

DE LA CONVERSIÓN A LA SANTIDAD

Teología de la perfección cristiana

NUESTROS ENEMIGOS: 3.2.3- Huir de los sufrimientos:

El horror instintivo al dolor como obstáculo para la santidad

Así como dijimos que el placer puede ser causa de condenación eterna por los pecados que tienen que ver con la carne, ahora nos referiremos, como parte de la lucha contra la carne, el dejar fluir ese instinto de no querer sufrir.

«Only those who cease to love ever flee from the Cross».

«Sólo los que dejan de amar huyen de la Cruz»¹.

Hay una gran relación entre el sufrimiento y la Cruz.

Ahora veremos **el horror al dolor**. Vamos a tratar de enfocar el tema de manera que nos quede claro qué es el dolor, que no está mal sentirlo, y a veces tampoco está mal escapar al dolor, pero hay que tratar de verlo con una visión sobrenatural.

«Representa, sin embargo, **el mayor y más terrible impedimento contra nuestra propia santificación**. La inmensa mayoría de las almas que se van quedando en el camino dejan de llegar a la cumbre por no haber logrado dominar el horror al sufrimiento»².

Son palabras muy claras que tenemos que meditar. Tenemos que superar ese horror al sufrimiento.

Por eso, como decía Santa Teresa, hay que tener:

«Una grande y muy determinada determinación de no parar hasta llegar a ella [a la santidad], venga lo que viniere, suceda lo que sucediere, trabájese lo que se trabajare, murmure quien murmurare, siquiera llegue allá, siquiera se muera en el camino»³.

Intentarlo siempre. Con la gracia de Dios vamos a poder.

«Una grande y muy determinada determinación»: eso es lo que nos va a hacer enfrentar los sufrimientos con ese espíritu sobrenatural.

1- QUÉ ES EL DOLOR Y QUÉ ES LA TRISTEZA:

Son dos aprehensiones, dos dolores:

Dolor: nace del sentido exterior (la muela, la herida, el frío)

¹ FULTON J. SHEEN, *The Rainbow of Sorrow*, p. 46¹.

² ROYO MARÍN, *Teología de la perfección cristiana*, n. 230.

³ SANTA TERESA DE JESÚS, *Camino de perfección* 21,2. Citado por ROYO MARÍN, *Teología de la perfección cristiana*, n. 230, nota 1.

La tristeza: nace del interior (la pérdida de un ser querido, el miedo, la humillación). Es una especie de dolor, pero la tristeza es más fuerte que el dolor físico, porque el sentido exterior sólo percibe lo presente, pero la razón percibe el pasado, presente y futuro.

La parte animal sólo percibe lo que le pasa aquí y ahora, pero nosotros, por ser animales racionales con más capacidades, tenemos la “capacidad” de sufrir lo que pasó y lo que tenemos que pase.

Por eso Santo Tomás va a terminar diciendo por qué el sufrimiento interior (la tristeza) es más difícil de llevar que el sufrimiento exterior:

«Señal de ello es que uno acepta voluntariamente dolores exteriores para evitar el dolor interior».⁴

Para poner un ejemplo más evidente: el dolor interior más fuerte que podemos tener es la muerte, por eso nos sometemos a dolores físicos (una operación o lo que sea) por superar ese dolor interior, que sería mucho mayor.

La falta de contención familiar hoy en día tiene como consecuencia a los jóvenes que se cortan. Antes no había eso. ¿Y por qué se cortan? Uno de los motivos es porque ese dolor físico es una liberación interior de otro dolor más profundo. La angustia interior que tienen es tan fuerte que, sintiendo un dolor exterior, aminoran ese dolor interior. Es lo que dice Santo Tomás, pero desviado grandemente por un problema psicológico.

Si el dolor interior es el peor, entonces la batalla espiritual no se juega principalmente en el cuerpo. Se juega en la cabeza y en el corazón.

Algunas personas se escandalizan por alguna penitencia, algún ayuno, algún cilicio, alguna disciplina... sabemos que en el fondo eso es un juego de niños comparado con los dolores interiores, que tenemos que saber gestionar.

Algunos hay que evadirlos, por ejemplo, el dolor interior, la tristeza que nos quiere provocar el demonio para apartarnos de la vida espiritual.

Y aquí está el secreto de los mártires, según dirá Santo Tomás:

«en cuanto el dolor exterior no repugna al apetito interior, se hace en cierto modo deleitable y agradable por el gozo interior».⁵

Hay un gozo interior tan grande, que es fruto del Espíritu Santo, que ese gozo interior puede superar grandemente el exterior. Por eso no sabemos si el milagro de San Lorenzo era no sentir dolor, o que el gozo interior era tan grande que el dolor exterior había dejado de ser significativo para él.

