

ORACIÓN Y PENITENCIA

Plática

Ahora vamos a tener una plática. [Esta] se distingue de los puntos para la meditación que hemos tenido ya, en que no es que hay que dedicarse un tiempo después a meditar esto, sino que son como un punto [para] la formación sobre alguna cosa de la vida espiritual en general o sobre algo que tenga que ver directamente con los ejercicios. Esa es la diferencia de la plática –que la tenemos ahora al mediodía, mañana al mediodía y el último día un poco más temprano- con lo que son los puntos de meditación, [los cuales] se hacen para después de eso meditarlos. No quiere decir que uno no pueda meditar un poco lo que vamos a hablar, pero después de esto sigue el almuerzo, no hay directamente un momento para meditar porque justamente se trata de otra cosa.

Lo que vamos a hablar ahora son dos cosas, las cuales son [como] las dos alas de la santidad, una es la oración y la otra es la mortificación, o sea, la penitencia. Ambas cosas son importantísimas para la vida espiritual; si falta una, aunque esté la otra, no vamos a poder volar, porque ningún pájaro no puede volar con una sola ala, ningún avión puede mantenerse en el aire con una sola ala. Ambas cosas van a ser tocadas desde el punto de vista de lo que ustedes tienen que hacer cuando terminen los Ejercicios pero obviamente hay cosas que les van a servir para este momento también, sobre todo cuando hablemos de la penitencia.

Vamos con lo primero, entonces, con la oración. [Esta] es algo trascendental en nuestra vida espiritual, importantísimo. Se puede hacer una comparación directa entre la oración para el alma y el alimento para el cuerpo; si yo no como, me debilito y me muero; si como mal, también voy a andar mal, débil, enfermo. Lo mismo pasa con la oración; si yo no rezo nada, mi vida espiritual probablemente se acabe, la vida de gracia [se acabe]. Por eso, por ejemplo, hablando de la oración mental, de la meditación, dice San Alfonso María de Liguori lo siguiente: “El que está en pecado –mortal- que no deje la meditación, porque tarde o temprano, o dejará el pecado o dejará la meditación”.

La oración, sobre todo la oración verdadera –no solamente decir unas avemarías, lo cual está muy bien- pero distraído, por compromiso, porque los otros lo hacen. No, ¡Rezar de verdad! El rosario bien rezado es incompatible con el pecado. Por eso es tan importante rezar; rezar y hacerlo bien, así como [cuando] me alimento, me alimento bien. Y podemos dar un paso más, no solamente la oración tiene que ser, y es como el alimento sino, incluso como se decía San Juan Pablo II, y se podría decir de todos los santos: ‘Para él rezar era como respirar’, o sea, una cosa más constante todavía. Uno [no debe] decir: “¡Ah, qué molesto!, tienes que respirar todo el tiempo, tienes que estar atento a la respiración”. ¡No!, nosotros vivimos respirando y no nos molesta. ¡Así es un santo! ¡Vive

rezando, es su vida eso!

¿Y cómo puede ser eso? Bueno, a nosotros a veces nos puede costar porque no somos santos, pero hay una cosita que sí nos puede ayudar. [Por ejemplo] cuando una persona ama mucho a otra, una madre a un hijo, dos personas que están [de novios], que están casados, no [implica] ningún sacrificio [para alguno de ellos] pensar en la persona amada, ningún sacrificio, no cuesta nada. Bueno, así pasa con Dios; cuando el alma ama de verdad a Dios, a Jesús, no es que [le] cuesta pensar en El, por eso a un santo le cuesta no poder pensar en Dios. Santa Teresita del Niño Jesús dice que no estuvo más de tres minutos en su vida sin pensar en Jesús, eso es rezar todo el tiempo. [Tal] como está en las Escrituras, como dice el Señor que: “Rezad todo el tiempo sin desfallecer”. “Velad y orad –le dice a los apóstoles en Getsemaní- porque el espíritu está pronto y la carne es débil”. Y cuando [nos] habla de la viuda inoportuna, y pone esa parábola, y [anuncia]: “Les decía esta parábola para mostrarles que hay que orar, orar incansablemente”.

El Cardenal Robert Sarah (1945-), quizá lo han visto, de quien saco un par de párrafos de este libro [originalmente publicado en inglés] que se llama “Dios o nada: una conversación sobre Fe” (2015) –es un hombre de muchísima vida interior, de muchísima oración- dice que “ha habido etapas que han dado a mi vida una orientación decisiva, pero las más cruciales han sido esas horas, esos momentos del día en los que a solas con el Señor he sido consciente de lo que quería de mí”. En la oración llegó a ser consciente de lo que Dios quería de él, que es lo que ustedes están haciendo ahora.

