

Habitados por Cristo Entrada desde la perspectiva Espiritual

La vida en el Espíritu

El discípulo de Jesucristo es llamado a entrar en la vida del Espíritu, es llamado a discernir cómo seguir a Jesús en el mundo de hoy. ¿Cómo discernir la voz del Señor entre las muchas voces que hoy nos aturden y se confunden con la Suya?

San Juan nos dice en una de sus cartas "Queridos, no se fíen de cualquier espíritu; antes bien, comprueben si los espíritus son de Dios, pues son muchos los falsos profetas que han venido al mundo. En esto podrán reconocer quién tiene el espíritu de Dios: todo el que confiesa que Jesucristo vino como verdadero hombre, ése tiene el espíritu de Dios; y todo el que no confiesa a Jesús, ése no tiene el espíritu de Dios" (Primera Carta de Juan cap. 4,1-3).



Por eso entrar en la vida del Espíritu es estar a la escucha de la Palabra y discernir su eco en nosotros distinguiéndola de "otras voces". El discernimiento pide "contemplar" la Palabra de Jesús hecha carne, hecha vida en la tierra. De Él proviene todo discernimiento de la Voluntad del Padre en nosotros. Mirando a Jesús y escuchando su palabra puedo reconocer el verdadero rostro de Dios. Él llegó hasta el extremo del amor, hasta el final con el precio de su propia vida, hasta donde no se puede amar más, para liberarnos de las perversas imágenes de Dios. En Jesucristo "Dios sale (del Templo) del recinto sagrado donde fue encerrado. Él nos libera del peso de la religión y lo sagrado con todos los terrores que se le atribuyen y toda la servidumbre consiguiente" (J. Moingt) para "adorar al Padre en espíritu y en verdad". Él es un Dios que se nos revela en Jesús, que ama la vida y desea la felicidad de la humanidad. Un Padre que quiere que seamos como su Hijo, hombres y mujeres



profundamente libres, en el aliento de "la libertad de los hijos de Dios".

¿Quién es este Dios que se nos revela en Jesús? ¿A qué Dios nos dirigimos? ¿Un Dios que habría trazado desde toda la eternidad el camino hacia el que nos envía? ¿Un Dios que habría decidido mi lugar y lo que me conviene en la vida y en la Iglesia? No, no es así el Dios que se revela en Jesús. El Dios que llama, cuya voz estamos llamados a escuchar y distinguir de entre otras voces, es el Dios que siempre devuelve al hombre a su propio deseo: "¿qué estás

buscando?", "el que quiera venir detrás de mí", "si quieres ingresar a la vida", "quien quiera ser mi discípulo", etc. Es buscar y encontrar.

Su voluntad consistirá en profundizar en nosotros mismos, en el fondo de nuestro deseo. La voluntad de Dios no es ajena a nuestra vida, no se trata de buscar en lo lejano a nosotros mismos, más allá de los mares donde no podamos alcanzarlo; sino que Él se une a nosotros en el fondo de nuestro deseo, en nuestro corazón, para que lo llevemos a la realidad, lo concretemos.

No descubro su Voluntad como encuentro algo en una “búsqueda del tesoro”. Su voluntad es que cada hombre sea completamente feliz y completamente vivo. Dios no hace nada por nosotros, no nos sustituye. Por eso, será propia del proyecto de Dios y del evangelio cualquier decisión que me haga más vivo, que me haga crecer en libertad y que me ponga en comunión con los demás.

Jesús pregunta, entonces: ¿Qué quieres que haga por ti? Para que la persona pueda ejercer su libertad, pueda expresar su deseo. “Pidan y se les dará, busquen y encontrarán, llamen y se les abrirá. Porque todo el que pide recibe; el que busca halla; y el que llama, se le abrirá” (Evangelio de Mateo cap. 7, 7-8). Expresar lo que deseamos nos permite reconocer nuestro propio deseo, y es Dios mismo Quien viene a unirse a él. Reconocer este deseo es como encontrar el tesoro del cual el Evangelio habla. Este deseo escondido no lo descubrimos a fuerza de introspección, sino que es un deseo trabajado en la realidad de la existencia, en la acción y servicio a los demás.

Determinarse por Cristo.

