

Retiro espiritual

Caminando en libertad

Introducción

Querer de verdad

Reconocer mis ataduras y presentarlas al Señor

La expresión de nuestra decisión

Introducción

La materia de oración de este retiro, apoyado en los *Fundamentos*, nos invita a dedicar tiempo prolongado y sereno a la oración para alcanzar la verdadera libertad, que no es hacer lo que nos venga en gana en cada momento -lo cual nos lleva a ser esclavos de nuestras pasiones-, sino la libertad que se alcanza cuando somos liberados por Cristo de nuestros pecados y ataduras. Hemos de empezar reconociendo lo que nos ata, principalmente el pecado, porque, como nos advierte el Señor: «En verdad, en verdad os digo: Todo el que comete pecado es esclavo» (Jn 8,34). Pero no queremos contemplar nuestras ataduras, sino, siendo conscientes de ellas, contemplar a Cristo y descubrir en él al Salvador que rompe todas nuestras cadenas y nos hace libres: «Si el Hijo os hace libres, seréis realmente libres» (Jn 8,36). Queremos escuchar la llamada que nos hace el Señor a la libertad verdadera, la que nos permite amar como él: «Vosotros, hermanos, habéis sido llamados a la libertad; ahora bien, no utilicéis la libertad como estímulo para la carne; al contrario, sed esclavos unos de otros por amor» (Gal 5,13).

Guiados por los *Fundamentos*, acudimos a la Palabra de Dios, para que ella nos empape, nos ilumine y nos transforme, porque por medio de su Palabra Jesús nos hace libres, con la condición

de que la acojamos para permanecer en ella: «Si permanecéis en mi palabra, seréis de verdad discípulos míos; conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres» (Jn 8,31-32).

Si realmente queremos descubrir y romper nuestras ataduras, necesitaremos, como siempre y más que nunca, silencio, confianza y humildad para alcanzar el fruto de este retiro: la libertad de los hijos de Dios.

Querer de verdad

En teoría todos queremos la libertad. No es fácil encontrar a alguien que diga que quiere ser esclavo. Pero son muy pocos los que están dispuestos a pagar el precio de la libertad. Nosotros, que hemos escuchado la llamada fuerte de Dios a uniros con él, si realmente queremos hacer el acto de suprema libertad de entregarnos a él para uniros a él, debemos de estar dispuestos a pagar el precio de la elección de Dios. Tenemos que querer ser libres, pero de verdad, con todas las consecuencias, si queremos ser liberados de todas las ataduras para seguir a Cristo y amar como él.

Lo que Dios nos pide para entrar en el camino de la unión con él no es difícil ni requiere nada extraordinario, simplemente *basta con querer*, pero no de cualquier manera, sino *querer de verdad*. Y la prueba de que queremos así, en serio, es que *estamos dispuestos a pagar el precio de las opciones que libremente tomamos*. En este caso debemos disponernos a *hipotecarlo todo frente a Dios*, para que él sea de verdad el único y absoluto centro de nuestra vida (*Fundamentos*, III.4. Caminando en libertad, p. 51).

Una vez más, tenemos que comenzar apartando de la mente y del corazón la sensación de que la unión que Dios me ofrece y la libertad que necesito para entregarme a él son realidades tan difíciles de alcanzar, que resultan prácticamente imposibles. La realidad que nos revela la Palabra es que Dios está cerca, y que lo que pide siempre es sencillo, fácil y posible... porque es él quien lo realiza con su gracia. Es Dios el que nos hace libres, es decir,

capaces de responder a su propuesta de vida nueva, caminando por sus caminos.

Este precepto que yo te mando hoy *no excede tus fuerzas*, ni es inalcanzable. No está en el cielo, para poder decir: «¿Quién de nosotros subirá al cielo y nos lo traerá y nos lo proclamará, para que lo cumplamos?». Ni está más allá del mar, para poder decir: «¿Quién de nosotros cruzará el mar y nos lo traerá y nos lo proclamará, para que lo cumplamos?». El mandamiento *está muy cerca de ti*: en tu corazón y en tu boca, para que lo cumplas (Dt 30,11-14).