“Los grandes momentos de una vida son las horas de oración y de adoración”. Cuando él decidió, siendo arzobispo en su país [Nueva Guinea], [cuando se dispuso a] hablar sobre lo que estaba haciendo el gobierno, que era [casi] lo mismo que decir que lo mataran –era probable que lo iban a ir a matar- dijo: “Después de rezarlo cientos de horas” y no lo dijo metafóricamente, rezó cientos de horas [y] se dio cuenta que Dios le pedía que diera ese paso, [lo cual era como] decir: “Bueno, si me matan, me matan”. No es tan fácil ¿cierto?

“El encuentro cotidiano con el Señor en la oración, ese es el fundamento de mi vida”, ese es el fundamento de toda la vida, de cualquier cristiano, de cualquier católico, cualquier persona de fe, no solamente de un cura, de una monjita, [sino] de todos, porque necesitamos ese contacto con Dios. Si uno piensa: “No, porque [como] soy laico o laica, entonces no voy a rezar”. No, es distinto, ¿no es cierto? No voy a tener todo el tiempo que tiene una contemplativa, ni siquiera yo tengo todo el tiempo que dispone una contemplativa [para rezar], pero yo tendré que buscar [así como] cada uno de ustedes, el lugar que ocupa la oración en la vida y ver si estoy haciéndola bien, porque muchas veces flaqueamos en la vida espiritual porque no rezamos, [es como buscar] el alimento,

la respiración, [es] lo mismo. Recuerdo de nuevo lo que decíamos sobre San Alfonso: “No es que hay gente fuerte y gente débil en lo espiritual, hay gente que reza y gente que no sabe rezar” ¡Ahí está!

Sobre San Juan Pablo II se cuenta –[era] un hombre de muchísima oración como todos los santos- que cuando él llegó recién ordenado a esa parroquia en Polonia, su primera parroquia, lo espiaba de noche la gente porque quedaba la luz prendida de la iglesia, ¿y él que hacía? Rezaba toda la noche, a veces. Y en el Vaticano también a veces pasaba [algo similar]. Incluso el Papa tenía dos horas de oración mental: una hora ante el Santísimo, y otra hora en su habitación antes de la misa –como él se tiraba al suelo a rezar, le habían puesto una madera porque [el piso era] un mármol muy frío- y uno dice, a ver: “yo no tengo tiempo para rezar”, y el Papa tenía tanto tiempo para rezar. Es cierto, si uno tiene familia, hijos chicos, hay que ocuparse de las cosas, está bien, pero a veces no son esas cosas, son excusas, y tengo otras cosas para las cuales sí tengo tiempo.

Cuando estuvo en Papa aquí en Argentina, en Salta, la mujer que había preparado toda la habitación, había hecho no sé qué tipo de arreglo arriba de la cama, no sé qué cosa [era]; de tal manera que ella tuvo un rato largo para hacerlo. Entonces, cuando vino el otro día para levantar todo y acomodar, [se dio cuenta que] el Papa no había tocado nada; o sea, o no durmió y rezó toda la noche, o durmió en el suelo. No es una cosa tan rara [debido a que era] un hombre con una vida espiritual [profunda], Jesucristo hacía eso, [ocurría] mucho eso en la noche, rezaba.

No es que tenemos que hacer exactamente igual, pero son ejemplos de gente que [cultivó la oración]. Monseñor León Kruk, el obispo de San Rafael, Mendoza, donde nosotros nos formamos –yo soy [un sacerdote] del Verbo Encarnado, en caso de que alguno no lo sepa todavía- él no tenía seminario y rezaba todos los jueves, porque los viernes no podía [ya que] tenía más actividades, [por lo que] todos los jueves o muchos jueves los pasaba en oración, toda la noche. A veces alguien lo acompañaba, a veces no. Cuando habló con el Papa diciéndole [sobre] esto del seminario, le profetizó, en definitiva, que no solamente iba a tener vocaciones en su seminario, sino que iban a salir de su diócesis misioneros para todo el mundo, y nosotros somos 260 sacerdotes y estamos en casi 37 países porque un hombre se arrodilló y estuvo noches enteras rezando. Rezar, rezar.

Preguntémonos entonces, en este momento: ¿Cómo está la vida de oración? ¿Hasta qué punto están dándole importancia a la oración? A la misa, por ejemplo. No tendría que ser un lujo que si hay tiempo [para] que un católico participe en misa todos los días. Una misa es una cosa que no nos cabe en la cabeza, [por] lo grande que es, y todas las oraciones de una persona no valen lo que una misa, ¡No! ¡Porque la misa vale la sangre de Cristo! Entonces, ¿participo en una misa semanal o no? ¿Puedo? Quizá no puedo,

pero ¿y si puedo?

Con las visitas al Santísimo Sacramento, quizá también tendremos la oportunidad de hablar sobre eso. La importancia, entonces, de la oración. Es algo que hay que revisar, venimos acá a ordenar nuestra vida según la voluntad de Dios y para eso hay que ir revisando la vida. ¿Cómo está mi vida de oración?

