicha la de haber amado mucho a Dios en esta vida!, pues así lo amaremos también mucho en el paraíso (SANTO CURA DE ARS, *Sermón sobre el precepto 1.º del decálogo*).

## **2. Amar al prójimo por Dios [Volver al Índice](#)**

A algunas personas es fácil amarlas; a otras, es difícil: no son simpáticas, nos han ofendido o hecho mal; sólo si amo a Dios en serio, llego a amarlas en cuanto hijas de Dios y porque Él me lo manda. Jesús ha fijado también cómo amar al prójimo, esto es, no sólo con el sentimiento, sino con los hechos: [...] tenía hambre en la persona de mis hermanos más pequeños, ¿me habéis dado de comer? ¿Me habéis visitado cuando estaba enfermo? (cfr. *Mt 5, 34 ss*) (JUAN PABLO I, *Aud. gen. 27-9-78*).

*Amarás a tu prójimo como a ti mismo; pero tratándose del amor que se debe profesar a Dios, no se señala límite alguno* (SAN GREGORIO MAGNO, *Hom. 38 sobre los Evang.*).

Amamos a Dios y al prójimo con la misma caridad. Pero debemos amar a Dios por sí mismo, y al prójimo por Dios (SAN AGUSTÍN, *Trat. sobre la Santísima Trinidad, 7*).

El que ama a Dios ama también inevitablemente al prójimo (SAN MÁXIMO, *Sobre la caridad, 1*)

### **3. Amor de Dios a los hombres [Volver al Índice](#)**

#### **3.1. Dios nos ama infinitamente [Volver al Índice](#)**

Hasta te serviré, porque vine *a servir y no a ser servido*. Yo soy amigo, y miembro y cabeza, y hermano y hermana y madre; todo lo soy, y solo quiero contigo intimidad. Yo, pobre por ti, mendigo por ti, crucificado por ti, sepultado por ti; en el cielo, por ti ante Dios Padre; y en la tierra soy legado suyo ante ti. Todo lo eres para Mí, hermano y coheredero, amigo y miembro. ¿Qué más quieres? (SAN JUAN CRISÓSTOMO, *Hom. sobre S. Mateo*, 76).

Tan espléndida es la gracia de Dios y su amor a nosotros, que hizo El más por nosotros de lo que podemos comprender (SANTO TOMÁS, *Sobre el Credo*, 1. c., 61).

¿Saber que me quieres tanto, Dios mío, y... no me he vuelto loco? (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 425).

Ninguna lengua es suficiente para declarar la grandeza del amor que Jesús tiene a cualquier alma que está en gracia (SAN ALFONSO M.<sup>a</sup> DE LIGORIO, *Visitas al Stmo. Sacramento*, 2).

El fuego de amor de Ti, que en nosotros quieres que arda hasta encendernos, abrasarnos y quemarnos lo que somos, y transformarnos en Ti, Tú lo soplas con las mercedes que en tu vida nos hiciste, y lo haces arder con la muerte que por nosotros pasaste (SAN JUAN DE ÁVILA, *Audi filia*, 69).

#### **3.2. Dios no abandona nunca a los hombres [Volver al Índice](#)**

El abismo de malicia, que el pecado lleva consigo, ha sido salvado por una Caridad infinita. Dios no abandona a los hombres (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Es Cristo que pasa*, 95).

Oye cómo fuiste amado cuando no eras amable; oye cómo fuiste amado cuando eras torpe y feo; antes, en fin, de que hubiera

en ti cosa digna de amor. Fuiste amado primero para que te hicieras digno de ser amado (SAN AGUSTÍN, *Sermón 142*).

Ahora me da devoción ver cómo me daba Dios tan presto lo que yo perdí por mi culpa (SANTA TERESA, *Vida*, 1, 4).

### **3.3. Dios nos busca a cada uno [Volver al Índice](#)**

Considerad conmigo esta maravilla del amor de Dios: el Señor que sale al encuentro, que espera, que se coloca a la vera del camino, para que no tengamos más remedio que verle. Y nos llama personalmente, hablándonos de nuestras cosas, que son también las suyas, moviendo nuestra conciencia a la compunción, abriéndola a la generosidad, imprimiendo en nuestras almas la ilusión de ser fieles, de podemos llamar sus discípulos (J ESCRIVÁ DE BALAGUER, *Es Cristo que pasa*, 59).

¿Cuál es la explicación de que nos alegremos con el Señor, si Él está lejos? Pero en realidad no está lejos. Tú eres el que hace que esté lejos. Ámalo y se te acercará; ámalo y habitará en ti. *El Señor está cerca. No os inquietéis por cosa alguna* (SAN AGUSTÍN, *Sermón 21*).

El sol ilumina al mismo tiempo los cedros y cada florecilla, como si estuviera sola en la tierra; nuestro Señor se interesa también por cada alma en particular, como si no existieran otras iguales (SANTA TERESA DE LISIEUX, *Manuscritos autobiográficos*).

Cuando Dios Nuestro Señor concede a los hombres su gracia, cuando les llama con una vocación específica, es como si les tendiera una mano, una mano paterna llena de fortaleza, repleta sobre todo de amor, porque nos busca uno a uno, como a hijas e hijos suyos, y porque conoce nuestra debilidad. Espera el Señor que hagamos el esfuerzo de coger su mano, esa mano que Él nos acerca: Dios nos pide un esfuerzo, prueba de nuestra libertad (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Es Cristo que pasa*, 17).

Ningún pecador, en cuanto tal, es digno de amor; pero todo hombre, en cuanto tal, es amable por Dios (SAN AGUSTÍN, *Sobre la doctrina cristiana*, 1).

### **3.4. Recibimos constantemente innumerables gracias y dones por parte de Dios [Volver al Índice](#)**

En ocasiones, Dios no desdeña de visitarnos con su gracia, a pesar de la negligencia y relajamiento en que ve sumido nuestro corazón [...]. Tampoco tiene a menos hacer brotar en nosotros abundancia de pensamientos espirituales. Por indignos que seamos, suscita en nuestra alma santas inspiraciones, nos despierta de nuestro sopor, nos alumbró en la ceguera en que nos tiene envueltos la ignorancia, y nos reprende y castiga con clemencia. Pero hace más: se difunde en nuestros corazones, para que siquiera su toque divino nos mueva a compunción y nos haga sacudir la inercia que nos paraliza (CASIANO, *Colaciones*, 4)

### **3.5. La Encarnación del Hijo de Dios, la mayor muestra de su Amor [Volver al Índice](#)**

[...] ninguna prueba de la caridad divina hay tan patente como el que Dios, creador de todas las cosas, se hiciera criatura, que nuestro Señor se hiciera hermano nuestro, que el Hijo de Dios se hiciera hijo de hombre (SANTO TOMÁS, *Sobre el Credo*, 1.c., 59).

¡Qué grande y qué manifiesta es esta misericordia y este amor de Dios a los hombres! Nos ha dado una gran prueba de su amor al querer que el nombre de Dios fuera añadido al título de hombre (SAN BERNARDO, *Sermón 1, sobre la Epifanía*).