Contemplando el episodio del joven rico podemos comprobar que la clave del seguimiento y de la libertad está en «querer», pero de verdad, de modo que aceptemos pagar el precio de eliminar el apego que nos ata -o dejar que el Señor haga el imposible de liberarnos de él-. Cada uno de nosotros debe pedir luz para descubrir sus propias ataduras y, escuchando la llamada amorosa del Señor, estar dispuesto a pagar el precio de la libertad necesaria para seguirle: desprenderse de sus riquezas, que a veces son nuestras propias miserias.

Jesús le contestó: «*Si quieres ser perfecto*, anda, vende tus bienes, da el dinero a los pobres así tendrás un tesoro en el cielo y luego ven y sígueme». Al oír esto, el joven se fue triste, porque era muy rico [...]. Al oírlo, los discípulos dijeron espantados: «Entonces, ¿quién puede salvarse?». Jesús se les quedó mirando y les dijo: «Es imposible para los hombres, *pero Dios lo puede todo*» (Mt 19,21-22.25-26).

Como les sucedía a los discípulos de Jesús, también a nosotros nos puede parecer imposible desprendernos de la atadura de nuestras riquezas. Y quizá lo sea para nosotros, pero no para Dios: Dios puede realizarlo en nosotros. De nuevo, basta con querer y dejar actuar a su gracia. Pero sólo el que quiere de verdad deja que la gracia le despoje de riquezas, es decir, de ataduras.

Para el joven rico, y seguramente para nosotros, esa gracia estaba en la mirada del Señor que podía arrastrarle y ayudarle a arrancar los apegos: «Jesús se quedó mirándolo, lo amó y le dijo...» (Mc 10,21).

Debo emplear tiempo prolongado para dejarme mirar por el Señor hasta que su mirada se convierta en el clima interior que respire mi alma y me mueva suavemente a la identificación con él.

En la vocación de Mateo (Leví) podemos contemplar a alguien que quiere de verdad escuchar y responder la llamada del Señor y está dispuesto a pagar el precio: lo deja todo para seguir a Jesús.

Después de esto, salió y vio a un publicano llamado Leví, sentado al mostrador de los impuestos, y le dijo: «Sígueme». Él, *dejándolo todo*, se levantó y lo siguió (Lc 5,27-28).

No es mucho suponer que, a diferencia del joven rico, este publicano -por lo tanto, rico y pecador- se dejó arrastrar por la mirada de amor y la llamada sorprendente de Jesús.

Necesito dedicar el tiempo necesario para experimentar la mirada de amor que me dirige el Señor, que es capaz de enamorarme hasta romper de forma natural todas mis ataduras.

También el protagonista de la parábola del tesoro escondido nos muestra con realismo en qué consiste el precio a pagar para alcanzar el tesoro del reino de los cielos: «Todo lo que tiene».

El reino de los cielos se parece a un tesoro escondido en el campo: el que lo encuentra, lo vuelve a esconder y, lleno de alegría, va a vender *todo lo que tiene* y compra el campo (Mt 13,44).

Esta parábola nos ayuda a entender en qué consiste el realismo sobrenatural que permite hacerse libre pagando el precio del Reino con alegría: saber valorar con los ojos de la fe lo que deja y lo que gana.

Voy dejando que surja en mi interior la pasión ilusionada por el Reino, que me impulse espontáneamente a encontrar mi alegría en pagar el precio necesario para poseerlo: todo lo que tengo.

Jesús es el gran modelo de lo que supone querer de verdad la voluntad de Dios, aceptando las consecuencias y pagando el precio.

Al entrar él en el mundo [Cristo] dice: «Tú no quisiste sacrificios ni ofrendas, pero me formaste un cuerpo; no aceptaste holocaustos ni víctimas expiatorias. Entonces yo dije: He aquí que vengo -pues así está

escrito en el comienzo del libro acerca de mí- para hacer, ¡oh Dios!, tu voluntad» (Heb 10,5-7; cf. Sal 40,7-9).

He de contemplar largamente esta decisión que mueve toda la vida y la misión del Señor para descubrir cómo dejar que Dios realice su plan en mí.