La vida de oración involucra muchísimas cosas. Como dice [Eugene] Boylan (1904-1964), un [monje trapense de origen irlandés] que escribió un libro hermosísimo que se llama “Dificultades en la oración mental” (1951):

La oración también implica el resto de mi día, así como si yo rezo bien, también mi día, mis actividades van a salir mejor –mejor espiritualmente hablando- así también, mientras yo mejor haga el resto de las actividades, mejor voy a rezar.

Es que somos una sola cosa, y si yo durante todo el día le estoy diciendo al Señor con mi actuar, que no me interesa lo que quiere de mí, que no quiero ser santo, que no me importa, ¿[Cómo] que me voy a poner a rezar y voy a tener un diálogo tan hermoso con Dios? ¿Cómo se hace? [Tendríamos] que [estar sufriendo de] bipolaridad, tendríamos que tener una especie de esquizofrenia. Si una persona [tiene un maltrato con Dios todo el día] y después quiere tener un dialogo hermoso ¡No se puede! Por lo menos [tiene que empezar] pidiéndole perdón a Dios.

Entonces habla este autor de que hace falta tener pureza en la vida, no solamente pureza en el sentido del sexto mandamiento, sino pureza de pensamiento, de buscar las cosas de Dios, pureza de intención; no buscarme a mí en lo que hago sino buscar al Señor, pureza de afecto; o sea, buscarlo a Dios con mis actividades todo el día, entonces obviamente cuando voy a rezar la oración es muy distinta, es más profunda, más fácil, porque yo trato con Dios durante todo el día aunque no me dé cuenta, porque mi vida es un tratar con Dios ¿Cierto?

En este sentido también hay que animarse a dejar de lado las actividades, alguna actividad, algún rato o alguna cosa que me pueda quitar el tiempo de oración. Le decía San Bernardo al Papa –ya que el Papa había sido un monje [a su cargo], por eso podía tratarlo así, ya que era como su hijo espiritual- le dijo en ese tiempo que tuviera cuidado que las actividades pastorales no le endurecieran el corazón, que no le hicieran faltar a la misericordia, [hablándole fuertemente]: “Malditas las obras que te privan del tiempo que tienes que dedicar a la oración”. Malditas obras, ¡al Papa! Y está bien que lo [haya dicho] así, obviamente se lo tiene [que haber dicho] San Bernardo ¿Pero por qué?

Porque por más piadosa que sea la obra que hace un Papa, si le quita el tiempo que tiene para rezar es maldita, en el sentido en que le está quitando el tiempo que tiene para Dios.

Es muy fácil confundirse, como la oración hasta que uno no le agarre un poco la vuelta, me cuesta, es muy fácil poner otra cosa en su lugar y creerme que estoy haciendo las cosas bien: “¡Mira que bueno lo que hago!” –les puede pasar a ustedes, me puede pasar a mí- “Estoy atendiendo a esta gente, haciendo esto”; Sí ¿Y qué? ¿Y a Dios? ¿Qué le voy a dar a la gente de Dios si yo no tengo a Dios conmigo? Mejor repartir poca agua que sea bebible que repartir mucha agua podrida. [La cuestión de la santidad] no está en el hacer sino en hacer lo que Dios quiere que haga ¡No más! ¿Me puedo pasar de más o de menos? ¡También está mal hacer de más!

El domingo de resurrección la Virgen Santísima no fue al sepulcro a ponerle unguento a su Hijo, ella hubiera querido quedarse pegada a la piedra y morir ahí, pero no era la voluntad de Dios que [hiciera] eso; [además] ella también esperaba que Jesucristo resucitara. Parece a simple vista que las piadosas mujeres son más piadosas que la Virgen, porque se levantaron temprano [y la Virgen no estaba haciendo nada]. No son más piadosas que la Virgen, porque a veces el no hacer también es voluntad de Dios, y el hacer es voluntad mía. Hay que entonces poner todas esas cosas en la balanza y tratar de ir discerniendo lo que el Señor nos pide, lo que Él quiere de nosotros.

Vale nuestra vida espiritual, vale nuestro apostolado lo que vale nuestra oración. Y termino con una anécdota chiquitita, también, esta partecita de la oración, sobre el Padre [Benedict] Groeschel, a quien nombrábamos en la otra plática. Acá se trata de un sacerdote que había ido a pedir una ayuda, y [allí] le preguntó cómo estaba su vida de oración. Quedaron en que iba a empezar a rezar más, porque obviamente es [algo] tan importante para todos y más para un sacerdote. Volvió al mes, o a los dos meses, y el Padre le preguntó:

- Bueno, [entonces] ¿Está rezando?
- Sí, sí, Padre, estoy rezando.
- [Muy bien] ¿y qué te dijo Dios?
- ¿Cómo que qué me dijo?
- Bueno, si estás rezando, y el rezar [permite] un contacto con Dios, algo te tiene que haber dicho.

