

## **EL AUTOCAUIDADO DE NUESTRA VIDA Y MINISTERIO SACERDOTAL, Y LA COMUNIÓN FRATERNA PRESBITERAL**

### ***“Amarás a tu prójimo como a ti mismo”***

La extensión de este mandamiento es tan infinita en su riqueza como el amor mismo. Lo podemos reflexionar, meditar, vivir y desdoblar en una inmensa gama de colores, desde los fríos a los cálidos. Desde los sombríos a los luminosos. El amor a Dios, el amor al prójimo como a nosotros mismos no tiene límites. No hay tiempo o espacio que lo limite, ni modo que lo agote: *“el amor es fuerte como la muerte... No pueden los torrentes apagar el amor, ni los ríos anegarlo”* (Cant 8, 6-7).

¿Cómo concretar este mandamiento para que sea aceptado, meditado, profundizado y profundamente vivido en el presbítero y en el presbiterio, particularmente abordado desde el aspecto del **AUTOCAUIDADO**? ¿No nos resistiremos pensando que es un acto de egoísmo o narcisismo, vanidad o un “lujo” que no nos debemos dar? Sí, seguramente nos encontraremos con algunas resistencias, no para meditarlo, pues más de alguna vez lo hemos hecho, pero sí para vivirlo o para corregir el modo equivocado como lo hemos asumido. Posiblemente los ejemplos de nuestros padres de familia, particularmente la mamá nos ha enseñado inconscientemente, con su ejemplo, a no cuidarnos sino a cuidar de los demás. O para quien, sintiendo aberración por esos descuidos del autocuidado de sus padres o de algunos presbíteros u obispos, en el caso de nosotros sacerdotes, ha llevado el autocuidado al extremo, entrando con “membresía” ya al club de los “metrosociales”, “retrosociales” o “Übersociales”. El autocuidado, tengámoslo presente, es de toda la persona: cuerpo y alma, inteligencia y voluntad; pues más de algún sacerdote parece que es “más consciente de su cuerpo que de su alma”<sup>1</sup>.

La reflexión y meditación de este aspecto de nuestra vida, para tener una justa apreciación y una justa aplicación, lo haremos desde nuestra fe, desde el encuentro con la *Palabra*.

El contexto del versículo inspirador para nuestra lectio es la pregunta hecha a Jesús acerca del mandamiento principal:

### **LECTIO**

*“Entonces se adelantó un maestro de la Ley. Había escuchado la discusión, y se quedaba admirado de cómo Jesús les había contestado. Entonces le preguntó: «¿Qué mandamiento es el primero de todos?». Jesús le contestó: «El primer mandamiento es: Escucha, Israel: El Señor, nuestro Dios, es un único Señor. Amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu inteligencia y con todas tus fuerzas. Y después viene este otro: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No hay ningún mandamiento más importante que éstos.» (Mc 12, 28-31).*

---

<sup>1</sup> G. K. Chesterton *“El charlatán honrado”*.

***“No hay ningún mandamiento más importante que éstos”***

San Marcos a diferencia de San Mateo y San Lucas presenta al maestro de la ley, libre de malicia, preguntándole a Jesús sobre el primer mandamiento de todos. Conociendo Jesús el trasfondo de la pregunta ante una inmensidad de mandatos a realizar *“para tener en herencia la vida eterna”*(Lc 10, 25), pone los reflectores sobre *lo más importante*. Gastar la vida tiene su sentido, pero tiene más sentido concentrándola en *lo más importante*. Si son *lo más importante*, entonces en ellos es donde nos hemos de enfocar y proyectar con todo nuestro corazón, con todas nuestras fuerzas, pues *“al atardecer de nuestras vidas seremos juzgados por el amor”* según escribía San Juan de la Cruz.

Para evitar extravíos en la comprensión y en la aplicación, es necesario tener presente la exigida unión y no desvinculación de los dos mandamientos más importantes: amor a Dios y amor al prójimo como a nosotros mismos.

Aunque abordemos el autocuidado como una de las tantas expresiones del amor, es conveniente no separarlo vivencialmente de sus otras ricas expresiones. Sería una traición al Amor reducirlo a un solo modo, al autocuidado. El amor a Dios y al prójimo como a nosotros mismos es multiforme y multiforme ha de ser el modo de vivirlo, según lo manifiesta San Pablo a los Corintios en la primera carta (Cf. 1 Cor 13).

*“Amarás a tu prójimo como a ti mismo”*

Es significativo que el mandamiento utiliza el adverbio de comparación, de igualdad: *como*. La igualdad para amar al prójimo tiene su punto de partida en uno mismo, es decir, en la persona que se ama a sí misma y, por eso, ama al prójimo como lo hace consigo misma. El Mandamiento de la ley no lo reformuló Jesús frente al maestro de la ley, como lo hizo con otros en otras ocasiones (Cf. Mt 5, 21-48), no dijo: ahora yo les digo *“te amarás a ti mismo como a tu prójimo”*. No, no ha indicado que sea el prójimo la referencia sino uno mismo. Realmente el amor a uno mismo es la medida de igualdad para amar al prójimo. Por que me sé y me siento amado por Dios, amo al prójimo. Porque Dios me ha creado portentosamente: *“Tú has creado mis entrañas, me has tejido en el seno materno. Te doy gracias, porque me has escogido portentosamente, porque son admirables tus obras; conocías hasta el fondo de mi alma”* (Sal 138, 13) (incluso con mis límites físicos), amo, estimo y valoro a mi prójimo. Porque me cuido, cuido al prójimo; porque velo por mis heridas, velo por las heridas de mi hermano; porque favorezco mi educación y formación, lo hago también por mi próximo; porque no me procuro ningún mal, no lo procuro para el otro. *“No hagas a nadie lo que no quieras que te hagan”* le decía Tobit a su hijo Tobías.

