

LA PENITENCIA

2026

Plática (día 11)

Vamos a hablar un poco de la penitencia. Y bueno, ya puede ser una penitencia un día más encarando esto con fuerza, se lo ofrecemos a Dios también como una penitencia, como un sacrificio, pero justamente vamos a ver los frutos que trae todo esto.

ADICIONES (CONTINUACIÓN)

Antes de hablar de la penitencia recordemos que estamos en el ámbito de las «adiciones». Ya dimos algunas cuando hablábamos de la oración: en las adiciones de la noche lo que voy a pensar, en la mañana cuando me despierto, etcétera, bueno, son otros agregados. Pero quería compartir algo que escuché estos días que puede servir en cuanto a esto, quería repetir una (adicción): cuando san Ignacio dice [75], «antes de ponerme en oración, frenarme, pensar cómo Dios me mira» etcétera, puede servir en ese sentido aquello de **Marcos 10,21**, «Jesús, fijando en él su mirada, lo amó y le dijo: “Una cosa te falta: anda, vende cuanto tienes y dalo a los pobres, y tendrás un tesoro en el cielo; luego ven y sígueme”». **«Lo miró y lo amó»**, pensar eso también antes de rezar: Jesús me mira y me ama. Me ama como soy, o sea quiere que sea mejor sin duda, no ama mi pecado. Jesús quiere que yo sea santo, pero me ama, me mira con amor. Justamente en este momento que amó al joven, el joven estaba apegado a sus riquezas y todo, y Jesús lo amó, para sacarlo de ese apego, claro. Pues bien, quería recordar eso porque me pareció hermosa la cita, lo escuché estos días —ya habíamos hablado del tema— pero me parece que puede servir aplicarlo.

Algunas adiciones que hablamos al principio se trataban de pensar en ciertas cosas que tienen que ver con lo que estamos rezando, pero no fuimos tan claros en qué pensar en la mañana cuando nos levantamos. Y lo quiero traer a colación porque justamente san Ignacio, en la primera semana, es la primera vez que las trae. Las adiciones —son 10 adiciones en total— dependen de la semana, San Ignacio las va acomodando según el fruto que queremos alcanzar en la semana.

Segunda adición:

Estamos hablando de lo ideal, después cada uno verá cómo hace en su vida diaria, porque después quizás alguno medita más tarde en el día, pero bueno, cualquier pensamiento bueno que pueda tener ahí siempre va a ayudar. Pero vamos a traer tal cual lo trae él, para el Ejercicio en retiro de un mes y cada uno lo aplica a sus circunstancias:

[74] La 2ª: Quando me despertare, no dando lugar a unos pensamientos ni a otros, advertir luego a lo que voy a contemplar en el primer ejercicio de la media noche, trayéndome en confusión de mis tantos pecados, poniendo exemplos, así como si un caballero se hallase

delante de su rey y de toda su corte, avengonzado y confundido en haberle mucho ofendido, de quien primero rescibió muchos dones y muchas mercedes.

Como un amor no correspondido, porque me ha dado tanto y tendría que amarlo por todo lo que me ha dado, y yo sin embargo lo he ofendido, lo he engañado. Bueno, puedo ponerme yo como un caballero ante su señor, ante su rey; o ponerme en una circunstancia ante una persona que me ha dado mucho, y si yo la engañara (o quizá ya lo he hecho) realmente me dolería mucho.

El otro ejemplo —éste va más como al tema del arrepentimiento, pero por miedo del Justo Juez— dice:

[74]...haciéndome peccador grande y encadenado, es a saber, que voy atado como en cadenas a parescer delante del sumo juez eterno, trayendo en exemplo cómo los encarcerados y encadenados ya dignos de muerte parescen delante su juez temporal.

Así como alguien que va —en ese tiempo de san Ignacio— a la pena de muerte, entonces pensar en una persona que va a que lo maten por sus pecados, por sus crímenes, ¡qué vergüenza tendría! ¡Qué santo temor! o ¡qué temor! Nosotros lo hacemos santo (al temor) porque tratamos de hacer esto humanamente hablando, de ponernos en esta circunstancia para poder elevarlo a Dios.

Y si no me mueve tanto el amor porque todavía no amo tanto, bueno, que me mueva un santo temor de Dios, que como ya veremos en los Ejercicios es santo, y si bien no es la perfección del amor, ayuda al amor, como nos enseñará el mismo San Ignacio.

[74]...y con estos pensamientos vestirme o con otros, según subiecta materia¹.

Ya hablamos de ese tema, pero quería puntualmente mostrar los ejemplos que pone para esta primera semana en que tratamos los pecados.

También en la primera semana trae estas adiciones, que las aclaramos bien ahora, y que, repito, en cada una de las semanas se van aplicando de una manera u otra. Y una vez más, cada uno vea si puede hacer algo o si no, pero conviene darlas justamente porque San Ignacio las trae, y después cada uno lo adaptará a sus circunstancias, si es que pueda hacer alguna.

Sexta adición:

[78]La 6ª: no querer pensar en cosas de placer ni alegría como de gloria, resurrección etc.; porque para sentir pena, dolor y lágrimas por nuestros peccados impide qualquier consideración de gozo y alegría²; mas tener delante de mí quererme doler y sentir pena, trayendo más en memoria la muerte, el juicio.

