

MIRADA LIMPIA

(Por qué y cómo vivir la pureza)

Jesús Martínez García

Índice

Introducción. 1. Una virtud muy valiosa. 2. La malicia. 3. Los mandamientos ayudan. 4. Aclara tu conciencia. 5. El verdadero motivo para vivirla. 6. Dios ayuda a los humildes. 7. Huye de las ocasiones. 8. La templanza. 9. Mira hacia el Cielo. 10. Lucha para vencer. 11. Frecuenta los sacramentos. 12. Acude a la Virgen

INTRODUCCION

"En el mundo y a vuestro alrededor hay una manera de comportarse que es absolutamente incompatible con la dignidad de cristianos bautizados, hijos de Dios, hermanos y hermanas de Cristo. Con frecuencia intentará convenceros el mundo de que sigáis un camino ajeno al pensamiento de Cristo. En efecto, algunas personas os dirán que los mandamientos están pasados de moda y que las bienaventuranzas son desatinadas, y que el placer de la permisividad es el objeto de vuestra vida. En otros ambientes se os dirá que las enseñanzas de Cristo son un ideal, pero no están adecuadas a la situación del mundo de hoy (...). Sin embargo, vosotros mismos habéis experimentado en el corazón y debéis seguir testimoniando el gozo que nace de aceptar la palabra de Dios, la alegría que brota de decir "sí" a Cristo, que tan bien conoce lo que sois capaces de realizar con su gracia" (Juan Pablo II, *Discurso*, 23-VIII-83).

1. UNA VIRTUD MUY VALIOSA

En la antigua Roma existían las vestales o sacerdotisas de Vesta, encargadas de tener siempre encendido el fuego sagrado en el templo de la diosa. Eran seis; entraban en el templo a la edad de diez años y estaban en él hasta los treinta; durante ese tiempo tenían que conservar intacta su virginidad. Eran tenidas en gran estima por los romanos; tanto, que en las solemnidades y en los teatros tenían siempre sus puestos de honor, y vestían un traje blanco especial, con adornos de púrpura. Si un magistrado encontraba a una de ellas en la calle, le cedía la derecha; y si acaso una vestal se encontraba con un delincuente condenado a muerte, al momento se le indultaba y ponía en libertad. Pero si una de las vestales faltaba a su deber y violaba la castidad, era condenada a ser sepultada viva en el campo malvado.

Ante las personas de todos los tiempos la virtud de la pureza reluce como un inestimable valor. De igual modo a como un edificio bien construido y adornado con detalles arquitectónicos es muy

distinto estando limpio que no estándolo. Así también esta virtud hace agradable a la persona. La pureza, como todas las demás virtudes, se puede vivir, aunque pueda costar esfuerzo.

Solamente quienes no se esfuerzan en practicarla y viven esclavos de sus pasiones la ven como inasequible, o se sonríen al oír hablar de ella pensando, como la alimaña de la fábula que, al no poder alcanzar las uvas, se dijo: estarán verdes.

Es muy importante saber lo que realmente es y vale la persona, porque solamente así se puede descubrir que es posible vivir esta virtud. El hombre y la mujer no es un animal un poco más evolucionado respecto a los demás animales, cuya existencia se desvanece con la muerte. Quien así piense, es lógico que busque como fin de esta vida gozar de todos los placeres sin norma moral alguna -engañando, robando, etc.-. Pero las personas, a diferencia de los demás animales, tienen espíritu. Podríamos decir que lo que caracteriza a la persona no es su cuerpo, sino su alma, que es por lo que adquiere personalidad. Es el espíritu quien debe dirigir la persona, no las exigencias -a veces torcidas- del cuerpo. La inteligencia bien formada en la verdad advierte el orden que debe existir en la persona, y sabe que con el esfuerzo de la voluntad ha de procurar vivir según ese orden, imponiéndose al capricho de los apetitos.

