



PROYECTO PERSONAL DE VIDA

Ficha 03: Autoconocimiento 1

Nombre:

Asociación de Científicos Católicos Guadalupe Ortiz de Landázuri

Consejo de Espiritualidad

@ ceglportizdlandazuri@gmail.com

UNA ACTITUD DE BÚSQUEDA

¿De qué le sirve a uno ganar el mundo entero si se pierde o se arruina a sí mismo?

Lucas 9:24

Aquellos que se aman a sí mismos por sobre toda otra persona se vuelven demasiado egoístas, tienden a caer en una especie de solipsismo donde lo único que importa es lo que ellos piensan, de forma similar están aquellos que aman a los demás incluso por encima de ellos mismos, estas personas suelen desarrollar una dependencia extrema, han perdido parte de su dignidad y no poseen una buena autoestima pero aquellos que aman a Dios por sobre todo lo que existe, ellos, en cambio, contemplan una realidad que se ordena con Dios pues el amor que sienten hacia Dios los obliga a amarse a sí mismos y también amar a su prójimo (Mt. 22, 34-40).



“In His Image” de Rodríguez Calero

El cristiano no busca conocerse a sí mismo por ser quién es sino que la búsqueda de Dios le lleva al conocimiento de sí mismo y, de este conocimiento de su propio ser, obtiene las herramientas para conocer cada vez más a Dios y entrar en una relación profunda con Él.

Iniciar en terreno sólido

Tendemos entonces hacia Dios como un fin y, para poder llegar a Él, es necesario que descubramos quienes somos nosotros, este descubrimiento inicia por lo más elemental, por eso necesitamos iniciar por descubrirnos como creaturas y reconocer nuestras limitaciones. Hoy en día es un tema común el observar al ser humano como una especie más del reino animal, esto no es nada novedoso para nosotros “porque el hombre y la bestia tienen la misma suerte: muere el uno como la otra; y ambos tienen el mismo aliento de vida. En nada aventaja el hombre a la bestia, pues todo es vanidad. Todos caminan hacia una misma meta; todos han salido del polvo y todos vuelven al polvo. ¿Quién sabe si el aliento de vida de los humanos asciende hacia arriba y si el aliento de vida de la bestia desciende hacia abajo, a la tierra?” (Ecl. 3:19-21) y aunque no nos quedamos en una visión simple de la naturaleza y condición humana sí tenemos presente que somos creaturas, por eso el camino a la interioridad cristiana empieza en la humildad y la sencillez o simplicidad, nos dice San Agustín: “Si quieres llegar a ser grande, comienza por ser pequeño; si planeas la construcción de un edificio elevado, piensa lo primero en darle cimientos. A proporción de la mole que se trata de levantar y la altura del edificio que ha de ir encima debe ahondarse en el cimiento. La fábrica en construcción

se va levantando, el cimiento cávese ahondando. Luego se puede decir bien que un edificio, antes de subir, se abate, y que la techumbre se asienta sobre la humillación” (Serm. 69,2).

De manera similar San Juan Casiano nos transmite palabras muy similares de los padres del desierto para llegar a la contemplación de Dios: “Echar sobre la tierra firme de nuestro corazón, o mejor, sobre la piedra de que nos habla el Evangelio, las sólidas bases de la simplicidad y de la humildad. Merced a ellas, esta torre que intentamos levantar podrá asentarse inmovible, rodeada de nuestras virtudes, y erguirse segura en su propia solidez hasta los cielos. Quien construye sobre tales fundamentos no tiene nada que temer” [1][p. 171].

San Agustín continúa diciendo, que esa techumbre a la que aspira nuestro edificio es Dios. Para llegar a Él necesitamos cavar lo suficientemente profundo, para que nuestra construcción no se desplome con el tiempo [2][p. 39]. Así pues, comencemos a construir.

Para Reflexionar

¿Estoy dispuesto a conocerme?

¿Tengo la intención de llegar a Dios?

¿Qué podría ser mejor que encontrarme con Aquél que sabe todo de mí y conoce mi corazón?

Humildad y simplicidad

Del latín *humilitas* y *humilis* que corresponde al *tapeinós* griego (bajo, pequeño, pobre, servil, despreciable), es, al igual que *homo* y *humanus*, procedente de *humus* y significa “perteneciente a la tierra”, “formado del polvo”, “cercano a la tierra”. El hombre (homo) tomado de la tierra (humus), vive conforme a su constitución, es *humilis* en el sentido amplio de la palabra. Para la cultura griega y romana la humildad estaba realcionada con la ignorancia, la debilidad o ser de baja condición; es decir, con lo que iba en contra del ideal de la excelencia. Es por lo tanto algo que se busca evitar, incluso en algunos autores más contemporáneos a nosotros, como Nietzsche, se rechaza la humildad, él consideraba al respecto que la humildad es la virtud propia de los esclavos incapaces de vengarse de sus amos (cf. Genealogía de la moral 1, 4) [3][p. 1].

No así en todas las culturas, en el Antiguo Testamento el hombre frente a Dios es polvo y ceniza. “Mi herencia son meses baldíos... Recuerda que mi vida es un soplo, y que mis ojos no verán más la dicha” (Job 7, 1-4.6-7). Para el pueblo judío “hablar de humildad era vivir una experiencia agradable de criatura-Creador; era experimentar en carne propia el Pathos de Yahveh. Para ellos, la humildad consistía en reconocerse como criatura necesitada de su Creador; como seres humanos que necesitan de Yahveh para encontrar su identidad como pueblo” [2][p. 38]. Aquí encontramos el origen del verdadero concepto de humildad cristiana, que exige que nuestra evaluación de nuestro propio valor y de nuestros logros sea el resultado de un razonamiento inteligente con respecto a nuestro rol en el universo de Dios.

Para Reflexionar

¿Comprendo que no es lo mismo la humildad y falta de autoestima? ¿Reconozco mi valor como persona? ¿Se reconocer mis limitaciones? ¿Reconozco las cualidades de los demás? ¿Aprecio a la personas por el simple hecho de ser personas? ¿Valoro más a otros seres humanos por su condición de hijos de Dios que a cualquier animal, por más bello y cercano que me parezca? ¿Veo una contradicción entre la llamada a la grandeza de parte de Dios y el llamado a vivir con humildad? ¿Tengo presente el amor de Dios a la hora de pensar en la humildad?

“La noción cristiana de humildad implica conocer la trascendencia de un Dios personal y nuestro estado de criaturas. En el cristianismo la humildad adquiere un significado religioso y tiene que ver con la dialéctica entre lo divino y lo humano, basada en el conocimiento de uno mismo como criatura dependiente con relación al creador. Por tanto, para el cristianismo la clave para el verdadero conocimiento de sí mismo está en la humildad y en el conocimiento de la dependencia que el ser humano tiene de Dios. El ejemplo de Cristo nos enseña que la humildad no nace tanto de la bajeza y pobreza, como de su grandeza y su amor que le llevaron a la humillación para salvarnos a todos” [3].

