

## REFORMA DE VIDA [189]

### Plática – 2024

Es muy importante que tomemos conciencia que los frutos de los ejercicios se dan en la medida que uno **elige** cosas. Bajar al concreto de mi vida todo lo que he discernido en los ejercicios. Éste momento de los ejercicios es trascendental.

Para hacer esas elecciones todo se ha ido ordenando desde el Principio y Fundamento para que yo sea indiferente, para que logre sacar mis afectos desordenados para estar libre y saber lo que Dios quiere para mí en mi estado de vida o en otras cosas de menor importancia. En esas “otras cosas de menor importancia” entra esto, que es el plan de vida o la reforma de vida.

Hagámos un esfuerzo en hacer estas elecciones. Tenemos que terminar los ejercicios con algo escrito, con propósitos concretos.

#### PARA ENMENDAR Y REFORMAR LA PROPIA VIDA Y ESTADO.

Es de advertir que acerca de los que están constituidos en prelatura o en matrimonio (quier abunden mucho de los bienes temporales, quier no) donde no tienen lugar o muy pronta voluntad para hacer elección de las cosas que caen debajo de elección mutable, aprovecha mucho, en lugar de hacer elección, dar forma y modo de enmendar y reformar la propia vida y estado de cada uno de ellos, es a saber, poniendo su creación, vida y estado para gloria y alabanza de Dios nuestro Señor y salvación de su propia ánima. Para venir y llegar a este fin, debe mucho considerar y rumiar por los ejercicios y modos de elegir, según que está declarado, quanta casa y familia debe tener, cómo la debe regir y gobernar, cómo la debe enseñar con palabra y con ejemplo: asimismo de sus facultades, cuánta debe tomar para su familia y casa, y cuánta para dispensar en pobres y en otras cosas pías, no queriendo ni buscando otra cosa alguna sino en todo y por todo mayor alabanza y gloria de Dios nuestro Señor. Porque piense cada uno que tanto se aprovechará en todas cosas espirituales, cuanto saliere de su propio amor, querer e interés. [189]

Para las cosas que ya están elegidas y son inmutables (en el caso de estar casados o ser sacerdote o religiosa), en las que **no** hay que volver a elegir, aprovecha mucho “dar forma y modo”, o sea según Casanovas es “poner mi vida a la luz de las elecciones”, enmendar y reformar mi vida eligiendo, haciendo propósitos, haciendo un plan para mejorarla para gloria y alabanza de Dios, y para la salvación de mi alma.

Para lograr todo esto hay que hacer uso de la razón aplicándola a mi vida. He estado todo este tiempo sacando las pasiones desordenadas para que la razón funcione bien. Ahora me aplico con mi inteligencia a ordenar mi vida. Lo que pienso es superior a lo que siento, entonces me tengo que dejar guiar por la razón iluminada por la fe movidos por la gracia. Dios no me va a mover por los sentimientos. Sin despreciar a los sentimientos, hay

que ordenarlos sometiéndolos a la razón. Es más, Santo Tomás dice que para que un acto de la voluntad sea firme una de las cosas que se pueden analizar es si produce el sentimiento correspondiente. Si no provoca sentimientos es porque no hay suficiente voluntad.

Santo Tomás dice que el bien del hombre es «obrar según razón». En latín sería “ser” según razón. La razón es la participación de la luz divina, y no hay nada más grande en la creación que el ser racional. A veces eso cuesta, porque estamos acostumbrados a vivir según los sentimientos.

Entonces aplicarnos a hacer este plan de vida concreto, y empezar por lo más importante que es mi relación con Dios.

«Los medios que unen al instrumento con Dios y lo disponen a dejarse guiar por su mano divina son más eficaces que aquellos que lo disponen hacia los hombres»<sup>1</sup> (**San Ignacio de Loyola**).

Para ser bueno con los demás, san Ignacio dice que primero y principal es estar bien con Dios. Porque es Él el que me tiene que conducir en tal propósito para que sea eficaz. San Alberto Hurtado decía «adaptarse a Dios es muy fácil, porque Dios es racional. Adaptarse a los hombres ¡qué difícil que es!, ¡están locos!».