El autocuidado que surge del amor de Dios, no lo es como una obligación sino como un don. Por que el amor es una gracia recibida primero de Dios: *“Nosotros amamos, porque él nos amó primero”* (1 Jn 4, 19). El autocuidado surge del cuidado que Dios tiene con nosotros. Muchas formas encontramos en la sagrada Escrituras de cómo Dios cuida al hombre individualmente y a su pueblo junto con su creación: lo pone en el jardín del Edén, lo alimenta, lo hace partícipe de su obra. Lo acompaña en su camino, lo alimenta (le da agua, carne, pan, leche y miel); lo

cubre del sol por el desierto, lo ilumina por la noche, lo protege como una gallina lo hace con sus polluelos. Es realmente nuestro Guardián: *“¡No deja a tu pie resbalar! ¡No duerme tu guardián! ¡No duerme ni dormita el guardián de Israel!”* (Sal 120, 3-4). No lo olvida aunque una madre lo hiciera. Le da fortaleza aunque experimente sus miedos: *“Y Yahvé me contestó: «No me digas que eres un muchacho. Irás adondequiera que te envíe, y proclamarás todo lo que yo te mande. No les tengas miedo, porque estaré contigo para protegerte -oráculo de Yahvé.»”* (Jr 1, 7-8). Dios nos cuida, y lo hace desde los inicios de la creación hasta el encuentro amoroso en la casa paterna: *“estén seguros que yo estaré con ustedes día tras día, hasta el fin del mundo”* (Mt 28, 20), independientemente cada uno personal y comunitariamente nos apartemos de Él (El Primer descuido que hace el hombre de sí mismo es apartarse de Dios: *Sumo Bien*).

Al cuidado que Dios tiene de nosotros, le sigue pues el autocuidado de nosotros mismos, tanto en lo personal como en lo comunitario: *“Voy a cantar a mi amigo la canción de su amor por su viña. Una viña tenía mi amigo en un fértil otero. La cavó y despedregó, y la plantó de cepa exquisita. Edificó una torre en medio de ella, y además excavó en ella un lagar. Y esperó que diese uvas, pero dio agraces. Ahora, pues, habitantes de Jerusalén y hombres de Judá, venid a juzgar entre mi viña y yo: ¿Qué más se puede hacer ya a mi viña, que no se lo haya hecho yo? Yo esperaba que diese uvas. ¿Por qué ha dado agraces?”* (Is 5, 1-4).

Para no terminar nuestra vida sumándonos al canto de lamento del dueño de la viña, le pedimos al Señor la gracia de actuar prudente y oportunamente en el tiempo y en el espacio (aquí y ahora en el lugar donde me encuentro) en lo referente a nuestro autocuidado, en el amor al prójimo como a nosotros mismos.

Quisiera partir, primero, del autocuidado personal para de ahí pasar, en consecuencia, al cuidado fraternal. Lo primero nos dará luz y orientación para lo segundo. Consideraré el autocuidado de acuerdo a las cuatro dimensiones formativas que menciona *Pastores Dabo Vobis* (1992) y que las retoma el *Directorio para el Ministerio y Vida de los Presbíteros* (2013) y *El Don de la Vocación Presbiteral*, Ratio Fundamental Institutionis Sacerdotalis (2016).

## **I. AUTOCUIDADO PERSONAL**

Autocuidado que contempla también el hacerme ayudar de alguien que me ayude, que me cuide. La oveja se tiene que alimentar, tiene que desarrollar las habilidades para cuidarse del lobo, para huir de él y no ser devorada; pero, también tiene que ser cuidada por el Pastor que, con su vara y su cayado le dan seguridad; por el Pastor que la lleva a fuentes tranquilas y a verdes praderas donde la hace reposar (Cf. Salm 22, 1-4).

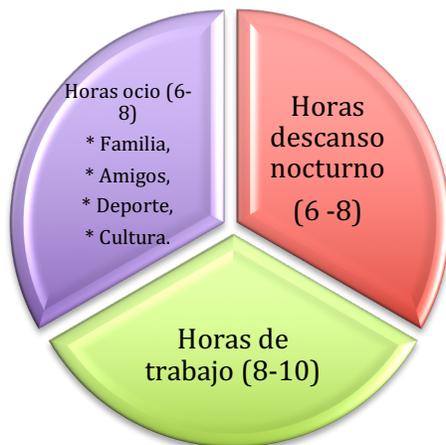
### **A) Dimensión humana**

Autocuidado en lo físico: **alimentación sana y balanceada**. Tomada en sus porciones y tiempos recomendados por los médicos y nutriólogos. Es verdad que la vida en parroquia pudiera estar accidentada en los tiempos, pero seguramente los años nos hacen identificar los

tiempos más estables para los alimentos. Dentro de la inestabilidad e irregularidad hay sin duda algo regular en cuanto a esto se refiere.