⁴ S. TH., I-II q. 35 a. 7 co.: «Por tanto, hablando absolutamente y de suyo, el dolor interior es mayor que el dolor exterior. Señal de ello es que uno acepta voluntariamente dolores exteriores para evitar el dolor interior». — *“Unde simpliciter et per se loquendo, dolor interior potior est quam dolor exterior. Cuius signum est, quod etiam dolores exteriores aliquis voluntarie suscipit, ut evitet interiorem dolorem.”*

⁵ *Ibid.*: «Y en cuanto el dolor exterior no repugna al apetito interior, se hace en cierto modo deleitable y agradable por el gozo interior». — *“Et in quantum non repugnat dolor exterior interiori appetitui, fit quodammodo delectabilis et iucundus interiori gaudio.”*

Lo que el dolor le hace al alma

Vimos lo que es la esencia del dolor, vamos a ver qué produce en el alma esa tristeza de la cual huimos, por eso vamos a decir que hay algunos dolores que hay que tratar de evitar. Parecería que tendríamos que decir “si el horror instintivo al dolor, al sufrimiento, es una causa que yo me santifique, tengo que encarar con fuerza todos los dolores” pero no es así. Algunos dolores nó. Por ejemplo, en el caso de que el demonio quiera entristecernos yo tengo que luchar contra la tristeza. Hay muchas tristezas que hay que evitar. Es difícil y mortificante luchar contra la tristeza, es más fácil dejarse llevar. Hay que luchar contra la carne, luchar por no estar triste.

En la cuestión 37 Santo Tomás nos va a decir:

1. **Quita la facultad de aprender** (a. 1). El que está sufriendo no puede estudiar. No es que no quiera: no puede.
2. **Apesadumbra el alma** (a. 2) — *aggravatio animi*, la agrava, la pone pesada.
3. **Debilita toda operación** (a. 3). Todo es más difícil cuando estamos tristes. Tanto la tristeza como el miedo son las pasiones que más cumplen la definición de pasión, en cuanto que son las que más se padecen. Por ejemplo, el apetito sexual o los placeres son movimientos hacia afuera, pero de algún modo van con nuestro ímpetu vital. En cambio, la tristeza y el miedo van en contra de nuestro ímpetu vital, nos aprisiona, nos tira abajo, nos disminuye, por eso las padezco en un sentido más propio.
4. **Daña al cuerpo más que ninguna otra pasión del alma** (a. 4). (melancolía o manía)

O sea: el hombre que está sufriendo mucho **está disminuido (misericordia)**. La persona no puede hacer lo que generalmente puede hacer. Para una persona que está en ese estado: misericordia. Tratar de hacer todo lo posible para entenderlo.

Y también entender cuando nos pasa a nosotros. Cuando estamos en esa situación no asustarnos, no ser tan exigentes con nosotros mismos, “estoy en un momento complicado, ya va a pasar”, tengo que hacer lo que me toca, pero también aplicar la misericordia con nosotros mismos.

2. HUIR DEL DOLOR NO ES MALO.

Es natural. Y Cristo lo hizo.

Santo Tomás va a decir justamente que cuando una persona se entristece interiormente, o le duele algo eso es una bondad, porque quiere decir que su naturaleza funciona bien.

El no entristecerse ni dolerse no podría ser sino, o porque no lo siente, o porque no lo juzga contrario a sí; **y ambas cosas son manifiestamente malas.**⁶

⁶ S. TH., I-II q. 39 a. 1 co.: «Supuesto algo que entristece o que duele, pertenece a la bondad que uno se entristezca o se duela del mal presente. Porque el no entristecerse ni dolerse no podría ser sino porque no lo siente, o porque no lo juzga contrario a sí; y ambas cosas son manifiestamente malas». — “Supposito aliquo contristabili vel doloroso, ad bonitatem pertinet quod aliquis de malo praesenti tristetur vel doleat. Quod enim non tristaretur vel

Es malo no sentir tristeza y dolor en las cosas que debería.

El dolor no es el peor mal

La tristeza puede ser buena y hasta útil. Por ejemplo, entristecerme con alguien que está triste es parte de la caridad, o la tristeza que me hace huir del pecado: me pone triste haber pecado. Eso es parte del arrepentimiento. Y no es una tristeza que paraliza, al contrario. Es una tristeza santa: me pone triste lo que hice, pero a su vez me da fuerza para no hacerlo más en el mismo movimiento.

Dice San Pablo: *«me alegro, no porque os hayáis entristecido, sino porque os habéis entristecido para arrepentimiento»*. (2 Co 7,9)

Entonces el dolor no es el sumo mal del hombre.

Y el artículo 4 Santo Tomás se lo pregunta: **¿es el dolor corporal el sumo mal del hombre?** Y responde: No. Imposible. Porque hay algo peor: *«no juzgar malo lo que verdaderamente es malo, o no rechazarlo»*.⁷

Por eso dice Isaías «Maldito aquél que llama al bien mal y al mal bien».

Es mucho peor que sufrir, es mucho peor que el dolor.

Por eso ¡qué importante es discernir bien!

Y el mundo entero hoy en día se presenta como bueno lo que es malo, por ejemplo, el aborto, o el ateísmo, o el placer desordenado. Por eso hay que mantenerse, con la gracia de Dios, en ese sentido fuera de nuestro tiempo.

Un ejemplo concreto es el ejemplo de Nuestro Señor Jesucristo:

Cristo en Getsemaní

Dice Santo Tomás que hubo en Él verdadera tristeza y verdadero temor.

Su dolor fue el mayor que se puede pasar en esta vida, tanto físico como emocional. Además de tener clavos en los lugares más sensibles del cuerpo, morir asfixiado, después de ser azotado, lo habían dejado solo, además tenía una tristeza interior que es cargar con los pecados de toda la humanidad.

Ante semejante dolor ¿qué hace el Señor?:

«Padre, si es posible, que pase de mí este cáliz».

Por eso, pedir que pase un cáliz en nuestra vida no es malo, porque somos humanos. Sabemos que el Señor toda su vida deseó la Pasión por el Amor que le tenía al Padre, pero

non doleret, non posset esse nisi quia vel non sentiret, vel quia non reputaret sibi repugnans, et utrumque istorum est malum manifeste.”