Nos dice el Papa León XII en su opúsculo sobre la práctica de la humildad: “El fundamento de la perfección cristiana, según opinión unánime de los santos Padres, es la humildad”. En el Catecismo de la Iglesia Católica se nos presenta la humildad como la base y disposición necesaria para una relación personal con el Dios vivo (cf. nn. 2540. 2558-59). La humildad es una condición a través de la cuál podemos ver que, como dice Eduardo Segura, “que hemos sido creados por un exceso, por un exceso de cariño, que somos un regalo, que no somos una carga y que precisamente porque somos un regalo, no ‘merecemos’ nada sino que todo es fruto de una donación... Todo lo que recibimos en tanto somos creaturas, lo recibimos como un regalo y por lo tanto no nos podemos apropiarnos de ello”.

Para Reflexionar

¿Experimento la necesidad de Dios o me considero autosuficiente y me creo más de lo que soy?
¿Soy consciente de las cualidades que tengo y trato de realizarlas siempre con la ayuda de Dios?
¿Veo la necesidad de la humildad en mi vida y trato de vivir desde el ejemplo de la encarnación de Cristo y desde el servicio?

Actividad

Para profundizar en este tema se cuenta con la Actividad 1, al final de la ficha, en la cuál se analizan brevemente los puntos de un itinerario hacia la humildad.

Fragmento

La verdadera humildad se alcanza después de que la persona ha logrado elevar su espíritu, cuando se ha elevado por encima de los hábitos más bajos de los animales; y se ha elevado por encima de las cualidades de carácter de las personas menos inteligentes, a través de la sabiduría y la nobleza y de un claro conocimiento de [las propias y] diversas cualidades buenas y malas de carácter. Cuando además de esto, uno es capaz de ser humilde, entonces ésta es verdaderamente una cualidad noble. De otra manera, la “humildad” no es en absoluto un rasgo de carácter positivo sino que es negativo, que no se diferencia de la humildad [en verdad es falta de auto-asertividad] atribuida a los animales.

Jovot HaLevavot, Shaar
HaKenia Capítulo 2

Mira, lo que hallé fue sólo esto: Dios hizo sencillo al hombre, pero él se complicó con muchas razones. Eclesiastés, 7:29

Jesús, que es el maestro de la humildad, en quién encontramos la humildad patente y real, e incluso San Agustín llega a afirmar que es “la personificación de la humildad” [2][p. 41], también es maestro de sencillez.

En la actualidad todo parece indicar que es posible encontrar en la naturaleza cierta simplicidad producida por la optimización, así lo vemos con el principio de Hamilton, la segunda ley de la termodinámica, el presupuesto corporal en la biología evolutiva [4] e incluso el funcionamiento de nuestro cerebro y la hipótesis de la codificación eficiente [5][p. 16].

Los principios que parecen regir la naturaleza nos muestran una tendencia por lo más simple, por deshacerse de aquello que “está de más” o que podría ser sustituido por otro. La eficacia es una constante que favorece a un sistema sobre otro, como lo vemos en la frase de Einstein:

“La mayoría de las ideas fundamentales en ciencias son esencialmente simples, y quizás, por norma, expresables en un lenguaje comprensible para todos” [6]

Esa es sin duda la manera más general de simplicidad o sencillez de la cual podemos hablar, la simplicidad de la optimización y eficacia, la simplicidad del orden natural y físico.

Como actitudes podemos considerar tres categorías de simplicidad [7][p. 58] que llamaremos *simplicidad bruta*, *simplicidad intelectual* y *simplicidad caritativa*, estas nos servirán también para dar una definición más detallada de la humildad.

Simplicidad bruta

Al igual que el concepto de humildad en las culturas griega y romana, el cuál se opone a la virtud de la magnificencia, esta categoría de simplicidad puede ser entendida como un conjunto de actitudes que suponen un defecto, así cuando nos referimos a la simplicidad bruta o simplicidad producida por la ignorancia, hablamos de las actitudes propias de la persona que es simple a causa de la ignorancia y su deseo de mantenerse en ella.

Podemos pensar por ejemplo en los ateos y los apateístas que en este sentido tiene una creencia más simple pues consideran que las preguntas sobre la trascendencia no tienen sentido, para su “fe” no tiene caso el preguntarse ¿por qué sucede? sino solo el ¿cómo sucede? en la naturaleza, es una simplicidad bruta, otro ejemplo son los protestantes que con las “cinco solas” simplificaron la doctrina cristiana, una simplicidad bruta, de forma que se rechaza la riqueza intelectual de toda la iglesia y del Espíritu Santo a lo largo de los siglos. Pero también podemos pensar en actitudes positivas como las del vaciamiento del budismo o el mindfulness, en las cuales, solamente se busca el deshacerse de todo sin llenar el vacío, de forma que “no surge nada, pero tampoco se destruye nada” [8][p. 60]. Así tenemos que esta simplicidad consiste solo en oponerse a lo complejo, que es, como dice el obispo José Ignacio Munilla, “confundir la oración con el vacío, el ayuno con la dieta, el ascetismo con el gimnasio y la encarnación con la mundanización”.

Podemos, de igual manera, definir así una primera humildad, que podríamos llamar humildad falsa o bruta, dada por el desprecio tanto a los bienes como a los dones que uno tiene y que implica una falta de autoestima y falta de auto asertividad, al igual que la simplicidad bruta que priva de la instrucción y el conocimiento e implica un gusto por la ignorancia en la que se está (comodidad) o en el caso del budismo una ignorancia por temor a un mal (el sufrimiento).

Tanto la simplicidad bruta como la humildad falsa son defectos de la persona y no corresponden con la postura cristiana.

Fragmento

Usted dice que es extraño y yo digo que es extraño, pero ambos queremos decir cosas opuestas. La mente moderna confunde siempre dos ideas diferentes: misterio, en el sentido de lo maravilloso, y misterio, en el sentido de lo complicado. En materia de milagros, esta confusión es la mitad del problema. Un milagro es admirable, pero simple. Simple por lo mismo que es un milagro. Es la revelación de un poder que dimana directamente de Dios (o del diablo) en vez de proceder indirectamente a través de la naturaleza o la voluntad humana.

G.K. Chesterton

Fragmento

Why?” is a silly question. “Why?” is a silly question. You can ask, “What are the factors that led to something coming into existence?” That’s a sensible question. But “What is the purpose of the universe?” is a silly question. It has no meaning.

Richard Dawkins

La ciencia por supuesto, maravillosa como es, es también limitada. Incluso un premio Nobel si analizase un pastel no puede decir porqué fué hecho pero Matilda, quien lo hizo, puede decírselo. Ella te lo puede revelar pero si no te lo revela nunca lo sabrás.

John Lennox

Para Reflexionar

¿Se reconocer en otros la capacidad de entender con mayor profundidad ciertos temas?

¿Se reconocer y apreciar el conocimiento de otros?

