

Retiro espiritual

La verdadera alegría

Un mundo triste

La tentación de la tristeza

Contemplar la alegría del Señor

Alegría y cruz

La verdadera alegría

La alegría y el discernimiento evangélico

El apostolado de la alegría

La ascesis de la alegría

Conclusión

Un mundo triste

Dice un proverbio escocés que «la sonrisa cuesta menos que la electricidad y da más luz», y su valor es mayor en la medida en que hay más oscuridad a nuestro alrededor, como sucede en nuestros días. Porque la realidad es que nuestro mundo es un mundo triste, aunque intente disimularlo y parecer feliz y divertido. Y quizá por eso mismo, porque vivimos en un mundo tan hedonista y superficial, tan amigo del disfrute y la diversión, hablar de la alegría puede parecer superfluo. Nadie va a negar su valor y su necesidad, pues todos estamos dispuestos a buscarla por todos los medios a nuestro alcance.

Sin embargo, debemos tener en cuenta que la alegría es uno de los temas más serios que podemos plantearnos, porque es uno de los signos más claros del nivel de nuestra fe y de la calidad de nuestras actitudes cristianas.

Prueba de la importancia del asunto de la alegría es la situación de nuestro mundo, tan triste como frenéticamente ansioso de felicidad; y, a la vez, carente de la respuesta que tenemos que dar quienes poseemos el secreto de la verdadera felicidad. Porque en gran medida somos responsables de que el mundo esté triste. La realidad es que nuestro mundo está marcado por la tristeza, a pesar de las apariencias y aunque haya descubierto infinidad de formas de entretenimiento y diversión. Pero una cosa es «divertirse mucho» y otra muy diferente «estar alegre» o, lo que es lo mismo, «ser feliz». En un caso hablamos de un sentimiento superficial y pasajero y en el otro de un modo de ser y de vivir.

Esto tiene especial importancia si tenemos en cuenta que estamos rodeados de crisis y conflictos de todo tipo, tanto externos como internos. Vivimos en un mundo angustiado, que trata inútilmente de negar, evitar o huir de los problemas, mientras acepta con resignación la tristeza a condición de disponer de pequeños reductos de diversión o euforia. Reductos que, si no se consiguen de forma natural, se fuerzan artificialmente por medio del alcohol, la droga o cualquier adicción que permita evadirse de los problemas y evitar momentáneamente el sufrimiento que conlleva la vida.

Y es lógico que sea así. De hecho, el hombre es un ser conflictivo, abocado al sufrimiento y a su consecuencia natural, que es la tristeza. Y la causa última de esto no es otra que el pecado: desde el pecado original, agravado por nuestros pecados personales, el ser humano está marcado por la debilidad y la impotencia para superar las dificultades, lo que lo aboca a enfrentamientos, tensiones y conflictos que provocan ansiedad, desequilibrios, angustia, depresiones, etc. Y los mismos cristianos, a pesar de nuestros ideales, vivimos sometidos a esta ley humana que nos obliga a reconocer que «no hago el bien que quiero, sino que obro el mal que detesto» (Rm 7,19).

Este estado conflictivo parece ser hoy uno de los signos de los tiempos en nuestro contexto histórico, y también es un signo del modo de vivir la fe en la actualidad. Antes, en tiempos pasados,

también había problemas y motivos de sufrimiento, pero existían convicciones y valores más sólidos y claros. Ahora, además de los motivos normales de sufrimiento que conlleva la vida, gracias al ambiente hedonista y relativista en que nos movemos, vivimos sumergidos en un estado permanente de angustia, crisis, perplejidad, confusión e inseguridad.

Dada esta situación general, no podemos esperar que el mundo nos ofrezca referencias de lo que es la alegría, ni los medios para lograrla. El mundo, además de intensificar los motivos de agobio, de tensión y de tristeza, solamente nos puede dar sucedáneos de alegría que nos llevan a más tristeza y tensión. Más aún, tratará de impedir que intentemos alcanzar la alegría para evitar que salgamos de la compulsiva búsqueda de la única alegría que el mundo conoce, que es la diversión y la euforia. Evitará que reflexionemos y busquemos la verdad, y el bien objetivos. Pero, por mucho bienestar que produzca una diversión sana o una euforia artificial generada por las drogas u otras formas de evasión, la realidad es que nada de eso tiene que ver con la verdadera alegría, incluso la hacen imposible porque sitúan al hombre en las antípodas de la única fuente de la plenitud humana y del verdadero gozo. Nosotros, sin embargo, debemos rescatar la fuente de la alegría porque estamos obligados a la alegría por Dios, por nosotros y por los demás.

Para desechar la falsa alegría la Palabra de Dios nos ofrece múltiples ejemplos de esa alegría ilusoria que ofrece el mundo para hacernos creer que somos felices e incluso que nos permite justificar el pecado, pensando que está bien todo lo que nos hace felices. Este es el caso de los que se creen inmunes en su lucha contra el bien e incluso contra Dios, ignorando que su alegría se convertirá en tristeza por ese camino (cf. Jn 16,20):

Judas Iscariote, uno de los Doce, fue a los sumos sacerdotes para entregárselo [a Jesús]. Al oírlo, se alegraron y le prometieron darle dinero (Mc 14,10-11; cf. Lc 22,5).

También están aquí los que cifran su felicidad en la acumulación de riquezas, ignorando lo efímero de su consuelo:

Entonces me diré a mí mismo: «Alma mía, tienes bienes almacenados para muchos años; descansa, come, bebe, banquetea alegremente». Pero Dios le dijo: «Necio, esta noche te van a reclamar el alma, y ¿de quién será lo que has preparado?» (Lc 12,19-20).

Lo mismo sucede con los soberbios, cuya prepotencia se convertirá en aflicción, lo que tendría que servirles como invitación a la penitencia y la conversión:

Lavaos las manos, pecadores; purificad el corazón, los inconstantes. Lamentad vuestra miseria, haced duelo y llorad; que vuestra risa se convierta en duelo y vuestra alegría en aflicción (St 4,8-9).

Sin olvidar la falsa alegría de los mediocres, que nos puede afectar más directamente, de los que escuchan la Palabra con alegría, pero carecen de la fidelidad necesaria para cumplirla:

Hay otros que reciben la semilla como terreno pedregoso; son los que al escuchar la palabra enseguida la acogen con alegría, pero no tienen raíces, son inconstantes, y cuando viene una dificultad o persecución por la palabra, enseguida sucumben (Mc 4,16-17).

Ante este panorama, vamos a tratar de entrar en la verdad de este asunto, para lo cual hemos de empezar reconociendo que la cuestión de la alegría no es algo divertido, sino un asunto muy serio. De hecho, las personas más alegres suelen ser las más serias, porque seriedad y alegría no son cosas incompatibles sino complementarias. Esta paradoja sólo se puede comprender a la luz de la fe, con la ayuda de la Palabra y desde la contemplación profunda de Dios a la que nos lleva el Espíritu Santo en la oración. Sólo en el silencio de la oración humilde y silenciosa del que tiene los ojos fijos en el Señor se puede descubrir el misterio que esconde la verdadera alegría, porque sólo en la contemplación recibimos de Cristo sus mismos ojos para ver la realidad como la ve él y podemos entrar en la hondura de su misterio, en el que se encierra la verdad de lo que es el ser humano y la auténtica razón de su felicidad y su alegría.

Por todo eso, vamos a buscar la alegría, pero la verdadera, la que es fuerte y no se desvanece al primer contratiempo, la que nada tiene que ver con el sentimiento pasajero de dicha sensible,

y cuya raíz se hunde en Jesucristo y en la buena nueva que nos ofrece.

La tentación de la tristeza

Hasta el siglo VII la tristeza entraba en la lista de los pecados capitales, lo que nos da idea de que no se trata de un mero sentimiento o un simple defecto. A partir de ese momento, no es que la tristeza dejara de ser pecado, sino que se incluyó en el pecado de la pereza. La tristeza no es un defecto ni un estado de ánimo, sino un pecado porque nos destruye a nosotros y ofende a Dios. Es verdad que no toda tristeza es pecado y, de hecho, hay sufrimientos, momentos oscuros o estados de ánimo que nos dejan justificadamente tristes. Hay incluso una tristeza buena porque alegría y tristeza nos ayudarán al discernimiento como veremos más adelante. Y esto les sucede a las personas más alegres, a los santos y al mismo Jesús. Experimentaron la tristeza, pero no la que es pecado. Jesús, el hombre más alegre y feliz que ha existido, vivió momentos de oscuridad y angustia, en los que llegó a confesar: «Mi alma está triste hasta la muerte» (Mc 14,34).