“Al buen entendedor poco”, dice un refrán nuestro. Poco hay que decir de las consecuencias en la salud física y mental que trae el descuido alimenticio. “El desbalance nutricional, por exceso o falta de nutrientes, afecta nuestro cuerpo de diferentes maneras generando, trastornos de salud que pueden llegar a ser graves”<sup>2</sup>. Seamos sinceros, un sacerdote sano se debe a sí mismo y a la comunidad. No podemos caer en la simplonada de decir: “*mi gusto es*”.

**Deporte:** Por los tiempos y espacios en una parroquia, no iguales a la vida que tuvimos en el seminario, puede que el deporte sea más complicado realizarlo. Además, que el caminar de la edad nunca llega sola. Las consecuencias naturales de los años pueden no permitirnos ya jugar futbol, basquetbol, voleibol u otros deportes. Pero alguna actividad con creatividad la podremos hacer en casa o fuera de ella, por ejemplo: caminar, ejercicios de estiramientos, flexiones, abdominales, lagartijas, sentadillas, incluso gimnasia geriátrica u otros más. El asunto es no dejar de realizar, de acuerdo a nuestras posibilidades, ejercicios para activar el organismo y mantener cuerpo y mente sana. “Muchos pensadores abastecen así su cerebro mediante la ejercitación de los miembros”<sup>3</sup>.



**Descanso físico y emocional** para reparar la fuerzas, las condiciones de salud, para encontrarnos con nosotros mismos y con el prójimo en la serenidad, la paz y la pausa de las labores de evangelización. Horas de descanso, pasear, encontrarnos con nuestros familiares y amigos. Tomar una pausa, sea al aire libre o en la propia habitación.

La gráfica (anexa a la izquierda) de distribución de horas al día, pretende ser una referencia según la vida y ministerio ordinario y cotidiano del sacerdote. Sabiendo que se es sacerdote para siempre y las 24 horas del día.

**Salud psicológica:** Saber compartir, drenar los problemas personales, familiares, parroquiales, decanales y diocesanos. El beato Cardenal J. H. Newman en el proceso de su conversión experimentó mucho desgaste emocional, psicológico y espiritual a causa de críticas, incomprensiones y malentendidos de cercanos y lejanos. En este proceso, escribió él, le hizo mucho bien tener dos o tres amigos sacerdotes en los que se apoyaba compartiendo y haciéndose escuchar y aconsejar<sup>4</sup>. “No es normal en cambio que un sacerdote esté con

<sup>2</sup> <https://www.vix.com/es/imj/salud/2010/10/25/consecuencias-de-una-mala-alimentacion> (consultado el 18 enero 2018).

<sup>3</sup> A. D. Sertillanges, *La vida intelectual*. Cap. VIII, III.

<sup>4</sup> *Apologia Pro Vita Sua*.

frecuencia triste, nervioso o con mal carácter; no está bien y no hace bien, ni al sacerdote ni a su pueblo. Pero si tú tienes una enfermedad, si eres neurótico, debes ir al médico. Al médico espiritual y al médico clínico: te darán pastillas que te harán bien, los dos. Pero, por favor, que los fieles no paguen la neurosis de los sacerdotes. No tratar mal a los fieles; cercanía de corazón con ellos” (Papa Francisco)<sup>5</sup>.

**Salud afectiva, emocional:** Recordar que somos personas que hemos elegido libre y responsablemente responder a la llamada que el Señor nos ha hecho a la vida y ministerio sacerdotal. Nos pertenecemos a Dios y a su Pueblo. Hemos elegido este estilo de vida, no el estilo de vida matrimonial por el sacramento, ni siquiera el ser solteros con pareja (novia). Como personas, nos hemos consagrado con nuestro cuerpo y alma; con nuestra inteligencia y voluntad; con nuestros sentimientos, emociones y afecciones. Es con todo nuestro ser que damos nuestra vida a Dios y al pueblo. Es por eso que damos nuestra vida hasta el extremo: amando, compadeciéndonos, sirviendo, sanando, llevando la alegría del evangelio, perdonando, como el Señor Jesús lo ha hecho con nosotros. Es verdad que es difícil no amar a una mujer con nombre propio e historia, y sentir el anhelo, vivo como el fuego, de emprender aventuras de crecimiento maravillosamente compartidas. Aún siendo sano y valioso esto, nosotros hemos hecho como el comprador de perlas valiosas: *“al encontrar una perla de gran valor, va vende todo lo que tiene y la compra”* (Mt 13, 46).