Humanamente, quien domina sus pasiones y es limpio de corazón, tiene la capacidad de vivir otras virtudes: la alegría, la generosidad, la amistad, etc. Una persona honesta, además, merece admiración y los demás se pueden fiar de ella. La virtud de la pureza hace gratos a los demás y gratos a Dios. En la Biblia aparece con claridad que Dios rechaza a los lascivos. Por ejemplo, durante la Pasión del Señor Herodes no recibió ninguna palabra de Jesús por su mala vida. En cambio, alaba y bendice a quienes la practican. Es más, les promete el Cielo:

"Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios" (Mt 5,8). La virtud de la santa pureza es imprescindible para ser buenos cristianos: para poder creer lo que Dios nos ha revelado, para poder ver a Dios en la oración y para poder ver a Dios en el Cielo. Es una virtud que perfecciona nuestra inteligencia, y no sólo a ella, sino que también perfecciona nuestro cuerpo porque manteniéndolo en santidad y respeto "Dios mismo es glorificado en él. La pureza es gloria del cuerpo humano ante Dios. Es la gloria de Dios en el cuerpo humano" (Juan Pablo II, *Audiencia*, 18-III-81).

2. LA MALICIA

Cuentan de un príncipe indio que tenía un tigrecito amaestrado con el cual se divertía mucho, como si fuera un gatito. Entre otros juegos que hacía estaba el salto del brazo: el príncipe lo extendía y el animal saltaba por encima. Un día, jugando en el jardín, quiso la desgracia que al bajar el brazo se diera con la mano en la esquina de una mesa y brotara la sangre. El joven dio a lamer la sangre a su compañero de juegos... y el grato sabor despertó en la fiera sus instintos sanguinarios, por lo que, saltando de improviso a la garganta del príncipe, le hirió mortalmente.

Pasados los años de la infancia, uno descubre inclinaciones torcidas en uno mismo y en los demás; descubre la malicia: que dadas unas circunstancias, las pasiones se encienden, como se encendieron las tendencias animales en el tigre del cuento, y que, si uno se deja llevar por esas tendencias, después se avergüenza y se arrepiente. Y esto, ¿por qué sucede? Antes te decía que hemos de conocer lo que realmente es la persona para obrar en consecuencia.

Nos dice la Sagrada Escritura en el Génesis que Dios, después de crear al hombre y a la mujer vio que era muy bueno lo que había creado. Es decir, las personas hemos salido buenas de las manos de Dios: Adán y Eva iban desnudos en el paraíso y tampoco le daban mayor importancia porque el cuerpo con sus tendencias naturales estaba ordenado según el orden del espíritu, y cuerpo y alma estaban ordenados hacia Dios. Pero sucedió un hecho que vino a trastocar todo: el pecado original. Rota la relación del hombre para con Dios, se desordenaron las tendencias del cuerpo: desde entonces el hombre tiene dolores, le cuesta hacer el bien,... Entonces Adán y Eva descubrieron la malicia en su mirada.

Dice a continuación el Génesis que, nada más cometer el pecado se dieron cuenta de que estaban desnudos y se cubrieron con unas hojas de higuera. Descubrieron que la mirada del otro ya no era la misma, inocente y pura, ya no le miraba a los ojos -que son el espejo del alma-, sino a su cuerpo; y para que esa mirada entenebrecida no se aplastara contra uno, sentían la necesidad de cubrirse. El pudor pasó a ser una exigencia natural de la persona. Lo natural ya no era ir desnudos.

Algunos pueden preguntarse: ¿por qué no se puede ver un desnudo?, ¿acaso no se puede saber de todo?, ¿acaso el sexo no es algo natural? Todas esas preguntas tienen su parte de verdad, efectivamente, porque el cuerpo -y en concreto el sexo- en sí mismo no es algo malo, pues ha sido creado por Dios para su finalidad propia. Pero lo que está claro es que sería una ingenuidad hablar del sexo o mirar indiscriminadamente sin saber nuestra realidad, es decir, que hemos nacido con pecado original y no somos ángeles; que la malicia está escondida en nosotros. ¿No es cierto que al hablar del sexo o mirar una fotografía procaz se busca algo más que el hecho de saber? No podemos ser ingenuos, porque este no es un tema neutro, del que se deba tratar sin sentido común y sentido sobrenatural, porque a uno le puede suceder algo semejante a lo que le sucedió al príncipe que tenía el tigre.