Esto puede realmente servirnos. Es como si estuviéramos en un viernes santo. ¿Voy a pensar en Cristo resucitado? Yo creo que no, ¿verdad? Es un pensamiento hermosísimo ese, pero es para el domingo, es para otro día. Ahí —en el viernes santo— me tengo que acordar de los dolores del Señor para entristecerme y dolerme con Él.

¹ según subiecta materia: según el tema que se medita o contempla.

² gozos y de alegrías muy nobles y muy buenas como son el cielo, etc.

Entonces en este sentido hay una tristeza buena en nuestra vida que tenemos que aprender cuál es, porque la tristeza mala hace mucho daño, y atrás de esa tristeza está el demonio. Pero hay una tristeza buena que es esta tristeza por el pecado, siempre con esa mezcla grandísima de misericordia y de esperanza, o sea, la tristeza justamente por eso es buena, porque es por el pecado el cual Dios me perdona, Dios me quiere santo, etc.

Va a decir San Pablo:

Si los entristecí con mi carta no me pesa, y si me pesó, pues veo que aquella carta os entristeció, aunque no fuera más que por un momento, ahora me alegro, no por haberos entristecido, sino porque aquella tristeza os movió al arrepentimiento (porque los reprendía, los corregía), pues os entristecisteis según Dios (esta es la tristeza que queremos), de manera que de nuestra parte no habéis sufrido perjuicio alguno. En efecto, la tristeza según Dios produce firme arrepentimiento para la salvación, mas la tristeza del mundo produce la muerte. Mirad qué ha producido entre vosotros esa tristeza según Dios, qué interés y qué disculpas, qué enojo, qué temor, qué añoranza, qué celo, qué castigo, en todo habéis mostrado que erais inocentes en este asunto... (2 Cor 7, 8)

Está hablando entonces de que puede haber una tristeza buena, y esa es la que queremos lograr aquí. Por eso no pensar en cosas de placer y de gozo y de gloria. Ya vendrá el momento, ¿no?

Parecido a esto también, la séptima:

[79] La 7ª: privarme de toda claridad para el mismo efecto cerrando ventanas y puertas, el tiempo que estuviere en la cámara³, si no fuere para rezar, leer y comer.

Otra vez, ¡es muy difícil hacer esto en la vida de estos días!, casi imposible, ¿pero por qué lo damos? Para entender el espíritu que toca y capaz que puedo aplicarlo de otra manera y tengo algún aspecto de mi vida donde puedo mortificarme en algo. Podría ver un paisaje hermoso: estamos en cuaresma, estoy en Ejercicio, voy a dejar de mirarlo, aunque en otro momento puedo mirarlo y dar gracias a Dios por eso, cada uno verá.

Pero en este sentido, y ya adelantándome un poquito a lo que sigue, que es la penitencia, quería traer un texto de San Gregorio, que lo trae el Padre de la Palma. Repito, me adelanto un poquito a lo que va a decir después, pero es la misma idea: es tratar de tener un uso correcto, mortificado, penitente de los sentidos externos, que es parte de la purificación que tenemos que tener para alcanzar la santidad, se llama a esta purificación «activa», porque la hago yo, no la hace Dios directamente, sino yo con la gracia de Dios, en este caso de los sentidos externos.

Las dos que siguen, que no son propiamente de la penitencia, dicen:

[80] La 8ª: no reír ni decir cosa motiva a risa.

[81] La nona: refrenar la vista, excepto al rescibir o al despedir de la persona con quien hablar.

Bueno, adaptándolo cada uno a lo que se pueda, pero decía así.

Esto lo trae el Padre de la Palma, dice:

³ habitación.

Porque la vista y el oído, el gusto, el olfato y el tacto, como dice San Gregorio, son como unas puertas o ventanas por donde el alma se sale fuera de sí y se aficiona á los bienes exteriores, que no tiene dentro de sí, y cualquiera que mira incautamente por estas ventanas del cuerpo, muchas veces sin pensar ni querer se enlaza en el deleite del pecado, y enredado en sus mismos deseos, empieza a querer lo que antes no quería; porque el alma que no se previene para no mirar lo que puede desear, cegándose, después comienza á desear lo que miró. Y por mucho peso y gravedad que tenga el espíritu, los sentidos del cuerpo hacen siempre brega por de fuera con inquietud pueril; y si no son refrenados con el peso y gravedad del hombre interior, se llevan tras sí el alma flaca y anñada a cosas livianas y perecederas. Esta guarda de los sentidos, de que aquí habla el glorioso y bienaventurado san Gregorio, es la que tanto nos encomienda nuestro santo Padre (san Ignacio) cuando dice: «Todos tengan especial cuidado de guardar con mucha diligencia las puertas de sus sentidos, en especial los ojos, oídos y lengua, de todo desorden, etc.». Este es aquel rigor que se pide al que hace Ejercicios, en las adiciones 7, 8, 9, donde se dice: Privarme de toda la claridad para el mismo efecto, cerrando ventanas y puertas el tiempo que estuviere en la cámara, sino fuere para regar, leer y comer. No reír, ni decir cosa motiva á risa. Refrenar la vista, excepto al recibir ó al despedir de persona con quien hablare, etc⁴. **(Padre Luis de la Palma)**

Bueno, ayuda mucho este control, esta guarda de los sentidos, lo mismo que se dice de las cosas externas se puede decir de las cosas que vemos en el móvil, en el celular, obviamente. No ver cosas que a lo mejor todo el tiempo veo, me mortifico; porque también por ahí podemos caer en pecado, o puedo privarme y dejar de hacer una mortificación que me vendría bien para los frutos del Ejercicio Espiritual.