En la oración del huerto, Jesús dice este mismo «quiero» (Sal 40,9: «Dios mío, lo quiero, y llevo tu ley en las entrañas») de otra forma cuando llega al límite de la oscuridad y la tentación: «Padre, si quieres, aparta de mí este cáliz; pero que no se haga mi voluntad, sino la tuya» (Lc 22,42). Contemplando a Jesús en agonía, me siento movido a reproducir en mí esa entrega del Señor, superando miedos y angustias.

Mi oración ha de tomar la forma de silenciosa entrega de mi vida, como verdadera ofrenda de mi amor a Dios, con las mismas palabras del salmo que define la actitud del Señor.

Tú no quieres sacrificios ni ofrendas,
y, en cambio, me abriste el oído;
no pides holocaustos ni sacrificios expiatorios;
entonces yo digo: «Aquí estoy
-como está escrito en mi libro-
para hacer tu voluntad.
Dios mío, lo quiero,
y llevo tu ley en las entrañas» (Sal 40,7-9).

Este salmo tiene que llevarme a entender que, en definitiva, lo que entregamos a Dios no son cosas, sino a nosotros mismos, y que esa entrega pasa por aceptar la voluntad del Señor y no la nuestra.

Repetir y hacer más estas palabras del salmo me ayudará a decir a Dios de verdad este «quiero», realista y verdadero, como el de Jesús, como el de María: «He aquí la esclava del Señor; hágase en mí según tu palabra» (Lc 1,38).

Puedo dedicar tiempo holgado a contemplar estos modelos y entrar silenciosamente en la oración que ilumina y transforma..., hasta que salga de mi corazón ese «quiero» auténtico que vaya más allá de las meras palabras, sentimientos o intenciones.

Entonces estaré dispuesto a pagar el precio para ser libre, es más, estaré haciendo el primer acto de verdadera libertad.

Sugerencias para orar

En el silencio y la soledad dejo que aflore la conciencia de la distancia entre la entrega libre, realista y completa que contemplo en estos modelos, y mi respuesta, seguramente más teórica, más débil, menos realista.

Dejo que me empape la Palabra de Dios que me dice que, por muy lejos que esté de esa respuesta, no es imposible para mí porque él quiere hacerme capaz de darla.

Dedico tiempo prolongado a contemplar en silencio, como mi gran tesoro, la mirada de Jesús que me envuelve con su amor y que tiene fuerza para arrastrar mi vida y suscitar en mí la respuesta a su llamada con un «quiero» pleno y realista que cambie mi vida totalmente.

Repito las palabras del salmo, del Señor o de la Virgen, para que vayan calando en mi corazón, a pesar de las resistencias que puedan surgir.

Dejo que aparezcan esas resistencias y tomo conciencia de ellas; las pongo frente al Señor y espero pacientemente que él las vaya envolviendo con su amor hasta que se conviertan en el gozoso instrumento que poseo para corresponder con mi amor al amor con el que me ha bendecido.

Reconocer mis ataduras y presentarlas al Señor

Una vez que ha surgido, por la contemplación de Cristo y la fuerza de su palabra, el deseo y la disposición realista de seguirle pagando el precio necesario, es el momento de reconocer lo que nos esclaviza para presentar al Señor lo que nos impide seguirle. Queremos conocer todo lo que nos ata y estorba, pero no para contemplarlo, sino para contemplar a Jesús, ofrecérselo y así correr la carrera que nos toca: «Corramos, con constancia, en la

carrera que nos toca, renunciando a todo lo que nos estorba y al pecado que nos asedia, fijos los ojos en el que inició y completa nuestra fe, Jesús» (Heb 12,1-2).

Quizá puede ayudarnos en este sentido hacer una relación de todo lo que nos ata; es decir, todo aquello a lo que se apegamos nuestro corazón (personas, cargos, circunstancias, cosas, etc.), todo lo que necesitamos imperiosamente y que tenemos miedo a perder, todo aquello sin lo cual nos parece que no podemos ser felices. Y para ver esto con más nitidez, podemos empezar por reconocer nuestros miedos, porque ponen de manifiesto las realidades a las que nuestro corazón está apegado. Por supuesto, aquí no buscamos principalmente valores o afectos malos o pecaminosos (aunque también puede haberlos), sino aquellas realidades buenas o excelentes, pero que han atrapado nuestro corazón (*Fundamentos*, III.4, *Caminando en libertad*, p. 51).

