

Cuadernos 8: En el camino del amor/Olvido de sí

OLVIDO DE SI

Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su Cruz y sígame; pues el que quiera salvar su vida la perderá, pero el que pierda su vida por mí, la encontrará. Porque, ¿de qué sirve al hombre ganar el mundo entero si pierde su alma? 1. La invitación del Señor es clara y perentoria. Quien recibe su llamada ha de estar dispuesto a una entrega sin condiciones.

La exigencia de Jesús, suavizada con una maravillosa promesa, no se detiene en el abandono de unos determinados bienes o ventajas materiales, ni en la entrega de la familia, ni en la decisión inicial de extender el influjo benéfico de su mensaje. Jesús pide mucho más, lo pide todo. No tener ya nada propio; ni un pensamiento, ni un deseo, que no sea el de seguirle a El. Entregar la vida, a fin de vivir para Dios 2, cualesquiera que sean las circunstancias concretas en las que El mismo ha puesto a un alma.

Tabla de contenidos

- [1 Dar muerte al egoísmo](#)
- [2 Para vivir en Cristo](#)
- [3 Ejercicio de caridad y de humildad](#)
- [4 Mortificación interior](#)
- [5 Fuente de alegría](#)

Dar muerte al egoísmo

Esta decisión de entrega total, absoluta, ha sido la base de nuestra respuesta a la llamada específica que cada uno ha recibido para seguir

-29-

a Dios en el Opus Dei. A la Obra no venís a buscar nada: venís a entregaros, a renunciar, por amor de Dios, a cualquier ambición personal. Todos tienen que dejar algo, si quieren ser eficaces en Casa y trabajar como Dios nos pida, como un borrico fiel, ut in mentum! La única ambición del borrico fiel es servir, ser útil; el único premio que espera es el que le ha prometido Dios: quia tu reddes unicuique iuxta opera sua (Ps. LXI, 13). Porque el Señor premia a cada uno según sus obras.

Hijos de mi alma: os encontráis aquí, en la Obra, porque el Señor ha puesto en vuestro corazón el deseo limpio y generoso de servir; un celo verdadero que hace que estéis dispuestos a todo sacrificio, trabajando silenciosamente por la Iglesia sin buscar ninguna recompensa humana. Llenaos de esas nobles ambiciones; reforzad en vuestro corazón esta disposición santa porque el trabajo es inmenso 3.

Estas disposiciones básicas de entrega y servicio, que nuestro Fundador nos animaba a fomentar, encuentran su punto de apoyo último y esencial en una actitud de humilde olvido de sí. Nosotros tenemos una vida interior particular, propia, en parte común sólo a nosotros. Característica de esa vida interior de los miembros de la Obra, que ha de darnos a cada uno un modo particular de ver las cosas, es procurar activamente la santidad de los demás. No amamos a Dios si nos dedicamos a pensar sólo en nuestra propia santidad: hay que pensar en los demás, en la santidad de nuestros hermanos y de todas las almas 4.

Los obstáculos que un alma puede encontrar para seguir a Jesucristo, cualesquiera que sean sus manifestaciones, tienen su último origen en el desordenado amor de sí mismo. Ese egoísmo se revela, por

ejemplo, en el monólogo interior. Allí los propios intereses y aspiraciones se desorbitan; se fraguan los conflictos o se agrandan; la objetividad se difumina; el yo sale siempre enaltecido. Un alma que aspire a la santidad, debe esforzarse por salir de esa subjetividad enrarecida. Abrirse, que no es lo mismo que disiparse. Buscar en el fondo del corazón al interlocutor divino, a la Trinidad Beatísima, que habita en el alma por la gracia. No es posible seguir al Señor, si antes no hay esa ne-

-30-

gación de sí: si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz y sígame 5.