Recordemos que David, además de estar ocioso, no había ido a la guerra como le tocaba, miró lo que no tenía que mirar y por eso cayó **(2 Sam 11, 1-5)**. Entonces, cuidarnos de lo que miramos.

PENITENCIA

Muy bien, vamos ahora a esto de la penitencia.

[82] La décima adición es penitencia.

¿Qué es la penitencia? Bueno, vamos con una cita bíblica **(Job 42,6)**: «*Por eso yo me acuso a mí mismo y hago penitencia envuelto en polvo y ceniza*». El Señor va a decir, «*si no hacéis penitencia todos pereceréis*» **(Lc 13, 3)**, en latín (Biblia Vulgata) esta exacta la palabra *paenitentia*.

La penitencia se divide en dos, entonces que nos lo explique directamente San Ignacio:

[82] ...se divide en interna y en externa. Interna es dolerse de sus pecados con firme propósito de no cometer aquéllos ni otros algunos.

Esa es la principal penitencia: dolor de los pecados. «Me acuso a mí mismo» dice Job, dolor de los pecados.

Bien, ...*con firme propósito de no cometer aquéllos ni unos otros*. ¡Cuidado con eso!, en el sentido de que el dolor de los pecados, (estamos pidiendo lágrimas ahora con los Ejercicios, está bien, está muy bien y ojalá que Dios nos las conceda), pero donde puedo ver, al menos con

⁴ LUIS DE LA PALMA, t1 p. 126.

mayor seguridad de que estoy arrepentido es la firmeza que pongo en no volver a pecar. Es decir, la convicción que tengo de que no quiero pecar más.

Depende del temperamento de cada uno, alguna persona puede arrepentirse en una confesión y quizás se le llenan los ojos de lágrimas, pero después hace dos pasos y está igual que antes, en el sentido que no cambió interiormente. Bueno, esta penitencia sin duda que es la más importante, sin duda que hay que apuntar a ésta, la primera, y que si no tenemos esa penitencia, bueno, si no nos arrepentimos de los pecados, no podemos entrar al Cielo.

Decía San Juan Pablo II, «la conversión exige la convicción del pecado»⁵. Santo Tomás va a decir, con esa claridad y sencillez que tiene —algunas veces— para explicar cosas tan profundas, «la santidad es de ir de este punto a este punto, del pecado a Dios».



Entonces me tengo que ir alejando del pecado y acercándome a Dios. Por eso acá (cerca del pecado) las tentaciones a veces son más fuertes que acá (cerca de Dios). Si yo no me arrepiento del pecado —Juan Pablo II otra vez: «la conversión exige la convicción del pecado». Si no me arrepiento de este punto (del pecado) no me voy a alejar de él. Me voy a alejar en la medida que me arrepienta, que me dé cuenta que es algo malo y en eso estamos.

Después va a decir, [82] *la externa o fruto de la primera*, ¿qué quiere decir esto?, que si yo realmente estoy arrepentido voy a hacer penitencia externa, porque es un fruto Si no hay ninguna penitencia externa lo más probable es que no esté arrepentido de verdad.

[82] *...es castigo de los pecados cometidos, y principalmente se toma en tres maneras.*

Va a explicar las tres maneras que se puede hacer la penitencia y después va a dar los motivos.

Antes, una cita que suelo mencionar siempre, de san Vicente de Paul, que me encanta.

El que tiene en poca estima las mortificaciones corporales (penitencia externa) so pretexto de que las interiores son mucho más perfectas («no, yo no ayuno, ¿una penitencia?, no, yo el arrepentimiento de mis pecados sí, eso sí, lo otro me da igual», el que piensa así...), muestra bien a las claras no ser mortificado ni interior ni exteriormente⁶. **(San Vicente de Paúl)**

Si tengo realmente arrepentimiento de mis pecados, fruto de eso sí o sí va a ser la penitencia externa. Verá cada uno cómo la puede hacer, el momento de la vida, etc., la aplicación después es otro cantar, pero no le voy a tener un desprecio a lo externo si lo interno es verdadero.

Y podemos decir también que la penitencia externa no solamente es fruto de la penitencia interna, sino también es acicate (estímulo), porque nos va ayudando. De hecho,

⁵ Encíclica sobre el Espíritu Santo *Dominun et vivificantem*, 31.

⁶ MEYNARD, *Vertus es doctrine spirituelle de S. Vicent de Paul* c. 23 (10ª ed. París, Teque, p.362). Citado en ROYO MARÍN, *Teología de la perfección cristiana*, BAC, p. 257.

el mismo san Ignacio va a decir que puedo hacer penitencia externa para pedir una gracia, puedo pedir la gracia de la penitencia interna si no la tengo. Hago un sacrificio porque no me veo totalmente arrepentido de mis pecados, así que son dos cosas que se retroalimentan.

Modernamente vivimos, decía un sacerdote amigo: somos unas amebas ahora, en el sentido de que todo es tan suavecito, nos duchamos un poquito más caliente, más frío, no tenemos que sufrir, no sufrir. Y la tecnología y el avance todo ayuda para eso, pero claro, si no nos damos cuenta que así no se puede vivir, en el sentido de que alguna penitencia hay que hacer, vamos mal.

... Si en algún tiempo alguno le persuadiere, sea prelado u otro cualquiera, alguna doctrina de anchura, aunque la confirme con milagros, no la crea ni abrace; sino más penitencia y más desasimiento de todas las cosas; y no busque a Cristo sin Cruz⁷. **(San Juan de la Cruz)**

Punto. San Juan de la Cruz, doctor de la Iglesia. Creo que no tengo que comentar nada.