¿Qué hago cuando discuto con alguien que sabe más que yo?

Simplicidad intelectual

Se trata de la “falta de doblez” este tipo de simplicidad o sencillez es mirar lo que las cosas son sin buscar ocultar o tergiversar la realidad, en palabras del dominico Jerónimo Savonarola: “Llamamos dobles a las personas que dicen una cosa y hacen otra. Se trata, por tanto, de una simulación. En el lado opuesto están los simples, que no tienen discrepancia entre el pensar, el decir y el actuar” [7][p. 59]. Este tipo de simplicidad, que va acorde con la fe católica, no se contraponen al conocimiento ni al entendimiento: “Hay personas que, aun siendo muy instruidas y en todo hábiles y prudentes, pueden ser llamadas simples porque, habiendo eliminado de sí mismas toda forma de doblez, muestran en lo que dicen, en lo que piensan y en lo que hacen una admirable coherencia”[7][p. 59] nos recuerda a las palabras de Jesús en el Evangelio de Juan “He aquí, en verdad, un israelita sin doblez”, es una condición primaria e indispensable para alcanzar las promesas del Señor.

Esta simplicidad es la producida por la coherencia de vida, la honradez, por la armonía y el deshacerse de lo superfluo. Es una simplicidad que puede, entonces, ir de la mano con la complejidad propia de las cosas pues está inspirada por el amor a la verdad y no por la aversión a lo complicado.

Podríamos decir que también se encuentra una humildad similar cuando reconocemos lo que somos, esta es la humildad que nos permite identificar nuestros defectos sin menospreciar lo que tenemos, es una humildad que nos da la libertad de ser quienes somos.

Para Reflexionar

- ¿Están en coherencia mi forma de pensar, actuar y decir?
- ¿Expreso mi postura a los demás sin temor al qué dirán? ¿Sé defender en lo que creo?
- ¿Se reconocer en otros la humildad y la simplicidad?

Simplicidad caritativa

Veámos que la humildad se puede tomar como una actitud ante Dios, una actitud con la cuál el pueblo judío se acercaba al Señor y que además, los cristianos, buscamos por el deseo de parecernos cada vez más a Jesucristo, este último tipo de humildad es la que podríamos ubicar aquí, como una humildad caritativa o de gracia. De manera similar tenemos la simplicidad caritativa que es el no desear nada fuera de Dios, es la actitud por la cuál nos deshacemos de todo aquello que no tiene como fin santificarnos, es la simplicidad que lleva a la pureza de corazón. No debe confundirse con una renuncia a todo bien posible para buscar solamente a Dios, esto es algo de lo que a veces se abusa en la vida religiosa, tomando por malo todo don “mundano” como si en esta vida fuera posible separar por completo el alma del cuerpo y nuestra fe de nuestras obras, esta simplicidad no es el desprendernos de todo sin más sino el desprendernos de aquello que no es útil para nuestra alma, puesto que, la simplicidad caritativa, nos lleva al perfeccionamiento de nuestra vocación y a la santificación de nuestro trabajo de forma que permite a los distintos carismas dar fruto sin ser ahogados por los abrojos. Es una purificación del trabajo no su eliminación ni supresión, podemos pensar en lo que nos dice San Pablo: «Ofrecisteis vuestros miembros al servicio de la impureza y de la perversidad, así que ahora poned vuestros miembros al servicio de la justicia, para santificaros» y «Tanto si coméis como si bebéis o hacéis cualquier otra cosa, haced todo lo que podáis por la gloria de Dios» [7][p. 64].

Un ejemplo lo tenemos en la regla de san Benito, como nos dice Dom. Jean Leclercq:

“Está claro que la vida monástica no tiene otro fin: *querere Deum*. Para alcanzar la vida eterna, de la que tantas veces habla san Benito como el único fin que importa, es necesario desprenderse de todas las preocupaciones del presente, entregándose, en el silencio y el alejamiento del mundo, a la oración y la ascesis¹. Cada una de las actividades del monje, comprendida la literatura, no puede tener más que una orientación espiritual. Para justificar todas sus acciones son invocados con frecuencia los motivos escatológicos. Si, por ejemplo, obedece el monje, es «porque desea progresar hacia la vida eterna». Para san Benito, la vida monástica es del todo desinteresada, es decir, se ordena por entero a la salvación del monje, a su búsqueda de Dios, no a un fin útil o social cualquiera, del que no habló nunca.” [9][p. 36]

Para llegar a este tipo de simplicidad es necesario estar en gracia «La simplicidad guiará el camino de los justos» (Pro 11,3) pues, como nos dice San Antonio Abad, “así como el cuerpo privado de ojos está ciego y no ve el sol, la tierra toda, el mar centellante, y ni siquiera puede gozar de la luz, del mismo modo el alma que no tiene un intelecto bueno y un honesto modo de vida, está ciega y no contempla a Dios, creador y benefactor de todos, no lo glorifica ni puede acceder al gozo de su incorruptibilidad y de los bienes eternos”[10][p. 17]. Tras lo cuál podemos encontrar lo que realmente nos llena, aquello que realmente es importante como nos dice el evangelio: «El Señor le respondió: “¡Marta, Marta! tú te afanas y te agitas por muchas cosas. Una sola es necesaria. María eligió la buena parte, que no le será quitada”» (Lc 10:41-42).

Vemos así que tanto la simplicidad como la humildad están íntimamente unidas: “al purificar la voluntad, los pensamientos, los sentimientos y el cuerpo, los grados de humildad hacen que el hombre se conozca a sí mismo y que se abra para dejarse conducir por Dios”.

Pero no hay que olvidar que aunque la sencillez no se opone a la inteligencia humana no está unida a ella, siendo que muchas veces se presenta como un impedimento “porque la sabiduría de este mundo es necedad para Dios. Pues escrito está: ‘Él prende a los sabios en su misma astucia’ ” (1 Cor, 3:19) siendo que muchas veces a aquellos que “presentan menos luces” Dios les concede gozar de un entendimiento más perfecto: “Por aquel tiempo Jesús dio una respuesta, diciendo: ‘Yo te alabo, oh Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque encubres estas cosas a los sabios y a los prudentes, y las revelas a los pequeños’ ” (Mt. 11:25).

Fragmento

Se dice que al final de su vida, mientras estaba en oración, Santo Tomás de Aquino tuvo una visión milagrosa de Jesús en la Cruz, quien le dijo: “Tomás, has escrito bien de mí. ¿Qué recompensa quisieras?” a lo que el santo respondió: “Non nisi te, Domine” (“Nada más que tú, Señor”).

Para Reflexionar

- ¿Cuáles son las cosas que sé que son innecesarias en mi vida pero que aún así me niego a abandonar?
- ¿Procuro estar en gracia? ¿cuándo fue la última vez que me confesé?
- ¿Suelo preguntarme “¿realmente necesito esto?” O “¿podría hacer las cosas sin esto?” antes que buscar las justificaciones para conseguirlo?