No podemos renunciar a la riqueza de nuestros sentimientos y afectos, propios de nuestra humanidad, pues por ellos nos sentimos vivos, se fortalece y consolida nuestra identidad viril y podemos hacer sentir a los demás que son amados por Dios y por nosotros. El Papa Francisco pedía a propósito a los obispos en la Plenaria de la Congregación del Clero (04 octubre 2014): “Examinar bien si él es del Señor, si ese hombre está sano, si ese hombre es equilibrado, si ese hombre es capaz de dar vida, de evangelizar, si ese hombre es capaz de formar una familia y renunciar a ello para seguir a Jesús”. No obstante, siendo capaces de formar una familia y renunciar por ello para seguir a Jesús, es sano no descuidar nuestros afectos y no empezar a negociar “bajo la mesa” con ellos. Cuidemos, decía el Padre Pedro Arrupe, de no “parcelar el corazón” (un corazón dividido como un reino dividido, viene a la ruina), pues le pertenece solo a Dios por nuestra consagración. No es raro, si no se pide ayuda, que a los pocos años de ordenado se den y se vivan regresiones juveniles o compensaciones de diferentes tipos, que nos enferman y entran en crisis afectivas, emocionales, psicológica, morales y vocacionales. Será necesario cultivar una inteligencia emocional a la luz de una salud espiritual para realizar un proceso oportuno de crecimiento y madurez sacerdotal.

La cercanía física y afectiva de nuestra familia de origen, o de amigos y amigas que han llegado a ser nuestra familia, por no tener ya ningún familiar cercano, juegan un papel importante en estos cuidados. Por otra parte, es necesario contemplar los prudentes cuidados a tener también en el vasto mar del Internet, de las redes sociales para saber navegar y saber aventar las redes en el nombre del Señor Jesús, y no tanto naufragar en el agitado mar e inseguro con sus vientos encontrados y entrar en tormentas y remolinos afectivos y emocionales. No sea que gritemos: “¡Sálvanos, Señor, que perecemos!”.

---

<sup>5</sup> Discurso a los participantes del congreso organizado por la Congregación del Clero, 20 noviembre 2015.

## **B) Dimensión Intelectual.**

El aprendizaje viene de muchas fuentes de la vida, pero la más común y universal es a través de **la lectura**. “Queremos formarnos un espíritu amplio, practicar la ciencia comparada, mantener el horizonte abierto ante nosotros: y esto no se consigue sin numerosas lecturas”. Sólo una consideración: “Es necesario leer inteligentemente, no apasionadamente [...] La lectura desordenada entorpece y no alimenta el espíritu”<sup>6</sup>.

**Variar nuestras las lecturas** para nuestra formación y autocuidado: hay cuatro tipos de Lecturas. En éstas se recomienda proceder prudentemente. Así como se elige cuidadosamente un padre espiritual, así también ha de ser al tener un padre intelectual por lo que leemos.

- Lecturas de fondo, de formación científica: todo lo que se espera sea prolongado después de nuestra formación en el seminario o de algún estudio de especialización.
- Lecturas de consulta o de información: periódicos, revistas impresas o electrónicas, noticieros, documentales, documentos y comunicados eclesiales.
- Lecturas de ocasión, según la experiencia personal que vivamos: “tener así en los momentos de depresión intelectual, emocional o espiritual autores favoritos, páginas reconfortantes, tenerlos cerca de uno, siempre listos para inyectar su buena savia, constituye un recurso inmenso”<sup>7</sup>.
- Lectura recreativa o de descanso: literatura universal y mexicana, cuentos, comedias, poesía, novelas, relatos de viajes y exploraciones, etc.

“Lee lo que te agrada, lo que te ayude, solo no dejes de ser consagrado, ten inteligencia para leer, sin descuido del descanso útil, de lo que te ayuda a perfeccionarte, a hermoear tu espíritu, a ser hombre” (A. D. Sertillanges)<sup>8</sup>.

Si es posible en el lugar que nos encontremos: **Visitar museos o lugares históricos cercanos**; exposiciones culturales, conferencias, cursos, proyecciones cinematográficas, ferias del libro, etc.

Asistencia, participación y aprovechamiento de las **jornadas y cursos de estudio y formación** teológica, pastoral, humana y espiritual del clero preparado para ti y para el presbiterio en tu Diócesis. Además, buscar creativamente, desde esa sana inquietud intelectual, otros espacios extras ofrecidos por otras instituciones u organismos formativos donde te encuentres o puedas participar.

---

<sup>6</sup> A. D. Sertillanges, *La vida intelectual*. Cap. VII, A II.

<sup>7</sup> A. D. Sertillanges, *La vida intelectual*. Cap. VII, A III.

<sup>8</sup> *Ibid.*

### **C) Dimensión Espiritual**

Para ayudarnos en el autocuidado de nuestra vida espiritual podemos dejarnos ayudar por todas las parábolas de la vigilancia que nos presente nuestro Señor en los Evangelios; además de las bastantes exhortaciones que San Pablo deja en las cartas pastorales ya sea a Timoteo, Tito o Filemón a mantener sana su vida, su vocación, el don recibido. Cuidarse de las herejías, de los malos ejemplos, de no dejarse arrastrar del enemigo, *que anda como león rugiente buscando a quien devorar. “Hermanos, poned más empeño todavía en consolidar vuestra vocación y elección. Si hacéis así, nunca jamás tropezaréis”* (2 Ped. 1, 10).

