

VÍCTOR MANUEL
FERNÁNDEZ

*Más
minutos
con el
Espíritu
Santo*

OTRO AÑO
CON FUEGO
DIVINO

III

 Editorial
Claretiana

Víctor Manuel Fernández

Más minutos con el Espíritu Santo

Otro año con fuego divino

Este es el segundo tomo de
Los cinco minutos del Espíritu Santo

Editorial Claretiana

Índice

Portadilla

Por qué este libro

Enero

Febrero

Marzo

Abril

Mayo

Junio

Julio

Agosto

Septiembre

Octubre

Noviembre

Diciembre

Fernández, Víctor Manuel

Más minutos con el Espíritu Santo : otro año con fuego divino / Víctor Manuel Fernández. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Claretiana, 2020.

Libro digital, EPUB - (Espiritualidad)

Archivo Digital: descarga y online

ISBN 978-987-762-077-1

1. iglesia Católica. 2. Espiritualidad Cristiana. 3. Reflexiones. I. Título.
CDD 248.4

Editorial Claretiana es miembro de *Claret Publishing Group*

Bangalore • Barcelona • Buenos Aires • Chennai • Colombo • Dar es Salaam • Lagos • Madrid • Macao • Manila • Owerri • São Paulo • Warsaw • Yaoundè

Todos los derechos reservados

©Editorial Claretiana, 2015

Editorial Claretiana

Lima 1360 - C1138ACD - Buenos Aires

República Argentina

Tel: 4305-9510/9597 - Fax: 4305-6552

E-mail: editorial@claretiana.org

www.claretiana.org

Primera edición en formato digital: julio de 2021

Versión: 2.0

Digitalización: Proyecto451

Diseño de Tapa: Equipo Editorial

Todos los derechos reservados

Queda hecho el depósito que ordena la ley 11.723

© Editorial Claretiana, 2020

ISBN: 978-987-762-077-1

Por qué este libro

Cientos de personas me escribieron o me hicieron llegar el pedido de que hiciera un segundo tomo de *Los 5 minutos del Espíritu Santo*. Siempre dije que no, porque no es fácil escribir 365 pensamientos diferentes que valgan la pena. Aunque se redacten en un lenguaje sencillo, el asunto es que tengan un contenido sólido y útil.

Sin embargo, poco a poco se me volvió inevitable, y estoy seguro que el Espíritu Santo tiene mucho que ver con esto. Sin darme cuenta, comencé a componer pensamientos en papeles sueltos en medio de un viaje, en un bar, en una pausa, y luego retomé una vieja costumbre: llevar un trozo de papel y una lapicera en el bolsillo. Me inspiraron sobre todo las cosas intensas que me pasaban, pero también las inquietudes que me contaban los demás y lo que el Señor me sugería en la oración. Así fue tomando forma este libro que te ofrece otro año con 5 minutos diarios de meditación que podrían ayudarte a vivir un poquito mejor.

Algunas reflexiones que encontrarás aquí ya las habrás escuchado alguna vez, pero necesitas recordarlas o revivirlas. Porque las cosas importantes y bellas se nos olvidan fácilmente en medio de la maraña de los ruidos y mentiras de este mundo. Son tantos los mensajes venenosos que nos arruinan la vida, que es bueno dejarse estimular por algunas flechas espirituales que permitan entrar en otro nivel.

No hace falta que empieces a utilizar este libro el primero de enero. Puedes comenzar cuando quieras. También puedes dejarlo y luego retomarlo. Puedes usar un mismo pensamiento durante varios días, o aprovecharlo como te parezca mejor. Ahora ya no es mío, es tuyo. Y si este libro te

resulta útil, sólo te pido que reces un Padrenuestro por esta pobre creatura de Dios. Que el Espíritu Santo te llene con su fuego y con su luz.

Enero

Enero

1 Empezamos de nuevo, siempre de nuevo. No nos quedamos anclados en el año que pasó y nos abrimos a las novedades del Espíritu Santo. Este año que comienza es una gran ocasión para renovarnos, para recuperar los sueños, para fortalecernos. *Hoy es un día para elegir la alegría y la esperanza.* No vale la pena vivir de lamentos y melancolías, de recuerdos y añoranzas. El Espíritu Santo quiere lanzarnos hacia adelante. Entonces mejor seamos flexibles y dejémonos llevar. ¡Qué maravillosa es esa confianza llena de ternura de quien se sabe amado y se deja llevar! Porque pase lo que pase Dios nos mostrará un camino nuevo, él nos encenderá la luz, él nos dará la fuerza que necesitamos. Déjate renovar, acepta renacer, y seguramente este nuevo año será una preciosa oportunidad. Podrás penetrar todavía más en el misterio de esta vida dramática pero siempre hermosa.

2 Jesús dice: “les dejo la paz, les doy mi paz” (Jn 14, 27). Jesús quiere dártela, y te lo dice: “te doy mi paz, acéptala”. Pero la única forma de aceptarla es reconocer que no es la paz que ofrece este mundo. Él lo afirma con claridad: “no como la da el mundo” (Jn 14, 27). Este mundo te hace creer, por ejemplo, que la paz se logra obteniendo ciertas cosas, y para eso alimenta tu parte más baja: tus deseos obsesivos de placer, de comodidad, de poder, de fama, de apariencias. Sin darnos cuenta caemos una y otra vez en la trampa y creemos que todavía no podemos tener paz porque nos falta algo. Pero así siempre nos faltará algo y nunca habrá paz. Por eso Jesús te lo dice para que te convenzas y no te

equivoco: “no es la paz que te ofrece este mundo”. Es muy diferente. ¿Por qué? *La paz de Jesús no necesita nada, se puede vivir ahora, hoy mismo, en este instante.* Es una paz de otro nivel, que se puede tener en la pobreza, en el sufrimiento, en las humillaciones, en toda circunstancia. Sí, convéncete y acéptala. No es necesario que resuelvas nada para poder tener esa paz. El error es pensar que logrando algo externo eso producirá la paz interior, y eso es como querer hacer funcionar un automóvil con vino. La paz verdadera va más allá de todo lo externo. Aunque ese problema tuyo siga estando allí, igualmente podrías vivir esta paz interior. Deja que el Espíritu Santo la derrame, acepta esa paz diferente y sobrenatural, o al menos pídele. “Espíritu Santo, dame el deseo de la verdadera paz”.