[Bien], eso también se aprende, tenemos que aprender a escuchar a Dios y para eso los Ejercicios Espirituales ayudan mucho, muchísimo. Ya vamos a ver las reglas de discernimiento; cómo me habla Dios, [quien] no me habla acá al oído, me habla al

corazón, de maneras que no son fáciles de discernir si no las conozco. Y la oración es un progreso, la oración no es algo en lo cual uno se tiene que quedar estancado; no puedo rezar ahora igual que hace diez años atrás, y si rezo igual hay algo [en lo que debo avanzar]. Y no es que crezcan las oraciones [en el sentido en] que yo voy a [empezar a utilizar] palabras [con sentido] teológico [complejo], no, ¡es otra cosa! Igual que pasa en el trato con otra persona –no puedo decir que tengo el mismo trato con [alguien] que conozco ahora, que el que voy a tener dentro de diez años si sigo en contacto con esa persona, no. [Ahora] con menos palabras digo más cosas, con una mirada entre marido y mujer con veinte años de casados, se miran y ya saben todo lo que están pensando el uno y el otro ¿No es así?

Bueno, así tiene que pasar en la oración, así pasa; la oración primero es solamente vocal, cuando en unos años después, en vez de oración vocal [hago] oración interior, pero casi parecida a la que es vocal; [al] hablar con Dios después las palabras se [irán] haciendo más simples. El novio a la novia o al revés, que tienen que decirse lo mucho que se quieren, después cuando ya están casados –obviamente se lo tiene que seguir diciendo [uno al otro] pero- con una vez que se lo diga significará mil [veces los] de antes porque ya hay muchas cosas que saben, entonces [las expresiones, como ocurre con] la oración, empiezan a simplificarse y hacen falta menos palabras, y después hasta ni hacen falta palabras.

Como decía a ese hombre el Santo Cura de Ars, a quien había visto muchas veces rezar; un hombre campesino, muy sencillo, [al que] se acercó un día y le dijo: “Disculpe, ¿Qué está haciendo?” –a lo mejor necesitaba algo porque está sentadito ahí ratos largos- y el [hombre] le dijo: “No, no. Simplemente yo lo miro, y El me mira”. Punto, eso es oración: profundísima, sencillísima. Dios es el más simple de todos.

Decía el Cardenal Sarah: *“No cabe duda de que los hombres deben hablar a Dios, pero la verdadera oración deja a Dios libertad para venir a nosotros según su voluntad. Tenemos que aprender a esperarle en el silencio. Hay que perseverar en el silencio, en el abandono y la confianza.”*

Orar es saber permanecer mucho tiempo callado. Cuantas veces que estamos sordos, distraídos por nuestras palabras.

Por desgracia no es fácil saber escuchar al Espíritu Santo, que ora en nosotros. Cuanto más perseveramos en el silencio, más oportunidades tendremos de escuchar el susurro de Dios.

Recordemos que el Profeta Elías pasó mucho tiempo oculto en una cueva hasta escuchar el dulce susurro del Cielo. Sí, vuelvo a insistir, la oración consiste ante todo en guardar silencio.

La oración es un tiempo largo de desierto y de aridez, y estamos deseando alcanzar las fáciles alegrías de este mundo en lugar de escuchar a Dios.

O sea, dos cosas importantes está diciendo: por un lado, que hay que aprender a hacer silencio –lo que venía diciendo al principio- que ojo, hay que tener cuidado que a veces si yo no tengo mucha vida de oración, ese silencio puede ser totalmente [dispersivo], entonces conviene hablar con Dios, como les venía diciendo. Puedo probar y hacer un momento de silencio, pero si ese momento es solamente pensar en las cosas del mundo entonces, quizá no. Es un aprendizaje la oración, es una vida; hay que aprender, consultar y leer, hay que rezar, sobre todo. Pero también termina diciendo que a veces la aridez de la oración viene porque yo estoy buscando los goces del mundo, y obviamente cuando me ponga a rezar ¿Qué voy a encontrar? Hay que cortar con ese mundo, hay que cortar con el pecado, hay que cortar con los afectos desordenados y ahí la oración comienza a ser algo mucho más gratificante, algo que necesito y que me hace feliz. Ahí es donde encuentro la paz.