Aprende, pues, ¡oh, hombre!, y conoce a qué extremos llegó Dios por ti. Aprende (en Belén) esa lección de humildad tan grande que te da un maestro sin hablar todavía. En el paraíso tú tuviste tal honor que pudiste poner nombres a todos los animales, y aquí tu Creador se ha hecho tan niño, que ni aun puede dar a la suya el de madre. Tú en aquel vastísimo lugar de ricos bosques te perdiste desobedeciendo. Él se ha hecho hombre mortal en tan estrecha posada para buscar, muriendo, al que estaba muerto. Tú, hombre, quisiste ser Dios y pereciste. Él, Dios, quiso ser hombre y te salvó. ¡Tanto pudo la soberbia humana que necesitó de la humildad divina para curarse! (SAN AGUSTÍN, *Sermón 183*).

### **3.6. Dios espera de cada hombre una respuesta sin condiciones a su Amor [Volver al Índice](#)**

El amor de Dios es celoso; no se satisface si se acude a su cita con condiciones [...] (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Amigos de Dios*, 28).

Pero el amor sólo con amor se cura. El amor de Dios es la salud del alma. Y cuando no tiene cumplido amor, no tiene salud cumplida y por eso está enferma. La enfermedad es falta de salud. Cuando el alma no tiene ningún grado de amor, está muerta. Pero cuando tiene algún grado de amor de Dios, por pequeño que sea, ya está viva, aunque muy débil y enferma, porque tiene poco amor. Cuanto más amor tiene, más salud también. Cuando tiene amor perfecto tiene total salud (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico espiritual*, 11, 11).

No es razón que amemos con tibieza a un Dios que nos ama con tanto ardor (SAN ALFONSO M<sup>a</sup> DE LIGORIO, *Visitas al Stmo. Sacramento*, 4).

Cuando Dios ama, lo único que quiere es ser amado: si él ama, es para que nosotros le amemos a él, sabiendo que el amor mismo hace felices a los que se aman entre sí (SAN BERNARDO, *Sermón* 83).

## **4. Presencia de Dios [Volver al Índice](#)**

### **4.1. El Señor está con nosotros: nos ve y nos oye [Volver al Índice](#)**

Es preciso convencerse de que Dios está junto a nosotros de continuo. —Vivimos como si el Señor estuviera allá lejos, donde brillan las estrellas, y no consideramos que también está siempre a nuestro lado.

Y está como un Padre amoroso—a cada uno de nosotros nos quiere más que todas las madres del mundo pueden querer a sus hijos—, ayudándonos, inspirándonos, bendiciendo... y perdonando. ¡Cuántas veces hemos hecho desarrugar el ceño de nuestros padres diciéndoles, después de una travesura: ya no lo haré más! —Quizá aquel mismo día volvimos a caer de nuevo... —Y nuestro padre, con

fingida dureza en la voz, la cara seria, nos reprende..., a la par que se entemece su corazón, concededor de nuestra flaqueza, pensando: pobre chico, ¡qué esfuerzos hace para portarse bien! Preciso es que nos empapemos, que nos saturemos de que Padre y muy Padre nuestro es el Señor, que está junto a nosotros y en los cielos. (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 267).

Dios está en todas partes, es inmenso y está cerca de todos, según atestigua de si mismo: *Yo soy —dice— un Dios cercano, no lejano*. El Dios que buscamos no está lejos de nosotros, ya que está dentro de nosotros, si somos dignos de esta presencia. (S. COLUMBANO, *Instrucciones sobre la fe*, 1).

¿Cuál es la explicación de que nos alegremos con el Señor, si él está lejos? Pero en realidad no está lejos. Tú eres el que hace que esté lejos. Ámalo y se te acercará; ámalo y habitará en ti. *El Señor está cerca. No os inquietéis por cosa alguna*. (S. AGUSTÍN, *Sermón 21*).

Nuestro Dios no nos pierde de vista, como una madre que está vigilando al hijito que da los primeros pasos. «Abraham, dice el Señor, anda en mi presencia y la hallarás en todas partes». «¡Dios mío!, exclama Moisés, servíos mostrarme vuestra faz: con ello tendré cuanto puedo desear» (*Ex 23, 13*). Cuán consolado queda un cristiano, al pensar que Dios le ve, que es testigo de sus penalidades y de sus combates, que tiene a Dios de su parte. (SANTO CURA DE ARS, *Sermón sobre el Corpus Christi*).

Si quieres tener espectadores de las cosas que haces, ahí los tienes: los ángeles, los arcángeles y hasta el mismo Dios del Universo. (S. JUAN CRISÓSTOMO, en *Catena Aurea*, vol. I, p. 344).

No calles, no guardes silencio en su presencia. Háblale para que también El te hable (S. BERNARDO. *Hom. en la Natividad de la B. Virgen María*, 15).

Quien ama a Jesús está con Jesús y Jesús está con él. (S. ALFONSO M<sup>a</sup> DE LIGORIO, *Visitas al Stmo. Sacramento*, 12).

Porque como yo temía tanto la honra, todas mis diligencias eran en que fuese secreto, y no miraba que no podía serlo a quien

todo lo ve. ¡Oh, Dios mío, qué daño hace en el mundo tener esto en poco y pensar que ha de haber cosa secreta que sea contra Vos! Tengo por cierto que se excusarían grandes males si entendiésemos que no está el negocio en guardarnos de los hombres, sino en guardarnos de descontentaros a Vos. (SANTA TERESA, *Vida 2, 4*).

Todo lo ve, incluso los pensamientos y los secretos de la voluntad. De ahí que también a los hombres de manera especial les alcanza la necesidad de obrar bien, porque todo lo que piensan y hacen está patente a la mirada divina. *Todas las cosas están desnudas y descubiertas a los ojos de Él (Heb 4, 13)*. (SANTO TOMÁS, *Sobre el Credo, 1, 1.c., p.36*).

Llega sin ser visto y se aleja sin que se le sienta. Su presencia, por si sola, es luz del alma y del espíritu: en ella se ve lo invisible y se conoce lo incognoscible. (BEATO GUERRIC, *Sermón 2º de Adviento*).

Cuando Dios os concede la gracia de sentir su presencia y desea que le habléis como al amigo más querido, exponedle vuestros sentimientos con toda libertad y confianza. Se anticipa a darse a conocer a los que le anhelan (*Sab 6, 14*). Sin esperar a que os acerquéis a él, se anticipa cuando deseáis su amor, y se os presenta, concediéndos las gracias y remedios que necesitáis. Sólo espera de vosotros una palabra para demostraros que está a vuestro lado y dispuesto a escucharos y consolaros: Sus oídos están atentos a la oración (*Sal 33, 16*) [...]. Los demás amigos, los del mundo, tienen horas que pasan conversando juntos y horas en que están separados; pero entre Dios y vosotros, si queréis, jamás habrá una hora de separación. (S. ALFONSO M<sup>a</sup> DE LIGORIO, *Cómo conversar continua y familiarmente con Dios*).

