

Suzanne Giuseppi Testut

DEPOSITAR LA VIDA EN CRISTO

«Tú sabes que te quiero»

Recorrido espiritual en la escuela de san Francisco de Asís

Prefacio de Thadée Matura, o.f.m

Colección Hermano Francisco nº 79

Título original:

La déposition. «Tu sais bien que je t'aime». *Parcours spirituel à l'école de saint François d'Assise*

© Nouvelle Cité 2009. Domaine d'Arny - 91680 Bruyères-le-Châtel

Título edición española: Depositar la vida en Cristo. «Tú sabes que te quiero». *Recorrido espiritual en la escuela de san Francisco de Asís*

© Ediciones Franciscanas Arantzazu 2022

Portada: Detalle de “Deposición de Cristo de la Cruz” (Pietro Lorenzetti) de la Basílica de San Francisco.

Traducción: Pello Zabaleta

Revisión bilingüe y corrección: Mentxu Alberro

Maquetación: Aitor Sorreluz

ISBN: 978-84-7240-335-2

Depósito legal: D 01015-2022

Imprime: Gráficas Astarriaga (Abárzuza, Navarra)

Ediciones Franciscanas Arantzazu

Castillo de Villamonte, 2 - 4º. 01007 Vitoria-Gasteiz

Tel. 945 147224 — info@edicionesfranciscanasarantzazu.com

www.edicionesfranciscanasarantzazu.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra: www.conlicencia.com - Tel. (34) 91 702 19 70

*A mis padres:
«Te hemos deseado»*

*A mi hermana, Sor Marie-Claire.
Por su amor y su fidelidad,
y por el inmenso papel
que ha desempeñado
en mi seguimiento
del pobrecillo de Asís.*

Índice

| | |
|--|----|
| AGRADECIMIENTOS..... | 9 |
| PREFACIO | 11 |
| INTRODUCCIÓN | 15 |
| El punto de partida de esta bella aventura se sitúa en Asís..... | 15 |
| El acto de «depositar la vida» | 18 |
| | |
| CAPÍTULO I | |
| VIVIR LA RELACIÓN | 23 |
| PREÁMBULO..... | 25 |
| 1. LA IMPORTANCIA DE LO COTIDIANO..... | 27 |
| Acoger lo cotidiano en nuestra vida | 28 |
| 2. LA ESCUCHA DEL CORAZÓN..... | 33 |
| La escucha atenta | 36 |
| Escuchar nuestro tiempo. | |
| El tiempo del hombre y el tiempo de Dios | 38 |
| Escuchar el pasado para consentir el futuro | 42 |
| La escucha interior | 46 |
| 3. VIVIR LA RELACIÓN DE DIOS CON EL HOMBRE | 57 |
| La realidad de compartir | 59 |
| La acogida de la gracia..... | 61 |
| | |
| CAPÍTULO II | |
| PREPARARSE PARA EL ACTO DE | |
| «DEPOSITAR LA VIDA EN CRISTO»..... | 65 |
| PREÁMBULO..... | 67 |
| 1. LA FINALIDAD DE «DEPOSITAR LA VIDA EN CRISTO» | 69 |
| Descubrir al que puede llevarlo todo..... | 69 |
| Dejando que la vida entre..... | 74 |
| Amar en verdad | 79 |
| 2. PARA «DEPOSITAR» BIEN LA VIDA..... | 83 |
| Situarse en la escuela de Cristo | 83 |
| Dejarse guiar..... | 91 |
| ¿Dónde «depositarse»?..... | 98 |

| | |
|---|-----|
| CAPÍTULO III | |
| LA LLAMADA DE CRISTO..... | 101 |
| PREÁMBULO..... | 103 |
| 1. DIOS NOS LLAMA POR NUESTRO NOMBRE | 105 |
| La llamada de Cristo es un ruego..... | 105 |
| El Bautismo | 106 |
| 2. ACOGER LA LLAMADA DE CRISTO..... | 109 |
| Llamada a una nueva vida | 110 |
| Un acto de «depositar la vida»: | |
| Jesús cura a un paralítico (Mc 2, 3-12) | 116 |