⁷ S. Th., I-II q. 39 a. 4 co.: «El dolor o la tristeza que versa sobre un mal verdadero no puede ser el sumo mal, pues hay algo peor que él: o no juzgar malo lo que verdaderamente es malo, o no rechazarlo». — “*Dolor autem seu tristitia quae est de vere malo, non potest esse summum malum, est enim aliquid eo peius, scilicet vel non iudicare esse malum illud quod vere est malum, vel etiam non refutare illud.*”

aquí mostró claramente esto tan humano que es el rechazo al dolor. No se queda ahí, pero pidió al Padre que lo apartara de sí. **Pedirlo no es imperfección.**

Aunque lo cristiano, lo sobrenatural, es lo que añadió después:

«pero no se haga mi voluntad, sino la tuya».

Ahí las cosas cambian, porque es bueno, es normal, es humano sentir rechazo al dolor y en un dolor muy grande pedir a Dios Padre que me lo quite –Dios es mi Padre y me escucha y me entiende perfectamente– pero si me quedo ahí y reniego de Dios ya no está bien. En cambio, si sigue lo que hizo el Señor eso es cristiano, es sobrenatural poder decir *«que no se haga mi voluntad sino la tuya»*.

3. ENTONCES, ¿DÓNDE EMPIEZA EL PROBLEMA?

Si sentir el dolor es sano, si huir de él es natural, si hasta Cristo pidió que pasara el cáliz, ¿dónde está el pecado?

Santo Tomás tiene dos palabras para esto:

Molice y delicadeza

Y define así molice:

«Se llama blando lo que cede con facilidad al que lo toca.

no se juzga blando algo por ceder al que lo empuja con fuerza, pues también las paredes ceden a la máquina de guerra»⁸.

Entonces el vicio de la molice va a ser cuando la persona, ante un mal pequeño, cede y no cumple lo que tiene que cumplir. No afronta una cruz pequeña.

Si hablamos de una cruz grande uno puede pedir a Dios que la quite, pero si ante cualquier crucesita chiquita ya cedo a lo que me toca, estoy en este acto vicioso que es la molice.

Dice Santo Tomás:

«Propiamente se llama blando el que se aparta del bien por las tristezas causadas por la falta de placeres, como cediendo a un motor débil»⁹.

Tenemos que ser con nosotros mismos sinceros. Éste placer que me atrae, si yo no doy el gusto a la naturaleza me causa tristeza. Bueno, si... se ofrece esa tristeza, no pasa nada. Justamente ahí hay que no tener horror a la tristeza.

⁸ S. TH., II-II q. 138 a. 1 co.: «Y esto pertenece a la razón de molice, pues se llama blando lo que cede con facilidad al que lo toca. Pero no se juzga que algo sea blando por ceder al que empuja con fuerza, pues también las paredes ceden a la máquina de guerra». — *“Et hoc pertinet ad rationem molitiei, nam molle dicitur quod facile cedit tangenti. Non autem iudicatur aliquid molle ex hoc quod cedit fortiter impellenti, nam et parietes cedunt machinae percutienti.”*

⁹ Ibid.: Cedens debili moventi. Cediendo a un empujón flojo.— *«Proprie mollis dicitur qui recedit a bono propter tristitias causatas ex defectu delectationum, quasi cedens debili moventi».*

Pero hay cosas que me causan poquita tristeza, poquito malestar y ya cedo. Ante lo que cedo porque me causa tristeza porque es un placer que no me puedo dar, por ejemplo:

Un empujoncito, no el ariete

- dejar el móvil (celular). Usarlo sólo un rato me causa tristeza, porque dejo de tener un placer que ni siquiera es ilícito. Eso es molicie. Tengo la voluntad muy débil.
- no levantarme a la hora que me propuse porque la cama está caliente.
- no ir a misa porque llueve.
- dejar el rosario a la mitad porque tengo sueño.
- saltarme el ayuno del viernes porque justo me invitaron a comer. Obviamente hay veces que uno lo hace por caridad y está bien, pero si es una persona conocida se le puede decir “no, estoy ayunando, me hice un propósito etc.” y no decir simplemente “y bueh... ya está, me invitaron...”.

Ninguna de esas cosas es un ariete. Todas son un empujoncito. Y todos cedemos.

Y hay un hermano menor de la molicie que Santo Tomás también nombra: la **delicadeza** (*deliciae*), y cita el Deuteronomio:

«la mujer tierna y delicada, que no podía andar sobre la tierra ni posar la planta del pie, por su molicie». (Dt 28,56)¹⁰

Delicados: los que no pueden soportar ningún trabajo.

Lamentablemente nosotros los adultos, si no hacemos lo contrario y nos dejamos llevar por la sociedad en que vivimos, estamos fabricando una sociedad de cristal. Los niños y jóvenes no tienen capacidad de frustración de nada. Si se portan mal en el colegio los padres los defienden, ni siquiera se les deja tocar la tierra porque se ensucian, entonces ni el cuerpo recibe ninguna cosa contraria para fortalecer su sistema inmune, y eso hace que después, ante un sufrimiento verdadero no tengan la capacidad de resistir. Y repito, en algunos casos llegan hasta lo más grave que se cortan. Por eso hay que enseñar a los jóvenes, empezando por los niños que en la vida hay que sufrir, hay cosas que hay que enfrentar. No es amar de verdad evitar a nuestros hijos todo sufrimiento. Eso no es amar de verdad. Amar de verdad es evitar los sufrimientos que sí hay que evitarles, pero los que hay que pasar hay que enseñarles a sufrir para crecer en fortaleza.