3. LOS MANDAMIENTOS AYUDAN

Vivía una hoja unida al tronco de un gran árbol. La hoja era hermosa y feliz. El árbol la nutría con su savia, y la hoja era dichosa. Un día el viento le susurró que dejara el viejo tronco y se dejase llevar a otros lugares, porque así sería feliz, viviendo de otra manera. La hoja le contestó que no, que ella había nacido con el árbol y así quería seguir. Un día y otro el viento se lo decía, hasta que una tarde decidió dejarse llevar para alcanzar lugares lejanos. Pero nada más empezar a volar sintió que perdía altura, que el horizonte se hacía cada vez más pequeño. Trató de ascender pero no podía. Cuando se acercaba al suelo vio montones de hojas, secas unas, podridas otras, y escuchó una voz que decía: hojas del árbol caídas, juguetes del viento son.

Nuestra alma, que es espiritual, nos la ha dado Dios; pertenecemos a Dios, y Él puede darnos unas normas de comportamiento. Los animales irracionales cumplen su fin actuando según una ley que existe en ellos; la persona humana, en cambio, como es libre, determina voluntariamente lo que quiere hacer. Y para que actuemos bien Dios nos ha puesto los diez Mandamientos. Al recibir cada uno el alma recibe el código de moralidad para saber cómo utilizar bien la libertad. Dios sabe muy bien lo que nos viene bien a los hombres; por eso nos dice la Biblia: "Guarda sus preceptos y los mandamientos que yo te indico para que seas feliz tú, y tus hijos después de ti, y prolongues tus días sobre la tierra que el Señor, tu Dios, te da para siempre" (Deut 4,40).

Los mandamientos de la Ley de Dios son como las normas para el buen funcionamiento de los coches: cada cosa sirve para el fin que se ha hecho: el acelerador, el limpiacristales, el intermitente,... Quien utiliza el coche según esas normas no tendrá ningún accidente y además el coche durará mucho. Pero quien se empeña en utilizarlo mal -quien quiere frenar con el freno de mano o acelerar con el intermitente o adelanta en curva- acaba por estropearlo y posiblemente perjudique a otros que van por la carretera. ¿Cómo ser felices en la tierra y cómo llegar al Cielo? Cumpliendo los Mandamientos, como dijo Jesús al joven rico. Esas normas son el orden necesario para comportarnos verdaderamente como personas. Con la inteligencia hemos de conocer la verdad y con la voluntad esforzarnos en hacer el bien, según la verdad.

El diablo está interesado en que no vayamos al Cielo, que nos soltemos de ese árbol que son los Mandamientos de la Ley de Dios tal como nos los enseña la Iglesia. E incluso puede susurrar al oído, porque puede costar cumplir un Mandamiento, que uno se haga una teoría personal por la que concluya que para él eso no es pecado. Uno se separa entonces de la enseñanza de la Iglesia. Pero, como en el caso de la hoja desprendida del árbol, tanto el que comete un pecado como el que, una vez cometido, intenta justificarse, descubre enseguida que no es feliz y que ese no es el camino para serlo.

A este respecto, la Iglesia enseña que es pecado mortal todo pensamiento o deseo impuro consentido -por lo que mirar una revista o película obscena también lo es-. Y toda acción impura con uno mismo -masturbación-, o con otra persona fuera del matrimonio -homosexualidad, fornicación-, aún cuando hubiera deseo de casarse con ella -relaciones prematrimoniales-, y todo aquello -posturas, tocamientos, besos, etc.- que inducen directamente a la lujuria. Quienes tales cosas hacen, si no se arrepienten, dice San Pablo que no entrarán en el Cielo (Cfr. Gal 5,21). El gran enemigo de las personas es la soberbia, y como puede costar vivir la pureza, cabe que uno intente engañarse diciéndose: esto para mí no es pecado. En el fondo uno sabe si lo que hace está bien o está mal. Y, aunque a base de actuar mal uno puede oscurecerla, nunca puede acallarla del todo porque es como la presencia de Dios en el alma y, tarde o temprano, recuerda el bien y el mal. Lo que hay que hacer es ir a la luz -a Dios- reconocer sus Mandamientos, reconocer el mal cuando se ha obrado mal y poner los medios -confesarse, si es el caso- para volver a ser felices.