| | |
|---------------------------------------|-----|
| CAPÍTULO IV | |
| RESPONDER A LA LLAMADA DE CRISTO..... | 123 |
| PREÁMBULO..... | 125 |
| 1. LLAMADOS A LA LIBERTAD | 127 |
| Jesús abre los ojos de Bartimeo | 128 |
| ¿Qué es responder a la llamada? | 133 |
| 2. MORIR PARA RENACER | 137 |
| Morir a uno mismo | 137 |
| Renacer para acoger la gracia..... | 139 |
| 3. LLAMAR..... | 143 |
| Realizar una llamada de socorro | 144 |
| Prepararse para abrir la puerta | 145 |
| 4. ELEGIR LA CONFIANZA..... | 149 |
| Confiar | 149 |
| Confiar en Dios..... | 152 |
| Presentar una petición..... | 153 |
| 5. ESPERAR | 157 |
| Más allá del desánimo..... | 157 |
| Entrar en la obediencia..... | 163 |
| Confiarse | 165 |

| | |
|---|-----|
| CAPÍTULO V | |
| HACER ACTO DE HUMILDAD..... | 171 |
| PREÁMBULO..... | 173 |
| 1. POSAR EN UN ACTO DE HUMILDAD | 175 |
| Entrar en nuestra habitación interior | 175 |
| Prestar atención a nuestras actitudes | 178 |
| 2. BUSCAR LA VOLUNTAD DE DIOS | 181 |
| Buscar la voluntad de Dios | |
| y poner fin a nuestra propia voluntad..... | 181 |

| | |
|---|-----|
| Buscar la voluntad de Dios y asumir plenamente nuestra libertad..... | 183 |
| 3. LA OBEDIENCIA FRENTE A LA LIBERTAD | 189 |
| La obediencia y la libertad en el proceso de la tentación | 189 |
| ¿Qué espera Dios de mí?..... | 195 |
| 4. LA OBEDIENCIA FRENTE A LA VERDAD..... | 207 |
| La autojustificación, la condenación del otro..... | 207 |
| Beber en la verdad | 209 |
| La tentación de juzgar o de erigirse en justiciero | 211 |
| El desprecio por el otro | 218 |

CAPÍTULO VI

| | |
|--|-----|
| EL CAMINO DE LA CURACIÓN | 221 |
| PREÁMBULO..... | 223 |
| 1. EVITAR LA DESESPERACIÓN..... | 225 |
| El acto de «depositar la vida» en la tentación de la desesperación..... | 225 |
| ¿Cómo escapar de la desesperación? | 231 |
| 2. ENTRAR EN EL ARREPENTIMIENTO..... | 237 |
| El camino del arrepentimiento..... | 239 |
| Obstáculos al arrepentimiento y herramientas para la curación | 242 |
| 3. ENTRAR EN EL ABANDONO..... | 245 |
| El abandono es una actitud interior | 245 |
| El abandono depende de nuestra disposición de corazón | 252 |
| ¿Por qué recurrir a Dios y qué nos permite hacer? | 253 |
| 4. LEVANTARSE..... | 255 |
| Salir del exilio | 255 |
| Depositar nuestra cesta | 262 |
| 5. PERDONAR | 265 |
| ¿Qué don es el más preciado para la vida del hombre?.... | 265 |
| ¿Qué es el perdón?..... | 267 |

CAPÍTULO VII

| | |
|----------------------------------|-----|
| ENTRAR EN LA PAZ DE CRISTO | 273 |
| PREÁMBULO..... | 275 |
| 1. LA PAZ..... | 277 |
| «Tener paz» | 277 |
| «Estar en paz»..... | 278 |

| | |
|--|-----|
| 2. ENTRAR EN EL SILENCIO Y EL RECOGIMIENTO | 281 |
| El silencio es un receptáculo..... | 281 |
| El silencio ilumina el corazón..... | 282 |
| 3. PONERSE BAJO LA MIRADA DE DIOS | 287 |
| Ver y creer | 288 |
| Exponerse..... | 289 |
| Dejarse cribar | 291 |
| Dejarse «ajustar» | 292 |
| Interrogarse..... | 297 |
| 4. LA IMPORTANCIA DE LA MIRADA..... | 299 |
| La necesidad de la mirada | 299 |
| La mirada de los otros..... | 300 |
| Mirarse a uno mismo con sus propios ojos..... | 302 |
| La mirada de Dios..... | 303 |
| De la necesidad de mirada al retiro..... | 307 |
| El camino de la transfiguración del hombre..... | 310 |