Actividad

Para profundizar en este tema se cuenta con la Actividad 2, al final de la ficha, en la cuál se analiza el tema de la sencillez evangélica y algunas preguntas para interiorizar.

¹Compromiso del hombre en su propio crecimiento y construcción o madurez interior.

LA ALEGRÍA

Y los humildes continuamente se alegrarán en Dios; y los simples entre los hombres encontrarán alegría en el Sagrado de Israel.

Isaías, 29:19

Una de las consecuencias más inmediatas de la humildad y la sencillez es la alegría, pero, como ya vimos antes, no puede tratarse de una satisfacción tonta proveniente de la ignorancia, sino de la alegría del corazón que se conoce y está en gracia con Dios. Esta es la alegría que “se produce ante la admiración de lo que le rodea, de lo que puede alcanzar, poseer o tener, y también por los dones que descubre dentro de sí mismo. Toda esta alegría es puesta en el corazón del hombre por Dios, que desea y nos invita a vivir desde esa misma felicidad.” [11][p. 4]

La humildad nos da un entendimiento que lleva a que la persona se sienta libre para experimentar alegría interior, por ser quien ella realmente es. La humildad es la máxima dignidad y auto-respeto que podemos brindarnos a nosotros mismos. Por otro lado la sencillez nos permite llegar a Dios por un camino llano, nos libra de las pesadas cargas del engaño y de los trabajos inútiles, es decir nos permite enfocarnos sólo en aquello que es necesario (Lc 10, 41-42).

Pero para esto hay que contar con la gracia, no se puede lograr sin el reconocimiento y contrición de los pecados “alegraos en Yahvé y regocijaos, oh justos; salid de júbilo todos los rectos de corazón” (Salmo 32:11).

Fragmento

Agranda la puerta, Padre, porque no puedo pasar. La hiciste para los niños, yo he crecido, a mi pesar. Si no me agrandas la puerta, achícame, por piedad; vuélveme a la edad aquella en que vivir es soñar.

Miguel de Unamuno

La alegría que nos lleva a Dios

La alegría es un camino seguro hacia Dios, decía San Juan Bosco “la santidad consiste en estar siempre alegres” y nosotros, como cristianos, queremos vivir al ejemplo de Jesús quién “vive desde su alegría de ser Hijo la lucha de la obediencia, en la que se encuentran enfrentadas la voluntad divina y la humana, asumir el camino del sufrimiento, de la obediencia al Padre, y evitar vivir la alegría del camino efímero del gozo (Bravo, 2012, p. 67). Esa obediencia la vive Jesús desde la alegría de que la muerte no es el final del camino, sino la vida, la resurrección (p. 68)” [11].

Hoy en día se plantea si la felicidad y la alegría deberían ser realmente los fines que debe perseguir el hombre en esta vida[12], aunque se presenta como un problema serio para la filosofía, sobre todo para las corrientes clásicas, nosotros podemos apartarnos un poco de esta disputa y considerar que no somos nosotros quienes definimos la felicidad, y le damos significado en base a nuestros presupuestos filosóficos, si no que es Dios quién nos enseña lo que realmente es la felicidad y, como en el caso del amor, nosotros buscamos aprender de Él lo que es la bienaventuranza, la vida gozosa.

La vida cristiana no es de tristeza y melancolía sino que es principalmente una vida de alegría y gozo, y lo es ahora: “bienaventurados los pobres en el espíritu, porque a ellos pertenece el reino de los cielos” (Mt. 5:3), pues aunque la vida futura sobrepasa todo aquello que podamos concebir (1 Cor. 2:9) ya en esta vida se nos otorga el cien por uno (Mt. 19:23-30), la humildad y la sencillez nos abren el camino para poder vivir con plenitud cristiana, dice San Antonio Abad: “Dios ha hecho todo el cielo para el hombre y lo ha adornado de estrellas. Para el hombre ha hecho la Tierra. Los hombres la trabajan para sí mismos. Los que no se perciben de tal providencia de Dios, tienen un alma insensata... Dios, quien no necesita de ningún bien, ha creado para el hombre el Cielo y la Tierra y los elementos, deseando darle por medio de éstos, el goce de todos los bienes” [10].

El mejor ejemplo lo tenemos en nuestra Madre, la Virgen María, a quién el ángel le anuncia “¡Alégrate!, llena de gracia, el Señor está contigo” (Lc. 1:28) en ella encontramos la humildad y la sencillez en grado sumo pues se encontraba unida profundamente a Dios, como nos dice Jean Marie Burucoa: “La maravilla no es tanto que permanezca virgen siendo madre, sino que ella fue virgen de tal manera, estaba tan llen de Dios, que llegó a ser su Madre.” [13][p. 28], la primera en recibir el anuncio de la Buena Noticia, “María, llena del Espíritu y de la alegría recibida, va a visitar a su prima Isabel porque la alegría que siente debe ser compartida. En el encuentro, el que salta de gozo y se llena del Espíritu Santo es el precursor del Mesías, Juan. Es María quien canta las maravillas que Dios hace a los pobres y a quienes guarda su alianza (Lc 1, 39-56). Encontramos que también José, tras conocer que María espera un hijo, recibe la visita de un ángel, que devuelve la alegría a su vida, pues comprende lo que ha sucedido a su futura esposa y por ello la acoge en su casa (Mt 1, 18-25)” [11][p. 9].

Vayamos, pues, con alegría al encuentro del Señor.

Fragmento

Cuando contemplo el cielo, obra de tus manos; la luna y las estrellas que has creado, ¿qué es el hombre, para que te acuerdes de él; el ser humano, para darle poder? Lo hiciste poco inferior a los ángeles, lo coronaste de gloria y dignidad, le diste el mando sobre las obras de tus manos, todo lo sometiste bajo sus pies: rebaños de ovejas y toros, y hasta las bestias del campo, las aves del cielo, los peces del mar, que trazan sendas por las aguas. Señor, dueño nuestro, ¡que admirable es tu nombre en toda la tierra!

Salmo 8

Actividad

Para profundizar en este tema se cuenta con la Actividad 3, al final de la ficha, en la cuál se medita el magnificat.

ACTIVIDADES

Actividad 1

...Jesús se hace pobre para que nosotras podamos darle limosna, nos tiende la mano como un mendigo, para que cuando aparezca en su gloria el día del juicio, pueda hacernos oír aquellas dulces palabras: "Venid vosotros, benditos de mi Padre, porque tuve hambre y me disteis de comer, tuve sed y me disteis de beber, fui forastero y me hospedasteis, estuve enfermo y en la cárcel y me socorristeis".

El mismo Jesús que pronunció estas palabras es quien busca nuestro amor, quien lo mendiga... Se pone, por así decirlo, a nuestra merced. No quiere tomar nada sin que se lo demos, y hasta la cosa más insignificante es preciosa a sus ojos divinos...