4. ACLARA TU CONCIENCIA

Un señor compró un coche que tenía muchos adelantos técnicos. Una voz metálica le avisaba si no tenía puesto el cinturón de seguridad, si se pasaba en la media de gasolina, etc. Un domingo por la tarde, al disponerse a volver del campo a la ciudad se le estropeó un indicador que, una vez sentado, empezó a decirle: "Lleva mal cerrada la puerta". Cerró bien la puerta y se disponía a arrancar cuando la misma voz le repitió: "Lleva mal cerrada la puerta". Se había estropeado ese indicador y ¿qué podía hacer allí en medio del campo? Aguantarse. El viaje duró tres horas, y cada quince segundos escuchaba la misma cantinela: "Lleva mal cerrada la puerta". "¡Ya lo sé!", le contestaba airado. Al llegar al destino lo primero que hizo fue avisar a su mecánico. Pensaba decirle que destruyera definitivamente el indicador, pero por fin le dijo que arreglara aquel maldito mecanismo que todavía seguía repitiendo: "Lleva mal cerrada la puerta".

Si uno tiene duda en el alma, si tiene una especie de run-run que no le deja tranquilo, lo que debe hacer es ir al sacerdote para aclarar la conciencia, porque puede ser una de estas dos cosas: que haya un pecado que no se desea reconocer, y lo que hay que hacer es extirparlo, o puede que no sea nada. Ir a la luz, a Dios, para aclarar la conciencia. Lo que no debemos es quedarnos con esa herida dentro porque si no uno se complica, sufre y hasta se le puede ocurrir que lo mejor es atrofiar la conciencia. Para aclararnos ahora un poco vamos a ver algunas cuestiones.

¿Besarse es pecado? Se entiende que es entre hombre y mujer, no casados, y no un beso en la mano como los saludos que se hacen al llegar a una representación de la Opera. Hay que decir que, en principio, el beso no es pecado. Recuerdo unas imágenes por televisión en las que el presidente de Rusia bajó de un avión y estampó en la boca del primer ministro de otro país un beso, y a nadie se le ocurrió esbozar la mínima sonrisa. Sin embargo, en esta parte del hemisferio norte, darse un beso en los labios conlleva algo distinto. Y ese algo distinto es lo que tenemos que valorar. Si a uno le afecta a la sensualidad o puede ser ocasión de que a otro le afecte, ya se da uno cuenta que, junto a lo que puede ser muestra de cariño, se mezcla una carga de egoísmo personal. Y en esa medida en que uno busca ese placer hay pecado.

¿Y bailar? Pues tampoco es pecado; porque si bailar una jota es pecado vamos apañados, igual que bailar sueltos. Otra cosa es bailar agarrados en plan tango. La misma razón que para el beso se puede decir para esto. En la medida en que a uno se le pone el cuerpo bravo o puede incitar a otro, hay que evitarlo. Para no caer en la casuística, puede servirnos como norma el tener en cuenta lo siguiente. ¿Si estuviera en la presencia de mis padres bailarían así? Te repito que, de suyo, el bailar no es algo malo, pero puede cambiar la moralidad de una situación en cuestión de segundos. Hemos de ser sinceros. ¿Por qué en la discoteca se apagan las luces y se pone una música dulce...? ¿A qué va uno allí? Y aunque uno no vaya con malicia, ¿es lugar apropiado para estar en presencia de Dios? Es importante no engañarnos.

¿Qué pasa con la minifalda? Pues que quien lleva la falda muy corta, al igual que quien lleva la ropa muy ceñida al cuerpo o que se trasparenta va vestida de mujer fatal; a lo mejor no lo es, y entonces es tonta, porque se viste de lo que no es. La cuestión es, como decíamos antes, que desde Adán y Eva las personas tenemos que cubrir el cuerpo con decoro para que los demás nos miren a la cara y vean en nosotros personas. En la medida en que uno se malviste y provoca la mirada procaz en los demás, efectivamente es mirado por los otros, pero ya no como una persona, sino como algo, como un objeto de placer. No vivir el pudor y la modestia en el vestir y en las posturas es un engaño y puede ser ocasión de pecado para los demás. Y quien escandaliza a los otros, no lo olvidemos, se carga con los pecados ajenos.