Acá seguido ponemos unos items del padre Fuentes que pueden ayudar. No hay que hacer un plan de vida muy largo, y si ya lo hemos hecho se puede revisar cómo voy (mi vida de oración, la participación en la Santa Misa, adoración al Santísimo, rezo del Santo Rosario, frecuencia con la que me confieso (ver plática del año pasado sobre confesión por devoción), lectura espiritual, mi deber de estado, etc. Tenemos que ser buenos en todo lo que hacemos. “Ya comáis ya bebáis hacedlo por el Señor” dice san Pablo: tengo que poner todo lo que puedo de mi parte. Eso también es apostolado.

También trabajar las virtudes con el propósito particular. «Si consiguiéramos una virtud por año en breve seríamos santos». (**Tomás de Kempis**)

## I. ¿QUÉ ES REFORMAR?<sup>2</sup>

Muchas veces en la vida, el alma que aspira a la perfección tendrá que rever su camino espiritual y replantear algunos de sus puntos claves. Esto suele hacerse con oportunidad de los **Ejercicios Espirituales** o en Retiros. De hecho, San Ignacio afirma que los Ejercicios Espirituales por él elaborados se ordenan a vencerse y **ordenar la vida** sin dejarse determinar o condicionar por ningún apego<sup>3</sup>.

Reformar quiere decir “volver a formar”; volver a “dar forma”; como quien trabaja una imagen en arcilla y ve que no le salió lo que él quería, la vuelve a amasar y comienza a darle forma otra vez. Para poder reformar adecuadamente la vida es necesario tener una recta

---

<sup>1</sup> SAN IGNACIO DE LOYOLA, *Constitutiones Societatis Iesu*, n. 813.

<sup>2</sup> Sigo casi textualmente al P. MIGUEL FUENTES en: *La ciencia de Dios*, Ediciones del Verbo Encarnado, San Rafael, 2001, p. 141-147.

<sup>3</sup> SAN IGNACIO, EE, n° 21.

intención de ánimo, es decir, procurar que el móvil de la misma no sea otro que el fin último de la vida de todo hombre: dar gloria a Dios y salvar el alma.

En base a todo esto deberá reformar su vida.

El principio que debe regir la reforma de vida es el principio de **abnegación**: «piense cada uno que tanto aprovechará en todas cosas espirituales, cuanto saliere de su propio amor e interes» [189]. Y el Kempis dice: «tanto aprovecharás cuanto sea la fuerza que te hagas»<sup>4</sup>

Para la reforma de vida también hay que **guiarse por las reglas de elección**: «para llegar a este fin mucho debe de considerar y rumiar por los ejercicios y modos de elegir...». **(Casanovas)**

El ambiente debe ser siempre el de las Dos banderas, Tres binarios y Tres maneras de humildad.

## II. ¿QUÉ COSAS SUPONE?

Se supone tener identificadas varias cosas:

Ante todo, la voluntad de Dios sobre él **en la vida pasada** (¿qué me ha pedido Dios en el pasado o qué ha querido de mí anteriormente?); esto puede haberlo visto a través de inspiraciones del Espíritu Santo, iluminaciones, circunstancias singulares que han rodeado su vida o simplemente la voluntad de sus superiores.

En segundo lugar, ve lo que Dios le pide **ahora** con toda claridad.

Tercero, tiene también identificados los puntos sobre los cuales **no discierne con claridad** la voluntad divina actual; sobre esto tendrá que aplicar las reglas de discernimiento y elección.

Finalmente, también sabe cuáles son los **obstáculos** concretos que le impiden el seguimiento radical y total de Jesucristo.

## III. LA REVISIÓN DE VIDA

Revisar la vida significa examinar las distintas dimensiones de la propia vida para ir **descubriendo** las cosas que hay que cambiar, purificar, quitar, empezar, modificar, rectificar o intensificar.

Es imposible que quien no se conozca pueda alcanzar la perfección, ya sea porque se forjará ilusiones acerca de su estado (cayendo o en un optimismo presuntuoso o en un desaliento deprimente). El conocimiento **claro y ponderado de sí mismo** estimula a la perfección y ayuda a trabajar sobre terreno seguro. Este conocimiento debe ser completo, abarcando tanto nuestras cualidades y defectos naturales, cuanto los dones sobrenaturales y los defectos en el plano espiritual.

En cada una de esas dimensiones hay que prestar atención a dos cosas:

---

<sup>4</sup> TOMÁS DE KEMPIS, *Imitación de Cristo*, Libro I, c. 25.

–Las cosas **de las que hay que apartarse**: porque están mal hechas, o porque no dan gloria a Dios, o porque comportan apegos desordenados al mundo, o porque son fuente de pasiones no dominadas, o porque son ocasión de pecado, etc.