Segundo, (san Juan de la Cruz también):

Quien a Dios busca, queriendo continuar con sus gustos, lo busca de noche; y de noche, no lo encontrará. Aquel en cambio que lo busca mediante las buenas obras y el ejercicio de la virtud, dejando el lecho de sus gustos y sus placeres, lo busca de día y entonces lo encuentra, porque lo que no se encuentra de noche, se descubre de día⁸. **(San Juan de la Cruz)**

Buscar a Dios entonces sin querer mortificarse en nada es buscarlo de noche.

Y aquí vamos a decir algunas cosas, pero también aclaro, ya lo dije al principio: ya es una penitencia esto: dedicar tiempo a las cosas de Dios y dejar de hacer otras cosas, y dejar lejos las distracciones y rezar un rato.

A lo que voy es que aquí no puedo [especificar para cada uno], por eso están las consultas que se pueden hacer [a los sacerdotes, en la página web], no sé tú caso, cada uno, porque cada uno es un mundo y el demonio también está ahí. Porque en algún caso puede ser que Dios me esté pidiendo hacer algo más y yo le diga que no simplemente por falta de generosidad y eso me quita gracias, y me puede hacer (no digo que sea sí o sí) que no termine el Ejercicio, porque una gracia trae otra. Si yo hubiera sido un poco más generoso con esto, con lo que vamos a comentar, me hubiera ayudado a hacer mejor la oración y todo.

Pero puede haber otro caso que no, que ya la vida pesada —en el sentido de cosas para hacer, el trabajo— ya hace un sacrificio muy grande para poder hacer esto y ya esto es lo que Dios le pide. Y si se carga con algo más, la carga no le ayude y termina dejando todo. Por eso están las consultas que son personales, y el discernimiento de cada uno.

Lo importante es entender el criterio, entender la idea y después, pidiéndole al Espíritu Santo, ser dócil, dócil. Y también ir probando, incluso san Ignacio lo va a decir más adelante, en la segunda semana, ir probando para ver qué resultado va dando esta penitencia o la otra.

⁷ SAN JUAN DE LA CRUZ, *Carta 24, al P. Luis de san Angelo, OCD*, en Andalucía Segovia, 1589-1590.

⁸ SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico Espiritual*, 3,1.

Primera manera: Del comer

[83] *La 1ª es cerca del comer, es a saber, quando quitamos lo superfluo no es penitencia, mas temperancia; penitencia es quando quitamos de lo conveniente, y quanto más y más mayor y mejor, sólo que no se corrompa el subiecto⁹, ni se siga enfermedad notable.*

Hay que entender que esto está dicho para los Ejercicios en retiro. Ahora estamos haciendo los Ejercicios en la vida cotidiana, entonces, claramente no se puede hacer mucho ayuno cuando uno está trabajando y demás. Pero estamos en Cuaresma, y quizás ya están ofreciendo alguna cosa, no comer dulce, o en alguna comida del día no comer postre, o fumar menos —no fumar, ¡qué mejor! — bueno, lo que se pueda, cada uno ve, cada uno lo aplica, pero sin duda que obviamente el ayuno siempre ha sido más que recomendable para el bien de la vida espiritual.

Estamos justamente en Cuaresma porque nuestro Señor Jesucristo se fue 40 días al desierto donde hizo ayuno, 40 días sin comer (**Mt 4, 1-11**). Bueno, entonces creo que no tengo que explicar mucho lo que es el ayuno.

Recordemos que la Iglesia nos pide al menos —dentro de lo que es la penitencia— los viernes no comer carne, se puede cambiar —en casi todos los países, en muchos países— por otras cosas, salvo los viernes de Cuaresma (cada país tiene sus variantes), pero algo de penitencia mínima nos pide la Iglesia: el Miércoles de ceniza ayuno y abstinencia, el Viernes Santo ayuno y abstinencia, pero es mínimo.

Cada uno lo adapta entonces, y sabiendo que, dentro de lo que puedo y lo que el Señor me pide, mientras más y más mayor y mejor, salvo que no me permita hacer lo que tengo que hacer o que no tenga fuerzas o que... Bueno, ser generosos entonces como han sido los santos.

San Juan Pablo II bajaba entre 8 y 10 kilos en cada Cuaresma, lo contamos alguna vez ya. En una ocasión, el cardenal Caffarra fue a comer con él, y las monjitas que le daban la comida (le hacían la comida al Papa), le dijeron a Caffarra que le dijera al Papa que comiera más, porque ellas veían que bajaba de peso, entonces el Papa Juan Pablo II comió un poquito y dejó el plato y Caffarra le dice «_Santidad coma más, la Iglesia necesita un Papa fuerte», el Papa golpea la mesa y dice, «_la Iglesia necesita un Papa santo, no un Papa fuerte...».

Se entiende que el Papa con lo que tenía que hacer hacía esa penitencia, bueno, repito, cada uno lo discierne, pero el tema es que hay que pensarlo, cada uno lo que pueda dar, hay mucho fruto, dice el Señor, «*algunos demonios no se van sino con ayuno y oración*» (**Mt 17, 21**). Ayuno y oración.