Los miedos, deseos, enfados, tristezas y alegrías ponen en evidencia mis verdaderos intereses y apegos. En muchas ocasiones intentamos negarlos u ocultárnoslos, pensando que así no tendrán influencia en nuestras decisiones. Sin embargo, dejar que salgan es la mejor manera de descubrir cuál es realmente mi tesoro, lo que hay en mi corazón, a lo que estoy apegado: «Donde está tu tesoro, allí estará tu corazón» (Mt 6,21). A lo que se apegamos mi corazón, aquello de lo que no quiere desprenderse, de lo que le duele desprenderse, ése es mi verdadero tesoro, mi atadura.

El silencio, la oración, la confianza en el Señor me permiten superar el miedo y entrar en mi interior para reconocer, a través de todas estas señales que envían nuestros afectos, dónde está en realidad mi corazón.

San Pablo me ofrece unas pistas concretas para identificar las «apetencias seductororas» del hombre viejo; y, reconociéndolas, emprender el camino de la libertad verdadera, que pasa por dejar que el Señor me libere de ellas.

Despojaos *del hombre viejo* y de su anterior modo de vida, corrompido por sus *apetencias seductororas*; renovaos en la mente y en el espíritu y revestíos de la nueva condición humana creada a imagen de Dios: justicia y santidad verdaderas. Por lo tanto, dejaos de mentiras, hable cada uno con verdad a su prójimo, que somos miembros unos de

otros. Si os indignáis, no lleguéis a pecar; que el sol no se ponga sobre vuestra ira. No deis ocasión al diablo. El ladrón, que no robe más; sino que se fatigue trabajando honradamente con sus propias manos para poder repartir con el que lo necesita. Malas palabras no salgan de vuestra boca; lo que digáis sea bueno, constructivo y oportuno, así hará bien a los que lo oyen. No entristezcáis al Espíritu Santo de Dios con que él os ha sellado para el día de la liberación final. Desterrad de vosotros la amargura, la ira, los enfados e insultos y toda maldad (Ef 4,22-32).

También el Señor nos señala algunos apegos «positivos» (no pecaminosos), pero que pueden impedir que le sigamos:

El que quiere a su padre o a su madre más que a mí, no es digno de mí; el que quiere a su hijo o a su hija más que a mí, no es digno de mí (Mt 10,37; cf. Lc 14,26).

Partiendo de estas pistas puedo pedir la luz y la humildad necesaria para que pueda descubrir e identificar las apetencias y apegos que me impiden ser libre para seguir al Señor.

Pero no podemos conformarnos con conocer nuestras ataduras, sino que hay que dar el paso de ponerlas ante el Señor para que las deshaga (y así empezamos a ejercer nuestra libertad). Estar ante él sinceramente el tiempo necesario es empezar a pagar el precio de nuestra decisión de seguirle.

Después de reconocer nuestras ataduras fundamentales, si queremos entrar en el camino de la unión con Dios deberíamos empezar por ofrecerle a él todas esas realidades que nos esclavizan, haciendo un valiente ejercicio de libertad interior. En principio, bastaría con poner en las manos de Dios todo lo que tenemos, y disponernos a aceptar que nos arrebate lo que él sabe que nos impide ser verdaderamente libres (*Fundamentos*, III.4. Caminando en libertad, p. 52-53).

Después de reconocer, como el Apóstol, que el pecado y la debilidad de la carne me tienen atado y me llevan a hacer lo que no quiero, debo clamar por mi liberación y reconocer quién es mi liberador.

En efecto, no entiendo mi comportamiento, pues no hago lo que quiero, sino que hago lo que aborrezco; y si hago lo que no quiero, estoy de acuerdo con que la ley es buena. Ahora bien, no soy yo quien lo hace, sino el pecado que habita en mí. Pues sé que lo bueno no habita

en mí, es decir, en mi carne; en efecto, querer está a mi alcance, pero hacer lo bueno, no. Pues no hago lo bueno que deseo, sino que obro lo malo que no deseo. Y si lo que no deseo es precisamente lo que hago, no soy yo el que lo realiza, sino el pecado que habita en mí. Así, pues, descubro la siguiente ley: yo quiero hacer lo bueno, pero lo que está a mi alcance es hacer el mal. En efecto, según el hombre interior, me complazco en la ley de Dios; pero percibo en mis miembros otra ley que lucha contra la ley de mi razón, y me hace prisionero de la ley del pecado que está en mis miembros. *¡Desgraciado de mí! ¿Quién me libraré de este cuerpo de muerte? ¡Gracias a Dios, por Jesucristo nuestro Señor!* (Rm 7,15-24).