CAPÍTULO VIII

«DEPOSITAR LA VIDA»

| | |
|---|-----|
| UN CAMINO DE INICIACIÓN ESPIRITUAL..... | 313 |
| PREÁMBULO..... | 315 |
| 1. LA VOCACIÓN DEL HOMBRE..... | 317 |
| Abrirse al don de Dios..... | 317 |
| Ir al encuentro de los dones y de la gracia | 319 |
| Entrar en la acción de gracias..... | 323 |
| Entrar en el movimiento de la gracia | 324 |
| 2. EL DON DE DIOS..... | 327 |
| La iniciativa divina | 327 |
| De nuestra desmesura a la medida..... | 334 |
| 3. LA ORACIÓN | 337 |
| «Depositar la vida» es una oración | |
| desde lo más profundo del alma..... | 337 |
| Entrar en la oración..... | 338 |
| «Depositar la vida» en la noche | 343 |
| 4. EL PODER DE LA ELECCIÓN | 347 |
| El poder de elección y el destino del hombre | 347 |
| Las falsas excusas..... | 348 |
| Elegir amar..... | 349 |
| CONCLUSIÓN..... | 355 |
| «Depositar la vida» y elegir trabajar con Dios..... | 357 |
| «Depositar la vida» para vivir del Espíritu del Señor | 359 |

| | |
|--|-----|
| MEDITACIONES..... | 361 |
| PREÁMBULO..... | 363 |
| 1. Meditación VIVIR LA RELACIÓN..... | 365 |
| 2. Meditación PREPARARSE PARA EL ACTO DE «DEPOSITAR LA VIDA» | 366 |
| 3. Meditación LA LLAMADA DE CRISTO | 367 |
| 4. Meditación RESPONDER A LA LLAMADA DE CRISTO | 368 |
| 5. Meditación HACER OBRA DE HUMILDAD | 369 |
| 6. Meditación LA VÍA DE LA CURACIÓN..... | 370 |
| 7. Meditación ENTRAR EN LA PAZ DE CRISTO..... | 371 |
| 8. Meditación RESPONDER A LA PROMESA..... | 372 |
| | |
| POSTFACIO | |
| LA CARTA DEL PEREGRINO DE ASÍS | 375 |
| | |
| ANEXOS..... | 377 |
| 1. ACOGER EL PASADO PARA CONSENTIR EL FUTURO | 379 |
| 2. RECONOCER LOS DONES RECIBIDOS Y ACTUAR..... | 383 |
| 3. «DEPOSITAR LA VIDA» CADA NOCHE: UN CORAZÓN A CORAZÓN CON CRISTO..... | 387 |
| | |
| BIBLIOGRAFÍA..... | 391 |

«Venid a mí todos los que estáis cansados y agobiados, y yo os aliviaré. Tomad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y encontraréis descanso para vuestras almas. Porque mi yugo es llevadero y mi carga ligera» (Mt 11, 28-30)

AGRADECIMIENTOS

Quisiera manifestar mi gratitud a todos los que han hecho posible que este libro haya visto la luz, y en particular:

A Mons. Pierre Amourier. Sólo el deseo de respetar su inmensa discreción me impide decir cuánto le debe este libro.

Al canónigo Jean Estrade, por su confianza, su apoyo incondicional y, en particular, por su ayuda en la organización de mis tandas de ejercicios espirituales.

A mi padre espiritual, padre Philippe Dautais, que me ha hecho descubrir la patrística y las riquezas del cristianismo oriental.

A las Hermanas Dominicas de Sainte-Marie-des-Tourelles en Saint-Mathieu-de-Trévières, que fueron las primeras en recibir mi tanda de ejercicios espirituales y, desde entonces, no han dejado de darme su apoyo espiritual.

Al padre Georges Cottin, s.j. que siempre me ha animado.

A todos los participantes en mis tandas de ejercicios que han contribuido con su confianza, sus testimonios, sus preguntas, su evolución y su belleza, a la realización de este libro.

Por último, expreso mi gratitud a todos los que el Señor me ha confiado en el acompañamiento. Alimentando mi oración durante años, han jugado un papel importante en mi propio camino de ir aprendiendo a «*depositar la vida en Cristo*».

PREFACIO

Thadée Matura, hermano Menor († 05.01.2020)

Suzanne Giuseppi Testut nos ofrece un libro grande, sorprendente y muy «franciscano».