Aquellos que desean seguir a Cristo para más amarlo y servirlo, están llamados a determinarse por Él. Jesús nos pregunta: “¿Quién dices que soy? ¿Quién soy Yo para ti? Así, decidirse en relación con Cristo es decidirse a vivir el Evangelio, con sus consecuencias: “Si alguno quiere venir en pos de mí, que se niegue a sí mismo, tome su cruz y me siga”. Por eso, convertirse verdaderamente en discípulos de Jesús y vivir a la luz del Evangelio nos conduce a la lucha espiritual. Incluso, esta lucha espiritual es un criterio de fidelidad a Jesús porque “el siervo no es más grande que su amo”. Todos hacemos la experiencia. Hay en nosotros connivencia con el mal, la mentira, con todo lo que es el rechazo de la vida, pero Cristo no nos deja en paz. Él envió al Espíritu Santo, el Espíritu de Verdad, quien procede del Padre, que desenmascara al adversario y nos da la opción de la vida. Para ser discípulos de Cristo debemos ser dóciles al Espíritu, discerniendo constantemente los “engaños del enemigo” y cómo ser fieles al Evangelio en los diferentes contextos.

Ser dóciles al Espíritu

Para entrar en esta docilidad al Espíritu, la revisión o relectura durante el día es de gran ayuda y beneficio. Esta relectura como hemos visto en los pasos anteriores me enseña a reconocer entre los eventos del día, los trabajos, los encuentros, aquello que me abre a la vida, a la alegría, a la paz. Así reconociéndolo, dar gracias al Señor. La Escritura dice que lo que me dirige a la vida me dirige a Dios. Jesús, de hecho, dice: “Yo he venido para que tengan vida y la tengan en abundancia” (Evangelio de Juan 10,10). Ésta es la brújula del discernimiento.

En un segundo momento podré identificar, como un simple informe, sin juicio de mi parte, los momentos en los que me sentí encerrado, dividido, cuando entré en desolación. Si he pecado, pediré perdón al Señor.

Finalmente, en un tercer momento, ofreceré al Señor el próximo día pidiendo ayuda para elegir la vida y quitar los obstáculos que me impiden ser fiel al Evangelio. Entrar en los caminos del Espíritu del Señor supone considerar la vida espiritual prestando atención a los ecos emocionales que en nosotros dejan los acontecimientos y encuentros del día. En la vida espiritual se trata de “sentir”, “reconocer” y “tomar posición”. “Sentir, es decir, dejarse afectar: sentir el gusto, paz, la dulzura, etc. Pero no es suficiente sentir, debemos ser capaces de “reconocer”, es decir, hacer diferencias, nombrar, interpretar, lo que es propio del discernimiento. Finalmente, me conduce a “tomar una posición” porque descubro en mí “pensamientos”, “movimientos internos”, que me abren a la vida y otros mortíferos que me cierran a la vida. Así puedo discernir los engaños del enemigo y elegir la vida.

Amor en obras

Por último, hablamos de cómo “entrar en la vida del Espíritu” nos conduce a la disponibilidad para que el Señor se haga lugar en nuestra realidad, con nuestra decisión. La decisión de Dios de encarnarse en nuestra humanidad, en nuestra existencia concreta de cada día, espera nuestra propia decisión. Ninguna vida crece sin el riesgo de una decisión, ya sea grande o pequeña. El paso del deseo a la realidad es un riesgo. Puede haber mucho amor y generosidad, pero si no encaja en una decisión, quedan vacíos. Pero si este amor y esta generosidad se adaptan a una decisión, por pequeña que sea, ésta puede sacudir al mundo entero. Este es el movimiento de la encarnación. El sí de María nos trajo la salvación. Las decisiones pequeñas gradualmente le dan un estilo a nuestra existencia, el mismo estilo de Jesús, el ritmo del Evangelio. Para Ignacio de Loyola “la decisión evangélica, es decir la decisión que se abre a la vida, que humaniza, según el Espíritu de Cristo, es el lugar incluso de la unión con Dios”.

Nuestra sensibilidad define

Dijimos hasta aquí que entrar en la vida del Espíritu es ponernos a la escucha de la voz del Señor para acogerla en nosotros y tomar posición por lo que ella inspira en mi corazón. Pero debemos ser lúcidos y no ingenuos. Puedo creer que me abro al Señor sin embargo, puedo estar montándome una historia que no es la voz del Señor sino el cumplimiento de mis expectativas. Por eso es tan importante en orden a no engañarme a mí mismo, ir aprendiendo a acceder a la realidad como lo hace el Señor. Pues si puedo dejar entrar en mí las cosas, como Él las ve, las escucha, las gusta, las huele, las toca podré conectarme con las personas y acontecimientos de una manera más parecida a la de Jesús y mi seguimiento será más real. Pues podré juzgar, pensar, elaborar lo que entra por mis sentidos, como lo hace Jesús. Y finalmente tomando decisiones y eligiendo como lo haría el Señor en mi lugar.