Otra manifestación del egoísmo es la excesiva preocupación por las cosas personales: la salud, la profesión, el descanso, el futuro... En un alma entregada a Dios, esa actitud no tiene sentido. No pongas tu yo en tu salud, en tu nombre, en tu carrera. Mío, tuyo, mío, tuyo... ¡Si tú no tienes nada! Si te has entregado de veras, es lo nuestro, lo de Dios, lo de todos. Mío, mío, mío... ¡Qué cosa tan molesta! Cuando a lo largo del día te sientas, quizá, humillado -porque no olvides que la soberbia es lo peor del fomes peccati-; cuando sientas que tu criterio debería prevalecer: que tú, que tú, que tú, y lo tuyo, y lo tuyo... ¡muy mal! Estás matando el tiempo y estás necesitando que matemos tu egoísmo 6.

Para vivir en Cristo

El olvido de sí es una condición indispensable de la santidad. Nuestro Padre nos dejó escrito: Dios nos pide que el afán apostólico llene nuestros corazones, que nos olvidemos de nosotros mismos, para ocuparnos -con gustoso sacrificio- de la humanidad entera 7. Sin esa disposición, ni alcanzaríamos la verdadera santidad, ni seríamos auténticamente eficaces. En nuestra tarea nadie tiene tiempo para pensar en sí mismo, para andar con preocupaciones personales: hemos de ocuparnos solamente de la gloria de Dios y del bien de las almas 8.

Algunas veces nos habló nuestro Fundador de los que van a la deriva en la vida interior, a merced de los embates y golpes de la travesía, sufriendo inútilmente, porque no acaban de descubrir el secreto de la verdadera serenidad y paz del ánimo. Casi todos los que tienen problemas personales -nos decía-, los tienen por el egoísmo de pensar en sí mismos. Es necesario darse a los demás, servir a los demás por amor de Dios: ése es el camino para que desaparezcan nuestras penas. La mayor

-31-

parte de las contradicciones tienen su origen en que nos olvidamos del servicio que debemos a los demás hombres y nos ocupamos demasiado de nuestro yo 9.

El olvido de sí no es un simple remedio ascético, sino un don divino que transforma radicalmente el alma, haciéndola entender y amar por Dios, con Dios y en Dios. El olvido de sí mismo presupone una progresiva disminución del yo, según aquella aspiración del Precursor: illum oportet crescere, me autem minui 10: es preciso que El crezca, y yo mengüe. Y esa sustitución se va realizando con la cooperación personal a la gracia y a las mociones del Espíritu Santo, pues toda dádiva preciosa y todo don perfecto, de arriba viene, como que desciende del Padre de las luces 11.

Todos los que fuisteis bautizados en Cristo os habéis revestido de Cristo 12. El Bautismo imprime en el alma del cristiano una imagen y semejanza con su Maestro y Señor. La práctica y frecuencia de los sacramentos, el afán por imitar el ejemplo de Jesucristo, ejercitándose en las virtudes cristianas y usando los medios más oportunos, de acuerdo con la propia vocación, van formando y mejorando esa imagen. Pero el alma no sólo se asemeja: se endiosa, decía gráficamente nuestro Padre. Junto a Cristo, empieza a vivir como Cristo. Porque las grandes y preciosas gracias, prometidas para hacernos partícipes por ellas de la naturaleza divina, que Dios nos da por Jesucristo 13, a la vez que van conformando el alma según el modelo del Hijo Unigénito, determinan su modo de pensar, de sentir, de querer. No se pierde el entender humano, sino que se perfecciona con la fe y la visión sobrenatural; ni se ahogan los afectos, que se purifican y se aprestan al servicio de Dios y de los hermanos; ni la voluntad se anula: al contrario, se robustece y afirma en el bien. Dios -decía San Pablo a los de Filipo- es quien obra en vosotros el querer y el actuar conforme a su beneplácito 14.

El resumen que saco siempre al ,final del día, al hacer mi examen, es

pauper servus et humilis! Y esto cuando no he de decir: Josemaría, Señor, no está contento de Josemaría. Pero, como la humildad es la verdad, son muchas las veces que -lo mismo que os sucederá a vosotros- pienso: Señor, ¡si no me he acordado para nada de mí, si he pensado sólo en Ti y, por Ti, me he ocupado sólo en trabajar por los demás! Entonces nuestra alma de contemplativos exclama con el Apóstol: vivo autem iam non ego: vivit vero in me Christus (Galat. II, 20); no soy yo el que vivo, sino que vive en mí Cristo 15.