Sin embargo, este tipo de tristeza no define el tono general de una vida. De hecho, es perfectamente compatible con una vida luminosa, esperanzada y gozosa. Los mismos santos nos muestran que podían vivir con gozo en medio de grandes dificultades y, a la vez, experimentar la tristeza de ver la gracia desperdiciada y el amor de Dios no correspondido, la tristeza del propio pecado y la del pecado del mundo. Estas realidades producen tristeza, empezando por la que le producen al mismo Dios.

Es la experiencia del corazón humano que siente con el corazón de Cristo y que ve cómo la obra de la gracia, la creación del mundo nuevo que está tratando de construir el Señor choca permanentemente con la oposición que le presenta el pecado y el mundo: ¡tanta gracia de Dios desperdiciada, tanto amor de Dios perdido o manipulado para justificar nuestros intereses...! Ésta es la tristeza de Dios, de Cristo y de los santos, una tristeza que no

es pecado. ¡Ojalá la tuviéramos! La tristeza que es la compunción que se nos pide para la confesión; en vez de que nos entristezcan los pequeños fracasos o las opiniones de los demás.

Sin embargo, la falta de alegría del mundo y la de los que justifican su pecado sí es mala y destructiva, ésta sí es pecado. Y en este sentido existe una tristeza propia de las personas buenas y de muchos cristianos piadosos que habría que catalogar como pecado, que es la tristeza de los mediocres y de los desesperanzados; de aquellos que se conforman con sobrevivir, sin dejarse consumir por la pasión de Dios y los que, a pesar de creer en Dios, sólo esperan y buscan los resultados de sus propias fuerzas y acciones.

Todos los que pretendemos tomarnos en serio a Dios y vivir de verdad la vida de fe hemos de reconocer y luchar contra esta tentación hasta superarla, porque nos llega permanentemente a través de la acumulación de problemas que nos presenta el mundo. Ciertamente no nos podemos quitar de encima las causas de los problemas y sufrimientos; y eso hace que lleguemos a convencernos de que con tantos problemas no nos queda más remedio que vivir agobiados o tristes, cuando es precisamente esa misma dificultad la que nos permite experimentar la verdadera alegría y dar un testimonio creíble de la fe ante el mundo. La auténtica alegría no es la que se tiene cuando todo va bien, sino la que se mantiene viva en medio de las dificultades. Ésta es la verdadera alegría, la alegría cristiana que alegra el corazón de Dios y la que el mundo necesita como testimonio. Alguien decía que los cristianos anunciamos la buena Noticia como si estuviéramos dando e pésame en un funeral.

Precisamente la multitud de problemas que tenemos es una magnífica excusa y la tentación perfecta para caer en el pesimismo, que es incompatible con la visión evangélica de la realidad, y nos lleva a actitudes de vida mediocres y apagadas. Pero el pesimismo nunca es real, aunque haya razones que lo expliquen, porque es fruto de una mirada incompleta de la realidad, que sólo se fija en los aspectos negativos, ignorando los positivos.

Puedo mirar sólo el problema o «ver» el problema y «mirar» a Dios, contemplando su presencia y su gracia en esa situación conflictiva. La cuestión no está, pues, en los problemas, sino en la mirada. Es algo así como si alguien nos regalase un maletín lleno de dinero y sólo viéramos la molestia que se nos impone de tener que llevar a casa el peso del maletín. Aunque tampoco valdría el cálculo realista del que piensa que merece la pena llevar el maletín porque su contenido compensa esa molestia. La verdadera mirada es la que descubre la riqueza real que se nos regala y que es tan superior a todo lo que podemos imaginar que nos hace olvidar el peso del maletín: nadie, en su sano juicio y a la vista del dinero, se entretendría en considerar el maletín y lo que supone de molestia. Éste es el caso del hombre que vende todos sus bienes con alegría para comprar el campo en el que está escondido un tesoro (Mt 13,44). Con frecuencia nos permitimos el pesimismo porque contemplamos el mal, nuestro pecado o el de los demás, y, mientras tanto, no contemplamos al único que debemos contemplar, que es a Cristo. Su contemplación tiene que llevarnos a absorber nuestro corazón de tal modo que veamos todas las realidades sin dejar de contemplarlo a él.

Contra el pesimismo del mundo y de los mediocres, que, de contemplar tanto lo negativo no ve salida a los problemas del mundo, no debemos oponer la ingenuidad, que niega el mal, ni el «realismo», que busca equilibrar el bien y el mal como si tuvieran el mismo peso, sino el optimismo propio de la mirada de Dios, que ve el mal y el pecado, lo reconoce en toda su profundidad, pero lo convierte en amor, en ternura, misericordia y sonrisa. Precisamente la ternura es la expresión humana de la misericordia de Dios, que exige acoger todo y a todos sin juzgar, sin violencia, con mansedumbre. En vez de pasar a los demás «la bola» de los problemas y sufrimientos como hacemos habitualmente, igual que en el juego infantil de pasar el balón, lo que hace Jesús es quedarse con «la bola» del pecado y del mal. Eso es la misericordia. Y eso hace feliz. ¡Cuánto sufrimos por no querer sufrir, por intentar evitar los problemas a toda costa! Nuestro afán

por huir del dolor nos hace olvidar que es del pecado de lo que deberíamos huir. Y el sufrimiento no es pecado y, además, no es incompatible con el gozo. Si aceptamos esto, podremos ir descubriendo la conexión que existe entre la alegría y el amor y que pasa necesariamente por el dolor. La conexión entre gozo y sufrimiento sólo se consigue por la vía del amor, que no consiste en sentimientos superficiales o en que los demás nos quieran, sino en que amemos de verdad, entregando en ello nuestra vida. Porque, en realidad, el amor que tenemos no es el que nos dan los demás, sino el que nosotros ponemos, que no es otra cosa que el amor que Dios nos da. Así es como ama Dios y cómo podemos entender que el amor es fuente de alegría porque es reflejo del amor de Dios. A todos nos gusta que nos amen, pero la alegría verdadera nos la proporciona el amor que nosotros damos a los demás, y no tanto el que recibimos de ellos. En definitiva, se trata de cambiar la perspectiva: si aprendemos a mirar con la mirada de Dios cambia la realidad: muchos problemas dejan de ser causa de agobio y descubrimos infinidad de ocasiones para ejercitar el verdadero amor, que es causa de la verdadera alegría.

Esto es algo delicado y profundo, que nos lleva inevitablemente al misterio de la felicidad de Dios frente al problema del mal y del infierno. Si contemplamos este misterio podremos encontrar las claves para vivir realmente felices en medio del mal que nos rodea. Es un tema al que se ha acercado el P. Molinié, reconociendo que no es fácil entender la alegría de Dios frente al infierno y los condenados, pero hay que aceptarlo en fe para ir comprendiéndolo poco a poco a través de la contemplación del misterio de Cristo:

Dios renuncia a convertir a los que se pierden: es verdad. Pero no renuncia en la indiferencia, ni tampoco en virtud de un amor menor: renuncia en la cólera. Y es en esta no-indiferencia donde resplandecerá al fin y al cabo la gloria del amor ultrajado. La cólera manifestará eternamente que ahí mismo donde Dios renuncia a convertir, no renuncia a amar, y que este amor no se rendirá nunca. El amor protestará eternamente que Dios no se resigna al pecado; y esta protesta, que es la cólera del amor, es también la gloria del amor. Y eso mismo le permitirá permanecer infinitamente feliz a pesar del pecado.

Hagamos lo que hagamos, no conseguiremos que Dios y los elegidos dejen de amarnos, y en consecuencia ser felices¹.