He de aceptar, como la consecuencia normal de mi condición, la división entre lo que quiero y aquello a lo que me llevan mis ataduras y apegos.

El silencio de la oración permitirá que salga de mí con fuerza la queja del creyente: «Desgraciado de mí, ¿quién me libraré?» Pero, también debo dejar que brote de mi interior la respuesta que me ofrece la Palabra: Jesucristo es el que me libraré. Y, a partir de ahí debo esperar que surja, junto con la petición de salvación, la acción de gracias por el liberador que necesito.

Después de reconocer todo lo que me estorba y me ata, tengo que clavar los ojos en Jesús, especialmente en su entrega por mí y su victoria sobre el pecado. A partir de ahí puedo empezar a correr la carrera que me toca.

En consecuencia: teniendo una nube tan ingente de testigos, corramos, con constancia, en la carrera que nos toca, *renunciando a todo lo que nos estorba y al pecado que nos asedia, fijos los ojos en el que inició y completa nuestra fe, Jesús*, quien, en lugar del gozo inmediato, soportó la cruz, despreciando la ignominia, y ahora está sentado a la derecha del trono de Dios (Heb 12,1-12).

No sirve de nada que me presente ante el Señor disimulando las ataduras que me paralizan. He de ponerme ante él con la sinceridad humilde de mostrarle mis ataduras y apegos, con la misma fe de los amigos del parálítico, para que Jesús cure mi parálisis y pueda caminar tras él.

Vinieron trayéndole un parálítico llevado entre cuatro y, como no podían presentárselo por el gentío, levantaron la techumbre encima de donde él estaba, abrieron un boquete y descolgaron la camilla donde yacía el parálítico. Viendo Jesús la fe que tenían, le dice al parálítico: «Hijo, *tus pecados te son perdonados*» [...]. «Te digo: *levántate*, coge tu camilla y vete a tu casa» (Mc 2,3-5.11).

Le ofrezco al Señor las ataduras que soy capaz de reconocer con la confianza de que él puede ver y liberarme de lo que realmente me paraliza. Ahora, en la quietud de la oración, y desde mi impotencia para moverme, hago silencio para escuchar las palabras liberadoras del Señor dirigidas a mí: «Estás perdonado», «Levántate». Puedo esperar con confianza porque sé que él me ha liberado y sé como lo ha hecho: con su pasión, muerte y resurrección.

Para la libertad nos ha liberado Cristo. Manteneos, pues, firmes, y no dejéis que vuelvan a someteros a yugos de esclavitud (Gal 5,1).

Y una vez liberado, me dispongo a mantenerme en la lucha para no dejarme paralizar por las mismas ataduras de antes... u otras nuevas.

Sugerencias para orar

En el silencio de la oración permito que vayan aflorando con claridad todas esas realidades, malas o buenas, que me atan a la hora de seguir al Señor. Sólo podré identificarme con Cristo desde la verdad de lo que soy; por eso no puedo cerrar los ojos a la realidad de los apegos que me encadenan. En ese clima sereno y confiado debo encontrar la paz interior que me permita superar el miedo a descubrir mis ataduras. Debo reconocerlas y aceptarlas como primer paso para entrar en la libertad que me permite seguir al Señor y entregarme a él.

Luego dejo serenamente que el silencio permita que vaya calando en mi corazón la alegría y la confianza de tener un Salvador que rompe las cadenas que me atan.

He de permanecer incansablemente ante Dios, en silencio e impotencia, hasta que él pronuncie la palabra que me libere de los

apegos y miedos que me paralizan. No tengo nada mejor que hacer. No hay nada más eficaz.