La consecuencia inmediata del efectivo vivir en Cristo es el olvido de sí mismo. Pues si la vida que vivo ahora en la carne, la vivo en la fe del Hijo de Dios 16 yo, lo personal, lo que no es Cristo, ya no cuenta. Planes, ilusiones, sentimientos..., tendrán cabida en mí en la medida en que la tengan en el Señor. Esta transformación radical es rica en manifestaciones. ¿Qué importa ya, por ejemplo, ser tratado como la basura del mundo, el desecho de todos 17?; ¿por qué buscar otro motivo de felicidad y gloria fuera de la cruz de nuestro Señor Jesucristo, por quien el mundo está crucificado para mí y yo para el mundo 18? Ni siquiera la experiencia de las miserias personales puede enturbiar la íntima alegría de la persona que vive olvidada de sí. Con sumo gusto -decía San Pablo- me gloriaré más todavía en mis flaquezas, para que habite en mí la fuerza de Cristo. Por lo cual me complazco en las flaquezas, en los oprobios, en las necesidades, en las persecuciones y angustias, por Cristo; pues cuando soy débil, entonces soy fuerte 19.

Ejercicio de caridad y de humildad

Para fomentar y acelerar todo este proceso, es necesaria la cooperación personal. Olvidarse de sí es un don de Dios, y también una conquista laboriosa, adquirida día a día, merced al esfuerzo ascético impulsado y sostenido por la gracia de Jesucristo. De ahí que, junto con

- 33 -

la frecuencia de los sacramentos -que por su misma virtud endiosan el alma, según las disposiciones con que se reciben-, sea necesario ejercitarse en las virtudes cristianas, y de modo particular en la caridad y en la humildad.

La caridad, en cuanto que el amor lleva a salir de uno mismo para identificarse con el amado. En el amor de amistad, dice Santo Tomás, el amante está en el amado en cuanto juzga como suyos los bienes o males del amigo, y la voluntad de éste como suya; de modo que parece sufrir en su amigo los mismos males y poseer los mismos bienes 20. Ese cambio del centro de gravedad en las penas y en las alegrías, presupone un olvido de sí mismo, que constituye la mejor señal del amor a Dios y, por Dios, a los demás. Hijos míos, si queréis saber cada uno de vosotros si tenéis cariño a los demás, os daré la piedra de toque. La caridad, el cariño santo consiste en olvidarte de ti y ocuparte de los demás. Tú no eres nada. Los demás lo son todo en Cristo (...).

Tú, ¿qué tal andas de cariño con tus hermanos? Porque la caridad es cariño; y lo demás es perder el tiempo. Cariño humano, sin miedo, porque pasa a través del Corazón de Cristo. Y el cariño se demuestra con el sacrificio. ¿En qué te sacrificas tú por los demás? ¿Qué empeño pones para que tus hermanos tengan facilidad para recorrer este camino nuestro? ¿Qué haces todos los días, muchas veces al día? 21.

Junto a la caridad, se necesita también cultivar especialmente la virtud de la humildad. Sin humildad no podemos jamás servir eficazmente, porque no sentiremos la necesidad de abandonarnos confiadamente a la acción de la gracia, no tendremos el impulso continuo de acudir a Dios como a nuestra única fuerza. Y no alcanzaremos del Señor los favores que nos tiene reservados, para nuestra santificación y la de nuestros compañeros: quoniam excelsas Dominus, et humilia respicit (Ps. CXXXVII, 6); porque el Señor es excelso, y mira las cosas humildes 22.

Además, la humildad, al reconocer que no hay nada bueno en nosotros que no venga de Dios, que es lo personal lo que estorba, que soy yo

-34-

precisamente el obstáculo principal a la tarea de identificarse con Cristo, lleva a un deseo de renuncia, de abnegación radical, para dar entrada a la vida sobrenatural, según la promesa del Señor: el que pierda su vida

por mí la encontrará 23.