#### **4.2. En medio de las ocupaciones [Volver al Índice](#)**

Cuando la obediencia os trajere empleadas en cosas exteriores, entender que, si es en la cocina, entre los pucheros anda el Señor, ayudándoos en lo interior y exterior. (SANTA TERESA, *Fundaciones, 5, 8*).

No se os pide aplicación continua del espíritu que os haga olvidar vuestros asuntos y vuestros descansos. Sin descuidar vuestras ocupaciones, no se os pide más que hacer por Dios lo mismo

que hacéis siempre por los que os aman y vosotros amáis. (S. ALFONSO M<sup>a</sup> DE LIGORIO, *Cómo conversar continua y familiarmente con Dios*).

Conviene que la atención de nuestra mente no se limite a concentrarse en Dios de modo repentino, en el momento en que nos decidimos a orar, sino que hay que procurar también que cuando está ocupada en otros menesteres, no prescinda del deseo y el recuerdo de Dios. (S. JUAN CRISÓSTOMO, *Hom. 6 sobre la oración*).

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. (*Imitación de Cristo*, II, 2, 3).

Cuando dice: *no andéis solícitos...*, no quiere decir que no trabajéis, sino que las cosas del mundo no absorban nuestra alma: porque podemos trabajar sin que nos turbe la inquietud. (S. JUAN CRISÓSTOMO, en *Catena Aurea*, vol. VI, p. 87).

Persuadíos de que no resulta difícil convertir el trabajo en un diálogo de oración. Nada más ofrecérselo y poner manos a la obra, Dios ya escucha, ya alienta. ¡Alcanzamos el estilo de las almas contemplativas, en medio de la labor cotidiana! Porque nos invade la certeza de que Él nos mira, de paso que nos pide un vencimiento nuevo: ese pequeño sacrificio, esa sonrisa ante la persona inoportuna, ese comenzar por el quehacer menos agradable pero más urgente, ese cuidar los detalles de orden, con perseverancia en el cumplimiento del deber cuando tan fácil sería abandonarlo, ese no dejar para mañana lo que hemos de terminar hoy: itodo por darle gusto a Él, a Nuestro Padre Dios! Y quizá sobre tu mesa, o en un lugar discreto que no llame la atención, pero que a ti te sirva como despertador del espíritu contemplativo, colocas el crucifijo, que ya es para tu alma y para tu mente el manual donde aprendes las lecciones de servicio. (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Amigos de Dios*, 67).

*Mis delicias*, leemos en el libro de los Proverbios, *son estar con los hijos de los hombres* (7, 31). El paraíso de Dios, por decirlo así, es el corazón del hombre. Dios os ama: amadlo. Sus delicias son estar con vosotros: que las vuestras sean estar con él y pasar el tiempo de vuestra vida junto a aquel con quien esperáis pasar la eternidad en su amable compañía.

Tomad la costumbre de hablarle a solas, familiarmente, con confianza y amor, como a vuestro amigo, como al que más queréis y

el que más os quiere. (S. ALFONSO M<sup>a</sup> DE LIGORIO, *Cómo conversar continua y familiarmente con Dios*).

Cuando de dos cosas una es la razón de la otra, la ocupación del alma en una no impide ni disminuye la ocupación en la otra [...].

Y como Dios es aprehendido por los santos como la razón de todo cuanto hacen o conocen, su ocupación al percibir las cosas sensibles o al contemplar o al hacer cualquiera otra cosa, en nada les impide la divina contemplación ni viceversa. (SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, Supl., q. 82, a. 3).

#### **4.3. Sintiéndonos templos de Dios [Volver al Índice](#)**

Acaeciame en esta representación que hacía de ponerme cabe Cristo, que he dicho, y aun algunas veces leyendo, venirme a deshora un sentimiento de la presencia de Dios que en ninguna manera podía dudar que estaba dentro de mí, o yo toda engolfada en Él. (SANTA TERESA, *Vida*, 10, 1).

¡Oh alma hermosísima más que todas las criaturas! Ya sabes el lugar que deseas. ¡Ya sabes dónde se encuentra tu Amado para buscarte y unirse con Él! Tú misma eres su morada. Tú misma el escondite donde está escondido. ¡Alegría grande debe darte saber que está en ti misma! No puedes tú estar sin Él: *Mirad, ¡dentro de vosotros está el reino de Dios! (Lc 17, 21); porque nosotros somos templo de Dios vivo (2 Cor 6, 16)*. (S. JUAN DE LA CRUZ, *Cántico espiritual*, 1, 7).

Nada hay escondido para el Señor, sino que aun nuestros secretos más íntimos no escapan a su presencia. Obremos, pues, siempre conscientes de que él habita en nosotros, para que seamos templos suyos y él sea nuestro Dios en nosotros, tal como es en realidad y tal como se manifestará ante nuestra faz; por esto tenemos motivo más que suficiente para amarlo. (S. IGNACIO DE ANTIOQUIA, *Carta a los Efesios*).

¿Cómo he podido yo saber que estaba presente? Porque está vivo y es eficaz; apenas entra en mí, despierta mi alma adormecida, vivifica, enternece y excita mi corazón embotado y duro como una piedra. Comienza por arrancar y destruir, por edificar y plantar, por regar mi sequedad, por iluminar mis tinieblas, por abrir lo que estaba cerrado, por inflamar mi frialdad, y también por enderezar los

senderos tortuosos y allanar las rugosidades de mi alma, de tal suerte que pueda bendecir al Señor y que todo lo que hay en mí bendiga su santo Nombre (cfr. *Sal* 102, 1). (S. BERNARDO, *Sermón 74 sobre el Cantar de los Cantares*).

Considerad, pues, que hay sin duda dentro del alma de cada uno un pozo de agua viva [...]. Dios está cerca de vosotros; mejor, está dentro de vosotros, y quita la tierra del alma de cada uno para hacer saltar en ella el agua viva (ORIGENES, *Hom. sobre el Génesis*, 13).

#### **4.4. El cristiano ha de procurar que la presencia de Dios sea continua [Volver al Índice](#)**

Porque yendo con consideración todo es amor. (SANTA TERESA, *Camino de perfección*, 7, 7).

Si nunca te desvías del buen camino, aunque calle tu lengua, habla tu conducta; y los oídos de Dios atienden a tu corazón. Pues, del mismo modo que nuestros oídos escuchan nuestra voz, así los oídos de Dios escuchan nuestros pensamientos. (S. AGUSTIN, *Coment. sobre el Salmo 148*).

Nada hay mejor, que la oración y coloquio con Dios [...]. Me refiero, claro está, a aquella oración que no se hace por rutina, sino de corazón; que no queda circunscrita a unos determinados momentos, sino que se prolonga sin cesar día y noche. (S. JUAN CRISÓSTOMO, *Hom. 6 sobre la oración*).

Así, pues, todo hombre que vive entre los hombres busque a Aquel a quien ama de modo que no abandone a aquel con quien camina; y preste a éste su auxilio de tal manera que bajo ningún motivo se separe de aquel a quien se dirige. (S. GREGORIO MAGNO, *Hom. 38 sobre los Evangelios*).