3 *“Espíritu Santo, quiero entregarte este día, para que me enseñes a vivirlo, a disfrutarlo, a aprender su mensaje. Ayúdame a reconocer el regalo que quieres darme a través de este día de mi vida. Quizás no sea maravilloso, seguramente no es perfecto, o puede parecerme oscuro y monótono. Pero es un día que me estás regalando tú, y entonces es una parte de mi camino, es una ocasión para hacer el bien. Ven Espíritu Santo, ilumíname para que hoy viva cada momento de la mejor manera posible. Pero sobre todo dame la gracia de dejarme iluminar por ti en cada instante. Dame un corazón que ame, que adore, que se entregue sin reclamar nada. Dame el gozo de tu íntima presencia que me llena y me desborda. Ven Espíritu Santo”.*

4 Los pensamientos que te provocan angustia, tristeza, rencor, resentimiento o desesperanza, suelen ser fruto de tus sentimientos reprimidos, de tus recuerdos dolorosos o de tus complicaciones mentales. Por eso no les creas, no

dejes que te convenzan, no permitas que reinen en tu vida. Mejor repite en tu interior que ese mensaje no es cierto, que es falso. Y escucha el mensaje que sí es verdad, el mensaje de la Palabra de Dios. Por ejemplo, créele al Señor cuando te dice que él es “escudo” y “fuerza salvadora” (Sal 18, 3). *Eso es verdad, lo demás es mentira.* Créele a Jesús cuando te dice: “Yo estaré con ustedes hasta el fin del mundo” (Mt 28, 20). Eso es verdad. Entonces, si tus sentimientos te dicen que estás solo o abandonado, no les creas, es mentira. No te dejes atrapar ni amargar el corazón. Eso que te hace daño por dentro es un mensaje falso. Invoca al Espíritu Santo, pídele que expulse de tu interior todos los mensajes negativos y mentirosos, y que te recuerde siempre la enseñanza de la Palabra de Dios, que te habla de esperanza, de fortaleza y de alegría en medio de todos tus dramas.

5 En este momento del año arrastramos recuerdos del año que pasó, seguimos intentando olvidar los malos momentos, las experiencias desagradables, los recuerdos dolorosos. Pero no lo logramos del todo. Porque olvidar no es la solución. Olvidar sin sanar el corazón sólo es perder la consciencia de lo que pasó, pero las heridas siguen allí y “la procesión va por dentro”. Para lograr que los recuerdos molestos pierdan fuerza, *lo primero que necesitamos hacer es enfrentar eso que nos obsesiona.* Si se trata de una humillación que has sufrido, ante todo tienes que recordarla en la presencia del Señor, dejarte abrazar y consolar por él mientras la revives con toda claridad. Cuéntale al Señor lo que ese hecho te hizo sentir, para que él siga pasando su mano sanadora. Finalmente puedes decirle: “Señor, eso ya pasó y no se puede borrar. Acepto haberlo vivido, te ofrezco con amor el dolor que eso me ocasionó, pero hoy me declaro libre. No quiero que ese recuerdo ocupe el primer lugar en mi mente y en mi corazón, te lo entrego, renuncio

a él y me libero de él. Porque sé que eso queda en tus manos y con el tiempo tú harás una obra maravillosa con mis angustias y malos momentos. Me declaro libre. Te lo entrego. Tómallo Espíritu Santo y dame la gracia de mirar hacia adelante, de aceptar los nuevos caminos de la vida y de seguir haciendo el bien. Amén”.

6 Hoy es el día de la Epifanía, cuando Jesús se manifestó, se mostró. Los magos que llegaron de lejos a conocer a Jesús recién nacido, nos representan a todos los que conocimos a Jesús. Porque él quiso manifestarse también en nuestras vidas, quiso manifestarse en tu vida. Los magos se dejaron llevar por el Espíritu Santo hacia un lugar lejano, sin saber bien lo que podían encontrar, pero confiaron en ese misterio que tocaba sus corazones. En esta fiesta, pídele al Espíritu Santo que también tú te dejes llevar al encuentro con Jesús *para que hoy renueves tu amistad con él*. Pero es justo que también te detengas a agradecer de corazón porque tuviste la gracia de conocerlo. Fue una gracia, puro regalo. No lo conociste por tus propias fuerzas y tus luces, sino porque él quiso mostrarse, él quiso presentarse en tu vida y te regaló el tesoro de su amistad. No dejes que esa maravilla se convierta en una costumbre, porque es algo demasiado grande y bello para olvidarlo. Hoy agradécelo con toda el alma y haz fiesta en tu interior.