Segunda manera: Del dormir

Después, [84] *La 2ª: cerca del modo del dormir; y asimismo no es penitencia...* así como decíamos recién de la comida, no es penitencia no comer de más, es comer menos, sacarle al cuerpo lo que necesita, no todo, pero ya lo aclaramos un poco más, pero digo acá lo

⁹ no se corrompa el subiecto: no se haga gran daño la persona.

mismo: dormir de más no es penitencia, dormir justo es templanza, dormir de menos o incómodo es la penitencia, como comer de menos o comer no tan rico es la penitencia de lo recién dicho.

[84]...cerca del modo del dormir; y asimismo no es penitencia quitar lo superfluo de cosas delicadas o moles¹⁰, mas es penitencia quando en el modo se quita de lo conveniente, y quanto más y más mejor, sólo que no se corrompa el subiecto, ni se siga enfermedad notable, ni tampoco se quite del sueño conveniente, si forsan¹¹ no tiene hábito vicioso de dormir demasiado, para venir al medio.

Bueno, si yo tengo hábito vicioso de dormir de más, puedo a veces dormir un poco de menos para encontrar cuál es el justo medio que necesito.

Lo que estaba hablando aquí es sobre todo de no dormir tan cómodos, cada uno lo aplica, pero puede ser una aplicación interesante en este mundo en que vivimos, de levantarme cuando me tengo que levantar. A lo mejor eso no nos sale y es una gran penitencia para algunos que lo ponga en práctica. Y dices «Voy a hacer esta Cuaresma el esfuerzo de cumplir lo que me propongo». Además que puede tener que ver con los Ejercicios, porque puedo hacer el espacio de tiempo para hacerlo, puede ser una buena penitencia.

O quizás, a lo mejor hay padres o madres de familia con niños chicos, bueno ya tienen esa penitencia: tomarlo con más espíritu de mortificación, tomarlo con más alegría dentro de la cruz que eso es, ofrecerlo a Dios por la santidad de los hijos, ya esa penitencia que me toca unirla con la Cruz del Señor y ofrecerla por la santidad.

San Juan Pablo II, se cuenta en su causa de canonización:

Y a menudo pasaba la noche tumbado en el suelo. El ama de llave que tenía en Cracovia se dio cuenta de ello, pese a que el arzobispo deshacía la cama para disimular¹².

Arzobispo de Cracovia. En Salta, en Argentina también, le había preparado una mujer la cama con toda una cosa así —un adorno, no sé qué habrá sido— que era imposible que si él dormía en la cama pudiera hacer eso de nuevo (el adorno) y a la mañana siguiente estaba todo tal cual. O no durmió, rezó toda la noche o durmió postrado. San Juan Pablo II.

Todos los santos han sido penitentes, lo destaco a él porque en el tiempo es muy cercano y parecería que eso (las penitencias) lo hacían los santos de antes. Los santos son santos siempre.

Bueno, repito, cada uno verá.

¹⁰ muelles, agradables al sentido.

¹¹ quizás.

¹² SLAWOMIR ODER, *¿Por qué es Santo?*, Ediciones B, Barcelona, septiembre 2010, p. 172.

Tercera manera: Castigar la carne

[85] La 3ª: castigar la carne, es a saber: dándole dolor sensible, el qual se da trayendo cilicios o sogas o barras de hierro sobre las carnes, flagelándose o llagándose, y otras maneras de asperezas.

Bien, el dolor sensible de la carne también es algo que siempre ha existido. Esto también está en el libro del proceso sobre su beatificación:

Tal y como pudieron oír los miembros de su entorno tanto en Polonia como en el Vaticano, Karol Wojtyła se flagelaba. En su armario, en medio de las túnicas, tenía colgado un cinturón especial para pantalones que utilizaba como látigo y que se llevaba siempre a Castel Gandolfo. (...) *Completo en mi carne lo que falta a los padecimientos de Cristo, a favor de su Cuerpo, que es la Iglesia*, escribió San Pablo en la Carta a los Colosenses (1,24). K. W. convirtió estas palabras en un elemento clave de su testimonio de fe. Cuando sufría mucho, por ejemplo, en las fases postoperatorias, solía decir: «Hay que reparar todo lo que tuvo que sufrir el Señor Jesús». Lo mismo repetía en las horas extremas de su enfermedad, cuando tenía sed y no se le podía dar de beber.¹³

«Hay que reparar todo lo que tuvo que sufrir el Señor Jesús».

Bueno, y acá también cada uno verá, repito, los santos han tenido mucha iniciativa, mucha creatividad. Los santos y otros también, aquel que, bueno, una piedrita en el zapato, etc... San Luis Guanella que llevaba un portafolio, no sé cómo se llama en cada país esto, pero un bolsito en la mano tipo médico —si se quiere— bueno, cuando se murió vieron que tenía piedras adentro, mortificación.

Y después la vida moderna también tiene muchas mortificaciones en el sentido de que, sacrificio es: 2 horas para ir a trabajar, 1 hora para volver, bueno. Hay mortificaciones que ya están dadas y a veces no las aprovechamos, nos quejamos, bueno, cada uno ve. Pero hay que tomar el espíritu de esto y mortificarnos.

Entrar por la puerta estrecha; porque ancha es la entrada y espacioso el camino que lleva a la perdición, y son muchos los que entran por ella. (Mt 7,13)

NOTAS:

Dirá san Ignacio, hablando de los motivos por los cuales hacemos penitencia:

1ª nota:

[87] La primera nota es que las penitencias externas principalmente se hacen por tres efectos: el primero, por satisfacción de los peccados passados.