Hay que saber deshacerse, saber destruirse, saber olvidarse de uno mismo; hay que saber arder delante de Dios, por amor a los hombres y por amor a Dios, como esas candelas que se consumen delante del altar, que se gastan alumbrando hasta vaciarse del todo. Yo os llevo, hijos míos, por caminos más altos, porque son caminos de continuidad. Y quiero para mis hijos, como penitencia, que sepan darse. Sólo sabremos darnos a Dios, si nos olvidamos de nosotros mismos y servimos a los demás. Será verdaderamente éste un camino divino, porque está fundamentado en la humildad. Y Dios lo premia.

Cuando la naturaleza de cada uno se revela con todas sus miserias, El viene. El Señor extiende entonces su mano poderosa, todopoderosa, sobre esa alma que se ha entregado de ese modo, y le da, le asegura su vocación, su santidad, su cielo de amor.

A mí, el amor me parece más que el cielo; realmente se identifican, pero me suena mejor amor, y me agarro con fuerza al amor de Dios. Hijos míos, vale la pena que nos olvidemos de nosotros mismos, y que nos preocupemos generosamente de los demás 24.

La insistencia de nuestro Padre en este punto, mira a cimentar en nuestra alma la convicción de que, en buena parte, nuestra lucha ascética ha de tener el objetivo de no pensar en uno mismo: de procurar estar siempre pendientes de Dios, de las cosas de Dios, de la misión que el mismo Dios nos ha confiado llamándonos a la Obra. No solamente hemos de evitar retener pensamientos o deseos contrarios o inútiles, sino que hay que esforzarse positivamente en llenarse -pensamientos y afectos- de Dios. Esa es una medicina maravillosa que da muy buenos resultados. Mirad. Os sucederá alguna vez: -¿Y la oración de la tarde...? Y luego os ponéis a pensar, y os dais cuenta de que habéis estado hacien-

-35-

do oración ¡la tarde entera!, ¡el día entero! Hijo mío, emplea tú esa medicina, esa continua charla con Dios 25.

Ocupados en las cosas de Dios, inmediatamente nos ocuparemos de los demás, y no tendremos ocasión de pensar en problemas personales, porque sólo contarán las cosas de nuestros hermanos. Es el ejemplo que nos dio siempre nuestro Padre. Hijos de mi alma -nos escribía-, Dios Nuestro Señor me hace sentir a mí, más que nunca, la ternura en el corazón. Hace que os quiera a todos con una ilusión, con un empeño, con un deseo que me lleva a ayudaros y -por qué no decirlo- a fastidiarme, a sacrificarme, por vosotros y por Dios 26. Y añadía en otra ocasión: por eso, pienso que se solucionan todos los conflictos de cada uno de mis hijos si, a la hora del examen, pueden decir de verdad: "Jesús, de mí no me, he ocupado, no he pensado en mí".

¡Cuántas miserias nos ahorraríamos! ¡Cuántos disgustos nos evitaríamos! Me he ocupado en mis hermanos, en los demás por Ti, en tu Amor y en tu Gloria. Y digo a los hijos míos que pueden decir esto, que son tantos, aquellas palabras de San Pablo: vivo autem, iam non ego, vivit vero in me Christus (Galat. II, 20). Si te comportas así, tú eres alma contemplativa, tú eres ipse Christus 27.

Estos remedios ascéticos concretos que nos señala nuestro Padre para matar el egoísmo, se viven con mayor facilidad y espontaneidad cuando se está dispuesto a ser de verdad el último en todo... y el primero en el Amor 28. Aspirar a ser el último es aceptar plenamente y amar como tesoros las humillaciones, las indelicadezas, las faltas de consideración de que podamos ser objeto; más aún, es no valorarlas siquiera como tales, porque se entiende que son cosa merecida, porque tenemos mucho de qué ser perdonados, y muy poco que perdonar. Desear ser el último es no sentirse titular de ningún derecho fuera del derecho de amar al Señor, porque sólo El es digno de recibir la gloria y el honor y el poderío 29. Si alguna vez sientes -seguramente que lo has sentido o lo

-36-

estás ya sintiendo- este modo de vivir tu vida, que es la vida de Cristo, agradéceselo a Dios .30.

Mortificación interior

Este salir de sí mismo en un arranque de amor a Dios y a las almas, presupone la necesidad de fomentar el espíritu de mortificación.