7 En estos tiempos vivimos con una prisa permanente. Por eso se entiende que no nos interese pensar en la vida eterna. Nos parece algo lejano. Pero te hará bien recordar que Dios te regaló una vida que nunca se acaba. Te hará bien tener presente que todas tus torturas, gemidos y lamentos se terminarán, y que al final sólo quedará la alegría y una infinita paz. *Todo pasa, todo pasa, todo pasa*. Además, si alguien habla mal de ti, si te malinterpretan, si

te calumnian, dentro de poco tiempo nadie recordará lo que han dicho. Sólo te quedará lo que hayas amado, lo que hayas dado, el bien que hayas hecho. Ese será tu tesoro para toda la eternidad, porque todo pasa, pero el amor queda (ver 1 Co 13, 8). El Espíritu Santo intenta recordarte todos los días esta verdad. Es posible que no lo oigas en medio de tantas inquietudes cotidianas. Entonces algunas veces vale la pena que te detengas a escuchar esa voz interior y a recordar que te espera una vida eterna en la felicidad de Dios. Todo lo demás que hoy te hace sufrir se acabará, de eso no quedarán ni las cenizas. ¿Por qué angustiarse entonces por algo que pasa, por qué amargarse el alma por algo que no durará, por qué gastar energías sufriendo por cosas que no te llevarás? Mejor espera con ansias esa luz eterna que no tiene fin y no dejes que se te atrofie la esperanza.

8 A las personas que tenían alguna dificultad, Jesús les decía una palabra que significa “¡ánimo!” o “ten confianza”. Por ejemplo, al paralítico tendido en una camilla le dijo: “¡Ánimo hijo!, tus pecados te son perdonados” (Mt 9, 2). Así el paralítico pudo levantarse y comenzar una nueva vida. A una mujer que sufría hemorragias y se acercó a él con fe le dijo: “¡Ánimo hija!, tu fe te ha salvado” (Mt 9, 22), y ella también pudo comenzar una nueva vida. Y a los discípulos perturbados les dijo: “En el mundo tendrán que sufrir, pero ¡ánimo! Yo he vencido al mundo” (Jn 16, 33). Esa es la actitud que Jesús nos quiere transmitir cuando nos sentimos mal. Él nos quiere dar ánimo, *nos dice que siempre hay esperanza*, nos dice que no nos detengamos, que no nos quedemos tendidos en el piso o abandonados al lado del camino. Y nos da fuerzas para que siempre volvamos a emprender la marcha. Jesús sigue siendo el mismo hoy, y con su gloria de resucitado te sigue diciendo: “¡Ánimo!”. Hoy el Espíritu Santo repite esa palabra en tu corazón.

Siente que a ti también te dice con inmenso amor: “¡Ánimo!”. Déjate alentar, déjate fortalecer por él y sigue caminando con confianza.

9 El Espíritu Santo quiere santos y santas, nos quiere parecidos a Jesús, nos quiere plenos. Pero *hacen falta mil partos para hacer un santo*. Cada momento duro, cada paso que damos con libertad y decisión, cada entrega dolorosa, cada nueva etapa que afrontamos, son como partos que nos permiten ir madurando, ir creciendo hacia la santidad. No se trata necesariamente de sufrimientos, pero sí de realidades que nos desafían. En cada una de esas situaciones que nos rompen los esquemas, lo que importa es volver a elegir a Jesucristo. En cada etapa que iniciamos se trata de elegir otra vez a Jesucristo, de optar por él una vez más y de un modo nuevo. No podremos crecer y llegar a ser lo que el Espíritu Santo sueña para nosotros si pretendemos permanecer siempre iguales e intocables. No alcanzaremos la meta si no decimos que sí a los nuevos retos que nos presenta la vida, si no aceptamos que el poder divino nos haga atravesar otro desafío, por duro que parezca. Aquí estoy, Señor Jesús, con la potencia de tu Espíritu Santo, estoy dispuesto a poner la cara y el pecho frente a lo que la vida me presente, porque quiero más.

10 Cuenta el Evangelio que cuando Jesús llegó a un pueblo de Samaría los habitantes “se negaron a recibirlo” (Lc 9, 53). Los discípulos no podían soportar esa actitud de los samaritanos porque ellos, que eran sus discípulos, también se sentían despreciados. ¿Cómo iban a rechazar al maestro de ellos? Dado que Jesús ya les había mostrado su poder de hacer milagros, le hicieron esta propuesta: “Señor, ¿quieres que mandemos caer fuego del cielo para consumirlos?” (Lc 9, 54). Eligieron el camino fácil de la

violencia, y Jesús no aceptó esa propuesta infantil. Pero no nos asombremos de esta actitud de los discípulos, porque a veces todos caemos en eso, aunque no lo hagamos con tanta sinceridad y brutalidad. Muchas veces, cuando tenemos dificultades con alguien, nuestra tentación es desear que desaparezca, que se esfume, que algún milagro se lo lleve de este mundo. Pero *si nos dejamos llevar por esa tentación, terminaremos solos en medio de un cementerio*. Mejor pídele al Espíritu Santo que te quite esa tentación y que te regale la capacidad de aceptar al otro. El amor a Jesús y a los demás nos exige aceptar que a nuestro alrededor tengamos personas que son como un agujón, una molestia permanente. Si de verdad elegimos el camino del Evangelio, tendremos que aprender a aceptarlos como parte de nuestra vida en este mundo. Por supuesto, no dejes que te hagan daño, pero tampoco pretendas que desaparezcan. Son parte del árido paisaje de nuestra humanidad.