Es grande, en primer lugar, por el número de páginas repartidas en ocho capítulos claramente subdivididos, seguidos de ocho meditaciones y tres anexos. Pero lo es, sobre todo, por la riqueza de su contenido. De hecho, ofrece una doble experiencia: la experiencia humana humilde y cotidiana, principalmente en su dimensión relacional, puesta constantemente en relación con la Palabra de Dios —la Escritura, el Evangelio— y con la iluminación aportada por la larga Tradición de la vida y la reflexión cristianas.

No en vano la autora se ha ocupado a lo largo de su carrera de la formación y las relaciones humanas. Conoce de cerca lo que es la vida, con sus grandezas, sus límites y sus debilidades; habla de ella con intuición y una competencia psicológica sin parangón, como una verdadera «moralista» de hoy. Y esta experiencia del ser humano está constantemente relacionada y confrontada con su dimensión espiritual.

Así, cada vez que se evoca una situación humana y su gestión, una referencia bíblica viene a iluminarla, a darle

un sentido. Toda la Biblia, tanto el Antiguo como el Nuevo Testamento, proporciona los textos que se meditan y aplican. A esto se añade el testimonio de numerosos testigos de la Tradición cristiana: antiguos, como Ireneo, Macario, Francisco, Clara, Ruysbroeck, Cabasilas, Juan de la Cruz; y modernos como Karl Barth, Vladimir Lossky, Madeleine Delbrél, Michel Rondet, etc.

Subrayemos, de paso, la calidad de la escritura: sencilla, clara, con frases cortas en las que cada palabra tiene su peso, lo que evita la sobreescritura.

Pero es un libro *sorprendente*. Ya el título, *La Deposición*¹, sorprende e intriga. En el lenguaje religioso, esta palabra hace referencia al cuerpo del Crucificado depositado en los brazos de su madre en «*un abandono total expresando una inmensa dulzura*». En el libro, es una invitación a todos a descansar, a «depositarse» con gran recogimiento en las manos de Dios-Amor.

Lo que es aún más sorprendente, cuando uno empieza a leer el libro, es que se niega a ser leído de forma superficial, para obtener alguna información rápida, alguna enseñanza psicológica o espiritual condensada. Son páginas que hay que leer reposadamente, como palabras de sabiduría que hay que retener, impregnarse con ellas. Cada párrafo es como una unidad, una colección de «pensamientos». Un ejemplo: «*Cuando vamos hacia nuestros límites, avanzamos hacia lo Ilimitado*», leer esto nos invita a detenernos, a meditar. No se trata, por tanto, de información, sino de formación. Cada frase, incluso cada palabra, conlleva un significado, un peso que hay que depositar en un corazón que escucha.

1 Nota del traductor: El libro en francés se titula «*La Déposition*» y esta es su traducción literal al castellano. Por la acepción que la palabra «deposición» tiene en castellano, algo que no ocurre en francés, nos hemos visto obligados a buscar una expresión alternativa: «*depositar la vida en Cristo*», o simplemente «*depositar la vida*», intentando mantener la mayor fidelidad posible a la idea final que la autora quiere expresar: el abandono de la vida en «otro», Cristo en el Padre y nosotros en Cristo.

Estas palabras de sabiduría vuelven como olas, siempre las mismas, repetitivas, pero cada vez aportando algo nuevo. El conjunto mantiene una profunda unidad entre lo humano —la vida cotidiana en todas sus dimensiones— y la experiencia espiritual fundada en el Evangelio y atestiguada por la rica Tradición cristiana de Oriente y Occidente. Son textos que se ofrecen a la meditación, como las páginas de *La Imitación de Jesucristo* o los escritos del hermano Roger de Taizé.

Suzanne Giuseppi Testut se presenta como franciscana secular y su libro quiere ser, y es, sin duda, *franciscano*. No es que presente la figura o la vida de Francisco, ni que desarrolle los rasgos particulares de su enfoque espiritual extraídos de sus escritos. Es cierto que a menudo se cita a Francisco y a Clara de Asís, se comentan sus textos y Suzanne recuerda su itinerario personal iniciado en Asís. Pero el libro no pretende ser una síntesis de la espiritualidad franciscana; trata de la condición humana general a la luz del Evangelio. Y es precisamente por esto que se puede decir que es franciscano. Francisco, de hecho, nunca propuso una doctrina «franciscana»; el corazón de su proyecto está sacado del Evangelio y se refiere a él. El enfoque del libro está en consonancia con esto.