De acuerdo a la experiencia de sacerdotes ya ancianos, la salud psicológicas va de la mano de una vida espiritual cuidada a través de la **cuidada oración**, de la **cuidada celebración de los sacramentos: particularmente la Eucaristía y la confesión** y la sana relación fraterna con los hermanos sacerdotes.

**Silencio (interior y exterior).** Vital para favorecer el diálogo interior y personal con Dios. “El orante eclesial sabe que para que su oración sea fructífera necesita de la soledad exterior. La necesita por razones psicológicas generales, para entrar en la quietud de la reflexión, para «recogerse» de una distracción y aturdimiento casi incurable en nuestros tiempos por la provocación del mundo” (Hans Urs Von Balthasar)<sup>9</sup>.

**Ubicar y aprovechar los momentos de oración personal.** En una vida de comunidad y de labores parroquiales estos espacios son necesarios y significativos. Más aún, son el termómetro de una relación personal con el Padre: Jesús se retiraba a solas a orar, fuera por la madrugada, por la tarde o por la noche: *“De madrugada, cuando todavía estaba muy oscuro, se levantó, salió y fue a un lugar solitario; allí se puso a hacer oración”* (Mc 1, 35). *“Después de despedir a la gente, subió al monte a solas para orar. Al atardecer estaba solo allí”* (Mt 14, 23). *“Por aquellos días, se fue al monte a rezar y se pasó la noche orando a Dios”* (Lc 6, 12). Será necesario, quizá más de alguna ocasión, rediseñar el horario desde el levanto para asegurarnos esos momentos de encuentro con el Padre por la oración personal a semejanza de Jesús.

**Examen de conciencia**, por el que nos contemplamos delante de Dios. EL Card. Henry Newman en *El asentimiento religioso* llama a la conciencia el “gran maestro íntimo de la religión”, puesto que “la conciencia es un guía personal y, si hago uso de ella, es porque soy quien debo de usarla y por que está más próxima a mí que cualquier otro medio de conocimiento”. La conciencia podríamos decir que es instancia primera del encuentro con Dios. Continúa el Card. Newman: “Nadie fuera de la presencia de nuestro Creador puede entrar en nosotros, pues a nadie más puede descubrirse y someterse el corazón entero con todos sus pensamientos y emociones”<sup>10</sup>.

---

<sup>9</sup> *La Oración contemplativa*. Encuentro, 1998<sup>2</sup>, 66.

<sup>10</sup> Citado en IAN KER, *La Espiritualidad personal a la luz de J. H. Newman*. Editorial Encuentro 2006, 48.

**Dirección espiritual.** Podemos solos estar delante de nosotros mismos, haciendo un juicio y una valoración personal adecuada, sin engaños, trasparente, veraz; pero también puede ser que lleguemos a una valoración simulada, falseada, mutilada, subjetiva, modificada y a partir de aquí nos juzgamos y juzgamos a los demás, como fariseos que con una fabricación de pensamientos justificados personalmente y tradiciones humanas, anulamos la Palabra de Dios: “*así con vuestra tradición que os habéis transmitido, anuláis la palabra de Dios; y hacéis muchas cosas semejantes a éstas*” (Mc. 7,13). ¿Cuánto cosas he llegado justificar por el hecho de no confrontarme en la Dirección espiritual? De caminar solo, ese “darme cuenta” resulta sospechoso. La luz para encontrarnos sinceramente con nosotros mismos resulta insuficiente:

*«El que solo se quiere estar, sin arrimo de maestro y guía, será como el árbol que está solo y sin dueño en el campo, que, por más fruta que tenga, los viadores se la cogerán y no llegará a sazón. El árbol cultivado y guardado con el beneficio de su dueño, da la fruta en el tiempo que de él se espera.*

*El alma sola, sin maestro, que tiene virtud, es como el carbón encendido que está solo: antes se irá enfriando que encendiendo. El que a solas cae, a solas se está caído y tiene en poco su alma, pues de sí solo la fía. Pues no temes el caer a solas, ¿cómo presumes de levantarte a solas? Mira que más pueden dos juntos que uno solo. El que cargado cae, dificultosamente se levantará cargado. Y el que cae ciego, no se levantará ciego solo; y, si se levantara solo, encaminará por donde no conviene» (cap.1, 5-11).*

San Juan de la Cruz en *Dichos de luz y amor*<sup>11</sup>.

**Oración.** “En la oración no se trata nunca se cumplir un programa, de acabar un trabajo. En cuanto me afecta la Palabra de Dios, tengo que dejarlo todo y seguirla”<sup>12</sup>. Estoy convencido, según la gradualidad de la formación, que el tiempo y el modo de orar de un sacerdote debe ser cada vez más extenso y más profundo. Cuando la Palabra de Dios me afecta, tengo que seguirla.