Entonces eso es la molicie, y la molicie más extrema es la delicadeza que no puede soportar ningún trabajo. Nada se puede hacer que cause sufrimiento.

¹⁰ S. TH., II-II q. 138 a. 1 ad 2: «Se llaman delicados los que no pueden soportar ningún trabajo ni nada que disminuya el placer; de donde se dice en Dt 28: “la mujer tierna y delicada, que no podía andar sobre la tierra ni posar la planta del pie, por su molicie”. Y por eso la delicadeza es una cierta molicie». — “*Deliciosi autem dicuntur qui non possunt sustinere aliquos labores, nec aliquid quod voluptatem diminuat, unde dicitur Deut. XXVIII, ‘tenera mulier et delicata, quae super terram ingredi non valebat, nec pedis vestigium figere, propter mollitiem’. Et ideo delicia quaedam mollities est.*” Sobre las dos causas de la molicie —la costumbre y la disposición natural—, cf. *ibid.* ad 1.

Pusilanimidad

«el pusilánime queda por debajo de la proporción de su potencia, cuando rehúsa tender a aquello que está a la medida de su capacidad».¹¹

Dice Santo Tomás: todo lo que va en contra de la naturaleza es desordenado. Entonces puedo excederme en la confianza en mis fuerzas, y por presunción hacer cosas que no me tocan. Eso es el vicio por exceso. Ahora el vicio por defecto es la pusilanimidad: lo podría hacer, pero no lo hago.

El Señor pone el ejemplo de la parábola de los talentos.

El siervo que enterró el talento ¿por qué lo enterró? Santo Tomás lo dice con dos palabras: *propter quendam pusillanimitatis timorem*, «por cierto temor de pusilanimidad».

Y fue castigado.

No es que no podía.

Es que no averiguó si podía.

No robó. No malgastó. No hizo nada malo. Simplemente no hizo lo que podía hacer, porque tuvo miedo, por pusilánime, por no medir las fuerzas que tenía para enfrentar eso, por no arriesgarse lo que prudentemente uno se puede arriesgar. Y el Evangelio lo llama siervo malo y perezoso.

Por eso cuidado con los pecados de omisión.

Santo Tomás dice que no se pone, por pereza, a considerar la capacidad que tiene para hacer algo. Y agreguémosle la capacidad que nos da Dios si nos pide algo, la fuerza que viene de Él.

En el artículo 2, Santo Tomás dice a qué virtud se opone la pusilanimidad: a la **magnanimidad**. Y describe la causa: por parte del entendimiento, “la ignorancia de la propia condición”; por parte del apetito, “el temor de fallar en aquellas cosas que falsamente estima que exceden su capacidad”. Y añade un detalle importante: esa ignorancia no viene de estupidez, sino “de la pereza de considerar la propia condición”¹².

¹¹ S. TH., II-II q. 133 a. 1 co.: «Así como por la presunción alguien excede la proporción de su potencia, al intentar cosas mayores de las que puede, así también el pusilánime queda por debajo de la proporción de su potencia, cuando rehúsa tender a aquello que está a la medida de su capacidad. Y por eso, así como la presunción es pecado, también lo es la pusilanimidad. Y de ahí que el siervo que enterró en tierra el dinero recibido de su señor y no negoció con él, por cierto temor de pusilanimidad, sea castigado por su señor, como consta en Mt 25 y Lc 19». — “*Sicut autem per praesumptionem aliquis excedit proportionem suae potentiae, dum nititur ad maiora quam possit; ita etiam pusillanimus deficit a proportionem suae potentiae, dum recusat in id tendere quod est suae potentiae commensuratum. Et ideo, sicut praesumptio est peccatum, ita et pusillanimitas. Et inde est quod servus qui acceptam pecuniam domini sui fodit in terram, nec est operatus ex ea, propter quendam pusillanimitatis timorem, punitur a domino, ut habetur Matth. XXV et Luc. XIX.*”

¹² S. Th., II-II q. 133 a. 2 co. y ad 1: «Por parte de su causa, que por parte del entendimiento es la ignorancia de la propia condición, y por parte del apetito es el temor de fallar en aquellas cosas que falsamente estima que exceden su capacidad»; «tal ignorancia no procede de necedad, sino más bien de la pereza de considerar la propia condición». — “*Ex parte suae causae, quae ex parte intellectus, est ignorantia propriae conditionis; ex parte autem appetitus, est timor deficiendi in his quae falso aestimat excedere suam facultatem*”; “*talis ignorantia non procedit ex insipientia, sed magis ex pigritia considerandi suam [conditionem]*.”

O sea: el pusilánime no es que no pueda. Es que **no se ha tomado el trabajo de averiguar si puede**. Es más cómodo declararse incapaz.

4- QUÉ DESTRUYE (LA MOLICIE Y LA PUSILANIMIDAD) EN LA VIDA ESPIRITUAL

Hay una secuencia de males que siguen de esto.

Cómo se derrumba nuestra vida

a- Se abandona la oración: primero se acorta y después se va dejando. Porque me causa alguna incomodidad, porque me mortifica, porque no tengo ganas, porque tengo calor, porque tengo sueño, porque tengo ganas de hacer otra cosa: siempre es un placer que me quiero dar (que no tiene porqué ser ilícito) o un dolor que me quiero privar.