11 *“Ven Espíritu Santo, alegría divina. Porque eres la alegría del amor entre el Padre y su Hijo. Ven porque eres la alegría del corazón de María cuando tenía a Jesús en sus brazos. Ven porque eres la alegría desbordante de Jesús resucitado. Ven porque eres la alegría de todos los santos y los ángeles en el cielo. Ven Espíritu Santo, porque eres la alegría del corazón de los sencillos que se dejan amar. Ven y derrama esa alegría, gota a gota, en las pequeñas cosas de este día, en cada encuentro con los demás, en cada uno de mis proyectos, en mi oración y en mis esfuerzos. Ven Espíritu Santo, porque necesito esa serena alegría para que no se me marchite el alma, para que no afloje mi esperanza, para que no me aprisionen las tristezas de este mundo vano. Ven Espíritu Santo”.*

12 Invocar al Espíritu Santo pueden ser unas pocas palabras vacías, un “ven Espíritu Santo” dicho sin ganas ni intensidad, de la boca para afuera. Sin embargo, aun esa oración tiene su sentido. Aunque te falte el fervor, no dejes de invocar al Espíritu Santo, no dejes de pedirle que venga. Pero es verdad que a veces nuestro corazón se abre más en esta súplica, hasta que se vuelve un clamor, hasta que se convierte en un sincero pedido de auxilio. Eso ocurre, por ejemplo, cuando tenemos una gran dificultad y no sabemos qué hacer, o cuando sentimos una gran angustia y necesitamos liberarnos de ella. Pero no esperes a tener la soga en el cuello para invocar al Espíritu Santo con ese deseo intenso. Es mejor tratar de recordar todos los días qué pequeño y limitado eres, y *cuánto lo necesitas*. Así, cada vez que lo invoques, será tu corazón necesitado y sediento el que clame: “¡Ven Espíritu Santo!”.

13 Dice el evangelio de Juan que “la luz brilla en las tinieblas, y las tinieblas no la recibieron [...] Vino a los suyos, y los suyos no la aceptaron” (Jn 1, 5.11). Jesús es esa luz que vino a iluminarnos. Pero no pensemos que esos que no recibieron su luz fueron las personas de aquella época. También nosotros, los creyentes, podemos estar cerrándole las puertas a su hermoso resplandor. A veces pensamos que basta haber recibido a Jesús en nuestras vidas para estar iluminados por él para siempre, pero no es así. *Tenemos que recibir su luz una vez más en cada circunstancia* de nuestra vida, una y otra vez. Nos hace falta reconocer que sin Cristo estamos a oscuras, que sin él no sabemos hacia dónde vamos, no le encontramos un sentido a lo que nos pasa. Si vamos olvidando poco a poco que necesitamos su luz, sin darnos cuenta cerraremos el corazón y dejaremos de recibir esa preciosa llama. Entonces nos quedaremos solos frente a la oscuridad de este mundo violento y confundido. Por eso

es tan importante invocar cada día al Espíritu Santo y decirle: “Ven a iluminar este día con la luz de Jesús, ven a mostrarme el sentido de esta jornada, ven para que pueda ver mejor el camino, no me dejes solo con mi oscuridad. Ven Espíritu Santo”.

14 Dice el libro del Eclesiastés que “Dios hizo sencillo al ser humano, pero él se complicó con tantos razonamientos” (Ecle 7, 29). ¿No es verdad que a veces vives sin serenidad porque la cabeza se te llena de recuerdos, de pensamientos, de preocupaciones que te hacen sufrir? De ese modo el Espíritu Santo no puede derramar en ti cosas bellas porque no encuentra espacio. A veces, apenas te despiertas por la mañana se cruzan en tu mente pensamientos negativos. No los aceptes. *Mejor invoca al Espíritu Santo al despertarte y clama: “¡Ven Espíritu Santo!”* Si quieres tener paz, tendrás que aprender a no darle importancia a esos pensamientos, a dejar de escuchar esas voces, a no dedicarles tiempo. Acalla esos ruidos y sencillamente piensa: “¡Qué hermoso es estar aquí, qué bueno es estar vivo, qué bello es respirar!” Intenta estar un rato sin prestar atención a esos pensamientos que te abruman, procura estar un momento sin prisa, simplemente sintiendo, experimentando que estás vivo ahora, agradeciendo que Dios te está dando la vida, gozando que él está contigo en este instante sólo porque te ama. No podrás expulsar totalmente los pensamientos negativos, pero sólo déjalos estar allí y no te concentres en ellos. Respira profundo. No te juzgues por un instante, no te tortures aunque sea unos minutos. Por un rato no pienses en tus obligaciones ni en tus errores, ni en lo que digan los demás, ni en lo que pueda suceder. Solamente vive, valora la vida que el Creador te está regalando, sencillamente existe, y gózalo.

15 San Pablo decía a los colosenses: “Quiero que sepan qué dura lucha estoy sosteniendo por ustedes” (Col 2, 1). Porque *cuando uno ama a otros siempre tiene que sufrir por ellos*. El amor hace que no te resulten indiferentes los problemas de los demás, sus angustias, sus errores. Ser comprensivos no es fácil. Perdonar no es fácil. Recibir ingratitud no es fácil. Ver que un ser querido está actuando mal y no saber cómo ayudarlo no es fácil. El amor nos hace sufrir, sufrimos por los demás porque los amamos. Y si no eres capaz de sufrir por los otros es porque tu amor no es demasiado intenso. Por eso, si tienes hijos, si tienes amigos, si sientes cariño por otras personas, inevitablemente tendrás que sufrir por ellos. Pero ese sufrimiento te llevará a vivir intensamente, te liberará de la superficialidad. Porque una persona que sólo busca una vida fácil y placentera y que pretende que nadie la moleste, esa persona sólo conquistará un gran vacío interior, y su aparente tranquilidad esconderá una profunda insatisfacción. El Espíritu Santo es amor, y si lo invocas él te enseñará a pensar en otros, a sufrir por ellos, a no concentrarte sólo en tus necesidades y comodidades. Eso te hará más humano, y en definitiva eso te hará más feliz.