–Las cosas **que hay que encarar** para mejorar nuestras actitudes: porque vemos que Dios lo quiere así, o porque damos con ello mayor gloria a Dios, o porque condice con nuestros deberes de estado, o porque nos acerca más a Dios, o porque aprovecha más a nuestros prójimos, etc.

–Las cosas **que seguir haciendo** tal cual, o mejorándolas.

#### IV. EL PLAN DE VIDA

El plan de vida, como su nombre lo indica, designa el **proyecto** de las principales actividades y objetivos que un sujeto intenta llevar a cabo en un plazo determinado de tiempo (el resto del año, o el bienio, o el quinquenio, etc.). En el plano espiritual es un programa de perfección.

El tener un plan de vida es conveniente porque la santidad no se improvisa: quien quiere lograr algo en la vida, ya sea en el orden humano o en el sobrenatural, debe sentarse y prever, pensar y planear.

Sin plan de vida se malgasta sin remedio mucho tiempo:

– Surgen dudas sobre lo que debemos hacer; gastamos tiempo en deliberaciones superfluas; a pesar de mucho deliberar solemos quedar con dudas.

– Descuidamos algunas de nuestras obligaciones por falta de previsión y de organización, por proponer fines sin determinar los medios o por echar mano en el momento a medios ineficaces o menos eficaces, etc.

– Y por este descuido, finalmente, nos exponemos a la inconstancia y al abandono de las obras emprendidas.

Por el contrario, el plan de vida nos da:

**Orden**, nos ayuda a ganar tiempo.

Nos hace **sobrenaturalizar** las obras (porque las hacemos por obediencia al plan, es decir, a las decisiones tomadas en conciencia delante de Dios; siempre y cuando el plan esté hecho como Dios manda).

Tiene también un gran **valor educativo** en cuanto templa nuestra voluntad (la hace más austera, libre de caprichos, la somete a un orden y le hace adquirir constancia).

##### 1) Características

Para que sea real todo plan de vida tiene que tener ciertas cualidades:

– Debe estar **acomodado** a los deberes de estado, a las ocupaciones habituales, a las disposiciones de espíritu, de carácter y temperamento de cada uno, a sus fuerzas y a su estado actual de perfección.

– Debe ser **flexible y rígido** a la vez.

Flexible para no esclavizar el alma al plan, cuando la caridad hacia el prójimo, o alguna circunstancia grave imprevista, o la obediencia a los superiores haga irrealizable algún proyecto.

Con cierta rigidez, para que el sujeto no lo modifique según sus caprichos. Debe contener lo necesario para determinar, el tiempo y la manera de hacer las diversas actividades, deberes de estado, ejercicios de piedad y la adquisición de las virtudes más necesarias.

– Debe estar hecho de **acuerdo con el director espiritual**. Lo exige la **prudencia** que nos enseña que uno no es buen juez en su propia causa ni diestro guía de sí mismo; también la **obediencia**, por la cual, el plan de vida revisado y autorizado por el director extiende la acción de éste al resto de nuestra vida.

## 2) Materia de la reforma

### La dimensión humana

Es el campo de la personalidad humana, del equilibrio de las virtudes y pasiones. Concretamente ha de tenerse en cuenta aquí:

- Ante todo, nuestro defecto dominante.
- Las virtudes que urge adquirir.
- Los defectos que hay que combatir.

Pero también cada uno tiene que ver en concreto sus defectos, las virtudes que comprende que le faltan: a lo largo de los EE han visto mucho de esto. Por eso tanto insiste san Ignacio en el “mucho examinarse”. Ya desde los primeros días, cuando hablábamos del ordenar la vida atendíamos a esta reforma. La oración y el trato con Dios es lo que más ilumina...

Ahora es el momento de llevar a la práctica lo dicho. Hay que hacer un recuento de defectos y virtudes; lo que el Señor les ha hecho ver en estos días... y ver los medios que van a poner para progresar en la santidad, teniendo siempre la vista puesta en el fin. Luego, con ayuda de las reglas de elección determinar si hay que poner ciertos medios y en qué medida; por ejemplo: . “Debo hacer penitencia ¿cuál?... ¿en qué medida? ¿en qué tiempos? Y determinarlo concretamente según las reglas, escribirlo en el plan y aplicarlo en el momento preciso (como ser en cuaresma), para lograr hacerme el hábito de la penitencia

Un hábito se logra con la repetición de actos. Un vicio se quita dejando de hacer el acto. El propósito entonces me tiene que llevar o a poner el acto cuyo hábito quiero lograr o a evitar el acto del vicio que quiero erradicar.