Dios nos ama y nos crea para amar y por eso nos hace libres; y porque nos ama libres, respeta nuestra libertad. Fruto de esa libertad es el pecado. A Dios le duele enormemente nuestro pecado como renuncia al amor que nos ofrece; y de ahí surge una cólera divina ante el amor no amado y la gracia desperdiciada; pero no es una cólera destructiva, vengativa o castigadora, sino la cólera del amor, una expresión del amor apasionado de Dios ante el mal. Eso explica el amor de Dios ante el infierno y los condenados. Ciertamente el amor de Dios a los condenados no es el mismo que su amor a los bienaventurados del cielo; pero tanto la cólera del amor por unos como la armonía del amor por otros manifiesta una realidad idéntica en su origen: su amor infinito por todos. Dios contempla en los condenados algo que no tiene solución y que él no va a resolver por respeto a la libertad, y se revuelve contra eso por amor; y ese amor es lo que le permite ser plenamente feliz ante esa realidad que le desgarrar. Dios es feliz porque sigue amando infinitamente a los condenados y sigue sufriendo por ellos, en ese misterio que es también el misterio del sufrimiento de Dios.

Es verdad que hay problemas, sufrimiento y muerte. Pero no es menos verdad que todo esto que nos habla de muerte a todas horas, nos está hablando también del Reino de Dios, que, como semilla poderosa, mientras parece morir en la tierra, está transformándose maravillosamente y preparándose para dar mucho fruto (cf. Jn 12,24); y, mientras creemos muerta la semilla, va creciendo, aunque no lo veamos (cf. Mc 4,26-29). Nuestra alegría no se fundamenta en la aparente pérdida de la semilla, sino en el fruto que esa semilla va a dar, aunque de momento no lo veamos. De hecho, en medio de tanto dolor y muerte como nos rodea, no deja de filtrarse el gozo, por todas las rendijas que encuentra entre la oscuridad. Basta saber mirar para descubrirlo.

Por eso, nuestra alegría tendría que ser semejante a la de la madre en el alumbramiento de una vida: «La mujer, cuando va a

dar a luz, siente tristeza, porque ha llegado su hora; pero, en cuanto da a luz al niño, ni se acuerda del apuro, por la alegría de que al mundo le ha nacido un hombre» (Jn 16,21). La explosión de una nueva vida conlleva una explosión de gozo, aún en medio del dolor. La gracia que recibimos en la eucaristía, en la confesión o en la oración es explosiva. Dios no actúa con la desidia y dejadez de los seres humanos: él es pasión y fuego que consume. Y esta gracia explosiva rompe todos los esquemas y limitaciones humanos para crear una nueva vida que parecía imposible. En nuestra mano está elegir entre lo que sabemos o controlamos o creer en el potencial de la gracia de Dios. Si elegimos prioritariamente resolver los problemas o quitárnoslos de encima, renunciamos a esa explosión divina porque compromete nuestra vida y acabamos resignándonos a la mediocridad, cuyo signo es la tristeza; por el contrario, si dejamos actuar a Dios y hacemos posible esa explosión, seremos consumidos por el fuego de Dios, cuyo signo es la alegría.

Ésa es la alegría de los santos, de los pobres y de los niños. Y es también, sobre todo, la alegría de Dios: ver que su reino crece y que su amor estalla en nosotros. Debemos recordar en este sentido que la causa profunda de nuestra alegría es el fuego y la gracia que ya hemos recibido y preguntarnos: ¿Qué hemos hecho con ese fuego y ese amor explosivo que Dios nos dio? ¿Por qué pesa más cualquier problema intrascendente que la explosión de gracia que Dios nos ha concedido? Necesitamos oración y contemplación para descubrir la acción poderosa de la gracia de Dios en nosotros y en los demás, en tantas circunstancias y situaciones en las que Dios actúa a lo grande. Porque la verdadera alegría es la de Dios, que es fruto de su amor, es la alegría de la explosión de la gracia, el gozo de la obra de la redención, que nos hace exclamar: «Tus acciones, Señor, son mi alegría» (Sal 92,5). Y ese gozo -el de Dios- es el que viven los que se dejan arrebatar y consumir por el amor de Dios. Y estamos llamados a esa alegría: no a encontrar pequeños consuelos en el desierto de una vida triste, sino a compartir en nuestro corazón el estallido gozoso de la

gloria de Dios. Ésa tiene que ser nuestra alegría en la tierra y será el gozo eterno en la gloria del cielo. Tenemos que vivir en esta vida el gozo de la pasión de Dios para poder vivir eternamente ese gozo en el cielo. «¡El gozo del Señor es vuestra fuerza!» (Ne 8,10). Resulta muy consolador descubrir el poder de la alegría, y reconocerla como nuestra fuerza. ¡Cuánto cambiaría el mundo si, ante los problemas y dificultades, fuéramos capaces de esbozar una sonrisa antes de buscar frenéticamente una solución! Como decía santa Teresa de Calcuta: «Un corazón lleno de amor es un corazón lleno de alegría... Dios ama a quienes se dan sonriendo».

Hay numerosos textos que nos muestran la alegría motivada por la contemplación de la acción de Dios: Hch 1,23; Rm 16,19; 2Co 1,24; 2,2-3; 7,7.4.16; Flp 1,4.18; 2,2.17; 4,1.10; Col 2,5, 1Tes 2,19s; 3,19; Heb 13,17; Flm 7; 1Jn 1,4; 2Jn 4; 3Jn 3-4. Esto nos obliga a plantearnos si nuestra falta de alegría no estará motivada por nuestra falta de contemplación, que nos impide ver la acción de Dios en nuestra vida y en el mundo. Esto hemos de aplicarlo especialmente a la contemplación de la acción poderosa de Dios como fruto de la verdadera oración de petición -la intercesión-, la que se hace «en el nombre» del Señor y que tiene el resultado garantizado porque se pide en sintonía con su corazón. De ella nos dice el mismo Jesús: «Pedid, y recibiréis, para que vuestra alegría sea completa» (Jn 16,24).

Debemos descubrir cómo, en medio del pecado y del mal, la gracia de Dios se abre camino y su Reino avanza imparable, dándonos la confianza gozosa de que el reino de Dios ya está aquí, entre nosotros (Mc 1,15; Rm 14,17), y eso nos da una alegría invencible que nos asegura la presencia de Cristo resucitado: «volveré... y nadie os podrá arrebatar vuestra alegría» (Jn 16,22). Sólo desde esta realidad se puede entender el optimismo evangélico y la alegría constante del cristiano.

Contemplar la alegría del Señor

La contemplación de Jesús nos invita a la comunión con el gozo del Señor, sumergiéndonos en su mirada, sus sentimientos y su

alegría. En todo lo que hace y dice podemos encontrar su invitación a entrar en la participación de la experiencia del gozo de su corazón: en su misericordia con los pobres y necesitados, en las parábolas, en el trato con los niños, en su participación en los placeres sencillos y las alegrías más naturales y humanos, en la amistad que él ofrece y de la que participa, en la sencillez de su vida oculta, en el gozo que comparte con los pecadores perdonados o los enfermos curados, etc. Podríamos contemplar estas realidades en alguno de los siguientes pasajes evangélicos:

- El mismo Jesús nos habla de la alegría de Dios al perdonar: «Habrá más alegría en el cielo por un solo pecador que se convierta que por noventa y nueve justos que no necesitan convertirse» (Lc 15,7; cf. 10.32).
- Se goza por la revelación que Dios hace a los pequeños: «En aquella hora, se llenó de alegría en el Espíritu Santo y dijo: “Te doy gracias, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has escondido estas cosas a los sabios y entendidos, y las has revelado a los pequeños. Sí, Padre, porque así te ha parecido bien”» (Lc 10,21).
- La alegría de los discípulos es participación de la del Señor cuando ellos permanecen en su amor: «Si guardáis mis mandamientos, permaneceréis en mi amor; lo mismo que yo he guardado los mandamientos de mi Padre y permanezco en su amor. Os he hablado de esto para que mi alegría esté en vosotros, y vuestra alegría llegue a plenitud» (Jn 15,10-11).
- La alegría cumplida del Hijo que vuelve al Padre tras realizar su misión: «Ahora voy a ti, y digo esto en el mundo para que tengan en sí mismos mi alegría cumplida» (Jn 17,13).
- La fidelidad de Jesús a su misión le lleva a abrazar la cruz, renunciando a la falsa alegría: «Jesús, en lugar del gozo inmediato, soportó la cruz» (Heb 12,2).