Santa Teresita

Itinerario de la humildad

El Padre Eugenio Cavallari OAR, analizando este tema en la espiritualidad agustiniana, nos menciona un decálogo de la humildad:

1. Entrar dentro de sí (In. Jn. Ev. 25,15).
2. Reconocer lo que somos (In. Jn. Ev. 1,4).
3. Confesar el propio pecado (In. Jn. 1Jn. 1,6).
4. Conocerse a sí mismo mirando a Cristo (In. Ps. 76,15).
5. Camino para alcanzar a Cristo (In. Ps. 103, d. 3,9).
6. Entrar en Cristo (In. Jn. Ev. 25,18).
7. Ser pobres de espíritu (In. Ps. 73,24).
8. Lleva al Señor (In. Jn. 7,2).
9. Reconciliarse con los hermanos (In. Jn. Ev. 58,4-5).
10. Construir la unidad (In. Jn. Ev. Jn. 6,10).

Entrar dentro de sí

A quien vendrá a mí, no lo echaré fuera. ¿Por qué? Porque he descendido del cielo no para hacer mi voluntad, sino la voluntad del que me envió. ¿Ésa misma es, pues, la causa por la que no echas fuera a quien viene a ti: que has descendido del cielo no a hacer tu voluntad, sino la del que te envió? Ésa misma... Temo que el alma haya salido fuera de Dios porque era soberbia; más bien, no lo dudo, pues está escrito: «Inicio de todo pecado, la soberbia», e: Inicio de la soberbia del hombre, apostatar de Dios. Está escrito, es firme, es verdad. Después, ¿qué se dice del mortal soberbio, ceñido de los andrajos de la carne, abrumado por el peso del cuerpo corruptible y que empero se enorgullece y olvida la piel de que está vestido? ¿Qué le dice la Escritura? ¿Por qué se ensoberbece la tierra y la ceniza? ¿Por qué se ensoberbece? Diga por qué se ensoberbece. Porque en su vida arrojó su intimidad. ¿Qué significa «arrojó», sino «echó lejos»? Esto significa salir fuera. Pues entrar dentro es apetecer la intimidad, arrojar la intimidad es salir fuera. Arroja la intimidad el soberbio, apetece la intimidad el humilde. Si la soberbia nos echa, la humildad nos hace regresar.

San Agustín nos habla de cómo Jesús a través de la mansedumbre y la humildad nos llama a la comunión con él.

¿Has intentado examinarte a partir de la soberbia?

¿Cómo te ha ido?

¿Crees que la soberbia nos evita conocernos a nosotros mismos?

¿Por qué?

¿Te han dicho cosas sobre tí que no te gustan? ¿Han sido ciertas? ¿Cómo te han hecho sentir?

¿Qué crees quiere decir San Agustín cuando habla de "apetecer la intimidad"?

Reconocer lo que somos

Los que han recibido la paz para anunciársela al pueblo contemplaron la Sabiduría misma en cuanto la capacidad humana puede llegar a tocar lo que ni ojo vio ni oído oyó ni a corazón de hombre ascendió. Y si no ascendió a corazón de hombre, ¿cómo ha ascendido al de Juan? ¿O no era hombre Juan? ¿Quizá será mejor decir que no ascendió a la mente de Juan, sino

que fue su mente la que ascendió hasta esta sabiduría? Porque lo que asciende hasta el hombre es inferior a él; en cambio, si es la mente humana quien se eleva hasta ella está por encima del hombre. Se puede, sin embargo, hermanos, hablar así. Porque, si se puede decir que subió hasta la mente de Juan, en tanto ascendió hasta ella, en cuanto Juan no era hombre. ¿Qué quiere decir: Juan no era hombre? Que de alguna manera comenzaba a ser ángel. Sí, porque todos los santos son ángeles. Lo son porque anuncian a Dios ². Por eso, a los de un nivel puramente carnal y animal, incapaces de comprender las cosas de Dios, ¿qué les dice el Apóstol? Cuando decís: «Yo soy de Pablo, yo de Apolo», ¿acaso no sois hombres? ¿Qué quería hacer de esos a quienes reprendía ser hombres? ¿Queréis saber qué quería hacer de ellos? Escuchad este salmo: Yo dije: «Sois dioses e hijos del Altísimo todos». A esto nos llama Dios, para que no nos quedemos en ser hombres. Pero nunca mejoraremos nuestra condición de hombres si antes no reconocemos que lo somos. En otras palabras, si de nuestra bajeza no ascendemos hasta aquella altura. No suceda que, por creernos algo, sin ser nada, no solamente no recibamos lo que aún no somos, sino que perdamos incluso lo que somos.

¿Qué es aquello para lo que eres mejor?

¿Crees que podría haber alguien que lo hiciera mejor que tú?

Piensa en alguien que ames y en su mejor virtud ¿dejarías de amar a esa persona si descubrieras que esa virtud suya no es tan perfecta?

Dios te ama incondicionalmente ¿Crees que es importante que aprendamos a reconocer nuestros vicios y debilidades? ¿por qué?

Confesar el propio pecado

Considera, pues, lo que afirma: Porque si dijéramos que no tenemos pecado, nos engañamos a nosotros mismos y la verdad no habita en nosotros. Así, pues, si te reconoces pecador, habita en ti la verdad, pues la misma verdad es luz. Aún no ha resplandecido de forma plena tu vida, porque en ella hay pecados; sin embargo ya comienzas a ser iluminado, porque existe el reconocimiento de los pecados. Pues mira cómo sigue: Porque si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo, para perdonar nuestros pecados y purificarnos de toda iniquidad. No sólo de la pasada, sino también de la que tal vez hayamos contraído como consecuencia de hallarnos en esta vida; porque mientras el hombre carga con la carne no puede no tener pecados, al menos leves. Pero no desprecies estos pecados que llamamos leves. Si los desprecias al considerar su propio peso, asústate al considerar su número. Muchas cosas menudas hacen una mole grande; muchas gotas llenan un río, muchos granos hacen un muelo. Y ¿qué esperanza hay? Ante todo, el reconocimiento del pecado; que nadie se considere justo ni levante su cerviz el hombre que no existía y existe ante los ojos de Dios que ve lo que es. Ante todo, pues, el reconocimiento del pecado y luego el amor. Porque ¿qué se ha dicho de la caridad? La caridad cubre la muchedumbre de los pecados. Porque, si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonarnos nuestros pecados y limpiarnos de toda iniquidad. Porque, si decimos que no hemos pecado, le hacemos mentiroso a Él y su verdad no habita en nosotros.

¿Te consideras justo(a)?

¿Por qué?

¿A qué crees que se refiere San Agustín cuando dice que “ muchas gotas llenan un río”?

¿Sabes reconocer tus pecados?

San Agustín dice que “si decimos que no hemos pecado, le hacemos mentiroso a Él y su verdad no habita en nosotros” ¿por qué? ¿Crees que San Agustín estaba mintiendo?