Hay que estudiar de dónde proceden nuestras faltas para “secar la fuente”.

- PASIONES no bien dominadas:

- **ira**: dureza de trato, sequedad, etc, que son fuente de falta de caridad fraterna;
- **amor**: afectos a personas, a cosas, ocupaciones;
- **odio**: aversiones al prójimo, antipatías, que llevan a esquivar el trato, muy malo si apartan del superior.

- MALOS HÁBITOS, repetición de faltas que se hacen segunda naturaleza:

- **pereza:** especialmente en la oración y ejercicios espirituales; no esforzarnos en combatir; tampoco nos dedicamos al estudio o deberes de estado;
- **charlatanería:** fuente de pérdida de tiempo y quebranto de la caridad;
- **libertad en los sentidos:** materia de tentaciones;
- **impuntualidad:** al levantarse por pereza; pero la hay de los que se consagran con demasiado ardor a sus trabajos...

- **MALAS INCLINACIONES:** al honor y propia estima: pensamos en nosotros, en nuestro bien, en que nos alaben; soñamos cómo podemos ser. Amor a la propia voluntad, el propio juicio. Amor a la comodidad, a buscar siempre lo menos costoso...

También se trata de “hacer el bien” ¿qué me impide ser abnegado? ¿qué me pide Dios: reparación..., desprenderme de algo..., vencerme en algo..., ofrecerme...? ¿qué virtudes flaquean? ¿a qué virtud me siento llamado?

Prioridades: 1º lo de la regla... 2º las relaciones con el prójimo... 3º las cosas que hacen a la pureza del corazón

–El orden interior y exterior del alma y su relación con las diversas cosas materiales y espirituales que habitualmente nos rodean.

–Examinar los afectos: la capacidad para la amistad, las pasiones, los posibles apegos a cosas, personas, lugares, etc.

### **La dimensión espiritual**

Designa el plano más importante y donde se encuentran los elementos que nos santifican y relacionan directamente con Dios:

- La oración.
- El modo de vivir y aprovechar la Santa Misa.
- Las confesiones: frecuencia, modo de aprovecharlas.
- Las penitencias y mortificaciones, el comportamiento en las contrariedades de la vida.
- La dirección espiritual (su frecuencia, sinceridad, aprovechamiento).
- El examen de conciencia diario.
- La lectura espiritual (especialmente la Sagrada Escritura).
- Los ejercicios espirituales anuales.
- Visitas al Santísimo.
- El retiro espiritual.

### **La dimensión comunitaria**

En el caso del **religioso** tiene que examinar puntualmente su vida comunitaria. Por ejemplo:

- La participación en la comunidad, en las recreaciones.
- El aporte de los propios talentos para aprovechamiento del prójimo.

- La caridad fraterna.
- La obediencia a los superiores.
- La transparencia para con los superiores.
- La confianza a los superiores.
- La generosidad; la capacidad de ofrecimiento e inmolación.
- La pobreza, la castidad, el cumplimiento de los deberes de estado.

En los **laicos** esta dimensión se desarrolla fundamentalmente en su vida familiar:

- La relación con padres y hermanos, o con su cónyuge e hijos: las virtudes de la obediencia, respeto, piedad filial, etc.
- La caridad familiar.
- La solidaridad y la preocupación por los demás, etc.
- La responsabilidad en el trabajo y en la profesión.

### **La dimensión intelectual**

- El aprovechamiento del estudio.
- El cumplimiento del horario de estudio.
- La participación personal en cursos, conferencias, momentos especiales de formación.
- La formación cultural: si se interesa por la lectura espiritual, por la literatura formativa, si se deja llevar por la curiosidad, o las modas literarias, la superficialidad, etc.

### **La dimensión apostólica y pastoral**

- La oración y mortificación por el apostolado.
- La preparación del apostolado.
- El desarrollo del apostolado.
- El celo apostólico.

La reforma debe ser real. Breve.

### **3) Rendición de cuentas**

Prever con qué frecuencia examinará el andar de los propósitos y proyectos. Conviene que esto se haga una vez por mes, en los retiros mensuales. Examinar lo hecho, tomar nuevas determinaciones si fuere necesario, imponerse algún castigo, si la negligencia o pereza o desorden interior lo conduce a la inconstancia, y examinar las etapas siguientes.