Alegría y cruz

Lo normal en nuestro mundo es pensar que el sufrimiento y el gozo son realidades incompatibles; pero sucede justamente lo contrario. Evidentemente, el dolor no es divertido, ni puede coexistir con la euforia, pero sí es perfectamente compatible -por no decir inseparable- del amor. Sólo el amor nos puede hacer felices, y el amor verdadero siempre duele. Por eso el gozo más profundo puede darse a la vez que se experimenta el sufrimiento y la tristeza. Jesús mismo nos da ejemplo de ello en multitud de ocasiones, como cuando lloró la muerte de Lázaro. Ahí vemos que su alegría no es un mero sentimiento, ni un estado de ánimo, sino un modo de ser, el tono que define a una persona, algo que permanece a pesar de que en algunos momentos sufra o llore. Por eso san Pablo puede pedir que estemos alegres, incluso que estemos «siempre» alegres:

Alegraos, trabajad por vuestra perfección, animaos; tened un mismo sentir y vivid en paz. Y el Dios del amor y de la paz estará con vosotros (2Co 13,11).

Hermanos, alegraos, en el Señor (Flp 3,1).

Alegraos siempre en el Señor; os lo repito, alegraos (Flp 4,4).

Estad siempre alegres (1Tes 5,16).

No hay que olvidar en este sentido que la alegría es el saludo y mandato del Resucitado (Mt 28,9), cuya presencia invencible es la razón por la cual nos puede decir que nadie nos podrá quitar nuestro gozo (Jn 16,22). Pero esto sólo se puede entender si aceptamos que la Cruz es fuente de alegría, realmente la única fuente de la verdadera alegría; de modo que sólo el que conoce la cruz conoce la verdadera alegría. Sólo podremos entender que la Cruz es la fuente de la alegría si aceptamos esa verdad en fe y abrazamos la cruz en nuestra vida. Para ello necesitamos descubrir la gloria de la Cruz, que es la máxima expresión del amor y la pasión de Dios, la auténtica explosión del amor y la gloria de Dios. Los santos descubrieron esa gloria y por eso eran felices en medio de infinidad de problemas y grandes sufrimientos. Los

mártires iban cantando al martirio, llenos de gozo por compartir los sufrimientos de Cristo, dando testimonio de su fe y de su amor al encaminarse al cielo. Nosotros con nuestras quejas y huidas parecemos de una religión distinta, como si siguiéramos a un Cristo distinto al que entregó libre y amorosamente la vida por salvarnos y murió exclamando satisfecho que todo estaba cumplido, un Cristo distinto al de los mártires. Tenemos que elegir si seguimos al Cristo de los mártires o al de los mediocres.

El mayor error en todo esto -y la gran mentira que nos impone el mundo- es creer que la alegría es incompatible con el sufrimiento; por eso, creemos que para ser felices tenemos que evitar a toda costa el dolor, ignorando o eludiendo los problemas, buscando ansiosamente la comodidad, el placer o la diversión. A partir de aquí, se crea una mentalidad que desecha todo lo que no responda a este tipo de impulsos. No importa que algo sea bueno, verdadero o justo; basta que no sea divertido para desecharlo. Incluso los cristianos actuamos así, como se demuestra cuando despreciamos una misa celebrada con unción y buscamos una liturgia o una predicación más atractivas o «divertidas», o cuando obligamos a los sacerdotes a «atraer» a la gente por cualquier medio, en lugar de pedirles que sean fieles a su misión, aunque ésta no resulte divertida.

Así pues, gozo y tristeza, no son lo que parecen o lo que nos quiere hacer creer el mundo que son. En realidad, como decía Léon Bloy, «la única tristeza es la de no ser santos»; una afirmación realizada desde su experiencia personal de grandes tribulaciones y sufrimientos, en los que bordeó la desesperación y en los que vislumbró que el único gozo auténtico se encuentra en el camino del amor, que siempre pasa por la cruz.

La realidad es que el dolor es inevitable, al igual que los problemas y las dificultades. Forman parte ineludible de la vida; y si los ignoramos o tratamos de evitarlos nos alcanzarán más tarde con más fuerza. Por eso Jesús no vino a eliminar el sufrimiento o los problemas, sino a iluminarlos y darles sentido redentor llenándolos de amor. Con su predicación y con el ejemplo de su

vida nos demuestra que cualquier conflicto, problema, dificultad o sufrimiento encierran la presencia de Dios, que se deshace en ternura por sus hijos, por lo que podemos aprovecharlos como ocasión para reconocer esa presencia, empaparnos de su amor y convertirlos en ocasiones providenciales para expresar nuestro amor a Dios y nuestro servicio al prójimo.

El mejor ejemplo de esto lo tenemos en la cruz de Cristo. Ella es la máxima expresión del mal y el pecado del mundo, y supone el mayor de los sufrimientos que se pueden infligir a un hombre. Sin embargo, en el culmen de su dolor, Jesús no deja de ser feliz ni alegre; no porque le resulte divertido lo que vive, sino porque no deja de ser el hombre pleno, que vive todos los acontecimientos iluminados por la presencia amorosa del Padre y como ocasión para amar a fondo a Dios y a la humanidad. Y eso convierte el mayor dolor que existe en la mayor experiencia de amor y de gozo.

Como ya hemos apuntado antes, tenemos que plantearnos con toda radicalidad que, si hemos conocido a Cristo y hemos tenido alguna experiencia de la gracia, ese conocimiento y esa gracia son explosivos y, entonces, ¿qué hemos hecho con la explosión de la presencia, del amor, de la gracia, del poder, de la gloria de Dios en nosotros? ¿Para qué lo hemos utilizado? Y la respuesta no la podemos dar con palabras, sino con la realidad de nuestras opciones: El tono de nuestra vida define lo que estamos haciendo con la explosión de la gracia, de la gloria y de la alegría de Dios en nosotros. Y no olvidemos que eso no se refiere sólo a nosotros, sino también al amor que le debemos a los demás y, en ese sentido, forma parte de nuestra misión.

. . .

Al hablar de la alegría de la cruz y del amor a la cruz siempre aparece la sospecha del masoquismo. Y, sin embargo, cuando recalcamos la importancia del mal y las causas del sufrimiento para subrayar la importancia de la alegría no estamos promocionando una patología, ni afirmamos que el sufrimiento sea bueno, ni que haya que pedirlo o amarlo por sí mismo. Aquí no hay nada de

masoquismo, sino la necesidad de un ejercicio de sinceridad que afirma la realidad del sufrimiento, que existe inevitablemente y nos condiciona. Tenemos que contar con él porque es la más clara expresión de la dimensión más profunda de la condición humana, y, de hecho, no nos podemos liberar del sufrimiento. Pero lo que sí podemos hacer es elegir qué sufrimiento va a condicionarnos: el que nos lleva a la tristeza y al desánimo o el que acompaña a la felicidad. Porque, como ya hemos dicho, no hay felicidad fuera del amor; de modo que cuanto más amamos, más felices somos y, a la vez, más sufrimos y más gozamos. Es cierto que si no amamos vamos a tener menos problemas, pero también menos gozo. Esta realidad de la unión entre el sufrimiento, el amor y el gozo, que forma parte de nuestra misma condición humana, está santificada por el Hijo de Dios. El Señor asume el sufrimiento, el dolor y los problemas como un elemento de la condición humana que comparte con nosotros y nos muestra cómo vivirlo. Él nos enseña así qué es la alegría, no porque el sufrimiento sea gozoso, sino porque él mira más allá del sufrimiento y es capaz de ver lo que se puede conquistar a través del amor unido al dolor. Cristo puede morir en la cruz de forma gozosa y esperanzada porque ve más allá del sufrimiento inmediato. Nosotros nos hundimos por un pequeño sufrimiento porque es lo único que vemos, sin mirar más lejos. Pero Jesús nos muestra a lo largo de toda su vida, pero especialmente en la pasión, la alegría de la Cruz, que es la alegría del amor hasta el extremo, del cumplimiento de la voluntad del Padre y de la salvación. Es la alegría del que mira más allá del sufrimiento, para descubrir todo que se puede conquistar por medio del amor y a través del mismo sufrimiento. De hecho, podemos encontrar un matiz de alegría al final de la pasión, cuando Jesús, a punto de morir, puede proclamar que «todo está cumplido» (Jn 19,30). Al igual que podría aplicarse a sí mismo la alegría de la mujer que afronta los dolores de parto (Jn 16,21), el gozo del sembrador, que deposita en la tierra su semilla con la esperanza de la cosecha o del que realiza la recolección de esa cosecha (Jn 4,36). Esto, que nos cuesta tanto entender, resulta

evidente para los pequeños y sencillos, como para aquel niño que le mostró a su catequista el dibujo que había hecho del Crucificado. Al observar el catequista la sonrisa de Jesús, le preguntó la razón por la que lo había representado sonriendo. Y el niño le respondió con toda naturalidad: «Es que Jesús está alegre porque está cumpliendo su misión».