¿Qué quiere decir esto? cada pecado tiene la culpa y la pena (o el reato de pena). La culpa el Señor la perdona en la confesión, como si no hubiera pasado nada —todo lo que es la misericordia, ya hablaremos de eso— pero la pena, o el reato de pena, es aquello que uno tiene que devolver a la justicia divina, que reparar. Una persona aquí en el mundo hace un delito grave, un asesinato, y después dice: «¡Ay no!, me arrepentí, perdón sociedad, perdón, me voy a portar bien». ¡No!, tiene que ir a la cárcel, tiene que reparar. Tenemos que

¹³ Ibid., p. 173.

reordenar ese desorden tan grande que hizo, por los familiares que perjudicó, etc. aunque lo perdonen incluso.

Ahora, para con Dios hay algo que reparar a la justicia divina. O también, si nos ayuda a pensarlo, hay que reparar el Corazón de Jesús ofendido. Si ofendo a alguien voy a hacer algo para mostrarle más amor, porque yo lo ofendí, no voy a decir perdón nada más, voy a mostrar el perdón con algún sacrificio, porque quiero mostrar que estoy arrepentido, así funciona. Y creo que todos tenemos la psicología suficiente como para poder entender eso, porque así lo hacemos.

Entonces, reparar. Eso se hace en esta vida con: penitencia (justamente acá estamos, cualquier mortificación, cualquier dolor, etcétera), caridad (misericordia, limosna, etcétera) y oración, (lo que estamos haciendo en cuaresma). Y si no, una indulgencia plenaria —que también se gana haciendo Ejercicios— si no, el purgatorio.

Otra manera de entender esto —que tiene un poquito más que ver con lo que sigue, pero que va dentro de lo mismo— es que cuando pecamos nos aficionamos, nos abalanzamos, nos abrazamos con cualquier criatura, incluso con nuestro ego si se quiere y después, el Señor nos perdona y nos justifica y nos santifica, con la confesión, etcétera, sin embargo, queda esa inclinación que hay que volver a ubicar en su lugar, y eso también hace la penitencia. Eso es parte entonces de la purificación.

2ª nota:

[87] 2º por vencer a sí mismo, es a saber, para que la sensualidad obedezca a la razón, y todas partes inferiores estén más sujetas a las superiores.

Va unido con lo que decíamos recién. Que la sensualidad (sensibilidad) obedezca a la razón. Si yo me estoy por caer a un precipicio, estoy siempre al borde... ¡que me caigo! No, freno. Bueno, pero si un día freno 10 metros antes va a ser más difícil que me caiga ¿por qué? porque estoy 10 metros antes. A lo mejor un día me voy a pasar y voy a estar 5 metros antes. Entonces, si yo logro privarme de las cosas lícitas, va a ser mucho más fácil que me prive también de las ilícitas y eso se puede comprobar de una manera muy sencilla. Si una persona un día hace ayuno de una cosa lícita, es decir, no come algo o come menos, es muy difícil que tenga la tentación de la carne. Por ejemplo, la naturaleza va a decir: «hola tengo hambre», no voy a pedir nada desordenado. Bueno y así con cualquier otra cosa.

Entonces, hay que entender esto para poder terminar de ordenarnos y ser generosos así con el Señor.

El Catecismo de la Iglesia Católica, hablando de la castidad —pero se aplica a todas las pasiones— afirma:

La alternativa es clara: o el hombre controla sus pasiones y obtiene la paz, o se deja dominar por ellas y se hace desgraciado (cf. Si 1,22¹⁴). **(CEC 2339)**

Entonces, si nosotros no controlamos las pasiones no tendremos la paz. «Si quieres la paz prepárate para la guerra», la guerra sobre todo contra las pasiones, si nó seremos

¹⁴ «No puede justificarse la pasión del injusto, que el impulso de su pasión le hace caer».

desgraciados, seremos esclavos. El Señor nos quiere libres, ¡claro que nos quiere libres!, pero esa libertad nos llega si nosotros, con su gracia, somos capaces de combatir contra el desorden que tenemos, como han hecho los santos.

Todos los santos han sido penitentes, todos los santos. San Ignacio aquí en Manresa hacía unas penitencias..., se le llama el penitente de Manresa. También tuvo vida mística, una cosa no quita la otra.

Por último, para [87] *llorar mucho sobre ellos* (los pecados) *o sobre las penas y dolores que Cristo nuestro Señor pasaba en su pasión, o por solución de alguna dubitación¹⁵ en que la persona se halla.*

Entonces claro, tener presente como decíamos, que esta penitencia externa puede ayudarnos en la interna. Si no consigo ese arrepentimiento puedo justamente ofrecer alguna penitencia para que el Señor me lo conceda. Esto es importante también entender, no es lo mismo pedirle a Dios que, además de pedirle, ofrecer un sacrificio por eso. Tiene un valor muy grande, estoy agregándole a la petición una fuerza importante. Ser generoso con el Señor, que nunca podremos ganarle a Él en generosidad.

3ª nota:

[89] ...quando la persona que se exercita aún no halla lo que desea, así como lágrimas, consolaciones, etc., muchas veces aprovecha hacer mudanza en el comer, en el dormir y en otros modos de hacer penitencia; de manera que nos mudemos haciendo dos o tres días penitencia, y otros dos o tres no; porque a algunos conviene hacer más penitencia y a otros menos; y también porque muchas veces dexamos de hacer penitencia por el amor sensual y por juicio erróneo, que el subiecto humano no podrá tolerar sin notable enfermedad; y algunas veces, por el contrario, hacemos demasiado, pensando que el cuerpo pueda tolerar; y como Dios nuestro Señor en infinito conoce mejor nuestra natura, muchas veces en las tales mudanzas da a sentir a cada uno lo que le conviene.