Conocerse a sí mismo mirando a Cristo

¡Qué santos, Oh Dios, son tus caminos! Ya está mirando las misericordias de Dios para con nosotros, y de ellas habla con profusión, y se goza en estos afectos. Primero comienza sobre este tema: ¡Qué santos son tus caminos! ¿Cuáles son esos tus caminos? Yo soy —dice él— el camino, la verdad y la vida²². Retornad, humanos, de vuestras aficiones. ¿A dónde vais? ¿A dónde corréis? ¿A dónde vais huyendo, no sólo de Dios, sino de vosotros mismos? Volved, malvados, al corazón, escrutad vuestro espíritu, acordaos de los años eternos, buscad la misericordia de Dios para con vosotros, contemplad sus obras de misericordia: ¡Qué santos son sus caminos! Hijos de los hombres, ¿hasta cuándo seréis torpes de corazón? ¿Qué buscáis en vuestros afectos? ¿Por qué amáis la vanidad y buscáis el engaño? Sabed que el Señor ha engrandecido a su Santo. En el Santo está tu camino. Volvámonos a él, dirijámonos a Cristo; allí está su camino; ¡Qué santos, Oh Dios, son tus caminos! ¿Qué dios hay grande como nuestro Dios? Los gentiles son aficionados a sus dioses, adoran a los ídolos, que tienen ojos y no ven, tienen oídos y no oyen, tienen pies y no andan. ¿Por qué caminas a un dios que no anda? —No, dice; yo no adoro estas cosas. ¿Entonces, qué es lo que adoras? ¿La divinidad que hay en él? Sí, es esto lo que adoras, como se dice en otro salmo: Los dioses de los gentiles son demonios. O adoras a los ídolos, o a los demonios. Ni a los ídolos ni a los demonios, responde. ¿Qué

²La palabra ángel viene del griego y significa “mensajero”

adoras, entonces? Adoro las estrellas, el sol, la luna, estos seres celestiales. ¡Cuánto mejor es el que hizo estas cosas terrenas y celestiales! ¿Qué dios hay grande como nuestro Dios?

¿Tiene tu corazón ídolos? ¿Acaso es el dinero, el reconocimiento, el amor a una persona o tu comodidad? ¿Será alguna persona?

¿Hay en tu corazón algo que adores más que Dios? ¿Cómo lo sabes?

¿Qué puede ser mejor que Dios?

Si Cristo es Dios ¿quién puede ser mejor ejemplo que Cristo?

¿Logras ver en Jesús un ejemplo de vida?

¿Por qué?

Camino para alcanzar a Cristo

Cubre sus partes superiores con aguas. Leemos esto, y se entiende muy bien al pie de la letra. Pues, cuando mandó que se hiciera el firmamento entre aguas y aguas, se hizo que hubiera aguas bajas que bañan la tierra, y aguas altas, lejanas de la mirada de los hombres; y no obstante, encomendadas a la fe. Y las aguas, dice, que están sobre los cielos, alaben al Señor, porque él lo dijo y fueron creadas; él lo mandó, y existieron³³. Queda, por tanto, explicado el sentido literal de la frase: Cubre sus partes superiores con aguas. ¿Qué significan simbólicamente? Como hemos tomado la piel por la sagrada Escritura, y también por la autoridad de la divina Palabra, que se administró por los mortales, de los que, muertos, se extiende la fama de su administración, preguntamos de qué modo se entiende figuradamente también: Cubre sus partes superiores con aguas. ¿De qué partes superiores se trata? Del cielo. ¿Y qué simboliza el cielo? La sagrada Escritura. ¿Cuáles son los lugares más elevados de la divina escritura? ¿Cuál es lo más alto que encontramos en la santa Escritura? Pregunta a San Pablo y te lo dirá: Os voy a mostrar un camino más excelso. ¿A qué llama camino más excelso? Aunque yo hablara las lenguas de los hombres y de los ángeles, si no tengo amor, soy como una campana que suena o unos platillos estridentes. ...En todas las Escrituras el camino más elevado, y el puesto más sublime lo ocupa el amor. Sólo los buenos la anhelan; los malos no participan, como nosotros, de él; pueden participar del bautismo, pueden participar de otros sacramentos, pueden participar de la oración, pueden hallarse dentro de estas paredes y formar parte de esta asamblea, pero no participan del amor con nosotros. Esta es la fuente genuina de todos los bienes y de todas las cosas santas, de la cual se dice: Ningún extraño participará contigo. ¿Quiénes son los extraños? Todos los que oyen: No os conozco. Pues, si no son conocidos, sin duda son extraños. Luego el supereminente camino del amor comprende a los que verdaderamente pertenecen al reino de los cielos. Por tanto el precepto del amor está por encima de todos los cielos y de todos los libros, a él se le someten todos los libros, y le sirven todas las palabras de los santos, y todos los movimientos, sea del alma o del cuerpo, de todos los administradores de Dios. Así que el camino es excelentísimo, y con razón se cubren los más altos lugares del cielo con agua, porque nada encuentras más sublime en los divinos libros que el amor.

¿Cuál es el camino a Cristo?

Entrar en Cristo

Así pues, el Doctor de la humildad vino no a hacer su voluntad, sino la voluntad de quien lo envió. Vengamos a él, entremos a él, incorpórenos a él, para tampoco hacer nosotros nuestra voluntad, sino la voluntad de Dios; y no nos echará fuera, porque somos miembros suyos, porque quiso ser nuestra cabeza enseñando humildad. Escuchadlo, por último, a él mismo proclamar: Venid a mí quienes os fatigáis y estáis abrumados; coged sobre vosotros mi yugo y aprended de mí, porque soy manso y humilde de corazón; y, cuando hayáis aprendido esto, hallaréis para vuestras almas descanso del que no seréis arrojados, porque he descendido del cielo para hacer no mi voluntad, sino la voluntad del que me envió. Yo enseño humildad; no puede venir a mí sino el humilde. No echa fuera sino la soberbia; ¿cómo sale fuera quien guarda la humildad y no resbala de la verdad?

He dicho, hermanos, cuanto pudo decirse sobre el significado escondido —pues aquí se oculta bastante el significado y no sé si lo he extraído y hecho salir con palabras adecuadas— de por qué Jesús no echa fuera precisamente porque vino no a hacer su voluntad, sino la voluntad del que lo envió.

¿Qué significa hacer la voluntad de Dios?

¿Crees que la voluntad de Dios es sencilla de conocer? ¿Por qué?

¿Por qué hacer la voluntad de Dios podría estar unida a la interioridad?