Hay que atornillarse adonde hemos decidido atornillarnos, siempre que no haya alguna circunstancia que sea prudente por caridad hacia el otro, etc.

Hagamos como Jacob luchando toda la noche contra un ser que era Dios: lucho con el sueño, y le entrego al Señor esa lucha, y que Él se encargue de sacar fruto de eso. Y sin duda que se encargará, porque cada acto de lucha que hacemos estamos fortificando nuestra voluntad, estamos haciendo actos de fe porque estamos rezando, actos de caridad porque lo hacemos por amor, aunque el entendimiento no pueda unir dos ideas ¡no importa! Hay una idea de fondo y es que no me tengo que ir de acá, porque en la oración está todo.

San Juan Pablo II era un hombre de oración extraordinaria. Rezaba, rezaba y rezaba. Decía que lo primero que tiene que hacer un Papa por la Iglesia es rezar.

San Alfonso: «no es que hay gente débil y gente fuerte en lo espiritual: hay gente que no reza y gente que sí sabe rezar».

También de San Alfonso: «El que está en pecado no deje la meditación, porque a la larga o a la corta o deja una o deja la otra».

Y repito: si la meditación no me sale, el tiempo que dedico a meditar ya es muy bueno, me irá saliendo. Tal es así que San Alfonso va a decir «El que reza se salva, y el que no reza se condena».

b- Se abandona la mortificación:

No querer mortificarme, no querer sufrir nada, evitar todo lo que me haga sufrir.

San Pedro no rezó en el huerto de los Olivos y después obró precipitadamente por no haber rezado (le cortó la oreja a Malco y el Señor lo reprendió); y después cuando Jesús estaba en el patio con el sumo sacerdote mientras Pedro estaba en otro calentándose. Dejó la mortificación.

Habiendo dejado la oración y la mortificación

c- Se descuidan los deberes de estado:

Éstos entran también dentro de esta mortificación. Mortificarse no es sólo ayunar, etc. incluso la oración a veces es una mortificación (a veces rezar cuando uno está cansado puede ser también una penitencia), pero muchas veces cumplir el deber de estado es mortificante, por eso lo dejamos.

d- Se busca el consuelo en donde no se debe:

Se buscan paliativos, etc. Pero en realidad, de llevar la cruz, viene el consuelo; de cumplir el deber de estado viene el consuelo. Es un consuelo que demora un poco más, pero es mucho más verdadero, mucho más profundo, que llena mucho más.

Si no rezo y no me mortifico me siento vacío, y no cumplo mi deber de estado y me siento vacío, y busco el consuelo en donde no se debe.

e- Y al final: se hace imposible la cruz

Siguiendo al p. Mendizábal, cuando uno vive con pecado venial deliberado cae en tibieza. Cuando uno vive con horror a la cruz y a todo sufrimiento, cae en **mediocridad**. Que también es un estado del alma muy peligroso.

Incluso sin pecado venial deliberado, un alma que rechaza todo sufrimiento, puede caer en esa mediocridad de no querer sufrir nada por el Señor.

Nos detenemos un poco en el deber de estado, porque es una muy clara manera de santificarnos. Muchas almas pueden errar y no cumplir su deber de estado, y ponerse penitencias que no les toca, o rezar más... (cuando por ahí tenía que rezar menos y cumplir su deber de estado).

Los deberes de estado

No omitir ningún deber a causa del dolor. Obviamente hay casos excepcionales, pero lo que me toca hacer me toca hacer y se acabó. No voy a dejar de ir a trabajar porque tenga un poco más de sueño, pero hay que aplicarlo a otras cosas donde no hay un jefe que me va a decir algo, donde no hay dinero de por medio.

Hay un grado inicial, necesario a todos. Si no lo cumplimos, según el grado, hasta nos podemos ir al infierno.

Descuidan sus deberes y piden penitencias propias al director espiritual o al confesor. Cumplir el deber de estado ya es una gran penitencia.

Este tipo de almas **equivocan grandemente el camino**.

«Jamás dejes de hacer las obras por la falta de gusto o sabor que en ellas hallares, si conviene al servicio de Nuestro Señor que ellas se hagan. Ni las hagas por sólo el sabor o gusto que te dieren... **Porque sin esto es imposible que ganes constancia y venzas tu flaqueza**».¹³
(San Juan de la Cruz)

¹³ SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cautelas*, segunda cautela contra la carne. Citado por Royo Marín, n. 232, nota 17.

«No guardamos unas cosas muy bajas de la Regla, como el silencio, que no nos ha de hacer mal, y no nos ha dolido la cabeza cuando dejamos de ir al coro, que tampoco nos mata, y queremos inventar penitencias de nuestra cabeza»¹⁴. (Santa Teresa)

Por eso dice Royo Marín:

«Quisieran ser santos, pero con una santidad cómoda y fácil.

Querían una cruz a su gusto, y al no encontrarla tal se llamaron a engaño y abandonaron el camino de la perfección»¹⁵.

Obviamente no se puede ser santo sin tomar la cruz. Por eso Jesús lo dice muy claro: «*Si alguno quiere ser mi discípulo que se niegue a sí mismo, que tome su cruz y me siga*». (Mt 16,24)

Dirá Mons. Fulton Sheen:

«One of the greatest tragedies in the world is wasted pain. Pain without relation to the cross is like an unsigned check—without value».