16 *“Los demás me miran por fuera, imaginan quien soy, sospechan, opinan. Pero tú miras mi corazón Señor. Acepto que lo mires, deseo que lo mires. Tantas veces muestro una apariencia, o digo sólo una parte de mi verdad. Hoy necesito que alguien lo vea todo, que me mire tal cual soy, sin secretos. Mírame Señor. Mira mis verdaderas intenciones: ¿qué estoy haciendo realmente en la vida?, ¿para qué hago las cosas que hago?, ¿qué busco realmente?, ¿cuáles son mis objetivos auténticos? Tú sabes cuántas cosas hago sólo por vanidad, por miedo, por temor a ser criticado, por cuidar lo que puedan decir*

o pensar, o para ser aceptado. Otras veces me siento inmensamente débil, sé que no puedo responder a todo lo que esperan de mí, sé que no soy todo lo bueno que algunos creen que soy, sé que no me dan las fuerzas para hacer todo lo que los demás necesitarían de mí. Esa es mi verdad, eso es lo poco que yo alcanzo a ver de mí mismo. Mírame Señor, tú me conoces. ¿Para qué pretender esconderme?, ¿para qué disimular ante ti? Tú sabes quién soy. Pero por eso también sabes que no todo lo que hay en mí es egoísmo o falsedad. También hay en mí intenciones nobles aunque los demás no las vean, hay intentos buenos que me salen mal, y los otros a veces me malinterpretan, o me critican injustamente. Pero ¿qué importa todo eso? Dame un corazón humilde y libre, para que no esté pendiente de mí mismo. Y derrama tu Espíritu en todas las semillas de bien que hay dentro de mí, haz florecer todo lo bello de mi ser para bien de los demás. Eso sí que importa. Amén”.

17 Cuando vivas un día sereno, dile a tu corazón: “no te olvides nunca de este día”. Cuando disfrutes de un momento de gozo, piensa en tu interior: “no te olvides jamás de este momento”. Cuando experimentes algo que te haga sentir pleno por un instante, guárdalo bien adentro de ti para que no se te olvide. Porque cuando estés perturbado por un problema complejo, cuando pases un tiempo de tu vida en la enfermedad o soportando algunas dificultades, te hará bien recordar que tu vida no es sólo eso, que has tenido buenos momentos. Y *esos momentos dulces no son el pasado, son también el presente* porque los has vivido y han quedado en ti, dentro de ti. En los tiempos malos pídele al Espíritu Santo que te ayude a recordar los regalos que Dios te dio tantas veces. Te hará bien. Por eso, cuando veas algo bello, no te obsesiones por tomar una foto o por comprar una postal. Mejor míralo bien, cáptalo con

atención, disfrútalo, percibe bien las sensaciones que te provoca y guárdalo bien dentro de ti para que no lo olvides. Será parte de tu riqueza interior, y lo recordarás junto con esas experiencias que te hicieron sentir vivo. De esa manera, cuando llegue la hora de tu muerte, sentirás que has vivido la vida, que te llevas muchas cosas buenas, y podrás decir como el poeta: “Vida, nada me debes. Vida, estamos en paz”.

18 Un día Jesús resucitado se apareció a sus discípulos y se llenaron de alegría. Pero en ese momento Tomás no estaba allí. Cuando regresó y le contaron que Jesús había estado con ellos, su respuesta fue: “Si no veo en sus manos la marca de los clavos, si no meto mi dedo en el hueco de los clavos, y si no pongo mi mano en la herida de su costado, no creeré” (Jn 20, 25). ¡Cómo nos cuesta creerle al Señor, reconocerlo vivo cada día, descubrir que él realmente está y vive! Queremos tocar, exigimos palpar, reclamamos una demostración. Pero eso no sería la fe, porque *la fe es una certeza donde todo parece oscuro, es una seguridad donde el mundo nos dice otras cosas*. Es verdad que Jesús puede hacer milagros también hoy, y quizás has sido testigo de algunas obras maravillosas del Señor. Es verdad que si lo dejáramos actuar con confianza Jesús podría hacer muchos más prodigios en nuestras vidas. Pero también es verdad que muchas veces hay que creer sin ver, en algunas ocasiones hay que abrazar a Jesús sin recibir signos, muchas veces hay que perseverar en su amistad sin tener nada que nos deslumbre. Y así nuestra fe se hará más fuerte y madura, y nuestra amistad con Jesús se hará más sólida. Pídele al Espíritu Santo que te enseñe a ver allí donde no se ve nada, que te ayude a confiar allí donde no hay ningún milagro que te deslumbre, allí donde todo parece áspero y oscuro. Porque Jesús siempre está, y

cuando pase la tormenta sabrás que él de verdad estuvo allí.