Ser pobres de espíritu

Que el humilde no se vaya confundido. A los otros los confunde la soberbia. El pobre y el menesteroso alabarán tu nombre. Veis, hermanos, cuán dulce deberá ser la pobreza; veis cómo los pobres y los miserables pertenecen a Dios; pero los pobres de espíritu, porque de ellos es el reino de los cielos. ¿Quiénes son los pobres de espíritu? Los humildes, los que se estremecen frente a la palabra de Dios, que confiesen sus pecados, que no ponen su confianza en sus méritos, ni en su propia justicia. ¿Quiénes son los pobres de espíritu? Los que cuando hacen algo bueno, alaban a Dios; y cuando hacen algo malo se culpan a sí mismos. Dice el profeta: ¿Sobre quién descansará mi espíritu, si no es sobre el humilde, el pacífico, el que se estremece ante mis palabras? Está claro que Asaf ya ha comprendido: aya no está sujeto a la tierra; ya no reclama las promesas terrenas del Viejo Testamento; se ha hecho tu mendigo, se ha hecho tu pobre; tiene sed del agua de tus ríos, porque los suyos se secaron. Y como ha llegado a este estado, que no quede frustrada su esperanza. Buscó encontrarte con sus manos durante la noche; que no sea defraudado. Que el humilde no se vaya confundido; el pobre y el menesteroso alabarán tu nombre. Confesando sus pecados alabarán tu nombre; deseando tus eternas promesas alabarán tu nombre; no los hinchados de cosas temporales, no los engreídos y enaltecidos en la soberbia de su propia justicia, esos no; entonces, ¿quiénes? El pobre y el menesteroso alabarán tu nombre.

¿Qué tiene de malo la soberbia?

¿Qué diferencia hay entre soberbia y autoestima?

¿Qué diferencia hay entre culparte de todo lo malo y culparte de lo malo que haces?

¿Por qué Dios debe llevarse el mérito de todo lo bueno que haces?

¿Crees que tus buenas acciones se deben en parte a tu educación, valores, cultura y otros aspectos heredados de tu ambiente?

Cuando realizas una buena acción ¿Qué es lo que buscas?

¿Podría ser de otra manera?

Para San Agustín ¿Dónde nos encontramos con Dios?

Lleva al Señor

Ahora bien, si nos fijamos en nosotros mismos, si pensamos que somos su cuerpo, puesto que también nosotros somos Él... Pues si nosotros no fuésemos Él, no serían verdad las palabras: lo que hicisteis a uno de estos mis pequeños, a mí me lo hicisteis. Si nosotros no fuésemos Él, no serían verdad las palabras: Saulo, Saulo, ¿por qué me persigues? Luego también nosotros somos Él, porque somos sus miembros, porque somos su cuerpo, porque Él es nuestra cabeza, porque el Cristo entero lo forman la cabeza y el cuerpo. Así, pues, quizá entonces nos tenía en mente a nosotros que no íbamos a participar de las fiestas judías, y eso sería lo que significa: Yo no subo a ese día de fiesta. Ved que nosotros somos Cristo: tampoco el evangelista mintió.

¿Cómo hacemos para llevar al Señor con nosotros?

¿Has pensado que nuestro Señor también se refería a ti cuando decía “lo que hicisteis a uno de estos mis pequeños, a mí me lo hicisteis”?

Reconciliarse con los hermanos

Si, pues, afirma, yo, el Señor y el Maestro, lavé vuestros pies, también vosotros debéis lavar uno los pies de otro, pues os di ejemplo para que, como yo os hice, así hagáis también vosotros. ...el cristiano no se desdeñe de hacer lo que hizo Cristo. De hecho, cuando el cuerpo se inclina hacia los pies del hermano, también en el corazón mismo se suscita o, si ya estaba dentro, se consolida la actitud de la humildad misma.

...lavando los pies de los discípulos, ya bañados y limpios, el Señor, en atención a los afectos humanos con que vivimos en la tierra, ha dado a entender que, por mucho que hayamos avanzado en la toma de la justicia, hemos de saber que no estamos sin pecado; intercediendo por nosotros, lo limpia inmediatamente después, cuando al Padre que está en los cielos pedimos que nos perdone nuestras deudas como también nosotros perdonamos a nuestros deudores.

...si el que no tiene ni tuvo ni tendrá pecado alguno ora por nuestros pecados ¿cuánto más debemos nosotros orar mutuamente por los nuestros? Y si nos perdona ese a quien no tenemos nada que perdonar, ¿cuánto más debemos perdonarnos mutuamente nosotros que no somos capaces de vivir aquí sin pecado? En efecto, ¿qué parece dar a entender el Señor en esta profundidad del sacramento cuando dice: «Pues os di ejemplo para que, como yo os hice, así hagáis también vosotros», sino lo que clarísimamente dice el Apóstol: Perdonándoos a vosotros mismos, si alguien tiene queja contra alguien; como el Señor os perdonó, así también vosotros? Así pues, perdonémonos mutuamente los delitos y oremos mutuamente por nuestros delitos y así lavemos, en cierto modo, mutuamente nuestros pies.

Piensa en alguien que te ha ofendido gravemente ¿Lo has perdonado?

¿Qué razón tendrías para hacerlo?

¿Qué razón tendría Jesús para lavar los pies de sus discípulos? ¿Sabía que muchos de ellos lo abandonarían?

¿Crees que orar por alguien que nos ha herido puede ser comparable a lavar los pies?

¿Crees que puede ser una muestra de humildad?

En base a lo que hemos leído ¿Podrías considerarlo como un paso para encontrarte con Cristo?

Construir la unidad

Efectivamente, alguna vez las lenguas discordaron por soberbia y entonces las lenguas se hicieron de una única muchas. En efecto, tras el diluvio, ciertos hombres soberbios, como si intentase fortificarse contra Dios, como si para Dios hubiese algo elevado, o algo seguro para la soberbia, erigieron una torre, como para que no los destruyera un diluvio, si se producía después. Efectivamente, habían oído y recontado que el diluvio había destruido toda iniquidad. De la iniquidad no querían abstenerse; contra el diluvio necesitaban la altura de la torre; edificaron una torre elevada. Vio Dios su soberbia e hizo que penetrara en ellos este error, el de no entenderse hablando; y por la soberbia se hicieron diversas las lenguas²³.

Si la soberbia hizo las diferencias de lenguas, la humildad de Cristo ha congregado las diferencias de lenguas. La Iglesia reúne ya lo que aquella torre había disociado. De una única lengua surgieron muchas; no te extrañes, la soberbia lo hizo. De muchas lenguas surge una única; no te extrañes, la caridad lo ha hecho porque, aunque los sonidos de las lenguas son diversos, en el corazón se invoca al único Dios, se custodia la única paz.

Actividad 2

La Pobreza agrupa a los hombres, la Miseria los aísla, porque la pobreza es de Jesús, la miseria del Espíritu Santo. La Pobreza es lo Relativo, privación de lo superfluo. La Miseria es lo Absoluto, privación de lo necesario.

Leon Bloy

“ Mateo utiliza el término griego *ptojos* para nombrar al pobre. Esta palabra designa, primeramente en la legislación mosaica, a los que no poseían tierra (Ex 22,24; Lv 19,10; 23,22). Eran las gentes pobres en sentido material, sin influencias sociales, desprovistas de apoyos, y frecuentemente explotadas y humilladas...