Es un enfoque humilde, humano y pacífico, marcado por la benevolencia y un optimismo fundamental. Ya se trate de Dios, de Jesucristo o del hombre, «*la más digna de las criaturas*», siempre se oye, como en el fondo del libro, una musiquita «fraterna».

Es raro que franciscanos seculares hayan publicado —en francés, al menos— libros de esta importancia. Hay que agradecer a Suzanne, y dar gracias al Señor de quien procede todo bien, que haya surgido un libro así.²

2 Nota del traductor: El libro en francés se publicó en un momento importante: la celebración del octavo centenario del nacimiento del carisma franciscano.

INTRODUCCIÓN

El punto de partida de esta bella aventura se sitúa en Asís

Durante mi primera visita a Asís, en un rincón oscuro de la basílica de San Francisco, descubrí de improviso *La Deposición de la cruz* de Lorenzetti. Permanecí largo rato en contemplación ante esta obra, sobrecogida por lo que se decía, por lo que se vivía, allí, en ese instante, en lo más profundo de mi ser. Este descubrimiento inesperado me iba a permitir avanzar en el camino de «depositar la vida en Cristo» que hasta entonces había estado haciendo en el secreto de mi corazón, y más tarde compartirlo.

Esta obra es profundamente trágica pero también muy íntima. Me reveló el abandono total de Cristo. «*Se dejó depositar*». Es este abandono pacífico, este don total de sí mismo, me atrevo a decir, esta confianza serena en los que abren sus brazos para acogerlo, lo que me enfrentó de manera ineludible a mi responsabilidad. En ese momento, sentí un sufrimiento inexpresable. El impacto fue duro. Así que volví unos meses después, sobre todo para contemplar de nuevo esta obra, y allí ella me reveló a alguien: a Cristo. El abandono total de Cristo expresaba una inmensa dulzura. Y esta dulzura era la

de un Viviente, un Viviente que ama hasta el final. Así, depositado al pie de la cruz, Cristo ya estaba anunciando la Resurrección. El sufrimiento que experimenté en mi primera mirada se transformó inmediatamente en esperanza y alegría.

Comprendí entonces que la carga más pesada podía transformarse en alegría a condición de depositarla bajo la mirada de Cristo, en total confianza.

Depositar la vida tomaba de golpe una dimensión totalmente diferente. Era un caminar espiritual en la prueba, un acto de esperanza y de confianza. Permitía ir más allá de los hechos, para darles un sentido.

«Anclada en el acto mismo que Cristo vivió, ocupaba un lugar central y se convertía en esencial para la vida de todo ser». Entonces tomé conciencia de la amplitud de su contenido y de sus implicaciones. Así, «embargada» por esta locura de amor de Cristo ofrecida en la cruz, fui llevada a «depositar mi vida» bajo su mirada.

Asís es siempre para mí un lugar de renovación de una riqueza inagotable. Si la espiritualidad de Francisco es terriblemente exigente, es sin embargo profundamente humana, llena de alegría y felicidad. Al seguir las huellas de Francisco y Clara, comprendí que el «camino» puede y debe realizarse con la totalidad de nuestra humanidad. Cada uno de nosotros puede hacer de su vida un camino de santidad.

Este libro, centrado en *depositar la vida*, es el fruto de un largo viaje, un viaje de fe personal y una experiencia de vida. Inscrito en la tradición cristiana, iluminado por la enseñanza de los Padres de la Iglesia y guiado por el espíritu de Francisco de Asís, se apoya en las Escrituras y se esfuerza por dar a la Revelación todo su lugar.

Favorece el «encuentro» con Cristo Salvador. De hecho, Dios está tan locamente enamorado de su criatura que la busca constantemente. Su deseo es tal que se convierte en un mendigo ante nosotros. Dios se revela y busca incansablemente al hombre, no para convencerlo y

someterlo, sino para «encontrarlo» en el corazón de una verdadera relación. Nos toma tal como somos, donde estamos y como estamos. Una mirada nuestra y su mirada de vuelta nos envuelve en su luz, una llamada y está ahí, una palabra de amor y nos toma en sus brazos.

Así, Dios se revela y busca al hombre con una intensidad de amor infinita. Pero en su inmenso respeto por su criatura, espera de ella la señal de su deseo y asume hasta el final la libertad que nos ha dado. Así, participar en la vida íntima de Dios depende de nuestro deseo y de nuestra elección, hecha con toda la libertad del amor.