Y no estamos hablando de algo exclusivo del Señor; de hecho, la gracia que él nos concede ha permitido a muchos santos vivir situaciones terriblemente dolorosas y desgarradoras con tal plenitud de presencia de Dios y de amor que no han deseado salir de algo tan gozoso y que los hacía inmensamente felices. A diferencia de nosotros, que huimos del sufrimiento, ellos, por el contrario, cuando han padecido sufrimientos extremos han exclamado: «¡más!». Eso nos da idea de que tiene que haber un secreto que explica ese «¡más!» en el límite de las fuerzas, cuando se siente la necesidad de liberarse del sufrimiento y se acepta incondicionalmente. Esto no se comprende a simple vista con la sola razón, pero lo podemos entender si entramos en la contemplación de lo que el Señor nos dice en las Bienaventuranzas (Mt 5,3-12), que, como su nombre indica, son «Felicidades». Merece la pena que nos detengamos a considerar lo que para Jesús son los grandes motivos de felicidad, que contrastan radicalmente con los que nos presenta el mundo. Debemos preguntarnos por la razón que explica que la felicidad esté en realidades tan duras como la pobreza, la mansedumbre, el llanto o la persecución por Cristo, de la que él mismo dirá: «Alegraos y regocijaos, porque vuestra recompensa será grande en el cielo, que de la misma manera persiguieron a los profetas anteriores a vosotros» (Mt 5,12). Esto es, de hecho, lo que experimentaron los discípulos cuando eran perseguidos por los judíos de Antioquía, y «quedaban llenos de alegría y de Espíritu Santo» (Hch 13,52).

Las Bienaventuranzas nos permiten contemplar el corazón de Cristo e intuir sus sentimientos mas profundos y la razón de la serena alegría que envuelve toda su vida, que no es otra que la

alegría de la pobreza, cuyo secreto está en saber que el pobre es objeto privilegiado de la misericordia de Dios. Cuanto más puedo decir «no tengo», más puedo subrayar que le tengo a él, él es todo para mí, siempre está a mi lado. Para el Verbo de Dios, el «empobrecimiento» que supone descender a la condición humana es fuente de alegría, pues «en Jesús-hombre, la alegría de no ser nada y la alegría de ser Hijo están perfectamente fundidas en la única alegría de ver y de cantar que el Padre es todo»². Por eso mismo, María proclamará en el Magnificat que la causa de su alegría es que Dios ha mirado la humillación (pobreza) de su esclava (Lc 1,48). Y, del mismo modo, san Pablo dará testimonio del gozo que encuentra en su debilidad (2Co 13,9).

Todo lo cual nos lleva a realizar una afirmación sorprendente, que puede parecer absurda e incluso escandalosa y que, sin embargo, es una luminosa verdad para quienes contemplan humildemente el misterio de Cristo crucificado: la única verdadera y profunda alegría que existe es la alegría de la Cruz. Pero esto es algo que no se puede entender. No podemos esperar a entender esta verdad para vivirla, sólo la entenderemos si la vivimos. Y ahí nos jugamos la fe, porque cuando llega la cruz hay que dar un salto en el vacío, en el que decidimos realizar o no el acto de fe: o nos resistimos y nos conformamos con soportarla o nos abalanzamos para abrazarla. El que, cuando llega la cruz se abraza a ella, experimenta la alegría, de tal manera que ya no quiere otra cosa y entra en la locura del amor que le lleva a decir «¡más!» en la realidad más oscura y desgarradora. Esto no es para entender sino para contemplarlo y saborearlo. Sólo podremos descubrir esta alegría de la cruz a través de la contemplación de Cristo, porque ésa es la puerta que nos introduce al insondable misterio del amor que explica tanto su vida como los motivos de su Pasión. Ésa debe ser nuestra vida.

Se trata de contemplar algo tan verdadero como importante, ya que da sentido a cualquier situación humana, por difícil o dolorosa que resulte. El cristiano, sobre todo el que contempla a Cristo sin separar su mirada de él, puede descubrir en la oración el misterio

de gozo que se esconde en la cruz, tal como pone de manifiesto san Pablo: «Me alegro de mis sufrimientos por vosotros: así completo en mi carne lo que falta a los padecimientos de Cristo, en favor de su cuerpo que es la Iglesia» (Col 1,24); y la razón que da para ello es que estamos «fortalecidos plenamente según el poder de su gloria para soportar todo con paciencia y magnanimidad, con alegría» (Col 1,11). Tenemos la gracia que nos ha fortalecido para vivir con gozo los sufrimientos. Incluso irá más lejos: «Dios me libre de gloriarme si no es en la cruz de nuestro Señor Jesucristo, por la cual el mundo está crucificado para mí, y yo para el mundo» (Gal 6,14). Ése es el «¡más!» de los santos, con el que proclaman: «En la Cruz está mi gloria, mi amor y mi alegría». Aquí entendemos la paradoja de los apóstoles, que viven «como afligidos, pero siempre alegres» (2Co 6,10) y el hecho de que «en las pruebas y tribulaciones ha crecido su alegría» (2Co 8,2). Hay un abismo entre soportar el sufrimiento con paciencia o resignación y que crezca la alegría en la tribulación. Y lo mismo aplicará a sus comunidades: «Y vosotros seguisteis nuestro ejemplo y el del Señor, acogiendo la Palabra en medio de una gran tribulación, con la alegría del Espíritu Santo» (1Tes 1,6). Igualmente, Santiago dirá a los cristianos: «Considerad un gran gozo cuando os veáis rodeados de toda clase de pruebas» (Sant 1,2); y lo mismo Pedro: «Os alegráis, aunque ahora sea preciso padecer un poco en pruebas diversas» (1Pe 1,6), más aún: «Estad alegres en la medida que compartís los sufrimientos de Cristo, de modo que, cuando se revele su gloria, gocéis de alegría desbordante. Si os ultrajan por el nombre de Cristo, bienaventurados vosotros, porque el Espíritu de la gloria, que es el Espíritu de Dios, reposa sobre vosotros» (1Pe 4,13-14).

La verdadera alegría

A partir de lo que vamos contemplando podemos descubrir que existe una alegría verdadera que es compatible con el sufrimiento. Por esa razón san Pablo puede dar el mandato de una alegría permanente: «Estad siempre alegres en el Señor: os lo repito,

estad alegres» (Flp 4,4). Si se tratara solo de un sentimiento o un estado temporal de ánimo no se nos podría pedir que estemos «siempre alegres». Pero no se trata de una alegría superficial ni temporal, porque no depende de circunstancias cambiantes, sino de una realidad sólida y permanente. Y por eso se nos puede pedir una alegría permanente. Se trata de un gozo invencible, fruto de la presencia viva del Señor en nosotros, tal como asegura a los suyos: «volveré a veros, y se alegrará vuestro corazón, y nadie os quitará vuestra alegría» (Jn 16,22). Los miedos están justificados en la medida en que los demás me pueden quitar algo: la salud, la fama, el dinero, la vida...; pero resulta consolador comprobar que lo esencial nadie me lo puede quitar. Justamente cuando pierdo o me arrebatan algo, por importante que sea, puedo gozarme en el hecho de que nadie me puede quitar a Dios, porque «mi Amado es para mí y yo soy para mi amado» (cf. Cant 2,6; 6,3). Nadie puede quitarme el amor y la alegría..., salvo yo mismo. Eso es el pecado: el acto por el que yo renuncio a lo que nadie me puede quitar y de ahí viene la tristeza del pecado.