19 San Pablo dice que él se lanza hacia adelante, porque “he sido yo mismo alcanzado por Cristo” (Flp 3, 12). *¡Qué maravilla es reconocer que uno ha sido alcanzado por Cristo!* Él lo intentó mil veces, me buscó por todas partes, me siguió y me habló al oído, hasta que al final me pudo alcanzar, me pudo vencer, y logró ser mi amigo. Es hermoso saber que no soy amigo de Jesús por mis propias fuerzas, o porque yo tuve la habilidad de buscarlo, o porque tuve la capacidad de encontrarlo. No. Es él quien me buscaba cuando yo lo ignoraba, es él quien me insistía cuando yo me hacía el sordo. Y hoy es él quien me sigue buscando para hacerme crecer en su amistad. Pero no es fácil dejarse alcanzar por él, porque el mundo nos vuelve a atrapar, nos vuelve a seducir, nos vuelve a engañar, y entonces nos parece que la amistad con Jesucristo es algo pasado de moda, que es algo sin interés, que no tiene intensidad ni alegría. Eso no es cierto, pero lo creemos, y de ese modo evitamos dejarnos tomar por el Señor. Por eso tenemos que pedirle al Espíritu Santo que nos toque con su fuego, para que nos dejemos cautivar una y otra vez por Jesucristo. Así él podrá volver a alcanzarnos cada día.

20 A través de todo lo que experimentas el Espíritu Santo te da mensajes que te invitan a una vida mejor. Por ejemplo, ¿qué mensaje puede darte la tristeza? La tristeza puede decirte que te has aferrado al pasado, o que estás mirando sólo una parte de la realidad, o que te has apegado a algo que no pudo ser. Entonces lo que te dice el Espíritu Santo a través de esa tristeza es que no puedes seguir viviendo así, sin energía, sin alegría, sin esperanza. Te está diciendo que hay algo que necesitas entregar para empezar de nuevo. ¿Y

qué mensaje puede transmitirte el aburrimiento? Si la vida te parece desabrida y rutinaria, eso te puede estar dando distintas enseñanzas: que no sabes valorar los pequeños regalos de Dios, o que no te concentras en reconocer y disfrutar las pequeñas cosas bellas, los pequeños placeres que tiene la vida cotidiana. O te sugiere que tienes que pensar en nuevos proyectos que te permitan entregarte más y canalizar tus energías y capacidades. ¿Y qué mensaje pueden transmitirte los miedos? Si hay temores que te perturban, el Espíritu Santo te está diciendo que confíes más, que invoques el poder de Dios, que te apoyes en Cristo que está a tu lado para ayudarte a vencer, que te pongas de rodillas en oración y seas capaz de conversar a fondo con el Señor sobre eso que te atemoriza, hasta quedarte en sus brazos lleno de confianza. Como ves, también *a través de tus sentimientos y estados de ánimo hay mensajes positivos* que el Espíritu Santo está tratando de comunicarte.

21 Jesús dijo: “El que tenga sed venga a mí y beba” (Jn 7, 37). Y luego se aclara lo que él quería decir: “Se refería al Espíritu que debían recibir los que creyeran en él” (Jn 7, 39). Porque Jesús sabe que hay sed en tu interior, sabe de esa necesidad intensa que se disimula en medio de la ansiedad de todos los días. Es esa sed que nada logra calmar, es un deseo que nada ni nadie de este mundo te podrá saciar. Te engañarás una y otra vez buscando soluciones en cosas externas, en logros, en reconocimientos, en viajes, en afectos. Te engañarás, porque nada de eso sacia el anhelo más profundo que Dios puso en ti cuando te creó. *Jesús dice claro que para saciar esa sed lo tienes que buscar a él, tienes que ir a él, tienes que acercarte a pedirle a él que derrame el agua espiritual que calma tu deseo más íntimo.* Y el Evangelio nos explica cuál es el agua que Jesús puede darte para saciarte: es el Espíritu Santo. Quizás no lo aceptes, porque nos cuesta vivir de lo invisible, nos cuesta

reconocer que lo que necesitamos de verdad no son las cosas mundanas. No lo aceptamos. Pero un día tendrás que convencerte de que sólo si Jesús derrama su Espíritu podrás saciar tu sed. Mientras no lo aceptes, seguirás llorando y lamentándote inútilmente.

22 *“Mírame Señor otra vez ¿Qué puedo hacer yo con mi pobre ser? Tú sabes que soy una pequeña creatura. Y aunque a veces me inflo y me agrando, sé bien que todo me supera. Derrama tu Espíritu Santo, Señor, purifica todo lo que sea basura dentro de mí, limpia mis intenciones egoístas y todo resto de vanidad, sana mi comodidad. Fortalece mi debilidad con tu poder y cura mi sensación de soledad y de abandono frente a las agresiones de otras personas o de la vida misma. Cura mi dolor frente a las sospechas, a las envidias, a las malas miradas. Hazme fuerte Señor, para que no gaste tantas energías en cuidarme a mí mismo, en sufrir inútilmente. Y escucha mi voz Señor, porque tú escuchas la voz de tus ovejas. Escúchame, tú conoces mis gemidos profundos, tú sabes el dolor de tu creatura descarriada. Mírame y ven a buscar a tu oveja perdida y enredada entre las complicaciones de esta vida. Dijiste que eres capaz de dejar otras noventa y nueve para buscarme a mí. Ven Señor, búscame, colócame sobre tus hombros y llévame de nuevo al rebaño de mis hermanos. Para que gaste mi vida por ellos, para que me olvide de mí mismo, para que pueda darles algo de felicidad y aliviar un poquito el peso que los oprime. Amén”.*

23 Jesús dice: “Mis ovejas reconocen mi voz [...] Nadie me las podrá arrebatarse” (Jn 10, 27-28). ¿Eres tú una de esas ovejas capaces de reconocer siempre la voz de Jesús? ¿Eres capaz de escuchar esa voz en medio de los ruidos de este

mundo? No hablo sólo de los ruidos de la calle, sino también de los ruidos de tus pensamientos, de los ruidos de tus sentimientos y estados de ánimo, de los ruidos de tus recuerdos y angustias. Todo eso es un rumor insoportable donde no se puede escuchar la voz del Pastor. Pero *necesitas escuchar su voz para poder seguirlo*, para poder ir adonde él te indique, para poder huir de los verdaderos peligros. Si escuchas esa voz cada día, nadie podrá arrebatarte de las manos de Jesús, tu buen Pastor que le lleva a verdes praderas. Si los ruidos del mundo te han atrapado tanto que ya no puedes reconocer su voz, entonces lucharás sin rumbo, te perderás en medio del caos de esta vida loca. Ruega al Espíritu Santo que te regale un oído atento, que te ayude a reconocer a tu Pastor. Él te habla suavemente para no abrumarte. Intenta hacer todos los días algunos instantes de silencio para detenerte a escucharlo. Dile ahora: “Jesús, hoy intentaré escuchar tu voz”.