### **Ejemplos...**

«- Habiendo entrado al seminario (Don Bosco) y vistiendo el hábito clerical hace una reforma de vida:

Ese día escribe en una libretita, que guardará preciosamente, lo que va a ser la norma de su vida:

- 1.- En el porvenir no tomaré parte en los espectáculos públicos, en las ferias o mercados; ni asistiré a bailes, ni a teatros y, en lo posible, tampoco iré a las comidas que suelen darse en tales ocasiones.
  - 2.- Nunca más haré pruebas de prestidigitador, de saltimbanqui, ni juegos de manos; ni tocaré el violín, ni saldré a cazar. Reputo estas cosas contrarias a la gravedad del espiritual eclesiástico.
  - 3.- Amaré y practicaré el retiro, la templanza en comer y beber, y no tomaré más horas de reposo que las absolutamente necesarias para la salud.
  - 4.- Puesto que en le pasado he servido al mundo con lecturas profanas, en el porvenir procuraré servir a Dios, entregándome a lecturas religiosas.
  - 5.- Combatiré con todas mis fuerzas toda cosa, toda lectura, pensamiento, palabra y obra contraria a la virtud de la castidad. Y, a la inversa, practicaré todas aquellas cosas, aun las más pequeñas, que puedan contribuir a conservar esta virtud.
  - 6.- Además de las prácticas ordinarias de piedad, no omitiré nunca el hacer cada día un poco de lectura espiritual.
  - 7.- Cada día referiré algún ejemplo o máxima útil a las almas. Haré esto con mis compañeros, mis parientes y relaciones, y, a falta de ellos, lo haré con mi madre.
- En el fervor de su nuevo estado Juan exagera algunos puntos de su plan de vida. Consultado poco después el piadoso San José Cafasso le muestra la inutilidad de ciertos sacrificios. ¿Por qué renunciar a esas habilidades con que puede recrear a sus compañeros en horas propicias? Ciertos paseos al aire libre, o la concurrencia a fiestas sociales, no son tampoco malos en sí mismos, y pueden servir para mantener la cordialidad entre los vecinos de un pueblo, y la amistad del sacerdote...»<sup>5</sup>. (HUGO WAST)

### **Santo Domingo Savio:**

«Propósitos que yo, Domingo Savio, hice en el año 1849 cuando hice mi primera comunión a los siete años de edad:

- 1º- Me confesaré muy a menudo y recibiré la sagrada comunión siempre que el confesor me lo permita.** (Don Bosco: hacer buenas comuniones y buenas confesiones)
- 2º- Quiero santificar los días de fiesta.**
- 3º- Mis amigos serán Jesús y María.**
- 4º- Antes morir que pecar.»**

Estos recuerdos, que repetía a menudo, fueron la norma de todos sus actos hasta el fin de su vida.<sup>6</sup>

### **Laura Vicuña:**

- «1. Quiero, Jesús mío, amarte y servirte durante toda mi vida; por eso te ofrezco toda mi alma, mi corazón y todo mi ser.
2. Quiero morir antes que ofenderte con el pecado; y por eso quiero apartarme de todo lo que pueda separarme de Ti.

---

<sup>5</sup> HUGO WAST, *Don Bosco y su tiempo*, p. 70-71.

<sup>6</sup> RODOLFO FIERRO S.D.V., *Biografía y escritos de Don Bosco*, B.A.C. 1955, pag. 777 – 779.

3. Prometo hacer de mi parte cuanto sé y puedo, aun con grandes sacrificios, para que Tú seas siempre más conocido y amado, y para reparar las ofensas que todos los días Te infieren los hombres que no Te aman, especialmente las que recibes de los míos.  
¡Oh, Dios mío, concédeme una vida de amor, de mortificación y de sacrificio!»

«La Iglesia necesita reforma y la reforma debe comenzar por mí». **(San Cayetano)**

Hacer nuestro plan de vida con mucho ánimo y generosidad, empezando por las cosas que no sabemos lo que Dios quiere. Dedicar tiempo y pedir luz al Espíritu Santo y la intercesión de María Santísima que tuvo ordenada su vida siempre a la perfección, recordando qué es la santidad según san Juan Pablo II:

«La santidad es la alegría de hacer la Voluntad de Dios». **(SJPII)**

¡Ave María y adelante!