Ahora sí entonces pasemos a la mortificación, la penitencia. Dice el Cardenal Sarah: *“Desde los orígenes de la Iglesia, la oración ha ido muchas veces unida al ayuno. En la búsqueda de Dios, en la oración debe estar totalmente implicado nuestro cuerpo. Sería una falacia conceder a Dios en nuestra vida si nuestro cuerpo no se implica también en ello. Si no somos capaces de negar a nuestro cuerpo por amor a Dios, no solamente el alimento sino ciertos placeres y necesidades biológicas fundamentales, nos faltará disposición interior. Por eso, desde los inicios de la tradición cristiana, la castidad, la virginidad, el celibato consagrado y el ayuno se han convertido en expresiones indispensables del primado de Dios y de la fe en El.”*

Somos cuerpo y alma, entonces la mortificación, la penitencia, el ayuno, también ayudan a rezar mejor. San Pablo hablándole a los esposos les dice que cumplan ambos con lo que se llama el “débito conyugal” en la vida de intimidad, [lo cual] está bien, es parte de la santidad del matrimonio, no lo dejen. Dijo: “Salven algunos momentos para dedicarse más a la oración y de mutuo acuerdo”. [Es] como el equilibrio perfecto, es decir, algún momento hay que dejar, de mutuo acuerdo, para rezar mejor porque las cosas –incluso [aquellas] buenas- en un matrimonio [a veces] pueden impedir un poco la oración. De mutuo acuerdo, es muy importante esa parte, sino se hace sufrir al cónyuge por algo que [no se acordó].

Hay una unidad entre lo que yo me privo, corporalmente hablando, es decir el alimento, y lo que alimenta el alma [a partir] de esa privación. ¿Por qué? Porque somos una sola cosa, y privándole los gustos al cuerpo, el alma recibe gracias, de ahí [se explica] que el Señor se haya ido al desierto a ayunar y a rezar ¡También a ayunar! Yo sé que no está de moda el ayuno en este mundo [en el] que vivimos, pero no importa, no vinimos acá a hablar cosas de moda [ni] ustedes [tampoco] están haciendo nada de moda en silencio acá por tres días. Pero no ha cambiado ni el mundo, ni el hombre; seguimos teniendo el pecado original, estando inclinados [hacia] las cosas placenteras, y a que nos cuesten las cosas difíciles. Y el mundo no solamente no ha cambiado [su esencia], [sino que lo que] ha cambiado [lo ha hecho] para peor. Hay que tener en cierta manera, un poco más de dominio ahora que antes, porque antes el mundo era menos agresivo.

Entonces hay mortificaciones, y mortificaciones, y cada uno tendrá que ver qué ofrece a Dios, cómo y cuándo, pero tiene que haber mortificación en mi vida. Puede ser la mortificación de hacer bien lo que tengo que hacer, [la mortificación] de que cuando suene el reloj o el teléfono en la mañana, me levanto; de que hago la oración en lo que me levanto [en la mañana] antes de ver el WhatsApp; de que estoy en el trabajo haciendo todo lo que puedo para trabajar bien; de que me dedico a mis hijos y a mi esposo o a mi esposa. Todas esas cosas implican mortificación y a veces no las hacemos bien, y nos dejamos llevar más por el gusto y por [otras cosas irrelevantes]. Ya ahí puede haber un gran plan de mortificación. Ahora, [a] eso si yo le agrego algo más, no va en contra, siempre que sea prudente; estoy en cuaresma, algún día [podré] hacer algún ayuno, privarme de alguna comida, comer menos, no ponerle sal [a la comida], no comer dulces, no fumar, no sé. Cada uno verá.

Se cuenta de que el Papa Juan Pablo II bajaba unos diez kilos en cada Cuaresma. Entonces fue el Cardenal [Carlo] Caffarra a comer con él, y las monjas que le hacían la comida al Papa le dijeron al Cardenal que por favor, en algún momento de la comida, le dijera al Papa que comiera más, [ya] que se ponía muy flaco. Entonces terminó de comer el Papa rápido [ya que] comió muy poquito, y el Cardenal Caffarra le dijo: *“Su Santidad come muy poco. Coma más, la Iglesia necesita de un Papa fuerte”*. Y el Papa golpeó la mesa y dijo: *“No. La Iglesia necesita un Papa santo, no un Papa fuerte”*. [Luego] se acabó la conversación sobre ese tema.

Bueno, eso es. A veces juzgamos con criterios un poco humanos: “Señor, si no como ahora, entonces [luego] me voy a sentir mal”. Me puedo sentir un poco triste, digamos, pero ¿Mal? Hay que ser prudentes, hay quienes no comen y después no pueden rezar, no pueden hacer nada, y además una cosa es estar en un retiro y otra cosa estar trabajando. Hay que ser prudentes, pero el principio es que tengo que juzgar, finalmente, si tengo que hacer un sacrificio más o no.

Una vez fue un hombre a decirle a un sacerdote –me lo conto él, el sacerdote, obviamente- a decirle al que predicaba los ejercicios que a él, que era medio gordito y medio goloso, le ponía triste hacer ayuno: “Me pone triste”. Entonces el sacerdote, con mucho tino, le respondió: “Bueno, entonces tiene dos cosas para ofrecer: el ayuno y la tristeza”. Listo. Y así, pues obviamente que cuesta, sino costara...