Pero alcanzar el modo del Señor no es el resultado de un esfuerzo de voluntad sino una gracia que el mismo Señor nos concede. Un camino de dejarse transformar por Él. Por eso, de mi parte me queda disponerme a recibir la gracia en la oración, contemplando la vida del Señor, y aprendiendo de su estilo que Él me comunica.

Para ir profundizando en este camino de que se nos pegue el estilo del Señor, su modo, sus ideas, sus juicios, su sensibilidad, nos puede ayudar un modo de rezar que nos trae San Ignacio de Loyola en su Libro de Ejercicios Espirituales, aplicación de los cinco sentidos. Esta manera de orar quiere ayudar a educar nuestra sensibilidad para que vaya pareciéndose más a la de Jesús.

La sensibilidad es lo que define el seguimiento del Señor, pues nuestros sentidos son la puerta de ingreso a la realidad que vivimos. Yo tengo mi modo de mirar, un modo de escuchar, siento gusto o aversión por determinadas cosas, acojo o rechazo situaciones y personas según el significado que les dé cuando entren por mis sentidos. Pues entonces, para seguir a Jesús y que este seguimiento sea real, es decir que yo haga mis elecciones según las de Jesús, que mire como Él, que me conmuevan las mismas cosas que a Él, etc., dependerá, definitivamente, de que mi sensibilidad se parezca a la de Él.

Y la sensibilidad no se transforma por ideas o por sentimientos, sino por realidades concretas, que entran por nuestros sentidos. Por lo que toco, miro, huelo, escucho, gusto. Necesito transformar mi sensibilidad al modo de Jesús. Para esto es que se propone “aplicar 5 sentidos”, es decir, disponer mis sentidos para que a través de mi imaginación entren en contacto con las realidades que vivió Jesús en los relatos del Evangelio. Y que en ese mirar, gustar, tocar, oler, escuchar con y como Jesús, se vaya transformando mi sensibilidad. Entonces podré acercarme y tocar la mano de la suegra de Pedro cuando Jesús “se acercó, la tomó de la mano y la levantó” (cf. Evangelio de Marcos cap. 1, 31). Y trataré de imaginar a Jesús cuando “se compadeció, extendió la mano y tocó” al leproso que se arrodilló ante Él suplicando ser curado, e imaginando trataré de hacer el ejercicio de tocar al leproso (cf. Evangelio de Marcos cap. 1, 41). Y en cada relato que tome para orar, imaginar y situarme en la escena tocando, mirando, oliendo, escuchando, gustando, sintiendo como lo haría el Señor.

Y podré preguntarme ¿cómo tocar, oler, mirar, escuchar, gustar? con la imaginación, ¿cómo se hace esto? Pues es sólo experiencia. Y no se trata tanto de hacer yo, cuanto de dejar que el Señor me conduzca en la escena. Es una oración en la que busco estar ahí y percibir con los sentidos de la imaginación lo que allí sucede. No sabemos muy bien cómo sucede, pues no depende de nuestros esfuerzos. Pero debemos suplicar la gracia de que el Señor nos conceda mientras nos disponemos y nos imaginamos presentes en el propio relato de la vida de Jesús, que sintamos con nuestros sentidos a su modo. La transformación de nuestra sensibilidad en una más parecida a la Suya, lo definirá todo, lo cambiará todo, y nuestro seguimiento será más real, con un modo de proceder más parecido al suyo.

Y para que puedas hacer esta experiencia y profundices en este modo de orar. Te dejamos una oración del Padre Pedro Arrupe sj, jesuita, para que a tu tiempo y con pausa puedas rezar y gustar y, entrar en este modo de aplicar tus cinco sentidos a la oración para que el Señor transforme tu sensibilidad.

- Para profundizar. Recursos. Anexo Uno. “Oración de Arrupe: Señor, enséñame”.
- Para profundizar. Recursos. Anexo Dos. “Nuestra manera de ser”.