La expresión de nuestra decisión

Aunque lo fundamental para recobrar la libertad necesaria para seguir al Señor y unirnos con él es el reconocimiento de nuestras ataduras y acudir a él para que nos libere de ellas, todavía podemos hacer algo más para colaborar con él: ir desatando lazos y renunciando a apegos en la medida que podamos, no como si nosotros pudiéramos liberarnos, sino como expresión de que nuestra decisión es verdadera.

Éste es el primer paso en el proceso normal de crecimiento espiritual; pero si lo que pretendemos es entrar en el camino de la transformación interior y de la unión con Dios, no basta con el ofrecimiento, se necesita la renuncia real [...].

Este comienzo tiene que hacerse con sano realismo; y es muy importante no tomarlo como un mero ejercicio ascético, ni siquiera como un acto de renuncia por la renuncia, ni tampoco como un medio mágico que nos proporcione automáticamente determinados resultados espirituales.

Una vez hayamos visto con claridad los afectos a los que nuestro corazón se apegaba y tengamos claro las ataduras que esconden, hemos de renunciar a ellos en la medida en que buenamente podamos y lo permitan las circunstancias y nuestros deberes de estado (*Fundamentos*, III.4. Caminando en libertad, p.52-53).

En el episodio evangélico de Zaqueo encontramos un modelo de renuncia que colabora con la liberación realizada por Cristo. El encuentro con Cristo cambia la vida de Zaqueo: Jesús lo busca, entra en su casa, le muestra su amor gratuito y generoso. Pero, a continuación, la renuncia real y concreta a lo que era su gran apego y la meta de su vida es el signo de la realidad del cambio producido por el encuentro liberador con Cristo.

Jesús, al llegar a aquel sitio, levantó los ojos y le dijo: «Zaqueo, date prisa y baja, porque es necesario que hoy me quede en tu casa». Él se dio prisa en bajar y lo recibió muy contento [...]. Zaqueo, de pie, dijo al

Señor: «Mira, Señor, *la mitad de mis bienes se la doy a los pobres*; y si he defraudado a alguno, le restituyo cuatro veces más» (Lc 19,5-6.8).

Jesús quiere realizar ese mismo proceso en mi vida. Debo buscar apasionadamente el encuentro con el Señor, consciente de que es él quien me busca; y una vez liberado, debo desprenderme de forma concreta y realista de mis ataduras. Ese desprendimiento es muestra de agradecimiento por la liberación recibida, testimonio de que Cristo es el liberador y la forma concreta de colaborar en un proceso que no puedo realizar yo solo, pero que tampoco se realiza sin mí.

Para llevar a cabo este desprendimiento voluntario necesito la sabiduría de san Pablo que permite comparar el valor de mis apegos con el valor de la intimidad con Cristo. Si consigo ver con claridad lo que vale la comunión con Cristo, podré descubrir y aceptar las renunciaciones concretas a aquello que antes valoraba y ahora reconozco como pérdida y basura.

Todo lo considero pérdida comparado con la excelencia del conocimiento de Cristo Jesús, mi Señor. Por él lo perdí todo, y todo lo considero basura con tal de ganar a Cristo (Flp 3,8).

El que realmente quiera ser liberado de sus ataduras debe ser consciente de que no se trata de un cómodo proceso de liberación que se puede ir realizando poco a poco y sin sufrimiento. Se trata de entrar en la dinámica de la cruz: morir para nacer, perder la vida para ganarla: «El que pretenda guardar su vida, la perderá; y el que la pierda, la recobrará» (Lc 17,33). En definitiva, lo que hay que querer de verdad es ser llevado a la cruz por las mismas ataduras y condicionantes de los que necesitamos liberarnos; lo que tenemos que permitirle al Señor es que nos una a su muerte con el despojo de aquello que nos parece imprescindible para sobrevivir y nos lleve a una nueva vida libre de nuestros viejos apegos y seguridades. Pero no es suficiente no huir de nuestra cruz, ni siquiera basta con soportarla a regañadientes, sino que necesitamos abrazarla decididamente porque es ahí donde somos realmente liberados.