San Ignacio habla sobre esto en el número [82] del librito de los ejercicios. Está hablando de las adiciones ahí, es decir, de las cosas [o agregados] que hay que tener en cuenta para hacer bien los ejercicios. Uno, por ejemplo, yo lo decía anoche: “Cuando se van a acostar, piensen en lo que van a meditar, cuando se van a despertar, piensen en lo que van a meditar”. Son adiciones, son cosas que se agregan; hacer silencio. Si estuviéramos solos y pudiéramos manejar la cantidad de luz cuando estoy meditando sobre el pecado, [pensaría] “mejor voy a estar un poquito mejor a oscuras porque me ayuda”, todas las cosas externas que puedan ayudar a hacer mejor los ejercicios. Y en la décima adición, en el número 82, dice: “La décima es penitencia, la cual se divide en interna y externa. Interna es dolerse de sus pecados con firme propósito de no cometer aquellos ni otros algunos”. Penitencia interna: dolor de los pecados con propósito de enmienda, esa es la más importante de las penitencias, donde me arrepiento de haber ofendido a Dios, y quiero no volver a hacerlo; la penitencia interna, la más importante.

La externa o fruto de la primera –van unidas- es castigo de los pecados cometidos y principalmente se toma en tres maneras –vamos aquí a decir solo la primera, las otras dos no caben en un ejercicio corto- la primera es acerca del comer, es a saber, cuando quitamos lo superfluo no es penitencia sino templanza. Penitencia es cuando quitamos de lo conveniente –y acá esto es bien ignaciano, bien doloroso- y cuanto más y más, mayor y mejor, solo que no se corrompa el sujeto ni se siga enfermedad notable.

[Es decir], mientras más se animen a hacer sacrificios con la comida, mejor, salvo que se vayan a enfermar por eso o que no les permita hacer el ejercicio. Por lo tanto, no puedo unir dos pensamientos, [hambre] con el ejercicio; si lo que estoy pensando es en un bife o un puré; entonces no. “Voy a probar un rato para ver si se me va a ese pensamiento y si no voy a comer algo”. Entonces, esa penitencia la pueden hacer, la penitencia es algo que, como decíamos recién, nos hace [mucho] bien y va muy unida a la oración.

Dice en el número 87 cuáles son los motivos por los cuales hacemos la penitencia, que nos pueden ayudar mucho para motivarnos más: “Las penitencias externas principalmente se hacen por tres efectos. El primero, por satisfacción de los pecados pasados” –y aquí hay que explicar entonces una cosita más teológica, si se quiere, que es lo siguiente: cuando nosotros pecamos, existen en el pecado dos cosas, la culpa y le

pena. La culpa se termina o se acaba con la confesión, punto, o con un acto de contrición perfecto, si no tengo con quien confesarme, [y] estoy por morir; bueno, [es] un acto de amor a Dios [en reparo] del pecado, confiando en su Misericordia. Ahora, la pena es otra cosa. Es algo que yo tengo que restablecer a la Justicia Divina, o que reparar al Corazón de Jesús ofendido. Pongamos un ejemplo más humano [ya] que siempre las cosas humanas nos ayudan a entender más las divinas: si yo me enojo con el vecino y un día que él se va de viaje, le quemo la casa y después recapacito y me duele, y estoy [muy] arrepentido. Entonces viene el vecino y antes de que entre a la casa y le digo: “Vecino querido, te quemé la casa, perdóname”. Se me caen un par de lágrimas, lo abrazo y me voy. ¿Y la casa quemada? ¿No me voy a poner al menos a ayudarlo a limpiar [los restos de] la casa? “No, no, no. Ya está, le pedí perdón. Me largué a llorar, estoy [sumamente] dolido, y el vecino me perdonó, parece”. Obviamente que [debo] buscar también reparar el daño que hice, y a arreglarle la casa, pintarla, lo que sea. Yo se la quemé.

Entonces, cambiando lo que haya que cambia –porque [no] siempre con las cosas divinas todo se aplica- también así yo ofendí a Dios y me perdonó, está todo sepultado, como dice el Salmo: “mis pecados en el fondo del mar”. Pero yo tengo que resarcir al amor de Dios que está herido, lo mismo pasa en las relaciones humanas, es más fácil todavía. Si yo ofendo a alguien a quien quiero mucho y quien me quiere mucho, después no solamente [le pido perdón], sino que tengo que mostrarle con los actos que estoy arrepentido. No lo puedo tratar igual, tengo que curar esa herida en el corazón. Si yo pido perdón y después actúo igual y no soy más cariñoso con la persona, es que [realmente] no sé hasta qué punto estoy arrepentido. ¿Sí o no?

Bueno, a Dios le mostramos eso, sí, rezando con más ganas, obviamente, pero también con los sacrificios. Hago este sacrificio [ante] Dios, se lo entrego de corazón, porque yo lo ofendí, porque no hice las cosas bien, porque lo crucifiqué con mis pecados.