Debemos considerar como una infidelidad a nuestros ojos el alejarnos, aunque no sea más que un instante, de la contemplación de Cristo. (CASIANO, *Colaciones*, 1).

Aspira, pues, a Dios muy a menudo [...], con breves pero ardientes suspiros del corazón, admira su hermosura; implora su auxilio, arrójate en espíritu a los pies de la cruz, adora su bondad, consúltale continuamente sobre tu salud espiritual, entrégale mil veces al día tu alma, fija la vista interior en su dulzura; extiende hacia Él los brazos como un niño chiquito a su padre, para que Él te lleve; ponle como delicioso ramillete sobre tu pecho, fijare en tu alma como bandera y ejercita todos los movimientos del corazón para concebir amor de Dios y excitar en ti una tierna y apasionada dilección del divino Esposo. (S. FRANCISCO DE SALES, *Introd. a la vida devota*, II, 13).

Así como los que están enamorados con amor humano y natural casi siempre tienen empleado el pensamiento en recordar, el corazón en estimar y la boca en alabar al objeto de sus amores, y cuando se hallan ausentes no pierden ocasión de manifestar su afecto por cartas, y en cualquier árbol que encuentran escriben el nombre de la persona amada, así los que aman a Dios no pueden dejar de pensar en Él, suspirar por Él, aspirar a Él y hablar de Él, y quisieran, si fuese posible, grabar en todos los corazones del mundo el santo y sagrado nombre de Jesús (S. FRANCISCO DE SALES, *Introd. a la vida devota*, II, 13).

Este debe ser nuestro principal objetivo y el designio de nuestro corazón: que nuestra alma esté unida a Dios y a las cosas divinas. Todo lo que aparte de esto, por grande que pueda parecer, ha de tener en nosotros un lugar puramente secundario o, por mejor decir, el último de todos. Inclusive debemos considerarlo como un daño positivo. (CASIANO, *Colaciones*, 1).

Reflexionad bien qué es en lo que estáis pensando a todas horas. Unos piensan en los honores, otros en el dinero, otros en la extensión de sus posesiones. Todas estas cosas están en lo bajo, y cuando el alma se ocupa de tales cosas queda doblada de la rectitud de su estado; y como no se eleva a los deseos celestiales, no puede mirar hacia arriba, como la mujer encorvada (S. GREGORIO MAGNO, *Hom. 31 sobre los Evang.*).

La oración se hace continua, como el latir del corazón, como el pulso. Sin esa presencia de Dios no hay vida contemplativa; y sin vida contemplativa de poco vale trabajar por Cristo, porque en vano se esfuerzan los que construyen, si Dios no sostiene la casa (cfr. *Sal 126*, 1). (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Es Cristo que pasa*, 8).

Y creedme, mientras pudiéredes no estéis sin tan buen amigo. Si os acostumbráis a traerle cabe vos y Él ve que lo hacéis con amor y que andáis procurando contentarle, no le podréis —como dicen— echar de vos, no os faltará para siempre, ayudaros ha en todos vuestros trabajos, tenerle heis en todas partes; mirad que es gran cosa un tal amigo al lado. (SANTA TERESA, *Camino de perfección*, 26, 1).

Si este comportamiento es frecuente, ¡cuántos pecados se evitarían y cuántas acciones buenas se realizarían! [...]. Porque si el recuerdo de un hombre valiente y sabio nos incita a imitarlo y reprime nuestra tendencia al mal, cuánto más nos ayudará en la oración el recuerdo de Dios, nuestro Padre, si estamos convencidos de su presencia y de que nos escucha y nos habla. (ORIGENES, *Tratado sobre la oración*, 8-9)

#### **4.5. Especialmente al comenzar y al terminar el día [Volver al Índice](#)**

Del mismo modo que la pureza y la atención durante el día preparan una noche santa, así las vigiliias nocturnas nos hacen atesorar energías para toda la jornada. (CASIANO, *Instituciones*, 6).

Oremos con acción de gracias al despuntar el nuevo día, al salir de casa, antes de comer y después de haber comido, a la hora de ofrecer incienso y entregarnos al descanso. Y aun en la misma cama quiero que alternes los salmos con la oración dominical, ya antes de que el sueño domine, ya cuando despiertes, para que el sueño te coja libre de pensamientos mundanos y ocupada en los divinos. (S. AMBROSIO, *Sobre las vírgenes*, 3).

Antes de que amanezca el día en el firmamento, luzca el sol de la gracia en nuestro pecho y salga de nuestros labios la confesión del Símbolo, como signo de defensa y amparo contra los peligros que rodean la vida. ¿Qué soldado va a la guerra sin llevar su santo y seña? (SAN AMBROSIO, *Sobre las vírgenes*, 3).

#### **4.6. «Industrias humanas» para tener presencia de Dios [Volver al Índice](#)**

Emplea esas santas «industrias humanas» que te aconsejé para no perder la presencia de Dios: jaculatorias, actos de Amor y desagravio, comuniones espirituales, «miradas» a la imagen de Nuestra Señora... (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 272).

Brotarán de tu alma más actos de amor, jaculatorias, acciones de gracias, actos de desagravio, comuniones espirituales. Y esto, mientras atiendes tus obligaciones: al descolgar el teléfono, al subir a un medio de transporte, al cerrar o abrir una puerta, al pasar ante una iglesia, al comenzar una nueva tarea, al realizarla y al concluirla; todo lo referirás a tu Padre Dios. (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Amigos de Dios*, 149).

Las criaturas son como un rastro del paso de Dios. Por esta huella se rastreará su grandeza, poder, sabiduría y todos sus atributos. (S. JUAN DE LA CRUZ, *Cántico espiritual*, 5, 3).

¡Qué felices seríamos de no tener sino a Jesús en el entendimiento, a Jesús en la memoria, a Jesús en la voluntad, a Jesús en la imaginación! Jesús estaría por todo en nosotros, y nosotros estaríamos por todo en Él. Tratemos de que sea así; pronunciémosle tan a menudo como podamos. Aunque no sea sino tartamudeando [...]. (S. FRANCISCO DE SALES, *Epistolario*, fragm. 20, 1.c., p. 654).

Rezaremos algunas preces en honor del santo Ángel de la Guarda, y no dejaremos nunca de bendecir la mesa, ni de dar gracias después de la comida, de rezar el Ángelus, y el Ave María cuando dan las horas: todo lo cual nos va recordando nuestro último fin, nos hace presente que en breve ya no estaremos en la tierra, y así nos iremos desligando de ella [...]. Ya veis, cuán fácil es orar constantemente, practicando lo que hemos dicho. Esta es la manera como oraban siempre los santos. (SANTO CURA DE ARS, *Sermón sobre la oración*).

No seas tan ciego o tan atolondrado que dejes de meterte dentro de cada Sagrario cuando divises los muros o torres de las casas del Señor. Él te espera. No seas tan ciego o tan atolondrado que dejes de rezar a María Inmaculada una jaculatoria

siquiera cuando pases junto a los lugares donde sabes que se ofende a Cristo. (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 269).