Es haciendo un acto de *depositar la vida*, como veremos en este libro, como podremos expresar nuestro deseo de Dios, cooperar con la gracia y hacer uso de nuestra libertad como me he esforzado en hacer durante todos estos años.

El lector no debe sorprenderse por la densidad de esta introducción. Los temas tratados se retoman ampliamente, y a veces incluso en el centro de varios capítulos, bajo formas diferentes, para que cada uno pueda captar la palabra íntima que se refiere a su historia.

Aunque esta obra tiene en cuenta la totalidad del hombre, cuerpo, alma y espíritu (1Tes 5,23) y no ignora las aportaciones de la psicología, parte de la propia naturaleza del «hombre a imagen de Dios» y no de sus aspectos psicológicos. De este modo, da a la revelación de Cristo su pleno lugar. En efecto, no se puede superponer una visión humana a la imagen del hombre como criatura de Dios, de lo contrario se sale perdiendo siempre. Así, parte de la realidad original del hombre y de su relación con Dios como una relación de fe.

Este libro tiene la voluntad de salvaguardar la dimensión de la fe sin interpretarla. Simplemente muestra al hombre a imagen de Dios, buscando. Lo muestra en su continua confrontación con la realidad, obligado a reposicionarse. Uno puede «dejar» su vida. Depositarla bajo la mirada de Dios es más exigente.

En su búsqueda, el hombre toma posiciones y es a través de estas tomas de posiciones que va a poder encontrar a Dios. En el curso de su «caminar hacia el Reino» siente la necesidad de reposicionar su vida bajo la mirada de Dios, en un acto de *depositar la vida*. Así que no es una carga continua. Lo depositamos. Así que, en lugar de decir: «*Hay* que pasar por ahí», decimos: «Afortunadamente puedo pasar por ahí».

Me he propuesto descubrir caminos en los que podamos encontrarnos con Cristo. Facilitar la reflexión y marcar estos caminos dando elementos concretos y humanos para el reposicionamiento. Enriquecer al cristiano y al no cristiano, y abrir caminos de evangelización:

- Me encuentro en la fe
- Comparto la experiencia
- Vivo la Alianza en el amor

Así, este trabajo es fruto del deseo, de la fe y del amor. La primacía del amor de Dios despierta el deseo y si la fe acompaña al deseo, expresa la búsqueda profunda del hombre por Dios y permite que el deseo de Dios se imprima en lo más profundo de nuestro ser.

Quiere ser el testimonio de la espiritualidad del deseo: deseo del hombre por Dios y deseo de Dios por encontrarse con nosotros en la relación.

El acto de «depositar la vida»

El proceso que implica el acto de *depositar la vida* puede ser sorprendente, pero se basa en la escucha del corazón, en la acogida de la gracia y en la pedagogía divina. Requiere confianza, atención, honestidad y sinceridad hacia uno mismo.

Depositarse no es un fin en sí mismo, es responder a la llamada de Cristo y decir: «Aquí estoy». Es confiarle nuestra carga para que la ofrezca al Padre para que nos dé su gracia. Es un acto reflexivo y responsable que se realiza invocando el Nombre del Señor.

El acto de *depositar la vida* requiere mucha contemplación. Consiste en tomar un «tiempo de descanso» para poner «en depósito» bajo la mirada del Señor todos nuestros valores humanos y dejarnos santificar por el Espíritu Santo.

En medio de las pruebas, las dificultades o las decisiones que comprometen nuestra vida, el descenso del Espíritu Santo ilumina nuestro corazón y nuestra mente y nos permite vislumbrar otros horizontes. Donde todo parecía comprometido, la esperanza guiará nuestras acciones y nuestras palabras. El Señor nos ayudará a comportarnos como hijos de Dios llamados a la libertad. Él pondrá en nuestros labios la palabra que salva.

El acto de *depositar la vida* nos hace «orantes», conscientes de la Presencia y nos lleva a una vigilancia cada vez más profunda. Es una doble vigilancia, la de Cristo que vive en nosotros, y la nuestra, que está hecha de una mezcla de fuerza y vulnerabilidad permanente, animada por el amor a Aquel a quien no queremos herir. Si lo practicamos con regularidad, este acto puede convertirse, por la gracia del Espíritu Santo, en una oración desde lo más profundo del alma.