Después del destierro babilónico, a la noción de pobre, se le agrega el de la persona que confía en Yahvé. Así se aproximan y asimilan los conceptos de pobre y piadoso. La expresión 'pobres de espíritu' de Mateo, pone el acento en la condición humilde de los pobres, más que en una efectiva carencia de riquezas como enseña Lucas 6,20-24. La pobreza en san Mateo impide tener la arrogancia y la seguridad en sí mismo, características del rico...

El fariseo se cree artífice de su salvación; está convencido de que su justicia es una técnica humana; rebotante de voluntarismo, construyó por sí mismo su propia santidad y prepara las espigas que el Segador Divino no tendrá más que recoger. Para nuestro tema es significativo que santa Teresita del Niño Jesús haya descubierto a través de la crítica paulina al fariseísmo, el camino de acceso a la infancia espiritual.

Vista desde la pobreza, la sencillez aparece así como condición para recibir el Reino; es una conciencia de la propia impotencia, indigencia, y necesidad de salvación. Sencillo es aquel que confía absolutamente en Dios, sin apoyarse en sí mismo; el indigente cuya humildad le lleva a mendigar, sin cesar la ayuda divina; precisamente en su confiada necesidad está su aptitud para el Reino.”[14][p. 2]

¿Es la pobreza buena?

¿Qué caracteriza a 'los pobres de Yahvé'?

¿Qué opinas de la idea 'la pobreza es privarse de lo superfluo'?

¿Es tonto o es valiente privarse de la riqueza?

¿Qué razones tendrías para buscar los bienes materiales?

¿Qué razones tendrías para renunciar a los bienes materiales?

“Hay que tener en cuenta lo que para el tiempo de Jesús significaba el niño. Para el derecho antiguo, el niño no era persona plena, jurídicamente hablando, es propiedad de otro, tiene una autoridad por encima suyo, carece de independencia para actuar, etc. Por eso son significativas las palabras empleadas en este lugar: *paidos*: niño, *siervo*; y *nepiois*: pequeño.

Estos rasgos jurídico-sociales lo equiparan a otras realidades del tiempo de Jesús, como son el pobre, el humilde, y las viudas. Todos ellos tienen en común su dependencia respecto de otro ser para subsistir. Este rasgo de la niñez es el que lo hace apto para simbolizar a los que entran en el Reino. Al igual que el pobre, su dependencia hace que el reino ya le pertenezca (Mt. 5,3 y 19,3). Por eso, el Padre se revela a los pequeños y no a los sabios y prudentes del mundo (Mt. 11,25)...

La sencillez, así vista desde la niñez, aparece como una condición para entrar en el Reino de los Cielos (Mt. 18,2-3; 19,14), es una dependencia total en las manos de Dios. Puede hacernos aparecer vulnerables (Mt. 18,5-6), pero goza de una especial protección del Padre (Mt. 18,10-11) y de los discípulos (Mt. 18,23). La sencillez reconoce a Jesús (11,25) quien por su medio se manifiesta a los hombres (Mt. 21,15-17), e identifica con ellos (Mt. 25,40)"[14][p. 4].

¿A quién puede acudir el pobre, el miserable, el niño y quienes no tienen valor en la sociedad?

¿Consideras que el miserable se acerca a Dios por conveniencia?

¿Qué hay del rico y el poderoso?

¿Por qué?

Actividad 3

Proclama mi alma la grandeza del Señor,
se alegra mi espíritu en Dios, mi salvador;
porque ha mirado la humillación de su esclava.

Desde ahora me felicitarán todas las generaciones,
porque el Poderoso ha hecho obras grandes por mí:
su nombre es santo,
y su misericordia llega a sus fieles
de generación en generación.

El hace proezas con su brazo:
dispersa a los soberbios de corazón,
derriba del trono a los poderosos
y enaltece a los humildes,
a los hambrientos los colma de bienes
y a los ricos los despide vacíos.

Auxilia a Israel, su siervo,
acordándose de su misericordia
—como lo había prometido a nuestros padres—
en favor de Abraham y su descendencia por siempre.
(Lc 1, 46-55)

Lectio

Lee con detenimiento el texto.
Identifica los personajes del texto (puedes recurrir a fuentes externas)

Identifica el contexto

Describe brevemente de lo que trata

Meditatio

¿Qué emociones y actitudes identificas en el texto?

¿Qué te dice a TÍ el texto? ¿Qué fue lo que más te llamó la atención? ¿Te está llamando a cambiar algo?

Oratio

Escribe una respuesta, redacta una oración ¿qué le quieres decir a Dios?

Rumatio

Proponte algunas actitudes y acciones para llevar a cabo en el día, basandote en tu oración y a lo que te sentiste llamado(a) según la lectura.

Contemplatio

Al final del día escribirás en tu diario lo que experimentaste, si lograste llevar a cabo las propuestas que tenías y el porqué, si no sentiste ni lograste nada también escríbelo.

LECTURAS O MATERIAL RECOMENDADO

Breve «Retiro» en línea de silencio con la tradición espiritual ortodoxa
“Los Pobres de Yavé” de Albert Gélin

Referencias

- [1] J. Casiano, *Colaciones I*. Ediciones Rialp, 2019.
- [2] C. H. Zambrano Burbano and M. E. Calderón Contreras, “San Agustín y su legado pedagógico-espiritual: Un aporte para el docente y el educador de hoy,” B.S. thesis, Filosofía y Teología, 2012.
- [3] S. Sierra, “Conocerse, la humildad en el pensamiento de san agustín,” *Cuadernos de Espiritualidad Agustiniana*, 2020.
- [4] L. Feldman Barrett, “La vida secreta del cerebro: como se construyen las emociones,” 2017.
- [5] J. V. Stone, “Information theory: a tutorial introduction,” 2015.
- [6] A. Einstein, L. Infeld, and B. Hoffmann, “The gravitational equations and the problem of motion,” *Annals of mathematics*, pp. 65–100, 1938.
- [7] G. Savonarola and J. M. F. Monge, *La simplicidad de la vida cristiana*. Biblioteca Nueva, 2005.
- [8] J. Arnau, *Budismo esencial*. Alianza Editorial, 2017.
- [9] J. Leclercq, “El amor a las letras y el deseo de Dios,” *Salamanca, Sígueme*, vol. 15, pp. 22–323, 2009.
- [10] V. autores, *La Filocalia*, vol. 1. Editorial LUMEN, 1999.
- [11] C. S. Báez and R. G. Martín, “La espiritualidad de la alegría: legado del carisma salesiano,” *Revista Albertus Magnus*, vol. 10, no. 2, pp. 119–142, 2019.
- [12] R. Nozick, “Happiness,” 1989.
- [13] J. M. Burucoa and L. Prensa, *El camino benedictino: saborear la bondad de Dios*. Verbo Divino, 1981.
- [14] U. monje Trapense, “La sencillez evangélica según san Mateo,” *Cuadernos Monásticos*, no. 27, pp. 617–624, 1973.