A modo de auto observación puedo preguntar: ¿El tiempo y el modo de orar con la liturgia de la Horas, por mencionar sólo esto, es igual como lo hacía al ingreso al Seminario? ¿Cómo reza y profundiza un sacerdote de uno, dos, diez, quince, veinte o treinta años de ordenado? ¿Es igual que como rezaba en los inicios de la formación? ¿No hay diferencia entre el modo y el tiempo de un seminarista de recién ingreso y un sacerdote? ¿Es breve, rápida, acelerada como una lectura sin pausas que dura 10 o 15 minutos? Si no hay diferencia, ¿no debería de haberla acaso en tiempo y en profundidad?<sup>13</sup>.

---

<sup>11</sup> <https://carmeloteresajuan.wordpress.com/2016/08/19/el-director-espiritual-segun-teresa-de-jesus-y-juan-de-la-cruz>

<sup>12</sup> HANS URS VON BALTHASAR; *La Oración contemplativa*. Encuentro, 1998<sup>2</sup>, 93.

<sup>13</sup> Cf. San Francisco de Sales, *Introducción a la vida devota*: “Dime, te ruego, mi Filotea, si sería lógico que los obispos quisieran vivir entregados a la soledad, al modo de los cartujos; que los casados no se preocuparan de aumentar su peculio más que los religiosos capuchinos; que un obrero se pasara el día en la iglesia, como un religioso; o que un religioso, por el contrario, estuviera continuamente absorbido, a la manera de un obispo, por todas las circunstancias que atañen a las necesidades del prójimo. Una tal devoción ¿por ventura no sería algo ridículo, desordenado o inadmisibles?”.

### **Examen de la oración:**

- Revisar lo que pasó en mi interior durante la oración: sentimientos e impulsos más constantes (serenidad, paz, claridad, consolación, distracción, molestias, resistencias, indiferencia, disipación, etc.).
- Hacia dónde te llevan los sentimientos más constantes,
- ¿Los sentimientos son de vida, plenitud o de intranquilidad y desolación?
- Si hay desolación, buscar causas y poner remedio.

**La contemplación**, “Lo que Dios nos dice es su verdad, no la nuestra, y se torna nuestra cuando nos la dirige y dona y nosotros nos sometemos a ella... El contemplativo tiene que poner los ojos en la Palabra, tiene que sentir la mirada de Dios sobre su vida y dándole razón, juzgarse a sí mismo. Esta es una de las causas principales de que los hombres rehúyan con tanta obstinación la oración contemplativa y, aun afirmando en general su necesidad, eviten el encuentro personal con la Palabra”<sup>14</sup>.

### **D) Dimensión Pastoral.**

Dios que cuida a su pueblo, el pastor que cuida a los ovejas, el padre de familia que cuida no se meta por un boquete el ladrón a su casa. Así cuida el sacerdote de sí mismo: de ser un buen pastor que conoce a su ovejas, que camina con ellas y entre ellas: unas veces atrás, otras en medio y otras adelante (Cf. Papa Francisco). Cuida de sí mismo para no ser un asalariado, para no caer en despotismos ni carrerismo, ni clericalismo ni indolencia pastoral. Es un pastor que se sabe pecador y en continua conversión, y por eso *“es capaz de comprender a ignorantes y extraviados, porque está también envuelto en flaqueza. Y a causa de la misma debe ofrecer por sus propios pecados lo mismo que por los del pueblo”* (Heb 5, 2-3). El principal cuidado de un sacerdote es su propia conversión. Vigilar, tener el autocuidado para no dejar de ser un pastor humano, un pastor inteligente, un pastor espiritual y un pastor siempre creativo en sus modos de atender al pueblo encomendado a su cuidado. Procurar seguir cultivando la creatividad pastoral; no obstante los buenos resultados obtenidos en la evangelización. Cuidemos de no anquilosarnos, de no quedarnos pasivos en el diván ni autorreferenciales. Cuidemos de no responder con respuestas antiguas a interrogantes y situaciones nuevas. “Los sacerdotes del mañana deben formarse mirando al mañana: su ministerio se desarrollará en un mundo secularizado y, por lo tanto, nos exige a nosotros pastores discernir cómo prepararlos para desarrollar su misión en este escenario concreto y no en nuestros «mundos o estados ideales». Una misión que se da en unidad fraternal con todo el Pueblo de Dios. Codo a codo, impulsando y estimulando al laicado en un clima de discernimiento y sinodalidad, dos características esenciales en el sacerdote del mañana. No al clericalismo y a mundos ideales que sólo entran en nuestros esquemas pero que no tocan la vida de nadie”<sup>15</sup>.

---

<sup>14</sup> HANS URS VON BALTHASAR; *La Oración contemplativa*. Encuentro, 1998<sup>2</sup>, 151-153.

<sup>15</sup> Papa Francisco, encuentro con los obispos chilenos en su visita pastoral a Chile (16 enero 2018).

Sin dejar de atender a unos, es necesario seguir buscando a los alejados, a los no atendidos: “*La gente le andaba buscando y, llegando hasta él, trataban de retenerle para que no los dejara. Pero él les dijo: «También a otras ciudades tengo que anunciar la Buena Nueva del Reino de Dios, porque a esto he sido enviado»*” (Lc 4, 42-42).