No hay mayor alegría que llevar a los amigos de la mano y progresar con ellos en el camino de la Vida. Guiados por Aquel que es el único que puede llevar todo y escuchar todo, compartir todo y curar todo:

— Aprendamos a vivir la relación:

Para entablar un diálogo de amor. Sólo cuando permitimos que Cristo esté en el centro de nuestras vidas, todas nuestras «guerras» se detienen y nuestros enemigos se convierten en nuestros amigos.

— Descubramos la importancia de la vida diaria:

Es en la vida diaria donde se revelan todas nuestras fortalezas y debilidades. Es un campo de entrenamiento privilegiado, y es esencial para permitir que Dios dé a nuestra vida su plenitud. Es en la vida cotidiana donde aprendemos a experimentar la pedagogía de Dios y a dejarnos amasar por la gracia.

— Situemos la escucha dentro del mensaje bíblico:

Para ello, debemos aprender a «escuchar con el corazón». Este corazón es «el lugar» situado en lo más profundo de nuestro ser y donde el hombre, al acoger la gracia, experimenta a Dios

— Experimentemos el acto de *depositar la vida*:

Para vivir intensamente la llamada de Cristo. Para aprender a poner nuestras cargas y secretos bajo su mirada. Para reflexionar sobre el sentido de la vida, ponernos en su escuela y dejarnos guiar.

— Utilicemos nuestra libertad:

Para que la desesperación no prevalezca sobre el desánimo. Para levantarnos de nuevo y entrar en el arrepentimiento, es decir cambiar de actitud y de conducta. El arrepentimiento es una obra espiritual, es la obra del Espíritu Santo en lo más profundo de nuestro ser. Se trata de mirar nuestra vida, nuestro pasado, nuestro presente, nuestros planes de futuro y decirle a Dios: «Quiero vivir de otra manera, ayúdame a hacer un balance de mi situación».

Utilicemos nuestra libertad para perdonar, porque el perdón no es una crucifixión sino una resurrección.

— Entremos en la paz de Cristo:

Experimentaremos la belleza del don de la vida y llegaremos a conocer nuestros dones y nuestra vocación más profunda. Saborearemos el gozo de la oración. Aprenderemos que el Señor no está en el ruido de los elementos embravecidos sino en el susurro *suave y ligero* que le sigue.

— Descubramos juntos la dulzura del olvido de sí, del abandono y de la confianza.

Animada por mi deseo de compartir, he querido hacer de cada capítulo de este libro un viaje en el que el lector podrá tomar un nuevo aliento, fuente de cambio y de vida. Hay que acercarse con el espíritu del ejercitante que primero acoge lo que puede, o como puede, con toda sencillez, luego repasa en su corazón lo que le ha conmovido y, con la perseverancia y la humildad del peregrino, avanza con pasos lentos para continuar mejor su camino.

El lector no debe extrañarse de ciertas repeticiones que cobrarán un nuevo sentido en el seno de su contexto.

También invito a quienes deseen ir más allá a «detenerse» al final de cada capítulo y hacerse preguntas. Al final del libro, agrupadas bajo el título «Meditaciones», encontrará unas páginas que le ayudarán a hacerlo.

En una palabra, invito al lector a «caminar con este libro» al ritmo del aliento que se le dará.

Así, espero que, a través de este viaje, mis amigos lectores puedan:

– Descubrir lo que determina al ser humano en su estructura.

– Invocar a Dios, escucharlo, conocerlo en y a través de la prueba y así dar sentido a los acontecimientos de su vida.

– Restablecer la relación consigo mismo, con el otro, con el Totalmente Otro.

– Dejarse amar, amar, amar.

– Dar sus primeros pasos en el camino de la reconciliación.

– Dejar sus cargas para levantarse y entrar en la alegría.

– Encontrar sus dones y actuar en cooperación con la gracia.

– Hacer que el acto de *depositar la vida* sea una conversación de corazón a corazón con el Señor.

Este libro es un viaje interior al que os invito. Logrará su objetivo si atrae a mis amigos lectores al encuentro con Cristo Salvador y a la fuerza de las relaciones, pues a través de ellas el hombre puede alcanzar su plenitud final en la participación de la vida divina.

Es a través de la relación que el hombre puede llegar, mediante la humanidad de Cristo y en el Espíritu, a la visión del Padre.

La finalidad de la relación se une así a la finalidad de la creación: el hombre, que fue creado a imagen de Dios, recibió de este todas las capacidades y energías necesarias para la realización de la semejanza.

*«La gloria de Dios es el hombre vivo,
y la vida del hombre es la visión de Dios».*

(Ireneo de Lyon)