Desnudaos del hombre viejo con sus acciones, y vestíos del nuevo, de aquel que por el conocimiento se renueva según la imagen del que le creó:31. No es posible en esta vida mortal liberarse por completo de la criatura vieja y de sus concupiscencias; la egolatría, el amor desordenado a uno mismo, será siempre un enemigo con el que habremos de librar batalla. Pero tenemos la seguridad de la victoria final, aunque no falten derrotas parciales, si nos aplicamos a usar las armas de la mortificación interior: no consentir ningún pensamiento, imagen o recuerdo que centre la atención ajena o propia sobre nosotros mismos. Y no sólo los que de algún modo generan complacencia en el propio yo, sino también los excesivamente amargos y dolorosos, que provienen de un espíritu más humillado que humilde y roban la paz íntima del alma.

Ese detenerse interiormente en problemas personales no es sólo una pérdida de tiempo. A veces manifiesta una insidiosa concupiscencia de uno mismo, mucho más difícil de arrancar que los pensamientos de impureza, en cuanto que cuesta más admitir su existencia o reconocer su mala raíz.

Ese pensar en uno mismo es, por lo menos, fuente de desamor y de numerosas omisiones en el servicio de las almas. Si no se ataja el egoísmo, el amor propio desemboca en una forma de hipocresía tanto más difícil de desenmascarar, cuanto que todo lo cubre bajo una aparente rectitud.

Mortificación interior, pues; seria, sacrificada, constante. Aparta, Señor, de mí lo que me aparte de Ti: así reza la inscripción que nuestro

-37-

Fundador quiso que se pusiera en el cuarto del Padre, como un despertador constante. Puede parecer difícil, pero no olvidemos que no luchamos solos: tenemos la gracia de Dios, la protección amorosa de la Virgen y de San José, la asistencia de nuestro Angel Custodio, la intercesión de nuestro Padre, la ayuda de nuestros hermanos.

No nos dejemos engañar. El mismo Satanás se transforma en ángel de luz 32. Pensamientos que parecen buenos -si sirvo, si soy eficaz, si me estoy haciendo santo, si no puedo con mis miserias...- en la medida en que no llevan a mejorar y son ocasión de pensar en uno mismo sin desembocar en el Señor, hay que entenderlos como una tentación diabólica. En estas situaciones puede ayudarnos a vencer la convicción de que, aunque nos veamos deformes y estemos llenos de enfermedades, servimos al Señor o el Señor se sirve de nosotros para algo, y esto basta para seguir adelante, con serenidad, con alegría. Y lo mismo con relación a los demás; pedir al Señor lo único que nos importa: ser útiles a nuestros hermanos en su santidad y en su trabajo por la gloria de Dios; nosotros no contamos nada. Este modo de luchar es manifestación de amor desinteresado y cabal. Insisto: pongo corno remedio de todos los problemas personales, el olvidarse de sí mismo, para preocuparse de los demás, por Dios. Así se va por los caminos de la tierra, construyendo los caminos del Señor 33.

Fuente de alegría

Cuando se alcanza de Dios el don del olvido de sí, desaparecen los motivos para amargarse. No es cuestión de insensibilidad, sino de un amor tan grande que sabe descansar siempre en su amado. Diligam te, Domine, fortitudo mea! (Ps. XVII, 2): te amo, Señor, porque Tú eres mi fortaleza: quia tu es, Deus, fortitudo mea (Ps. XLII, 2). ¡Descanso en Ti! ¡No sé hacer ninguna cosa, ni grande ni pequeña -no hay cosas pequeñas, si las hago por Amor-, si Tú no me ayudas! Pero si pongo mi buena

-38-

voluntad, el brazo poderoso de Dios vendrá a fortalecer, a templar, a sostener, a llevar aquel dolor; y ese peso ya no nos abruma.