Cuidar de no caer en las tentaciones del pastor, tener presente los desafíos<sup>16</sup> que podremos vivir después de algunos años, particularmente si sabemos cuales son nuestras inconsistencias, el punto flaco por donde padecemos frecuentemente. *Es imposible evitar ocasiones de pecado, pero hay de aquel que las provoca* (Cf. Lc 17, 1-3).

Chesterton en su escrito *El charlatán honrado* pone en los labios de Walter Windrush una valiosa afirmación dirigiéndose al doctor Judson: “Siempre hay en su jardín un árbol del Bien y del Mal. Siempre hay en su vida algo que usted no debe tocar. Éste es el secreto de ser siempre joven y feliz”.

## **II. AUTOCUIDADO COMUNITARIO: COMUNIÓN FRATERNA**

“En virtud del sacramento del Orden «cada sacerdote está unido a los demás miembros del presbiterio por particulares vínculos de caridad apostólica, de ministerio y de fraternidad»<sup>17</sup>”.

Hermanados de tal manera que veamos y procuremos el bien de unos por otros, no en el desinterés y rivalidad evidenciado en la expresión de Caín: *¿Acaso soy yo el guardián de mi hermano?* (Gn 4, 9). Todos hemos sido introducidos en la vida de Cristo no sólo para entrar en comunión con Él, sino también para favorecer la comunión (Cfr. Aparecida 154). Sabernos un solo Cuerpo, sentirnos un solo cuerpo pues “*Hay un solo Señor, una sola fe, un solo bautismo, un solo Dios y Padre de todos, que está sobre todos, actúa por todos y está en todos*” (Ef 4, 5). El presbiterio puede y debe ser a través de las estructuras diocesanas: parroquia, decanato, foranía o vicaría el lugar donde se robustece y se agudiza nuestra vivencia eclesial. Es significativo lo que Papa Benedicto XVI compartía a los participantes en la Reunión Plenaria de la Pontificia Comisión para América Latina en el 2009 en Roma: “el seminario fue un tiempo decisivo de discernimiento y preparación. Allí, en diálogo profundo con Cristo, se fue fortaleciendo nuestro deseo de enraizarnos hondamente en Él. En aquellos años aprendimos a sentirnos en la Iglesia como en nuestra propia casa, acompañados de María, la Madre de Jesús y amantísima Madre nuestra, obediente siempre a la voluntad de Dios”<sup>18</sup>. Me pregunto: ¿Hago sentir a mis hermanos como en su casa? ¿un laico se siente en su casa cuando llega a su parroquia, a la parroquia en la que estoy viviendo mi ministerio sacerdotal?, pues la parroquia es “el lugar privilegiado en el que la mayoría de los fieles tiene una experiencia concreta de Cristo y la comunión eclesial” (AP 170). ¿Un sacerdote se siente en su casa cuando llega a mi parroquia? ¿Lo trato y lo hago sentir como en su casa, o llega como desconocido y se va como

<sup>16</sup> Congregación para el Clero; *El Don de la Vocación Presbiteral*. Ratio Fundamentalis Institutionis Sacerdotalis (2016), 85.

<sup>17</sup> Congregación para el Clero; *Directorio para la Vida y Ministerio de los Presbíteros*. 24

<sup>18</sup> *La formación sacerdotal en los Seminarios de América Latina*. Librería Editrice Vaticana 2009, 17-18.

desconocido; o peor aún, como alguien “contratado” por algún feligrés o por el párroco para realizar una suplencia por ausencia o para aligerar una intensa jornada dominical? Un tal trato, no se le desea a nadie. Quien ha vivido esto, lo entenderá sin dificultad.

### **Encuentro personal con el otro, con la comunidad que forma**

Si admitimos que la vía ordinaria en la que Dios actúa es a través del hombre, tenemos que afirmar que nuestra humanización se realiza también a través del encuentro personal con el otro. No somos islas o seres absolutamente independientes que nos bastamos a nosotros mismos. El encuentro auténtico con el otro lleva a crecer en lo humano, a cuidarnos, a corregirnos fraternalmente, no a deformarnos. El contacto personal verdadero de un padre y una madre con su hijo o su hija, ¿no conduce acaso a la formación de lo verdaderamente humano? El papá y la mamá al humanizar a sus hijos, ¿no están compartiendo lo que son y viven? Lo noble, lo bueno, lo justo en nosotros, ¿no es acaso fruto de lo valioso aprendido de nuestros papás, de nuestros amigos o amigas, de nuestros formadores y compañeros en el Seminario o de nuestro obispo o algún párroco u otro sacerdote? El sacerdote, por su identidad, en el encuentro con sus hermanos presbíteros ha de esperarse, asegurado el encuentro personal con Cristo, que extienda y crezca en su humanización. El presbiterio es su otra familia donde ha de crecer, así como en la comunidad parroquial en la que, como afirmaba San Agustín, es un cristiano entre los cristianos, y que como pastor la preside en el cuidado pastoral.