Tu Crucifijo. —Por cristiano, debieras llevar siempre contigo tu Crucifijo. Y ponerlo sobre tu mesa de trabajo. Y besarlo antes de darte al descanso y al despertar: y cuando se rebele contra tu alma el pobre cuerpo, bésalo también. (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 302).

#### 4.7. Jaculatorias [Volver al Índice](#)

¿Cuándo llegará la hora de su presencia? Cuando le veamos cara a cara, como dice el Apóstol; esto es lo que nos promete Dios como premio a nuestros trabajos. Cuando trabajas para esto lo haces: para llegar a la visión. (S. AGUSTIN, *Coment. sobre el Salmo 90*).

Ayuda para la memoria continua de Dios y el andar siempre en su presencia, el uso de aquellas breves oraciones que S. Agustín llama jaculatorias, porque éstas guardan la casa del corazón y conservan el calor de la devoción. (S. PEDRO DE ALCÁNTARA, *Trat. de la oración y meditación*, II, 2).

Se dice que los monjes de Egipto hacen frecuentes oraciones, pero muy cortas, a manera de jaculatorias brevísimas, para que así la atención, que es tan sumamente necesaria en la oración, se mantenga vigilante y despierta. (S. AGUSTIN, *Carta 130*, a Proba).

Acaecíanos estar muchos ratos tratando de esto y gustábamos de decir muchas veces: *¡Para siempre, siempre, siempre!* En pronunciar esto mucho rato era el Señor servido me quedase en esta niñez impreso el camino de la verdad. (SANTA TERESA, *Vida*, I, 4).

En otras ocasiones nos bastarán dos o tres expresiones, lanzadas al Señor como saeta, *iaculata*: jaculatorias, que aprendemos en la lectura atenta de la historia de Cristo: *Domine, si vis, potes me inundare* (Mt 8, 2.), Señor, si quieres, puedes curarme; *Domine, tu omnia nosti, tu scis quia amo te* (Jn 21, 17), Señor, Tú lo sabes todo, Tú sabes que te amo; *Credo, Domine, sed aditiva incredulitatem meam* (Mc 9, 23), creo, Señor, pero ayuda mi incredulidad, fortalece mi fe; *Domine non sum dignus* (Mt 8, 8), ¡Señor, no soy digno!;

*Dominus meus et Deus meus* (Jn 20, 28), ¡Señor mío y Dios mío!... U otras frases, breves y afectuosas, que brotan del fervor íntimo del alma, y responden a una circunstancia concreta. (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Es Cristo que pasa*, 119).

#### **4.8. La plenitud de la presencia de Dios tendrá lugar después de esta vida [Volver al Índice](#)**

*Yo estaré con vosotros* [...]. El que en la vida presente permanece con sus escogidos, protegiéndoles, también estará con ellos después que esto haya concluido, premiándolos. (SAN BEDA, en *Catena Aurea*, vol. III, pp. 432-433).

Sus ovejas encontrarán pastos, porque todo aquel que le sigue con un corazón sencillo es alimentado con un pasto siempre verde. ¿Y cuál es el pasto de estas ovejas, sino el gozo infinito de un paraíso siempre lozano? El pasto de los elegidos es presencia del rostro de Dios, que, al ser contemplado ya sin obstáculo alguno, sacia para siempre el espíritu con el alimento de vida. (SAN GREGORIO MAGNO *Hom. 14 sobre los Evang.*).

Podemos decir que el Señor viaja con aquellos que viven dentro de la fe [...], y estará con nosotros (en este mundo) hasta que, saliendo de nuestros cuerpos, nos reunamos con Él (en el cielo). (ORIGENES, en *Catena Aurea*, vol. III, p. 225).

#### **4.9. A través de la Virgen [Volver al Índice](#)**

[...] no nos importe repetirlo durante el día—con el corazón, sin necesidad de palabras—pequeñas oraciones, jaculatorias. La devoción cristiana ha reunido muchos de esos elogios encendidos en las Letanías que acompañan al Santo Rosario. Pero cada uno es libre de aumentarlas, dirigiéndole nuevas alabanzas, diciéndole lo que —por un santo pudor que Ella entiende y aprueba— no nos atreveríamos a pronunciar en voz alta. (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Amigos de Dios*, 294).

Si te acostumbras, siquiera una vez por semana, a buscar la unión con María para ir a Jesús, verás cómo tienes más presencia de Dios. (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 276).

## 5. Rectitud de intención [Volver al Índice](#)

### 5.1. Actuar de cara a Dios y no de cara a los hombres [Volver al Índice](#)

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. (*Imitación de Cristo*, II, 2, 3).

Pureza de intención. –La tendrás siempre, sí, siempre y en todo, sólo buscas agradar a Dios. (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 287).

La presencia y el respeto de los hombres no le moverá a ser más honesto, ni disminuirá en nada su virtud la soledad. Siempre y dondequiera, lleva consigo el árbitro supremo de sus actos y de sus pensamientos: su conciencia. Y todo su empeño consiste en complacer a Aquel a quien sabe que no se puede eludir ni defraudar. (CASIANO, *Colaciones*, 11).

El corazón del hombre camina derecho cuando va de acuerdo con la voluntad divina. (SANTO TOMÁS, *Sobre el Padrenuestro*, 1.c., 142).

En los trabajos con que busco la nave, no es la nave lo que busco, sino la patria. (S. AGUSTÍN, *Sobre el Sermón de la Montaña*, 2).

No nos seduzca ninguna prosperidad halagüeña, porque es un viajero necio el que se para en el camino a contemplar los paisajes amenos y se olvida del punto al que se dirige. (S. GREGORIO MAGNO, *Hom. 14 sobre los Evang.*).

Es imposible al que tiene una doble voluntad pelear y salir airoso de las batallas del Señor: *El hombre dé doble corazón* -dice la Escritura- *es inconstante en todos sus caminos*. (CASIANO, *Instituciones*, 7).

Hay muchos que se sienten impulsados a hacer cosas buenas refiriéndolo todo a Dios, de modo que no son ellos mismos sino su Padre celestial quien resulta glorificado. (S. GREGORIO MAGNO, *Moralia*, 19).

La pureza de intenciones no es más que presencia de Dios: Dios nuestro Señor está presente en todas nuestras intenciones. ¡Qué libre estará nuestro corazón de todo impedimento terrenal, qué limpia será nuestra mirada y qué sobrenatural todo nuestro modo de obrar cuando Jesucristo reine de verdad en el mundo de nuestra intimidad y presida toda nuestra intención! (S. CANALS, *Ascética meditada*, p. 143).

Si quieres tener espectadores de las cosas que haces, ahí los tienes: los ángeles, los arcángeles y hasta el mismo Dios del Universo. (S. JUAN CRISÓSTOMO, *Catena Aurea*, vol. I, p. 344).

El que no procura ser visto por los hombres, aun cuando haga algo en presencia de los hombres, no puede decirse que actúa en presencia de ellos: el que hace algo por Dios, no ve más que a Dios en su corazón, por quien hace aquello, como el artista tiene siempre presente a aquella persona que le encargó la obra en que se ocupa. (S. JUAN CRISÓSTOMO, en *Catena Aurea*, vol. I, p. 337).