No debemos olvidar que estamos en el ámbito de la cruz. Toda esta purificación nos encamina a ella, porque la cruz está unida a nuestras necesidades y a nuestros miedos. Por eso es vital que dejemos de huir de la cruz y la aceptemos de modo amoroso y efectivo, sin quejarnos ni buscar justificaciones o disculpas para eludirla [...]. Aquí no basta con «aguantar» estoicamente, sino que es necesario aceptar y, especialmente, «querer» (*Fundamentos*, III.4. Caminando en libertad, p. 53).

Al escuchar la Palabra del Señor descubro que caminar hacia la verdadera libertad pasa necesariamente por aceptar la renuncia a los apegos (incluso a cosas buenas) que me dan seguridad, me centran sobre mí mismo y me impiden abrirme incondicionalmente a Dios. Ese camino conduce inevitablemente a la cruz y me exige una generosa disposición para abrazarla.

El que quiere a su padre o a su madre más que a mí, no es digno de mí; el que quiere a su hijo o a su hija más que a mí, no es digno de mí; y el que *no carga con su cruz* y me sigue, no es digno de mí (Mt 10,37-38).

Desprenderme de afectos, renunciar a ataduras, superar miedos es realmente negarse a uno mismo: negar el hombre viejo que soy para que pueda surgir el hombre nuevo a imagen de Cristo.

Entonces dijo a los discípulos: «Si alguno quiere venir en pos de mí, que *se niegue a sí mismo, tome su cruz* y me siga» (Mt 16,24).

La cruz no es un elemento opcional para el cristiano, no es un añadido al seguimiento de Cristo, es lo único que realmente necesitamos para ser libres y seguir al Señor.

No se trata de cargar con una cruz que es igual para todos o con cualquier cruz: la cruz está hecha a la medida de nuestras características personales, y forman parte de ella nuestras debilidades, miedos, apegos y ataduras concretas. Hay que aceptar nuestra cruz tal como es y con todas las circunstancias que hacen que esté hecha a nuestra medida para que pueda servir de instrumento de purificación, entrega e identificación con el Señor.

No debo ser ingenuo pensando que puedo huir de la cruz sin pagar un alto precio: si rechazo la cruz, al final seré esclavo de mis miedos, afectos y apegos.

Hay muchos que andan como *enemigos de la cruz* de Cristo: su paradero es la perdición; su Dios, el vientre; su gloria, sus vergüenzas; solo aspiran a cosas terrenas (Flp 3,18-19).

San Pablo nos ofrece una lista de las tendencias del hombre viejo que marcan nuestra vida y la esclavizan: las obras de la carne. Debo ser consciente de que necesito disponerme generosamente a crucificar la carne, entrando en lucha firme contra las pasiones que me esclavizan para que muera en mí el hombre viejo dominado por el pecado, que tiene como horizonte la lejanía de Dios. De esa muerte nace la vida nueva del hombre renovado por la gracia que puede participar de la vida divina.

Las obras de la carne son conocidas: fornicación, impureza, libertinaje, idolatría, hechicería, enemistades, discordia, envidia, cólera, ambiciones, divisiones, disensiones, rivalidades, borracheras, orgías y cosas por el estilo [...]. Y los que son de Cristo Jesús *han crucificado la carne con las pasiones y los deseos* (Gal 5,19-21.24).

Sugerencias para orar

En la presencia del Señor, dejo que surja la renuncia concreta que está a mi alcance para mostrarle que mi decisión de entregarme a él es verdadera.

Tomo conciencia de que será él quien tendrá que irme liberando de todas las ataduras que me impiden entrar en la comunión de amor con él; y lo hará a través de las circunstancias de mi vida y de mi misma relación con él.

Espero pacientemente que surja en mi interior la fuerte decisión de seguirle, como el fruto, madurado en la oración, del conocimiento de mí mismo, de mi necesidad de un Salvador, y de mi atracción por él.

En el silencio de la oración me dispongo a descubrir serenamente cuál es mi cruz, la que necesito, la que está construida a partir de mis limitaciones, miedos y ataduras, la que

me hace morir realmente a mí mismo, y me lleva a renacer completamente transformado.

He de dedicar el tiempo y el silencio necesarios para dejar de huir de la cruz y abrazar la cruz liberadora, la que me hace falta para morir a lo viejo y nacer a lo nuevo, para poder seguir al Señor e identificarme con él.