Por otra parte, tenemos que aceptar y estar atentos a lo que dice San Pablo a los Corintios: “No os engañéis: «Las malas compañías corrompen las buenas costumbres» (1 Cor. 15, 33). Es penoso, escandaloso y dolorosos constatar sacerdotes que se frecuentan y alientan en prácticas que los deshumanizan. Sacerdotes corrompidos en su mente y en su corazón que corrompen a otros sacerdotes. Se la viven olfateando “carne fresca” (a neo sacerdotes, seminaristas o laicos inocentes) para enredarlos astutamente en sus maldades. Son lobos con piel de oveja. Pastores que ya el profeta Jeremías como San Agustín y actualmente el Papa Francisco denuncian. Sacerdotes que escandalizan y lastiman de manera velada y pública al pueblo de Dios y a todo hombre que busca honestamente a Dios.

### **Vigilar, remediar y enmendar**

Teniendo en cuenta el pasar de los años biológicos y los cambios hormonales y psicológicos que esto trae en el sacerdote, es posible que se experimenten bajas en la calidad humana, como por ejemplo: ser más irritables, desesperados, menos tolerantes, menos atentos, etc., Debido a esto y a la estrategia de satanás que aprovecha las inconsistencias y los pecados según lo manifestado en las Escrituras: *“Cuando el espíritu inmundo sale del hombre, anda vagando por lugares árido en busca de reposo, pero no lo encuentra. Entonces piensa: Me volveré a mi casa, de donde salí. Pero resulta que, al llegar, la encuentra desocupada, barrida y en orden. Entonces va y toma consigo otros siete espíritus peores que él; entran y se instalan allí, y al final de aquel hombre viene a ser peor que el principio”* (Mt. 12, 43-45); es necesario permanecer en el Señor y no abandonar el camino de la formación y conversión permanente.

En este sentido nos hará mucho bien aprender y desarrollar la habilidad “espiritual” para conocer e identificar las estrategias con que el enemigo opera en nuestra vida. “El sacerdote no únicamente debe prestar atención a los cambios que suceden en su exterior, sino que también debe estar muy atento a los cambios que sufre en su núcleo más íntimo”<sup>19</sup>. Dejándonos ayudar de la buena literatura universal en este asunto, nos puede iluminar también el escrito de C. S. Lewis titulado “Las cartas del diablo a su sobrino”.

“Cuanto más profundamente entendemos la naturaleza humana, tanto más nos damos cuenta de que sus necesidades máximas requieren un cumplimiento divino. Si se prescinde de Dios, la persona humana «tiene dificultades y afectos sin principio que los dirija y sin contenido ni finalidad que los justifique»<sup>20</sup>.

### III. MODALIDADES de FRATERNIDAD

La *Ratio Fundamentalis* presenta algunas modalidades para alimentar y fortalecer la vida fraternal (Cf. nº 88): **a) Encuentros fraternos:** para orar, haciendo *lectio Divina*, profundizar temas teológicos o de pastoral, compartir deberes del ministerio o simplemente pasar el tiempo juntos; **b) Buscar la Dirección espiritual y confesión** como espacios de gracia, incluso de ayuda para hacer discernimiento sobre las causas de los problemas que nos aquejan; **c) Ejercicios espirituales** que favorecen el encuentro con el Señor y son tiempo privilegiado de discernimiento personal y apostólico; **d) Compartir la mesa e intercambio amistoso.** Más aún, en algunos lugares por necesidad pastoral o indicaciones pedagógicas o formativas se sugiere la vida común.

Habrá que buscar creativamente por nuestra parte algunas otras modalidades ya desde ahora, que alimenten nuestra vida de comunión y de fraternidad en el Seminario, parroquia, decanato, diócesis, etc.: encuentros con la familia, amigos y amigas, grupos de seminaristas, grupos parroquiales, encuentro con sacerdotes amigos, etc. No dejar de cultivar la dimensión familiar entre todos los bautizados. Tener presente la pastoral del domingo: encuentro familiar con el Señor en la Eucaristía y con la familia misma en sus expresiones tan variadas en nuestra cultura.

### CONTEMPLATIO

- “Él, entonces les dice: «vengan también ustedes aparte, a un lugar solitario, para descansar un poco» Pues los que iban y venían eran muchos, y no les quedaba tiempo ni para comer” (Mc 6, 31)
- “Nada de comilonas, de embriaguez, de lujuria ni desenfreno, nada de peleas ni envidias” (Rom 13, 13).

---

<sup>19</sup> Mons. Miguel Romano G.; *Tesoro en vasijas de barro*. Fototecnia 2009, 14

<sup>20</sup> IAN KER; *La espiritualidad personal a la luz de J. H. Newman*. Encuentro 2006, 47

- *“Sabido Jesús que intentaban venir a tomarle por la fuerza para hacerlo rey, huyó de nuevo al monte él solo” (Jn 6, 15). (Prevenir o curar las falsas pretensiones y protagonismos).*
- *“Se mantenían constantes en la enseñanza de los apóstoles, en la comunión, en la fracción del pan y en las oraciones” (Hech 2, 42).*

**Pbro. Eduardo Muñoz Ochoa**  
Arquidiócesis de Guadalajara  
Secretario ejecutivo  
24 enero 2018, Ciudad de México.



**CEVyM**  
Comisión Episcopal  
para Vocaciones y Ministerios