Tened confianza, carísimo amigo, le decía el sacerdote que le asistía, después de haberle administrado los últimos sacramentos. Os habéis comportado con suma integridad en vuestra vida sacerdotal, y los millares de sermones que habéis predicado sostendrán vuestra causa ante Dios, defendiéndolos contra la insuficiencia de la vida interior de que habláis. -¡Mis sermones! ¡Con qué ojos tan distintos los contemplo en estos momentos! ¡Ah! Si Nuestro Señor no empieza a hablarme de ellos, seguramente que no seré yo el primero en mencionarlos. (J.B. CHAUTARD, *El alma de todo apostolado*, pp. 107-108).

## **5.2. Rectificar muchas veces la intención [Volver al Índice](#)**

El que desea saber si habita en él Dios, examine sinceramente el fondo de su corazón e indague con empeño con qué humildad resiste al orgullo, con qué benevolencia combate la envidia, en qué medida vence los halagos y se alegra con el bien ajeno. Examine sí no desea volver mal por mal y sí prefiere perdonar las injurias antes

que perder la imagen y semejanza de su Creador. (S. LEÓN MAGNO, *Sermón 8, para la Epifanía*).

(Debemos) examinar con mucho cuidado nuestra intención en todo lo que hacemos, y no buscar nuestros intereses, si queremos servir al Señor. (S. GREGORIO MAGNO, *Hom. sobre Ezequiel 2*).

La inclinación de la carne, la propia voluntad, la esperanza del galardón, la afección del provecho pocas veces nos dejan. (*Imitación de Cristo, I, 15, 2*).

Pureza de intención. -Las sugerencias de la soberbia y los ímpetus de la carne los conoces pronto... y peleas y, con la gracia, vences.

Pero los motivos que te llevan a obrar, aun en las acciones más santas, no te parecen claros... y sientes una voz allá dentro que te hace ver razones humanas..., con tal sutileza, que se infiltra en tu alma la intranquilidad de pensar que no trabajas como debes hacerlo -por puro Amor, sola y exclusivamente por dar a Dios toda su gloria.

Reacciona en seguida cada vez y di: «Señor, para mi nada quiero. -Todo para tu gloria y por Amor». (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino, n. 788*).

Todos los males mortifican a los hijos del diablo, pero el deseo de la vanagloria mortifica más bien a los hijos de Dios que a los hijos del diablo. (S. JUAN CRISÓSTOMO, en *Catena Aurea, vol. I, p. 336*).

Volved, hermanos carísimos, dentro de vuestro corazón y ved siempre qué es lo que a todas horas estáis revolviendo en vuestros pensamientos: el uno en los honores, el otro en las riquezas, aquel en la extensión de sus predios. Todas estas cosas de abajo son, y cuando el alma se enreda en ellas, declina el estado de su rectitud. (S. GREGORIO MAGNO, *Moralia, 31*).

### **5.3. Huir del aplauso humano [Volver al Índice](#)**

Examina bien los motivos que te impulsan a obrar para descubrir las emboscadas de la vanidad y del amor propio; sólo a Dios debes referir todo el bien que hagas, porque has de saber que es una gran ganancia mantener oculta y secreta una obra buena de modo que sólo Dios la conozca; sí por descuido tuyo viene a ser

conocida de los hombres, pierde casi todo su valor, como un hermoso fruto que los pájaros han empezado a picotear. (J. PECCI -León XIII-, *Práctica de la humildad*, 48).

De nada debe huir el hombre prudente tanto como de vivir según la opinión de los demás. (S. BASILIO, *Discurso a los jóvenes*).

Tampoco aquí se dice que sea ilícito el ser vistos de los hombres, sino el obrar para ser vistos de ellos. Es superfluo repetir siempre lo mismo, ya que la regla que debe observarse es una sola: temer y rehuir, no que los hombres conozcan nuestras buenas obras, sino el hacerlas con la intención de que nuestro galardón sea el aplauso humano. (S. AGUSTÍN, *Sobre el Sermón de la Montaña*, 2).

Todo lo que a tu alrededor o en ti mismo te conduce a la presunción, recházalo. No presumas más que de Dios; ten necesidad únicamente de él y él te llenará. (S. AGUSTÍN, *Coment. sobre el salmo 85*).

#### **5.4. El premio de las obras hechas con rectitud de intención** [Volver al Índice](#)

Jamás llegaremos a comprender el grado de gloria que nos proporcionará en el cielo cada acción buena, sí la realizamos puramente por Dios. (SANTO CURA DE ARS, *Sermón sobre la esperanza*).

La serpiente (se refiere a la vanagloria) que debemos vigilar es invisible; entra en secreto y seduce. Sí esta invasión del enemigo sucede en un corazón puro, bien pronto conoce el justo que sufre las influencias de un espíritu extraño (y puede rectificar); pero si el corazón está lleno de iniquidades no comprende fácilmente las sugerencias del demonio. (S. JUAN CRISÓSTOMO, en *Catena Aurea*, vol. I, p. 336).

[...] En todo el bien que hacemos a nuestro prójimo, hemos de tener como objetivo el agradar a Dios y salvar nuestra alma. Cuando vuestras limosnas no vayan acompañadas de estas dos intenciones, la obra buena resultará perdida para el cielo. (SANTO CURA DE ARS, *Sermón sobre la limosna*).

Cuánto poder tenga para hacer daño el deseo de la vanagloria, nadie lo conoce mejor que aquel que le declara la guerra; porque es fácil no buscar la propia alabanza cuando ésta es negada, pero es difícil no complacerse en ella cuando se ofrece. (S. AGUSTÍN, en *Catena Aurea*, vol. I, p. 336).

Aquel que, después de ser menospreciado, deja de hacer el bien que hacía, da a entender que actúa por el aplauso de los hombres; pero si en cualquier circunstancia hacemos el bien a los demás, tendremos una grandísima recompensa. (S. JUAN CRISÓSTOMO, en *Catena Aurea*, vol. II, p. 43).

## 5.5. Frutos [Volver al Índice](#)

No existen los fracasos, si se obra con rectitud de intención y queriendo cumplir la voluntad de Dios, contando siempre con su gracia y con nuestra nada. (J. ESCRIVÁ DE BALAOLER, *Es Cristo que pasa*, 76).

Si fuese Dios siempre el fin último de nuestro deseo, no tan presto nos turbaría la contradicción de nuestra sensualidad. Pero muchas veces tenemos algo de dentro escondido, o algo ocurre fuera cuya afición nos lleva tras sí. Muchos buscan su propio interés secretamente en las obras que hacen, y no lo entienden; y paréceles estar en buena paz cuando se hacen las cosas a su propósito; mas sí de otra manera suceden, presto se alteran y entristecen. (*Imitación de Cristo*, I, 14, 2).

Si tú me dices: «Muéstrame a tu Dios», yo te responderé: «Muéstrame primero qué tal sea tu persona», y entonces te mostraré a mi Dios. Muéstrame primero si los ojos de tu mente ven, si los oídos de tu corazón oyen. (S. TEÓFILO DE ANTIOQUIA, *Libro 1*).