24 A veces pasamos malos momentos, de angustia, de temor, de desánimo, y puede suceder que ya te levantes con un mal espíritu. En esas circunstancias, hay varias cosas que puedes hacer. Lo primero, sin dudas, es invocar al Espíritu Santo para que te dé fuerzas y te ilumine desde el comienzo del día. Es verdad, si lo invocas te sentirás mejor porque *él siempre viene en tu ayuda*. Lo dice la Biblia: “El Espíritu Santo viene en ayuda de nuestra debilidad” (Rom 8, 26). Invócalo y sabrás que él cumple, que hay alguien que está contigo para guiarte, para fortalecerte y para darte una mano. Después respira profundo, porque cuando uno está mal se olvida de respirar. Quien está angustiado respira con poca profundidad y eso lo hace sentir peor. Respira profundo, abre los brazos y siéntete parte de este universo inmenso. Luego sonríe, aunque te parezca tonto. Sonríe y recuérdate a ti mismo que vales mucho, que hay esperanza,

que tienes derecho a vivir y a seguir caminando. Con esa sonrisa demostrarás que te mantienes de pie, firme, lleno de confianza, consciente de tu dignidad. Y como no podrás eliminar todos los sufrimientos, ofrécelos a Cristo con amor y déjate amar por él, porque él te ama en las buenas y en las malas, te ama cuando estás en las cumbres y te ama cuando estás caído. Nunca te quedes derribado, nunca te declares vencido. Ofrece tu humillación y sigue adelante con el poder del Espíritu Santo, porque para eso estás en esta tierra el tiempo que te toque vivir.

25 Cuando le preguntamos a alguien qué define su persona, con qué se identifica, quizás nos diga cuál es su equipo de fútbol favorito, o el lugar donde vive. Otros nos dirán qué tareas aman realizar, o cuáles son sus gustos. Por ejemplo: “me gusta mucho hacer viajes”, “me gusta mucho comer”, “me gusta el deporte”, “me gusta la naturaleza”. Todo eso se queda en la superficie, no llega a la identidad profunda de la persona, no llega a eso que convierte a alguien en un ser único. Si preguntas a los demás cómo te ven, ellos dirán lo que miran desde afuera, pero tampoco podrán llegar a tu identidad más íntima. ¿Quién sabe quién eres entonces? Ni siquiera tú lo sabes bien. *Sólo lo sabe el que te creó, tu Dios que te hizo en el seno de tu madre y te dio una identidad que él mismo pensó desde toda la eternidad. Él no te lo dirá si no se lo preguntas. Pero si quieres conocerte a ti mismo hay un camino: la Palabra del Señor. Leer su Palabra con fe, escucharla con el corazón, preguntarte qué te quiere decir a ti, qué te quiere mostrar, y recibir poco a poco la luz divina. Eso sí te hará descubrir quién eres realmente, porque podrás saber hacia dónde vas, cuál es la orientación de tu vida, cuál es tu verdadero destino, cuál es tu ser más verdadero. Ora con la Palabra de Dios, pídele al Espíritu Santo que te ilumine a través de ella,*

y entonces sí te conocerás a ti mismo, se te revelará tu auténtica realidad.

26 Jesús dice: “Como el Padre me envió a mí, así también yo los envío a ustedes” (Jn 20, 21). Sabes que el Padre envió a Jesús para salvarnos, lo envió a cumplir una misión, a realizar un proyecto divino. Jesús vino a este mundo porque el Padre lo envió. Pero te dice que, así como el Padre lo envió a él, ahora él te envía a ti. No estás en esta tierra por casualidad, o por un descuido de alguien. Eres una persona enviada con una misión. Reconócelo. Mira a Jesús que te dice: “Yo te envío”. Una vez que lo reconozcas con la mente y con el corazón, pregúntate cómo vas a vivir los próximos días, sabiendo que *Jesús te está enviando al mundo a cumplir tu misión*. ¿De qué manera vivirás tus trabajos? Deberás vivirlos como una persona enviada, que no está haciendo cosas por casualidad o por fatalidad. ¿De qué manera vivirás cuando alguien te necesite? Deberás vivir como una persona enviada a escuchar ese clamor, con la seguridad de que el Espíritu Santo te está impulsando y te está asistiendo para auxiliar a esa persona. Tu vida cambiará mucho si aceptas esto. Saber que eres un enviado le dará a tu existencia un nuevo sentido y una nueva luz.