Interesante ¿no?, lo que busca san Ignacio es hacer la voluntad de Dios, que estemos dispuestos a recibir sus gracias, etcétera. Y ¿quién conoce más nuestra naturaleza que Él? Nadie. A veces, si no estoy obteniendo con lo que estoy haciendo lo que quiero, hago algunos cambios para que el Señor me vaya mostrando con esos cambios —con mucha generosidad de mi parte pero con mucha indiferencia, lo que quiera Él— qué me conviene.

4ª nota:

[90] El examen particular se haga para quitar defectos y negligencias sobre ejercicios y addiciones; y así en la 2ª, 3ª y 4ª semana.

El examen particular (todavía no lo hemos visto, pero bueno), sobre todo en el examen de la noche que estamos ofreciendo que va junto con los Ejercicios, preguntarnos si lo que cada uno se ha propuesto hacer —aplicando esto un poco cada uno con mucha libertad— lo estoy haciendo o no, porque de eso depende también los frutos de los Ejercicios. Por eso san Ignacio me llama a hacer el examen. Si nó no me llamaría a hacer el examen de eso.

¹⁵ duda.

Y en todos los Ejercicios de mes en retiro, es examinarme sobre cómo estoy haciendo los Ejercicios y las adiciones también.

Va a decir, en el número [130], que hay que seguir estas adiciones con mucho cuidado. Está todo pensado por el Espíritu Santo y transmitido por san Ignacio, pero tenemos que ponerle ese cuidado, por algo el santo recomienda esto. Bueno, y yo ya lo discerní y lo apliqué a mi vida, a esta Cuaresma, en este tiempo de Ejercicio, y lo voy a hacer de esta manera. Bueno, eso ya lo discerní. ¡Darle importancia!, porque por algo san Ignacio lo recomienda, y por algo yo vi que en concreto podía llevarla adelante así.

Lo que va a buscar también san Ignacio en los Ejercicios, con esto de la penitencia y en general con las cosas que vendrán, es lo que dice el Padre Casanovas hermosamente:

La vida y la doctrina espiritual de san Ignacio pueden muy bien condensarse en esta fórmula que encierra los dos elementos contenidos en el fin de los Ejercicios y en el de las Elecciones: **continua mortificación para llegar a la continua unión con la voluntad de Dios.** (Casanovas)

[130] *Ejercicios Espirituales para vencer a mí mismo*, vencer las afecciones desordenadas, eso es mortificación, eso de algún modo es penitencia en sentido un poco amplio de lo que venimos diciendo: si no logramos mortificarnos en un dulce —por así decirlo— mucho más difícil será mortificarnos en una cosa interior, en un afecto. Entonces una cosa va unida a la otra y hay que lograr esa mortificación continua para poder hacer la voluntad de Dios.

San Ignacio, cuando le decían «éste realmente es un hombre de mucha oración», él decía, «¡mucha mortificación!» ¿por qué? ¿tenía algo en contra de la oración él? ¡Faltaba más!, no, simplemente que él hacía mucho hincapié de que la oración sin la mortificación lleva a la ilusión. Estamos diciendo mortificar en el sentido de lograr vencer. No solamente la penitencia, repito, hay muchas otras cosas que hay que vencer para hacer la voluntad de Dios y mucho más difíciles. Si no logro mortificarme y sigo mis gustos no puedo hacer la voluntad de Dios. «*Si alguno quiere ser mi discípulo que se niegue a sí mismo que tome su cruz y me siga*» (Mt 16, 24), dice el Señor.

Una vez el padre Nadal, que vino aquí (a España) como un visitador de parte de san Ignacio —cuando san Ignacio ya estaba en Italia, en Roma, ya era el Superior General— el padre Nadal viene aquí a España. Tenían los exámenes (general y particular) los Jesuitas, pero era una hora de oración, (de meditación) por día y había otras órdenes que tenían más. Y volvió, de parte de los españoles y él unido a eso, con esa idea de que había que hacer más oraciones. A san Ignacio no le gustó mucho y lo reprendió, dice el Padre Luis González de Cámara que es el que lo cuenta, lo reprendió duro y ahí le aclaró dice, «para un hombre mortificado, 15 minutos de oración son suficientes para encontrar a Dios».

No quiere decir que tenemos que rezar poco nosotros, quiere decir que hay que mortificarse, quiere decir que hay que aprender a unir la mortificación a la oración y la oración a la mortificación, las dos cosas. Si rezo y no me mortifico nunca he de decir que muero a mí mismo, la cosa es que hay que morir, hay que morir para vivir, lo dice San Pablo (cfr. Flp 1, 21). Muy importante entonces.

Y después el Padre Luis González de Cámara, que contaba esta misma anécdota, comenta que justamente decía san Ignacio que de 100 personas que hacen oración, 90 —y él (el padre Luis González) aclara: “no me acuerdo si era 99”— son ilusas, ¿por qué? porque **piensan que están haciendo vida de oración de verdad y no se están mortificando en nada y así no se sigue a Jesús**. Y si bien esto puede sonar exagerado o triste —yo estoy repitiendo cosas de gente que sabe mucho más— no, los santos han sido muy felices, mucho más que nosotros, y han sido muy mortificados.