Si existe la verdadera alegría, su fuente no está en el mundo, sino en Dios, y él nos la da por medio de Jesucristo: a través de su vida, su palabra y su presencia viva entre nosotros. Esto resulta evidente en todo el Evangelio, comenzando por el «alégrate» del ángel en la anunciación a María (Lc 1,28), y siguiendo por el gozo de Zacarías (Lc 1,14), de Juan Bautista en el seno de Isabel (Lc 1,44), de María (Lc 1,58), de los pastores (Lc 2,10) los magos de Oriente (Mt 2,10). Toda la vida del Señor está empapada de un gozo sobrenatural del que nos quiere hacer partícipes, especialmente a partir del momento de su resurrección. De hecho, la alegría permanente de los discípulos es posible por la resurrección de Jesús, que lo hace presente siempre y en todo lugar: «Los discípulos se llenaron de alegría al ver al Señor» (cf. Jn 20,20). Por eso, el Resucitado manda a los suyos que estén alegres (Mt 28,9), y por eso su tristeza en el momento de la pasión del Maestro se convertirá en alegría imperecedera que llegará a plenitud (Jn 16,20-22; cf. 15,11). En este sentido es muy

importante que tomemos conciencia de la realidad de la presencia de Cristo resucitado: el Señor vive y se me da realmente. De modo que todas las circunstancias son oportunidad de encontrarme con él porque está realmente entre nosotros, vive en mí, se me da, me ama... Y cuando alguien descubre esta presencia permanente se llena de alegría. Pero para eso debemos mirar fijamente en esa dirección, porque si no contemplamos al Señor presente en todas las circunstancias de nuestra vida, no podremos evitar fijarnos sólo en las dificultades de la que nos asedian y los sufrimientos que nos provocan.

Aquí entramos de lleno en la contemplación de una realidad enormemente consoladora, que es la fe como fuente de alegría. Con demasiada frecuencia, los cristianos viven su fe como un compromiso, una responsabilidad y una carga, no como un gozo. Y es cierto que el salto interior o el riesgo que comporta la fe tiene mucho de reto o de compromiso, pero nunca puede ser algo pesado o agobiante, porque tiene mucho más de gozo y plenitud que de carga. Debemos dar ese salto, pero él va por delante, nos acompaña, como el padre acompaña al niño que empieza a andar y lo lleva de la mano, pero tiene que soltarlo para que dé los primeros pasos, aunque estando cerca y cuidando de él. Esos primeros pasos del niño que camina solo hacia los brazos del padre es la representación plástica del acto de fe, porque al niño esos pasos le parecen imposibles, pero los da confiando en su que su padre le invita a hacerlo. Andamos permanentemente a gatas porque no hacemos ese acto de fe cuando el Señor nos dice: «¡ven!». Y la alegría del niño y del padre cuando el niño comienza a andar representa perfectamente la alegría de Dios y la nuestra cuando somos capaces del salto de la fe. Eso es a lo que se refiere san Pedro cuando nos dice: «Sin haberlo visto (a Jesucristo) lo amáis y, sin contemplarlo todavía, creéis en él y así os alegráis con un gozo inefable y radiante (1Pe 1,8). Ese «gozo radiante» es la alegría de la fe, y debería ser nuestro patrimonio. Tenemos ese gozo inefable porque lo vemos sin verlo, que es la paradoja de la fe. Pero lo vemos o no lo vemos según miremos. El problema no

está en si el Señor se muestra o no, sino en nosotros, que nos empeñamos en mirar el sufrimiento y la dificultad o nos atrevemos a mirarle a él en esa circunstancia dolorosa, porque sabemos que está ahí.

Evidentemente esta experiencia gozosa no tiene nada que ver con la felicidad que nos ofrece el mundo, que es fruto de una mirada humana y de unos resultados satisfactorios según nuestros objetivos e intereses egoístas. La alegría de los pobres, que no tienen nada y lo esperan todo de Dios, es lo contrario del que persigue y alcanza sus metas con sus fuerzas y con cualquier medio. Y es preciso elegir entre una alegría y otra. Debemos optar entre la felicidad del mundo, con el precio de no ser felices plenamente, y la felicidad de las bienaventuranzas, que dan la alegría en plenitud, pero abrazando la pobreza. El problema es que nosotros hemos elegido lo peor: los dos beneficios sin ningún perjuicio; y al final nos quedamos sin ninguna de las dos alegrías: no seremos felices en este mundo ni tendremos la alegría que da Dios y seremos desgraciados humana y cristianamente. Ésa es la mediocridad. Y es necesario elegir conscientemente, porque si no, lo haremos de forma inconsciente y ya sabemos lo que elegiremos entonces.

Jesús nos muestra la alegría que proporciona una mirada muy distinta a la que busca la alegría del mundo, hecha con los ojos de Dios, que nos ofrece la visión sobrenatural propia del optimismo evangélico, que no se queda en lo inmediato y material, sino que ve más allá y descubre en todo la huella de Dios y el comienzo de su triunfo definitivo. Igualmente, la visión cristiana de la realidad no busca los resultados inmediatos sino la entrega generosa de la vida en la cooperación de la única obra realmente eficaz, que es la salvación de Dios. En este sentido deberíamos aplicarnos lo que Jesús nos dice a propósito de la causa de nuestro gozo, que no debería ser nuestro éxito apostólico, sino la llamada que Dios nos dirige a participar de la alegría del cielo: «No estéis alegres porque se os someten los espíritus; estad alegres porque vuestros nombres están inscritos en el cielo» (Lc 10,20). La alegría del cielo

no consiste en conseguir nuestras metas y éxitos, aunque sean en el apostolado o en la caridad. Es significativo que nos sentimos alegres si conseguimos nuestros propósitos y quedamos frustrados si no lo conseguimos. Pero, ¿qué es «conseguir»? ¿quién es el que «consigue»? Deberíamos pensar seriamente si nuestra alegría está en conseguir las metas altísimas que nos proponemos o en que el Señor nos tenga en su corazón.

La alegría y el discernimiento evangélico

San Pablo enumera la alegría entre los frutos del Espíritu Santo (Gal 5,22), lo que nos permite tomarla como elemento de discernimiento para descubrir que algo es o no es de Dios. Esto es tan importante que podemos afirmar que donde no hay alegría no está Dios ni actúa su Espíritu; y, por el contrario, todo lo que es de Dios va acompañado del gozo propio del Espíritu Santo: «Porque el reino de Dios no es comida y bebida, sino justicia, paz y alegría en el Espíritu Santo» (Rm 14,17).

Especialmente importante resulta este criterio para discernir el amor, pues cuando amamos de verdad o somos amados entramos en la experiencia de la plenitud humana, que es la felicidad y se manifiesta en la alegría. Cuando el amor y la alegría vienen de Dios, esa alegría tiene unas características peculiares: es especialmente intensa, profunda, estable y permanente. En este sentido, la presencia del Resucitado en nuestra vida tiene que llenarnos de gozo del modo más natural posible; y, eso significa que tenemos asegurado ese gozo porque siempre podemos contar con su presencia, pues «el Señor está cerca» (Flp 4,5). Incluso sirve como medida de nuestro nivel de fe, ya que nuestra alegría demuestra hasta qué punto somos conscientes de esa presencia viva del Señor entre nosotros. Podemos decir que, a más fe, más alegría; a una fe más profunda, una alegría más profunda.

Esto nos permite descubrir cuál es la orientación real de nuestra existencia, mirando el tono habitual que tiene podemos discernir el

tipo de alegría que nos caracteriza y comprobar si avanzamos en el seguimiento de Cristo o nos apartamos de él. Este discernimiento es tan sencillo y automático como certero. Las insinuaciones del mundo y de la carne, y especialmente las del demonio, van a llevarnos al engaño de pensar que son buenas o vienen de Dios simplemente porque son convenientes. Y caemos en esa trampa con toda rapidez porque es lo más razonable, lo que nos agrada y a lo que tendemos. Una de las armas de que disponemos para no entrar en esos engaños es saber que según aparece esa tentación desaparece la alegría. Si tenemos preparado el «termómetro» de la alegría, podremos reconocer y rechazar enseguida el engaño. En ese sentido, es muy importante que sepamos distinguir las falsas alegrías del mundo del gozo propio de Dios que aparece cuando vivimos las Bienaventuranzas, en la fe verdadera, en la persecución por ser fieles a Cristo, en el fruto evangélico de la misión, en la renuncia para conseguir el tesoro del Reino y en el amor auténtico, que «no se alegra de la injusticia, sino que goza con la verdad» (1Co 13,6). Este termómetro nos ayuda a saber dónde está la alegría, si la perdemos o la ganamos, si aumenta o disminuye. Y, si tenemos afinado este instrumento de discernimiento que es la alegría, cuando aparece la cruz podremos intuir que esa realidad que aparentemente es negativa y destructiva transparenta la explosión del gozo de la gloria, y nos lleva a abrazar la cruz por amor.