Si uno no repara todo en la vida lo tiene que reparar en el purgatorio, pero no entra nadie al Cielo [si] no está totalmente purificado. Entonces, uno puede elegir también, y [ciertamente] que se sufre más en el purgatorio que acá. Entonces, yo también con estas obras: [puedo] hacer eso con la oración, con el ayuno y con las obras de Misericordia, o sea, con la caridad; son las tres cosas que se destacan en Cuaresma. Una de esas cosas es el sacrificio, así voy reparando el amor herido de Dios, voy consolando al corazón de Jesús.

Segundo motivo: “Por vencerme a mí mismo, es a saber, para que la sensualidad obedezca a la razón y todas las partes inferiores estén más sujetas a las superiores”. [Estos son] “Ejercicios Espirituales para vencerme a mí mismo o cumplir la voluntad de Dios sin determinarse perfección alguna que desordenada sea”. Entonces, me tengo que vencer a mí mismo porque si no me venzo, no hay posibilidad de que yo sea santo, porque si bien la naturaleza humana es buena porque la creó Dios, [a raíz] del pecado original

estamos inclinados [hacia el] mal. El fomes peccati [la llama del pecado], que se llama a la inclinación al pecado, [y que con] el Bautismo nos [quitamos] el pecado original, [dándonos] la vida en la gracia pero nos la quita la inclinación al mal, entonces yo tengo que someter con mis potencias superiores –inteligencia y voluntad- a mis potencias inferiores. Y si yo no me acostumbro a privarme de lo lícito, va a ser muy difícil que me prive después de lo ilícito.

Imaginemos que vengo caminando y aquí hay un precipicio. Y yo siempre llego hasta el borde del precipicio, pero no me caigo, siempre hasta el borde. Yo me estoy arriesgando a que alguna vez me resbale un poquito y me caiga. Ahora, si yo voy alguna vez a parar acá, a diez metros del borde, va a ser mucho más fácil que nunca me caiga. Entonces, yo soy incapaz de, por ejemplo, hacer un ayuno un día, es muy probable [esa vez] que no tenga ninguna tentación contra la carne, o si soy capaz de no contar algo bueno mío, va a ser mucho más fácil que después me prive de criticar. Si me privo de lo lícito es más fácil después que me prive de lo ilícito.

Tercero: “Para buscar y hallar alguna gracia o don que la persona quiere y desea, así como si desea tener interna contrición de sus pecados o llorar mucho sobre ellos, o sobre las penas y dolores que Cristo Nuestro Señor ha pasado en su pasión, o por solución de alguna dubitación en que la persona se haya”, o sea, para alcanzar una gracia de Dios. No es lo mismo solamente pedir que pedir también con un sacrificio de por medio, por un sufrimiento de por medio como es hacer un sacrificio, un ayuno, alguna cosa así. Quiero salir de una duda, quiero tener arrepentimiento de mis pecados, quiero alcanzar esta gracia. ¿Vine al ejercicio a pedir una gracia determinada? Bueno, mejor si la pido también con un sacrificio. La oración y el ayuno van de la mano. Cuando el Jesús le saca ese demonio a ese poseso del Evangelio, y el papá le dice: “¿Por qué tus apóstoles no pudieron?” [Y el Señor le responde:] “Porque algunos demonios solo salen con oración y ayuno”.

Siempre habrá que ser prudentes, y [con la] prudencia aplicar cada uno en el momento en que está, y demás. No estamos diciendo una regla fija para nadie pero sí para ayudarlos a poder discernir esto para hacer un acto positivo de discernimiento, de ahora en más, a partir de la cena de esta noche (...)

Hay gente que ha estado días sin comer, nada. Si ustedes dejan de almorzar, o dejan de cenar, o dejan las dos cosas, no se van a morir, son tres días [para este retiro]. El instinto de conservación es tan fuerte –no pasa absolutamente nada- y es ahí donde uno, cuando lo experimenta, empieza a entender qué cosa es el ayuno y el bien que hace. ¡Pruébenlo! A lo mejor hace mucho tiempo que no hacen un ayuno, [nada] más que Miércoles de Ceniza y Viernes Santo. Bueno, eso no habla muy bien de nuestra fe, porque tenemos que hacer algún sacrificio. Estamos en Cuaresma. Como [les] digo, lo

entiendo. Vivimos en este mundo y nos vamos impregnando de las cosas de este mundo sin querer. Uno puede escuchar en la televisión, o ver un programa por internet, sí, y demás, y me van a decir qué cosas puedo comer, qué cosas me hacen bien, pero ¿Quién le va a decir: “Mira, mejor no comas”? ¿O “Come menos”? –“Come menos de lo necesario”- ¿Quién les va a decir eso en el mundo? Nadie, todo lo contrario. Bueno, [pues] eso [sí] lo dice el Espíritu Santo, cosas muy claras dichas por El mismo.