«Una de las mayores tragedias del mundo es el dolor desperdiciado. El dolor sin relación con la cruz es como un cheque sin firmar: no vale nada»¹⁶.

5- LOS CINCO REMEDIOS

Santo Tomás, con mucho sentido común, va a dar cinco remedios para enfrentar nuestras tristezas, nuestros dolores.

Primero: cualquier placer honesto (a. 1)

Si estamos en una situación difícil darnos un gusto. Salir a pasear, comerme algo rico, etc. Somos de carne y hueso, y si no estamos en Cuaresma y no hay ninguna cosa especial por la cual yo tenga que ofrecer, y estoy en un momento complicado y hay una tristeza no pasa nada si me voy a comer algo rico o a tomar un helado. Tenemos que tener la capacidad de sabernos humanos.

A San Juan Pablo II le encantaba la montaña, y cuenta Navarro Vals que de vez en cuando se escapaba para ir un día o dos al norte de Italia a la montaña. Eso es un placer honesto, y lo usaba para despejarse, sabía que necesitaba eso para seguir adelante.

Segundo: el llanto y el desahogo (a. 2)

Y da dos razones:

«Todo lo nocivo encerrado dentro aflige más, porque la atención del alma se multiplica más en torno a ello; pero cuando se difunde hacia afuera, entonces la atención del alma se dispersa de algún modo hacia lo exterior, y así el dolor interior disminuye».¹⁷

¹⁴ SANTA TERESA DE JESÚS, *Camino de perfección* 10,6. Citado por Royo Marín, n. 232, nota 17.

¹⁵ ROYO MARÍN, *Teología de la perfección cristiana*, n. 231.

¹⁶ MONS. FULTON SHEEN, *The Rainbow of Sorrow*, p. 30.

¹⁷ S. TH., I-II q. 38 a. 2 co.: «Todo lo nocivo encerrado dentro aflige más, porque la atención del alma se multiplica más en torno a ello; pero cuando se difunde hacia afuera, entonces la atención del alma se dispersa de algún modo hacia lo exterior, y así el dolor interior disminuye». — “*Omne nocivum interius clausum magis affligit, quia magis multiplicatur intentio animae circa ipsum, sed quando ad exteriora diffunditur, tunc animae intentio ad exteriora quodammodo disgregatur, et sic interior dolor minuitur.*”

Sin duda que el llanto y el desahogo (contarle a alguien) hacen bien. No somos estoicos. Llorar cuántas veces desahoga. Hay gente que sufre porque no puede llorar. Para algo Dios nos dio el llanto. Jesús lloró.

Tercero: la compasión de los amigos (a. 3)

Estar con amigos, compartir con ellos. Los santos son de carne y hueso, son muy humanos.

«Porque por el hecho de que los amigos se entristecen con él, **percibe que es amado por ellos**; lo cual es deleitable».¹⁸

Me deleita, me da placer del bueno, profundo, sentirme amado. Entonces buscar compasión en los amigos, que por ser tal van a sufrir conmigo, y eso me va a hacer sentir amado, me va a calmar.

«*Busqué quien me consuele*», dice el Señor en un Salmo, «*y no lo encontré*». Incluso Nuestro Señor le pide a Santa Margarita María de Alacoque que lo consuele compartiendo sus dolores y visitándolo en el Santísimo Sacramento. Le pide a ella y a nosotros.

Cuarto: la contemplación de la verdad (a. 4)

En el momento de tristeza no dejar de pensar en Dios, no dejar de pedir ayuda, de pensar en la Vida Eterna, de consolarme con el Cielo que vendrá, de que este sufrimiento no se compara con el Cielo que Dios me va a regalar.

La meditación, la oración, la lectura de un libro, la Biblia, todo lo que me lleve a contemplar la Verdad o la verdad como participación de la Verdad divina.

No dejar de pensar en Dios, en Jesús crucificado como Santa Juana de Arco, que quemándose en la hoguera le pedía al sacerdote que levante la cruz para poder ver a Jesús, contemplar la Verdad tan consoladora de un Dios crucificado.

O como Isaac Jogues, todo deformado por los golpes –le habían roto las manos– como podía juntaba leña siendo esclavo de los indios, y el rato que tenía libre iba delante de una cruz que había hecho con dos troncos en el bosque a contemplar la Verdad.

Quinto: el sueño y los baños (a. 5)

Miren qué humano es Santo Tomás. ¡Hay que dormir! A veces estamos mal por no dormir. La gracia supone la naturaleza.

Todos estos remedios contra la tristeza que estamos diciendo nos permiten afrontar mejor las tristezas que nos tocan sí o sí afrontar.

«Porque por el hecho de que los amigos se entristecen con él, **percibe que es amado por ellos**; lo cual es deleitable».¹⁹

¹⁸ S. TH., I-II q. 38 a. 3 co.: «La segunda razón, y mejor, es que por el hecho de que los amigos se entristecen con él, percibe que es amado por ellos; lo cual es deleitable». — “*Secunda ratio, et melior, est quia per hoc quod amici contristantur ei, percipit se ab eis amari; quod est delectabile.*”

¹⁹ S. TH., I-II q. 38 a. 3 co.: «La segunda razón, y mejor, es que por el hecho de que los amigos se entristecen con él, percibe que es amado por ellos; lo cual es deleitable». — “*Secunda ratio, et melior, est quia per hoc quod amici contristantur ei, percipit se ab eis amari; quod est delectabile.*”

«Caminando descalzo sobre brasas ardientes, dijo: me parece que camino sobre flores de rosa, en el nombre de Jesucristo».²⁰

Las virtudes que hay que practicar:

La Paciencia

«La paciencia del hombre es aquella por la que toleramos los males con ánimo ecuánime —esto es, sin la perturbación de la tristeza—, **para no abandonar con ánimo inicuo los bienes por los que llegamos a cosas mejores**».²¹

Hay un mal presente que me pone triste, y ya sea porque tengo tanta virtud que la tristeza no me llega a perturbar, o aun sintiendo tristeza, pero me mantengo firme, como la Virgen al pie de la Cruz.