Pensadlo bien, hijos míos; pensad en las circunstancias que a cada uno os rodean: y sabed que nos sirven más las cosas que aparentemente no van y nos contrarían y nos cuestan, que aquellas otras que al parecer van sin esfuerzo. Si no tenemos clara esta doctrina, estalla el desconcierto, el desconsuelo. En cambio, si tenemos

bien cogida toda esta sabiduría espiritual, aceptando la voluntad de Dios -aunque cueste-, en esas circunstancias precisas, amando a Cristo Jesús y sabiéndonos corredores con El, no nos faltará la claridad, la fortaleza para cumplir con nuestro deber: la serenidad 34.

¡Señor! Siendo la tónica de nuestra vida procurar servirte, olvidándonos de nosotros mismos, con un sentido maravilloso del deber, nada ni nadie nos podrá quitar la paz; nada ni nadie nos podrá quitar la serenidad y la alegría 35.

Vale la pena animarse a luchar. Acogernos a la Cruz del Señor, que nos ha dado la mayor muestra de amor, entregando su vida con padecimientos inmensos por darnos la Vida. Allí encontraremos además el regazo protector de nuestra Madre, Santa María, que todo lo sabe hacer sencillo y amable. Vale la pena, porque sobre cada uno de vosotros –con sus pasiones y sus errores personales- recae el peso divino de cuidar de la santidad de los demás; el peso, igualmente divino, de proteger la santidad de la Obra, nuestra Madre; el deber de contribuir a salvaguardar la honra cristiana y social de todos vuestros hermanos en la Iglesia Santa; y la sublime obligación de cooperar en la tarea de ganar almas para Dios, labor de una grandeza que al principio apenas se advierte, pero que no tiene límites. ¡Cuántas cosas grandes dependen de nosotros! 36.

Hemos de llenar de luz el mundo, porque el nuestro ha de ser un servicio hecho con alegría. Que donde haya un hijo de Dios en su Obra, no falte ese buen humor, que es fruto de la paz interior. De la paz interior y de la entrega: el darse al servicio de los demás es de tal eficacia, que Dios lo premia con una humildad llena de gozo espiritual 37.

-39-

(1) Matth. XVI, 24.-26.

(2) Galat. II, 19.

(3) De nuestro Padre, Carta, 9-I-1932, n. 85.

(4) De nuestro Padre, Meditación Señal de vida interior, 3-III-1963.

(5) Matth. XVI, 24.

(6) De nuestro Padre, Meditación, 9-I-1956.

(7) De nuestro Padre, Carta, 24-III-1930, n. 22.

(8) De nuestro Padre, Carta, 8-VIII-1956, n. 8.

(9) De nuestro Padre, Carta, 24-III-1931, n. 15.

(10) Joann. III, 30.

(11) Iacob. 1, 17.

(12) Galat. III, 27.

(13) II Petr. 1, 4.

(14) Philip. II, 13.

(15) De nuestro Padre, Carta, 9-I-1932, n. 90.

(16) Galat. II, 20.

(17) I Cor. IV, 13.

(18) Galat. VI, 14.

- (19) II Cor. XII, 9-10.
- (20) Santo Tomás, S. Th. I-II, q. 28, a. 1.
- (21) De nuestro Padre, Meditación, 20-I-1967.
- (22) De nuestro Padre, Carta, 9-I-1932, n. 90.
- (23) Matth. XVI, 24.
- (24) De nuestro Padre, Meditación, 16-II-1964.
- (25) De nuestro Padre, Meditación, 13-X-1963.
- (26) De nuestro Padre, Carta, 29-IX-1957, n. 23.
- (27) De nuestro Padre, Meditación, 13-X-1963.
- (28) Camino, n. 430.
- (29) Apoc. IV, 11.
- (30) De nuestro Padre, Meditación, 13-X-1963.
- (31) Colos. III, 9-10.
- (32) II Cor. XI, 14.
- (33) De nuestro Padre, Meditación, 20-I-1967.
- (34) De nuestro Padre, Meditación Señal de vida interior, 3-III-1963.
- (35) De nuestro Padre, Crónica, 1970, p. 204.
- (36) De nuestro Padre, Carta, 16-VI-1960, n. 27.
- (37) De nuestro Padre, Carta, 24-III-1930, n. 22.

Obtenido de "http://www.opus-info.org/index.php?title=Cuadernos_8:_En_el_camino_del_amor/Olvido_de_s%C3%AD"