No es pequeño fruto el desprecio de la gloria humana; y es entonces cuando uno está libre del yugo de los hombres. (S. JUAN CRISÓSTOMO, en *Catena Aurea*, vol. I, p. 380).

## **5.6. Rectitud de intención del sacerdote [Volver al Índice](#)**

He aquí las señales por las que se conoce si un sacerdote obra con recta intención: 1. Si ama los trabajos de su mayor desagrado y de menos relieve. 2. Si se queda tranquilo cuando sus planes no tienen éxito; quien obra por Dios alcanza su fin, que es agradarle; quien, por el contrario, se intranquiliza al considerar el fracaso de sus planes, da indicios de que no ha obrado sólo por Dios. 3. Si disfruta del bien que hacen los demás como si él mismo lo hiciera, y ve sin envidia que los demás emprendan las obras que emprenden, deseando que todos procuren la gloria de Dios. (S. ALFONSO M.<sup>a</sup> DE LIGORIO, *Plática sobre el amor a Dios*, 1.c., p. 312).

## **6. Tibieza [Volver al Índice](#)**

### **6.1. Tristeza y pereza en el trato con Dios. Causas [Volver al Índice](#)**

Una cierta tristeza, por la que el hombre se vuelve tardo para realizar actos espirituales a causa del esfuerzo que comportan (SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, 1, q. 63, a. 2 ad 2).

Tristeza ante el bien espiritual y divino (SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, 2-2, q. 35, a. 3).

No es razón que amemos con tibieza a un Dios que nos ama con tanto ardor (SAN ALFONSO M.<sup>a</sup> DE LIGORIO, *Visitas al Stmo. Sacramento*, 4).

No por causa de faltas aisladas merece uno el reproche de ser tibio. La tibieza es más bien un estado que se caracteriza por no tomar en serio, de un modo más o menos consciente, los pecados veniales, un estado sin celo por parte de la voluntad. No es tibieza el sentirse y hallarse en estado de sequedad, de desconsuelo y de repugnancia de sentimientos contra lo religioso y lo divino, porque, a pesar de todos estos estados, puede subsistir el celo de la voluntad, el querer sincero. Tampoco es tibieza el incurrir con frecuencia en pecados veniales, con tal de que se arrepienta uno seriamente de ellos y los combata. Tibieza es el estado de una falta de celo consciente y querida, una especie de negligencia duradera o de vida

de piedad a medias, fundada en ciertas ideas erróneas: que no debe ser uno minucioso, que Dios es demasiado grande para ser tan exigente en las cosas pequeñas, que otros también lo practican así, y excusas semejantes (B. BAUR, *La confesión frecuente*, p. 103).

La diferencia entre la caridad y la devoción es la misma que hay entre el fuego y la llama [...]. Así que la devoción sólo añade al fuego de la caridad la llama que la hace pronta, activa y diligente (SAN FRANCISCO DE SALES, *Introd. a la vida devota*, I, 1).

Esa tristeza es una carencia de grandeza de ánimo; no quiere proponerse la empresa grande propia de la naturaleza del cristiano. La «acedia» es una humildad pervertida; no quiere aceptar los bienes sobrenaturales, porque implican esencialmente una exigencia para el que los recibe [...].

La «acedia» es, en la medida en que pasa del terreno del afecto al de la decisión espiritual, una aversión consciente, una auténtica huida de Dios. El hombre huye ante Dios porque le ha elevado a un modo de ser superior, divino, y le ha obligado, por tanto, a una norma superior de deber. La «acedia» finalmente, es una franca «*detestatio boni divinis*», lo cual significa la monstruosidad de que el hombre tenga la convicción y el deseo expreso de que Dios no le debería haber elevado sino «dejado en paz».

La pereza como pecado capital es la renuncia malhumorada y triste, estúpidamente egoísta, del hombre a la «nobleza que obliga» de ser hijos de Dios (J. PIEPER, *Sobre la Esperanza*, pp. 61-63).

Y pierden del todo el agua, sin beber poca ni mucha, ni de charco ni de arroyo (SANTA TERESA, *Camino de perfección*, 21, 5).

¡Oh almas criadas para estas grandezas y para ellas llamadas!, ¿qué hacéis?, ¿en qué os entretenéis? ¡Oh miserable ceguera de los ojos de vuestra alma; pues para tanta luz estáis ciegos, y para tan grandes voces sordos! (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico espiritual*, 39).

Suelen tener tedio (los principiantes) en las cosas que son más espirituales y huyen de ellas, como son aquellas que contradicen el gusto sensible [...]. Y así por esta acedia posponen el camino de perfección (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Noche oscura*, I, 7).

Debemos observar que el siervo inútil llama duro a su señor, a quien sin embargo rehúsa servir, y dice que temió negociar con el talento recibido el que sólo debía temer devolvérselo a su señor sin lucro alguno. Pues hay muchos dentro de la Santa Iglesia de los que es una viva imagen este siervo, los cuales temen emprender el camino de mejor vida y no temen permanecer en la indolencia; y considerándose pecadores, tiemblan de entrar en las vías de la santidad, y no tiemblan de seguir en sus vicios (SAN GREGORIO MAGNO, *Hom. 9 sobre los Evang.*).

## 6.2. Síntomas de la tibieza [Volver al Índice](#)

[...] porque de razón de tibieza es no se le dar mucho, ni tener solicitud interior por las cosas de Dios [...]. Lo que es sólo sequedad purgativa tiene consigo ordinaria solicitud con cuidado y pena, como digo, de que no sirve a Dios [...] (SAN JUAN DE LA CRUZ, *Noche oscura*, I, 9).

Nadie atribuya su descarrío a un repentino derrumbamiento, sino a haber seguido malos consejos o haberse apartado de la virtud poco a poco, por una pereza mental prolongada. De ese modo es como comienzan a ganar terreno insensiblemente los malos hábitos, y sobreviene una situación extrema. El derrumbamiento -se lee en los Proverbios- viene precedido por un deterioro y éste por un mal pensamiento (*Prov 16, 18*). Sucede lo mismo que con una casa: se viene abajo un buen día sólo en virtud de un antiguo defecto en los cimientos, o por una desidia prolongada de sus moradores. Gotitas muy pequeñas penetran imperceptiblemente, corroyendo los soportes del techo; y gracias a esa falta de atención repetida, se agrandan los boquetes y los desperfectos. Después la lluvia y la tempestad penetran a mares (CASIANO, *Colaciones*, 6).

(La curiosidad) embaraza los sentidos, inquieta el ánimo y derrámala en muchas partes, y así impide la devoción (SAN PEDRO DE ALCÁNTARA, *Trat. de la oración y meditación*, 2,3).

Así se apodera poco a poco el enemigo del todo, por no resistirle al principio. Y cuanto uno fuere más perezoso en resistir, tanto cada día se hace más flaco, y el enemigo contra él más fuerte (*Imitación de Cristo*, I, 13, 5).