En el fondo, juntamente con la paz, la alegría es un termómetro preciso que nos indica que actuamos bajo el influjo de Dios o al margen de él. De cara al discernimiento, es muy importante conocer bien la conexión existente entre paz y alegría. Hemos de tener en cuenta que, cuando las dos van de la mano, Dios está presente, pero si no hay alegría ni paz, Dios está ausente. Especialmente es necesario tener en cuenta la paz de cara al discernimiento, porque podemos afirmar de manera segura que donde está Dios hay paz, y donde no hay paz no está Dios; lo que es de Dios da paz, y lo que no da paz no es de Dios. Además, la alegría tiene otro matiz: donde hay alegría es seguro que está

Dios; pero donde no hay alegría hay que afinar el discernimiento, porque no sólo existe la tristeza que manifiesta que algo no es de Dios, también puede venir de Dios. Por lo tanto, la alegría tiene que ir unida a la paz como elementos seguros de discernimiento, de forma que podemos afirmar que la tristeza con paz es de Dios, y la tristeza sin paz no es de Dios. Es un criterio seguro que podemos aplicar siempre, teniendo en cuenta que existe una tristeza con paz que es fruto de la conciencia pecada o la pérdida de la virtud. Este estado de paz y tristeza es el modo en el que Dios nos impulsa a la conversión y a buscar la alegría.

Estos criterios de discernimiento no valen sólo para lo personal, sino también para la comunidad, pues el gozo cristiano es expansivo y tiende espontáneamente a comunicarse, como sucedía con la predicación de los apóstoles, tras la cual «la ciudad se llenó de alegría» (Hch 8,8). La alegría compartida es garantía de la presencia de Dios en los suyos y de la fuerza de su testimonio, como vemos que sucedía en las primeras comunidades cristianas³.

Por el contrario, la falta de gozo es señal de lejanía de Dios y de resistencia a la gracia, como vemos en el reproche que supone la parábola de los niños que no quieren bailar y que Jesús aplica a los fariseos, porque no han descubierto que el Mesías está con ellos (Mt 11,16); o en el comentario que hace a propósito del ayuno, diciendo que los suyos no deben ayunar porque eso es señal de la tristeza de no tener al Mesías, y ellos ya lo tienen. En este sentido, deberíamos tener muy presente que nuestra falta de alegría nos sitúa entre los que no han descubierto la presencia del Esposo en su vida (cf. Mt 9,15; cf. Jn 3,29).

El apostolado de la alegría

La alegría no es sólo un deber para con nosotros, que conocemos su fuente, sino también para con los demás. Teniendo en cuenta todo lo que venimos diciendo, podremos entender que el testimonio evangélico tiene que ir necesariamente acompañado de la alegría como garantía de autenticidad y de fruto; más aún,

incluso podríamos afirmar que la alegría es un auténtico apostolado, porque es una realidad que, al desentonar abiertamente con los valores del mundo sólo se explica como fruto la presencia de Dios y de su amor. De hecho, no podemos estar alegres si no estamos entregados apasionadamente al amor a Dios y volcados realmente en el amor al prójimo; y, si vivimos con generosidad el amor a Dios y los demás, eso se notará en la alegría. De nada sirve el testimonio del apostolado elocuente o de la ayuda generosa si no van acompañados de la alegría. Así es como vivimos el amor verdadero, que es el amor de Dios, «que ha sido derramado en nuestros corazones con el Espíritu Santo» (Rm 5,5).

Precisamente porque vivimos en un mundo agobiante y triste destaca especialmente la serena e incomprensible alegría del cristiano, capaz de encontrar las huellas del gozo de Dios en todo y en todos, porque no hay nada que exista al margen de la presencia y el amor de Dios. Esa alegría en el sufrimiento, que es incomprensible para el mundo, sin embargo ofrece el testimonio más elocuente y significativo, porque es un milagro incomprensible para el mundo. Éste es, por cierto, el auténtico sentido de la Providencia, que no consiste en que Dios tenga que forzar las situaciones para que no nos molesten, sino en que, en medio de cualquier realidad, él está vivo, presente y amándonos. Si miramos todo con estos ojos encontraremos siempre motivos de gozo, descubriendo en cualquier momento o circunstancia que, si Dios está allí, amándose y trabajando en mi favor, nada tiene tanta importancia como para agobiarte o entristecerte. El mundo necesita personas que sepan encontrar la presencia de Dios en todo y por eso tienen una alegría indestructible.

Y precisamente porque el mundo está triste, necesita nuestra alegría, especialmente en los momentos y circunstancias que parecen hacerla imposible. Ese milagro es la prueba de la autenticidad de la fe, como sucede con tantos cristianos que han afrontado el martirio, a veces muy cruel, amando, perdonando y con la sonrisa en los labios. De hecho, todo lo podemos vivir con

paz y alegría, ya que nos pueden humillar o maltratar, pero no nos pueden imponer la tristeza; no nos pueden quitar la alegría porque no nos pueden quitar a Dios, y él es mi alegría. Sólo nosotros somos responsables de nuestra falta de alegría, ya que sólo es consecuencia de nuestra mirada netamente humana, de nuestra mediocridad o de nuestro pecado.

Precisamente el ambiente problemático en el que vivimos y nuestros propios problemas permiten manifestar el contraste que existe con el optimismo sobrenatural como expresión sólida de fe; pero no porque ofrezcamos a los demás una mirada ingenua del mundo, sino por el milagro que supone la existencia de un optimismo que tiene una base real y resulta imposible sin Dios.

El único testimonio creíble en nuestro mundo es de las personas apasionadas por Dios y consumidas por el fuego de su amor, porque sólo ellas son capaces de transformar en alegría la angustia de los corazones afligidos. Ése debería ser el testimonio visible de los sacerdotes y los religiosos, muy por encima de métodos y tácticas de apostolado. Porque, además, eso es lo que necesita nuestro mundo, no más palabras o teorías, de las que tiene de sobra. Desgraciadamente hay una tendencia muy marcada en la Iglesia, que es signo de la falta de fe, que la empuja a respaldar las ideologías humanas de moda, mientras le falta la alegría de la fe vivida y del testimonio valiente.

No debemos olvidar que el mundo nos mira y se fija en nosotros, aunque parezca ignorarnos o nos desprecie. Bernanos ponía en labios de un ateo la formulación de esta cuestión de manera muy simple, planteándonos si creemos realmente en la gracia:

¿No existe entre vosotros [los cristianos] esa expresión misteriosa: «el estado de gracia»? Cuando salís del confesionario estáis «en estado de gracia». El estado de gracia... Pues bueno, ¿y qué? No parece una gran cosa. Nos preguntamos [los ateos] qué es lo que hacéis con la gracia de Dios. ¿Acaso no debería resplandecer en vosotros? ¿Dónde diablos metéis vuestra alegría?[4](#).

¿Qué vería un ateo si se fijase en los rostros de los que vuelven de comulgar o de los que salen del confesionario? Observando al

sacerdote que celebra la misa, ¿vería en él un estallido de gracia? Si fuéramos conscientes de la gracia que recibimos, de la presencia de Dios en nuestra vida, de su acción maravillosa en nosotros y en los demás, viviríamos profundamente agradecidos y llenos de un extraordinario gozo. Y entonces seríamos capaces de compartirlo con los demás, de comunicarles nuestra alegría, en lugar de transmitir nuestras preocupaciones y agobios. Si no hay una explosión de amor y de alegría estaremos siendo un obstáculo para la fe de los demás. Y no es exagerado exigir esa explosión de alegría porque es algo que, de un modo u otro, ya ha sucedido cuando nos hemos encontrado con el Señor. Por eso no se trata de que inventemos esa explosión de gozo y de gracia, sino de comprobar qué hemos hecho con la explosión de gracia que se nos ha regalado. Hecho esto, bastaría con dejarla salir para que sea eficaz. En este sentido, podríamos hablar de nuestro deber de hacer felices a los demás, como expresión de amor; sabiendo que sólo puede hacer felices a otros el que es verdaderamente feliz; porque si uno no es feliz, todo intento por hacer felices a los demás no pasará de ser una farsa.