27 Eres un rey o una reina para Dios, y él quiso que este mundo sea tu morada. Estás en tu casa, porque esta tierra tan hermosa es obra de tu Padre y él te la dio como hogar. Entonces no eres extranjero en ningún lugar. Siéntete en casa. Aquí está el Espíritu Santo aleteando contigo y celebrando contigo el milagro de estar vivo. *Siéntete en casa*. Nadie tiene derecho a hacerte sentir un extraño en este mundo. Tampoco tienen derecho a hacerte sentir indigno de estar en este planeta, porque ellos no son los dueños, por más importantes que se sientan. No viniste a

este mundo por tus capacidades, por tus logros, por tus acciones. No. Viniste a este mundo sólo porque a tu Padre le dio la gana, porque a él se le ocurrió, porque el Señor del universo así lo quiso y lo decidió. Es gratis, no tienes que pagarlo con algo. Entonces, siéntete en casa. Los demás son invitados igual que tú, no son los propietarios de este mundo. Tus errores tampoco te quitan ese derecho y ese regalo de estar aquí. El Espíritu Santo está contigo para sacarte adelante en cualquier circunstancia. Estás en casa entonces, este planeta es tu hogar. Respira profundo y levanta la cabeza.

28 *“Ven Espíritu Santo. No me pidas permiso. Ya me has respetado demasiado, has permitido que siguiera mis propios caminos, dejaste que me equivocara tantas veces. Una y otra vez elegí el rencor, la melancolía, la tristeza, la soledad, la desilusión, tantos sentimientos inútiles que no le aportaron nada a mi vida, que me enredaron en un mundo oscuro. Ven Señor, no dejes que te ponga resistencias para impedirte actuar en mi vida, no dejes que te siga dando explicaciones o poniéndote límites. Cuántas veces te dije sin palabras que llegaras hasta ahí nomás, que no pasaras esa barrera, que no me invadieras, que no entraras demasiado, que no me quitaras mis seguridades, que no cambiaras nada, que no me transformaras demasiado. Y de esa manera te dejé afuera, me privé de tu alegría, me negué a mí mismo tu luz y tu guía. Por eso hoy te pido que vengas. Ven a transformar, a liberar, a iluminar, a sanar, y no permitas que te lo impida. Ven Espíritu Santo”.*

29 ¿Qué ocurre cuando ves una leona que corre detrás de un ciervo, lo alcanza y lo mata? Te impresiona, te eriza la piel, te molesta. Sientes que lo que hace esa leona es

crueldad o violencia. ¿No será que está procurando comida para sus cachorros? ¿No será que está cumpliendo una ley de la naturaleza, porque su organismo se alimenta de carne? Cuando sientes que estás en un mundo cruel, hay algo de cierto, porque existe la maldad. Pero también porque las demás personas normalmente buscan su bienestar, defienden sus derechos, cuidan a sus familias. Y eso a veces provoca acciones que parecen egoístas o violentas, pero en realidad muchas veces sólo es parte de su instinto de supervivencia. Entonces, más allá de tus sentimientos de rechazo, tendrás que aceptar que eso es propio de este mundo, que es así, que es parte de la naturaleza limitada. Además, los seres humanos, por más que tengamos inteligencia, estamos muy heridos, somos tremendamente débiles y fácilmente nos hacemos daño unos a otros. Pero si te fortaleces por dentro, un día podrás ver con aceptación y con paz esas imágenes de la leona cazando. Nosotros, porque nos sentimos tan frágiles, a veces creemos ver violencia, maldad y crueldad por todas partes, pero en realidad no siempre es así: lo que vemos es parte de la vida en este mundo. *Necesitamos pedirle al Espíritu Santo que nos penetre con su poder y nos haga fuertes*, que nos afirme interiormente para que podamos convivir con tantas actitudes que nos molestan pero que son inevitables en esta vida terrena y limitada. Si no invocamos al Espíritu para que nos regale esa firmeza interior, entonces viviremos escandalizados, perturbados y heridos por las actitudes de los demás.

30 Saber vivir no es imaginar un mundo completamente diferente, o soñar con algún milagro que cambie totalmente tu vida. Saber vivir no es esconderte hasta que te avisen que llegó el Mesías. Tampoco es encerrarte en tu casa hasta que te digan que ya no hay gente mala o hasta que te den la seguridad de que está todo bien. No. Saber vivir es algo

más simple y realista, y no requiere nada espectacular. Es sencillamente *hacer lo mejor que podemos con lo que hay*, con lo que la vida nos presenta, con las pocas o muchas posibilidades que tenemos, con lo que la realidad concreta nos permite. Nadie debería culparte si no logras algo perfecto, porque hiciste lo posible con lo que tenías. Probablemente en otro momento, con otros recursos y en otras circunstancias podrías hacer otras cosas, pero eso no es ahora. Este momento es este momento, y tu sabiduría consiste en lograr lo mejor que se pueda con lo que la vida te permite ahora. Nada más. Después se verá.

31 *“Termina un mes, Señor, el primer mes. Cuando empezó este año soñé con comenzar una vida nueva, con más alegría, con paz, con un corazón lleno de confianza y de fortaleza. Quise empezar un año sin malos sentimientos, sin rencores, sin egoísmos, sin mezquindades. Quise empezar un año sin darle tanta importancia a cosas secundarias, sin dramatizar cada cosa que me suceda, sin perder el entusiasmo y la esperanza. Ahora que ha pasado ya un mes, ¿qué quedó de esos sueños? ¿Estoy realmente en un nuevo camino? ¿He sido capaz de empezar una vida nueva? Ayúdame Padre, enséñame a vivir como hijo tuyo lleno de confianza. Señor Jesús, ven con el poder de tu resurrección y ayúdame a vivir como resucitado. Ven Espíritu Santo, derrama en mí tu fuego, quema una vez más todo lo que me hace daño y enciende otra vez la llama del amor, de la fe, de la esperanza. Amén”.*