El alma tibia no está aún absolutamente muerta a los ojos de Dios, ya que no están enteramente extinguidas en ella la fe, la esperanza y la caridad, que constituyen su vida espiritual. Pero su fe es una fe sin celo; su esperanza, una esperanza sin firmeza; y su caridad, una caridad sin ardor. (SANTO CURA DE ARS, *Sermón sobre la tibieza*).

Otro extremo contrario es el de los regalados, que, so color de discreción, hurtan el cuerpo a los trabajos, el cual, aunque en todo género de persona es muy dañoso, mucho más lo es en los que comienzan, porque [...] siendo aún nuevo y mozo, comienza a tratarse y regalarse como viejo (SAN PEDRO DE ALCÁNTARA, *Trat. de la oración y meditación*, 2, 5).

(El tibio) se parece a una persona que sintiese deseos de pasear en carro triunfal, mas no se dignase ni tan sólo levantar el pie para subir a él (SANTO CURA DE ARS, *Sermón sobre la tibieza*).

Eres tibio si haces perezosamente y de mala gana las cosas que se refieren al Señor; si buscas con cálculo o «cuquería» el modo de disminuir tus deberes; si no piensas más que en ti y en tu comodidad; si tus conversaciones son ociosas y vanas; si no aborreces el pecado venial; si obras por motivos humanos (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 331).

### **6.3. Consecuencias [Volver al Índice](#)**

Muchos hay que envejecen en la tibieza y relajación que han contraído en su adolescencia, intentando granjearse autoridad no por la madurez de su vida, sino por su edad avanzada (CASIANO, *Colaciones*, 2).

Con el cuerpo pesado y harto de mantenimiento, muy mal aparejado está el ánimo para volar a lo alto (SAN PEDRO DE ALCÁNTARA, *Trat. de la oración y meditación*, 2, 3).

(Los demonios, a quienes están metidos en la tibieza y no hacen nada por salir de ella) empiezan a despojarles del temor y recuerdo de Dios, así como de la meditación espiritual. Luego, una vez desarmados del socorro y protección divinos, se abalanzan osados sobre sus víctimas como sobre una presa fácil. Y así acaban

por establecer allí su morada, cual si fuera una posesión que ha sido entregada en sus manos (CASIANO, *Colaciones*, 7).

(De la tibieza) nace la malicia, el rencor, la pusilanimidad, la falta de esperanza, la indolencia en lo tocante a los mandamientos, la divagación de la mente por lo ilícito (SAN GREGORIO MAGNO, *Moralia*, 31).

Las imperfecciones de aquellos que caminan con tibieza a la perfección, por más que las sufran los fuertes y tolerantes, los mismos imperfectos no pueden soportarlas. Mejor dicho, no pueden sufrir que les sufran. Viven en su corazón y están connaturalizadas con ellos las causas de sus enojos; por eso no les dejan vivir en paz y armonía. Les sucede lo que a los enfermos, imputan a negligencia de los cocineros o de sus domésticos las repugnancias de su estómago enfermizo. Y por mucho que se esmere uno en atenderles, no dejan de hacer responsables a los sanos de su abatimiento morboso, sin percatarse de que éste se encuentra en sí mismos y responde al estado anormal de su salud quebrantada (CASIANO, *Colaciones*, 16).

En fin, van siempre errantes al albur de una imaginación sin freno. Ni pasa por sus mentes lamentarse cuando se ven alejados de la divina contemplación, que es algo único y simplicísimo. Más: no tienen nada cuya pérdida puedan deplorar. Abriendo su alma de par en par a todo pensamiento que la invade, no tienen ningún objeto en que afincarse y que polarice todos sus deseos (CASIANO *Colaciones*, 23).

Porque dormir es morir. Dormitar antes del sueño significa debilitarse la salud; porque por la enfermedad se llega al sueño de la muerte (SAN GREGORIO MAGNO, *Hom. 12 sobre los Evang.*).

(Palabras de S. Basilio a un monje poco entregado). «*Et senatorem perdidisti, et monachum non fecisti*»: Has sacrificado al senador y no has hecho al monje (CASIANO, *Instituciones*, 7).

La devoción, que Santo Tomás define como «voluntad decidida para entregarse a todo lo que pertenece al servicio de Dios», desaparece en el estado de tibieza (cfr. SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, 2-2, q. 82, a. 1).

A medida que el alma se vea endurecida con sus acciones, cuesta más el ablandarla para las cosas que pertenecen al amor de Dios (SAN GREGORIO MAGNO, *Hom. 17 sobre los Evang.*).

Todo le indigna, todo le exaspera; el trabajo le causa tedio y es motivo para que murmure sin cesar. No conoce moderación ninguna, y como un caballo indómito corre vertiginoso y sin freno hacia el precipicio. Vive descontento de todo; del régimen de vida, del vestido, de la convivencia con los hermanos. Y dice paladinamente que no podrá soportar por mucho tiempo tal estado de cosas (CASIANO, *Instituciones*, 7).

Las más de las veces se funda en no haber renunciado en un principio con sinceridad a todas las cosas y en un amor tibio hacia Dios (CASIANO, *Instituciones*, 7).

#### **6.4. Remedios [Volver al Índice](#)**

Nosotros somos los vasos, Cristo es la fuente (SAN AGUSTÍN, *Sermón 289*).

Hemos de huir siempre del pecado; pero la tentación del pecado hay que vencerla unas veces huyendo y otras ofreciendo resistencia. Huyendo cuando el continuo pensamiento aumenta el incentivo del pecado, como sucede en la lujuria [...]. Resistiendo, empero, cuando el pensar detenidamente en el objeto que la provoca, ayuda a alejar el peligro, que precisamente nace de no considerarlo bien. Tal es el caso de la pereza espiritual o acidia, porque cuanto más pensamos en los bienes espirituales más nos agrada, y más desaparece el tedio que provocaba el conocerlos superficialmente (SANTO TOMÁS, *Suma Teológica*, 2-2, q. 35, a. 1).

Tener gran confianza, porque conviene mucho no apocar los deseos, sino creer de Dios, que si nos esforzamos poco a poco, aunque no sea enseguida, podremos llegar con su favor a lo mismo que muchos santos (SANTA TERESA, *Vida*, 13, 2).

Me duele ver el peligro de tibieza en que te encuentras cuando no te veo ir seriamente a la perfección dentro de tu estado. -Di conmigo: ¡no quiero tibieza!: «*confige timore tuo carnes meas!*» -

idadme, Dios mío, un temor filial, que me haga reaccionar! (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 326).

Que siempre vuestros pensamientos sean animosos, que de aquí vendrá el que el Señor os dé gracias para que lo sean las obras (SANTA TERESA, *Meditaciones sobre los cantares*, 2, 19).

Cristo es fuente de vida: acércate, bebe y vive; es luz: acércate, ilumínate y ve. Sin su influjo estarás seco y ciego (SAN AGUSTÍN, *Sermón 284*).

### **6.5. El amor a la Virgen, remedio contra la tibieza [Volver al Índice](#)**

El amor a nuestra Madre será soplo que encienda en lumbre viva las brasas de virtudes que están ocultas en el rescoldo de tu tibieza (S. JOSEMARÍA ESCRIVÁ, *Camino*, n. 492).