Mortificados no significa no comer nada, significa hacer la voluntad de Dios y para eso hay que morir a ciertas cosas.

Esto de la penitencia es una parte, pero aprendamos, entonces, a ir con generosidad y sepamos que si escuchan por ahí o les presentan alguna vida de san Ignacio que dice que aquí en Manresa él hizo mucha mortificación, mucha penitencia y después la dejó... no, eso no es cierto. Lo ponen acá en el libro de los Ejercicios y después en la vida de él, no es cierto, no está así, él aquí tuvo un ataque de escrúpulo muy grande, como ya vimos, eso fue lo que cambió, se le fue y ya está, pero la mortificación no la dejó.

Es cierto que a él se le fue un poco la mano, él lo reconoce, y después dice «las picardías de juventud», y justamente después él acá lo pone moderado, cada uno que vea cuanto conviene, como acabamos de leer. Incluso tiene una carta que le escribe a san Francisco de Borja donde le dice que rece menos y que haga menos penitencia ¿por qué? porque no le convenía en ese momento hacerlo.

Así que Ignacio es la moderación, y a él se le fue un poco la mano, pero que se le haya ido un poco la mano acá no quiere decir que no hizo más penitencia, ni que tampoco lo recomiende para nadie, que es un poco como lo presentan: «No, después acá él empezó a ver a Dios en todas las cosas y se acabó con la penitencia» (dicen más o menos así). No, ese no es san Ignacio, doy fe de que eso es un error.

Así que con generosidad tratar de «poner el ojo» y saber que en definitiva lo que Dios quiere es que seamos santos. Esto no es la santidad, la mortificación es parte de quitar los obstáculos que me impiden hacer lo que Dios quiera. Y también como no, por supuesto, ofrecer por los demás, por los que están haciendo Ejercicios, muchos están luchando si siguen, si no siguen, si esto, lo otro... penitencia, ser almas reparadoras, ser almas que ayuden a los otros a salvarse.

El ángel en Fátima ha pedido «¡penitencia, penitencia!». Hagamos sacrificios por los pecadores, por nuestros pecados primero también, por supuesto, pero también por los de todo el mundo. Seamos solidarios con los demás y sepamos que una manera hermosísima de hacerlo es esto: ofrecer penitencias al Señor.

No ha habido santo que no haya sido penitente, no lo van a encontrar jamás. Santa Teresita de niño Jesús es cierto que no podía ofrecer grandes penitencias por su salud y demás pero, por ejemplo, no apoyaba la espalda en el respaldar de la silla donde estaba sentada para ofrecer una penitencia. Uno dice, ¿y eso es una gran cosa? lo que ella podía hacer lo hacía o cuando estaba enferma iba al patio a caminar y le decían, ¿por qué estás caminando? estás enferma, «camino para que un misionero camine».

Y cuando viene un párroco y le dice al santo cura de Ars que no consigue que se convierta nadie en su parroquia, y que ha hecho todo por ello y el santo Cura de Ars le responde, «¿has hecho todo? Pero, ¿has rezado por ellos? ¿Has gemido? ¿Has llorado? ¿Te has flagelado? ¿Has dormido en el suelo?... mientras no hagas esas cosas no pienses que has hecho todo».

Bueno, no hagamos una idea de los santos que no son, después lo aplicamos a cada uno por supuesto, con mucha generosidad y descubriendo, sobre todo, lo que Dios tiene para ofrecernos detrás de esto.

Tiene mucho para ofrecer, mucho más de lo que nosotros podemos imaginar y a veces por no ser generosos en una cosita... Estamos atados a las criaturas, es una buena oportunidad para desatarme de algo. ¿Hay algo que yo pueda decir, «sin esto no puedo vivir»? Si hay algo así es que estoy atado a eso, tengo que lograr desatarme. No puede ser que haya algo sin lo cual no pueda vivir, tengo que desatarme de las criaturas para volar al Creador.

Esa es la idea y eso es lo que le pedimos a san Ignacio y a María Santísima. Quizás podría ser bueno entonces dedicar lo que queda para la hora, si pueden ahora o en otro momento, pensar entonces ¿qué le puedo ofrecer a Dios?, si no lo he pensado ya, porque la Cuaresma es un tiempo que uno realmente se plantea eso, ¿qué le puedo ofrecer a Dios para acompañarlo en este desierto?, para sacar frutos, para todo lo que ya dijimos, que en definitiva una y otra vez lo diremos sin cansarnos: Dios devuelve el ciento por uno y si nos pide algo de sacrificio no es más que por nuestro bien.

En manos del Señor estamos, en manos de nuestra Madre del Cielo. Adelante entonces, no bajar los brazos, día por día mantengámonos firmes que el Señor nos quiere santos. Nó solamente buenos, nó solamente que dejemos el pecado: quiere la santidad, la unión mística —íntima— de nuestra alma con la divinidad, con Dios mismo, por el amor. Pero no lo podremos hacer mientras estemos apegados a las cosas de la Tierra.

De eso se trata entonces, queridos hermanos, a seguir adelante, día por día hasta la próxima, si Dios quiere.

Recordemos que esto está en la página ejerciciosespirituales.org, que hay también para hacer consultas y demás tienen que entrar y registrarse, desde donde lo estén viendo o escuchando pueden ir ahí, somos un grupo nutrido de sacerdotes. Si alguno se quiere sumar para ayudarnos también se puede, a ayudar a las almas a acercarlas al Señor.

¡Ave María y adelante!