Dios vive en una permanente y plena alegría; y al hacerse presente entre nosotros y comunicarnos su amor nos hace partícipes de su gozo, que es tan extraordinario que hace desaparecer cualquier tristeza o preocupación, por grande que sea.

Y no sólo eso, sino que Dios mismo necesita nuestra alegría, porque es el signo de que compartimos la suya, demostrando fehacientemente que estamos en comunión de amor con él, que es para lo que nos ha creado. Por eso, no podemos pretender vivir la comunión de amor a la que Dios nos llama y que es la esencia de nuestra vocación de cristianos si nos dejamos entristecer por las dificultades, sean las que sean. En este sentido, podemos decir que la alegría evangélica es la experiencia y el testimonio de la centralidad de Dios en nuestra vida.

La ascesis de la alegría

La alegría permanente y su testimonio comportan ciertamente un trabajo, porque amar, servir y trabajar con alegría no es algo espontáneamente gozoso, sino que requiere un esfuerzo real y constante. Un célebre ensayista norteamericano del siglo XIX (Edwin Percy Whipple) escribió acertadamente que «en la mayoría de las personas alegres, el buen humor es el feliz y satisfactorio resultado de una tenaz disciplina». En realidad, la diversión dura un rato y produce alegres sentimientos espontáneos y pasajeros; pero la alegría verdadera requiere vencimiento y trabajo para convertirse en el «tono» general de nuestra vida. Por eso puede decir el Salmista: «Servid al Señor con alegría» (Sal 100,2): Nuestros esfuerzos y sufrimientos, cuando tienen a Dios como razón de ser de todo, resultan profundamente gozosos y gratificantes.

Si admitimos que la alegría es una obligación para con Dios, porque es el signo de que reconocemos su amor y correspondemos a él; para con nosotros, porque es la expresión de nuestra fe; y para con los demás, porque es nuestro testimonio, entonces tendremos que reconocer, por lo tanto, no es algo opcional, y deberemos mantenerla cueste lo que cueste. Y esto exige esfuerzo y sacrificio, porque cuesta la alegría y cuesta la cruz, y exige tener pasión por Dios. Y como no tenemos pasión por Dios nos resignamos a la mediocridad y a la tristeza; pero es lo que hemos elegido. De hecho, existe una ascesis de la alegría, que consiste en dejar de mirar lo superficial, para rescatar la mirada sobrenatural -la mirada de Dios-, renunciando a nuestra simple mirada humana. Este esfuerzo debe ser constante, y nos exige trabajar permanentemente por mantenernos alegres, porque siempre estaremos amenazados por la tentación de la tristeza, que nos aleja del amor de Dios, nos separa del corazón gozoso de Cristo y nos impide verlo a nuestro lado, caminando por la vida junto a nosotros, como les sucedía a los discípulos de Emaús,

incapaces de ver al Señor porque estaban llenos de tristeza (Lc 24,16).

Para mantener la alegría debemos trabajar para encontrar la presencia de Dios en todo, especialmente en lo difícil. Parte de este trabajo acético consiste en intensificar la oración para cambiar nuestra mirada y nuestra actitud, de modo que dejemos de centrarnos en nuestros problemas y sufrimientos para descubrir la presencia amorosa del Señor a través de todas las realidades, incluso las negativas, tal como pide Santiago: «¿Está sufriendo alguno de vosotros? Rece» (St 5,13). Y tenemos que reconocer que, ante cualquier sufrimiento, lo primero que hacemos no es acudir a Dios, sino darle vueltas al problema, quejarnos, buscar culpables y soluciones; y sólo cuando no vemos salida es cuando se nos ocurre recurrir a Dios para endosarle nuestro drama. La oración que alimenta la alegría debe mirar primero al Señor con gran amor y confianza; tiene que ser una oración especialmente apasionada y contemplativa, que nos lleve a empaparnos de los sentimientos de Cristo. Y, así, orando y contemplando a Cristo largamente es como nos empapamos del gozo que esconden las Bienaventuranzas.

Una parte importante y delicada de este aspecto acético tiene que ver con vivir la fe como la pasión por Dios que nos consume y empapa de su presencia amorosa todo. La experiencia de la misericordia de Dios enciende de pasión nuestro corazón; pero no es algo placentero, sino una pasión que nos consume y nos desgarrar porque aniquila nuestro amor propio. Por eso, una parte de la ascesis propia de la alegría consiste precisamente en aceptar de buen grado ese desgarrar interior que comporta la pasión de Dios en nuestro corazón. En el fondo, es una consecuencia de la comunión con el Crucificado, que nos lleva a la alegría de la Cruz a la que ya hemos aludido. Por eso, hemos de pedir «la alegría de ser desgarrados por la llamada del Amor»⁵.

Dios ofrece a los que se dejan hacer la alegría de ser iniciados en los tormentos de su Misericordia, que son un rostro del Cielo, pero que se definen en relación con el infierno⁶.

Conclusión

Todo lo dicho hasta aquí lo podríamos resumir como una invitación a contemplar al Señor para entrar en su alegría y participar de su felicidad aquí en la tierra. Él, resucitado, vive el gozo de la gloria y lo comparte con nosotros, haciéndose presente permanentemente en nuestra vida. Esto significa que vivimos ya en la Pascua, en la que esa presencia del Resucitado en la actualidad nos prepara para la plenitud de su presencia gloriosa en el cielo. Ésta es la razón por la que podemos vivir y morir gozosos exclamando: «¡Qué alegría cuando me dijeron: “Vamos a la casa del Señor!”» (Sal 122,1). ¡Cuántos santos han muerto sonriendo y con estas palabras en sus labios! No se trata de pasarlo mal en este mundo para ganar la alegría del cielo, sino abrazar la cruz para encontrar aquí y ahora la plenitud humana, la alegría verdadera y la gloria de Dios, con limitaciones, para prepararte a vivir plenamente la alegría y la gloria en el cielo.

Ahora bien, si esto es así, deberíamos preguntarnos por qué nuestra vida no rezuma el gozo de la gloria. No existe otra explicación que el hecho de que Cristo no es el centro indiscutible de nuestra vida. Por eso debemos sumergirnos en la contemplación del Señor para rescatar su primacía de amor en nosotros, y anclarnos en ella, para no salir de allí pase lo que pase.

Y para ello tenemos que elegir. Al igual que debemos elegir a Dios y renunciar a nosotros mismos, al mundo o al demonio, también debemos elegir la alegría gloriosa de la Cruz o los pequeños consuelos y entretenimientos del mundo; sumergirnos en el Corazón gozoso de Cristo o vivir tratando de robarle al mundo y a la carne unas migajas de esa pequeña alegría, que no deja de ser la triste sombra de la única alegría verdadera, que es el gozo de la gloria de Dios.

NOTAS

- 1 M.-D. Molinié, *El combate de Jacob*, Madrid 2011 (San Pablo), 109.
- 2 Molinié, *La Visión cara a cara y el régimen del cielo*, tercera parte, capítulo II, apartado *El espíritu de infancia y de la pobreza de Jesús: M.-D. Molinié, Un feu sur la terre. Réflexions sur la théologie des saints*, IV, *La Vision face à face et le régime du Ciel*, Paris 2001 (Téqui), 196.
- 3 Cf. por ejemplo: Rm 12,15; 1Co 12,26; Hch 8,39.
- 4 G. Bernanos, *Predicación de un ateo en la fiesta de santa Teresa del Niño Jesús*, en *Los grandes cementerios bajo la luna*, cap. III.
- 5 Molinié, *Quién comprenderá el corazón de Dios*, 7,3, apartado *La dulzura trinitaria: M.-D. Molinié, Qui comprendra le coeur de Dieu?*, Paris 1994 (Saint-Paul), 114.
- 6 Molinié, *El buen ladrón y los estigmas*, nota A, apartado II,2 *La agonía y el Infierno: M.-D. Molinié, Un feu sur la terre. Réflexions sur la théologie des saints*, VIII, *Le bon larron et les stigmates*, Paris 2001 (Téqui), 232.