La paciencia es una virtud que hay que practicar para vencer la carne en cuanto a ese instintivo movimiento de huida de todo dolor.

La Perseverancia

Viene a ser un poco lo mismo que la paciencia, pero por largo tiempo.

Dirá el santo:

«El persistir mucho tiempo en algo difícil tiene una dificultad especial».²²

En estas dos virtudes también está de fondo —de hecho, son parte— de la virtud de la fortaleza, que está más en soportar, resistir que en atacar.

La Fortaleza

Parecería que es fuerte el que ataca, el que vence, pero dirá Santo Tomás que atacar es de un momento, pero resistir es mucho más largo, por eso es más difícil. Cuando uno ataca se ve superior, cuando resisto me veo inferior. Por eso la fortaleza está más en soportar, resistir que en atacar. Por eso la paciencia y la perseverancia son propias virtudes unidas a la fortaleza y son las que traemos aquí para enfrentar los dolores.

6. EL SENTIDO CRISTIANO DEL SUFRIMIENTO: Los cuatro grados

Lo que el dolor produce en el alma

²⁰ S. TH., I-II q. 38 a. 4 co.: «Y lo que es más, incluso entre los tormentos del cuerpo se encuentra este gozo, como San Tiburcio mártir, que caminando con los pies desnudos sobre brasas ardientes, dijo: “me parece que camino sobre flores de rosa, en el nombre de Jesucristo”». — *“Et quod est amplius, etiam inter corporis cruciatus huiusmodi gaudium invenitur; sicut Tiburtius martyr, cum nudatis plantis super ardentibus prunas incederet, dixit, videtur mihi quod super roseos flores incedam, in nomine Iesu Christi.”*

²¹ S. TH., II-II q. 136 a. 1 co., citando a San Agustín, *De patientia*: «La paciencia del hombre es aquella por la que toleramos los males con ánimo ecuánime —esto es, sin la perturbación de la tristeza—, para no abandonar con ánimo inicuo los bienes por los que llegamos a cosas mejores». — *“Patientia hominis est qua mala aequo animo toleramus, ne animo iniquo bona deseramus per quae ad meliora perveniamus.”*

²² S. TH., II-II q. 137 a. 1 co.: «Por la duración misma del tiempo, pues el hecho mismo de insistir largo tiempo en algo difícil tiene una dificultad especial». — *“Ex ipsa diuturnitate temporis, nam hoc ipsum quod est diu insistere alicui difficili, specialem difficultatem habet.”*

Royo Marín enumera los beneficios (n. 231). Los resumo:

1. **Expía nuestros pecados.** El reato de pena hay que pagarlo aquí o en el purgatorio. Aquí duele menos y además es meritorio; allí duele muchísimo más y no merece nada.

En el Purgatorio no se merece, simplemente se pagan las “deudas contraídas” con la justicia divina, se repara al Corazón de Jesús herido por nuestros pecados. Sabemos que con ayuno, penitencia, limosna (caridad), y con oración se va achicando nuestro Purgatorio, por eso el dolor entra ahí directamente.

2. **Somete la carne al espíritu.** «Es un hecho comprobado mil veces que cuantas más comodidades se le ofrecen al cuerpo, más exigente se torna».
3. **Nos desprende de las cosas de la tierra.** «A través del cristal de las lágrimas aparece más turbia la atmósfera de la tierra».
4. **Nos purifica y hermosea,** como el oro en el crisol.
5. **Lo alcanza todo de Dios.** «Dios no desatiende nunca los gemidos de un corazón trabajado por el dolor».
6. **Salva almas.** Y aquí Royo Marín cuenta la escena del Cura de Ars. Un párroco se le quejaba de la frialdad de sus feligreses y de la esterilidad de su celo. Y el santo le respondió: «¿Ha predicado usted? ¿Ha orado? ¿Ha ayunado? ¿Ha tomado disciplinas? ¿Ha dormido sobre duro? Mientras no se resuelva usted a esto, no tiene derecho a quejarse».
7. **Nos asemeja a Jesús y a María.** Y ésta es la razón definitiva, porque —como vimos en la primera parte del curso— la santidad no consiste en otra cosa que en la configuración con Cristo. «Santificación igual a cristificación».

Los cuatro grados de mortificación que tenemos que afrontar:

1º No omitir ningún deber a causa del dolor que produce. El mínimo. Obligatorio para todos.

2º Aceptar con resignación las cruces que Dios permite o envía. Si hay un sufrimiento lo acepto, no me quejo, no le huyo. Enfermedades, humillaciones, frío, calor, trabajos duros e inesperados.

3º Practicar la mortificación voluntaria. Nó solamente acepto lo que Dios me manda, (que muchas veces es más difícil que este tercer paso), pero si en mi vida no tengo muchos dolores hago una mortificación voluntaria.