Sepamos que la mortificación va de la mano con la oración, que son cosas que se alimentan entre sí, que se ayudan entre sí. Y cualquier vida de santo que hayan leído – obviamente que existen en esas vidas de santos- [hay] mortificación, de muchos tipos. La Mamá Antula caminaba descalza, kilómetros y kilómetros: “Voy de Córdoba caminando descalza”. ¿Por qué caminaba descalza? ¿Es que [acaso] le gustaba? No, estaba haciendo sacrificio. A nadie le gusta caminar descalzo. Sacrificio, penitencia, dejar algo lícito. Los santos han tenido tanto ingenio para eso; había habido alguno que se ponía una piedrita en el zapato, había otro, el Padre [Luis] Guanella, también santo, que andaba siempre con una valija, siempre con ella, y cuando murió ¿Saben qué tenía la valija? Piedras. ¿Para qué? Para hacer un sacrificio más ¡Nadie sabía!

Ese es el amor, a Dios y el amor a las almas que es creativo. Cuando uno ama a alguien, siempre se le ocurren cosas para mostrarle ese amor. Bueno, a los santos, como amaban tanto a Dios, se les ocurrían cosas para demostrarle a Dios que lo amaban, y como ya vamos a ver durante el ejercicio, el amor y el sacrificio están unidos, son las dos caras de la misma moneda, es algo que tenemos que ir profundizando, [algo] que tenemos que ir aprendiendo.

San Juan Pablo II, aún con todas sus tareas y demás, hacía sus sacrificios tan grandes. ¿Cómo nosotros no [vamos a] poder hacer un sacrificio en este Ejercicio Espiritual? Dios nos va a devolver el ciento por uno, nunca le damos a Dios algo sin que Él nos devuelva más todavía.

Se cuenta en la vida de San Juan Pablo II que estaba rezando un día y se le acerca por detrás en la capilla, abre la puerta su secretario, y le dice: “Su Santidad, hay un tema urgente que ver”. El Papa nada, inmutable. Vuelve a los cinco o diez minutos: “Su Santidad, es algo muy importante y muy urgente. Discúlpeme, pero debe darme unos minutos”. El Papa, inmóvil. Pasan otros cinco o diez minutos, ya se acerca un poco más el Cardenal-Secretario: “Su Santidad, disculpe, pero este tema es muy importante, ya yo no lo molestaré [más], por favor”. El Papa se da la vuelta y le dice: “¿Es algo muy importante?” –“Sí, muy importante”- “¿Y urgente?” – “¡Sí, muy urgente!”- “Bueno, entonces hay que rezar”. Se dio vuelta y siguió rezando.

Porque, no es que uno no hace nada cuando reza, uno hace mucho cuando reza, ¡hace muchísimo! Porque está pidiéndole a quien puede hacer todo. Si yo quiero hacer algo, yo soy limitadísimo, hago una cosita y a veces la puedo hacer mal. Dios puede hacer todo, Dios tiene todos los medios, entonces no pienses que no estás haciendo nada cuando estés rezando; estás haciendo todo, [lo que] no quita que después haya que hacer algo, también, pero [es] lo más importante que hago ahí. Incluso, como decíamos [hace poco], si uno no reza, a veces hace de más o hace, y hace mal. Entonces, [volvamos] a darle importancia a la oración, es lo primero que dijimos, la primera ala de la santidad; de ahí que es tan importante lo que están haciendo ustedes y parte del fruto que van a alcanzar y que ya están alcanzando, es porque están rezando más. Y después unir [con] esa oración algún sacrificio. Como les digo, en días normales a veces es más difícil hacer un sacrificio, pero la vida está llena de sacrificios que a veces esquivamos; eso hay que descubrirlo también. Cumplir la voluntad de Dios, [eso son] miles de sacrificios. Como dice el Padre [Antonio] Royo Marín, dominico también, dice: “Es [llevar] la cruz o el martirio a [punta de] alfilerazo”; pequeñas cositas, pequeñas cositas. Pero en un retiro espiritual, en algún momento de mi vida, en un día a la semana que pueda, hacer algún sacrificio más es muy agradable al Señor, es algo que nos puede ayudar muchísimo en nuestra vida espiritual.

Le vamos a pedir esa gracia a María, [ella, sin duda] fue la mejor rezando, la mejor rezadora de toda la historia, nadie la va a superar porque es la más santa, la santísima, la que más ha amado a Dios, y la oración y el amor van unidos. También María fue la que más hizo penitencia, aunque no tenía que hacerlo porque no había cometido ningún pecado, pero hizo penitencia por nosotros, [y] la penitencia más grande que tuvo fue la cruz de su Hijo. [Que] ella, entonces, nos ayude como Madre a aprender estas cosas y a vivirlas, a poder pedir en la oración y encontrar la luz necesaria para poder distinguir qué quiere el Señor para nuestra vida con respecto a estas dos cosas que son demasiado importantes para pasarlas por alto.