4º Preferir el dolor al placer.

Acá tenemos que estar tranquilos, porque yo no prefiero de suyo el dolor al placer, pero en realidad en algunas cosas sí: por ejemplo, si tengo que ir a misa y a veces no tengo ganas, prefiero ese dolor de ir a misa y no quedarme en mi casa haciendo lo que me gusta.

Acá está hablando también de cosas más místicas, el grado de los santos: «O padecer o morir». A las cuales llegaremos algún día con el favor de Dios. Ahí es cuando uno llega a alegrarse del sufrimiento.

Y el código para llegar allí lo dejó San Juan de la Cruz:

«Procure siempre inclinarse: no a lo más fácil, sino a lo más dificultoso; no a lo más sabroso, sino a lo más desabrido... Jamás, si quiere llegar a poseer a Cristo, le busque sin la cruz»²³.

De suyo entonces tengo que inclinarme más a lo que más mortifique, con el límite de la prudencia. San Juan de la Cruz está hablando de la primera parte, de la purificación que hay que vivir cuando uno comienza. Después se van ganando virtudes, pero es un principio importantísimo. Hay que tratar de vivirlo y nunca se nos va a pasar la mano.

El santo, después de estar purificado de sus afectos desordenados, tenía sus gustos, sus amores. Lo mismo San Ignacio, cuando veía que los jesuitas ya estaban purificados, que ya habían llegado a la indiferencia les preguntaba ¿a qué te inclinas? ¿adónde quieres ir? Porque en esa inclinación puede estar el Espíritu Santo.

Examen práctico. Mírate a ti mismo

Primera parte

1. ¿Qué deber concreto de mi estado dejo de cumplir cuando estoy cansado o incómodo?
2. ¿De qué me quejo primero cuando algo va mal?
3. ¿Qué cosas he ido dejando en los últimos dos años, y cuál fue en cada caso la razón real?
4. ¿Fue un ariete o fue un empujoncito?
5. ¿Qué cruz le he pedido a Dios que me quite este año?

Segunda parte

6. ¿Cuál es mi analgésico? ¿Qué es lo primero que busco cuando estoy mal? El teléfono, la heladera, la queja, la compra, la distracción.
7. ¿Tengo alguna cruz «a mi gusto»? ¿Hay algo que yo querría ofrecer a Dios, mientras descuido lo que Él realmente me pide?
8. ¿Uso los cinco remedios de Santo Tomás, o me estoy castigando por necesitarlos? ¿Duermo? ¿Lloro? ¿Me dejo acompañar? ¿Rezo cuando duele?

Como decía San Alberto Hurtado citando a Blas Pascal «el hombre no es ni bestia ni ángel, pero el que se quiere hacer un ángel termina siendo una bestia». Si no se darne los gustos lícitos, voy a terminar en los ilícitos.

9. ¿En qué área soy pusilánime? ¿En qué área de mi vida me falta esa fuerza? ¿Qué cosa buena estoy sin hacer porque me he declarado incapaz sin haberlo comprobado?
10. ¿En cuál de los cuatro grados estoy de verdad?

Unas últimas citas más, la primera de Fulton Sheen, con la frase que resume toda la doctrina que hemos visto hoy:

«Pain is sacrifice without love. Sacrifice is pain with love».

²³ SAN JUAN DE LA CRUZ, *Subida del Monte Carmelo* I, 13. Citado por Royo Marín, n. 232, Carta al p. Juan se Santa Ana.

«El dolor es sacrificio sin amor. El sacrificio es dolor con amor»²⁴.

Es decir que cuando sufro, para que ese sufrimiento tenga sentido, que valga para el Cielo, tiene que ser con amor. Ahí se transforma en sacrificio.

El propósito de la semana

1- Un solo empujoncito al que ceden habitualmente, esta semana no ceder. Uno solo, no cinco.

2- Cada noche, antes de dormir, tomen **lo que me dolió ese día** —lo que sea, la contrariedad más chica— y **fírmelo**. Una frase: “Señor, esto por [tal persona]”. Que ningún dolor de esta semana quede sin firmar. Cada dolor ofrecerlo por algo, por amor a Cristo.

Estando aquí en el santuario de San Juan Pablo II en Cracovia terminamos con dos citas del Papa que sí que supo mucho sobre el sufrimiento.

El cardenal Wyszyński, cuando estaban viendo de elegirlo Papa (era el primado de Polonia), le dijo “estamos viendo de elegirte Papa para que lleves a la Iglesia al tercer milenio”. El Papa, después de un tiempo de ser Papa dijo “yo pensaba que había que llevar a la Iglesia por medio de hacer cosas, pero ahora me doy cuenta que tengo que llevarla por medio del sufrimiento”. El disparo, las enfermedades que tuvo, etc.

«Cristo no explica abstractamente las razones del sufrimiento, sino que ante todo dice: “Sígueme”, “Ven”, toma parte con tu sufrimiento en esta obra de salvación del mundo»²⁵.

«En el sufrimiento se esconde una particular fuerza que acerca interiormente al hombre al Cristo, una gracia especial»²⁶.

¡Cuánta gente se convierte por sufrir!

Con el Rosario en la mano, que la Virgencita nos ayude y nos de la gracia de poder afrontar así el sufrimiento.

²⁴ FULTON SHEEN, *The Rainbow of Sorrow*, p. 32.

²⁵ JUAN PABLO II, *Salvifici doloris* no. 20.

²⁶ *Idem*, no 26.