Pensamientos impuros. Podemos imaginarlos como moscardones negros y peludos que van volando y que quieren aterrizar en la cabeza. ¿Qué hacer? Pues como se hace en el tenis: agarrar la raqueta y soltar un buen golpe de bolea. El moscardón cae al suelo y si todavía se mueve, se le remata. Lo importante en los pensamientos impuros -al igual que los pensamientos contra la fe o la caridad- es rechazarlos enseguida para que no aniden en el corazón. Los pensamientos y los deseos impuros se deben evitar, y provocarlos voluntariamente o no rechazarlos si son involuntarios es pecado grave.

Hay que distinguir entre sentir y consentir. A uno se le puede ocurrir todo tipo de tonterías porque nuestra cabeza -hablando en comparación- es como un ordenador personal en el que se pueden cruzar los cables y aparecer en la pantalla imágenes que no deseamos. Lo que se ha de hacer es pensar en otra cosa y ya está. Lo mejor es tener una reacción sobrenatural, es decir, rezar algo, aunque también será bueno ponerse a leer o despistarse de otra manera. Si la imagen se repite pero no se quiere -es decir, que se procura rechazar- no hay pecado. Porque para que haya un pecado grave hace falta que concurran materia grave, plena advertencia y pleno consentimiento.

En cuestiones de pureza la materia siempre es grave -bien por sí misma, bien porque lleve directamente a la lujuria-; si la advertencia no es plena, por ejemplo, porque uno está adormilado, o si el consentimiento no es pleno, no hay pecado. Ahora bien, puede suceder que uno no corte con rapidez, que tarde en rechazarlo, o bien que se repitan las escenas en la imaginación porque se corta pero con un quiero y no quiero. Si entra la duda, convendrá aclarar la conciencia hablando en la dirección espiritual para no complicarse.

Sensaciones corporales. Como el uso de la facultad generativa fuera del orden

establecido por Dios es siempre grave, provocar voluntariamente la excitación placentera sin esa finalidad, siempre es pecado grave. La razón es que Dios ha puesto el placer venéreo para facilitar el fin del matrimonio, y aprovechar ese placer sin ese fin es un desorden intrínsecamente perverso. Sin embargo, puede ser que involuntariamente se desencadene el placer de la carne; mientras no se consiente no hay que inquietarse. Pero hay que tener en cuenta que este no quererlo ha de ser procurando evitarlo, es decir, que habrá que procurar salir de esa situación -cambiando de postura, dejando de leer, etc.-. Si puestos los medios para evitarlo, no se logra salir de ella, no hay que inquietarse, porque más que admitir la tentación, se padece.

El problema de la duda surge normalmente por no saber hasta qué punto uno ha admitido la tentación. Por eso es muy importante rechazar de plano las tentaciones, para evitar complicaciones, obsesiones y para que la tentación no tome cuerpo. Hemos de tener en cuenta, además, que cuando se encienden las pasiones -la ira o la sensualidad- es como cuando se enciende una cerilla que se tiene entre los dedos; si no se procura apagar, uno se acaba quemando. Una cerilla es fácilmente controlable, pero si se enciende la hierba y luego el bosque... ¡vaya usted a apagarlo! Es decir, que las pasiones de los instintos si no se cortan de raíz, tienden a más y uno acaba haciendo lo que no deseaba en un principio.

Vistos algunos temas concretos, uno tiene que examinarse y ver si hay algo que no está claro en su alma. Lo que no debemos hacer cuando la conciencia nos recrimina algo es querer tapar, como si no hubiera pasado nada, porque sería tan absurdo como aquel que se hace una herida y la oculta con un papel, porque las heridas mal curadas se infectan, duelen y si no se terminan por curar bien acaban por arruinar a la persona. En cuestiones de pureza, si hay algo que escuece y no se desea reconocer se pierde en primer lugar la alegría, se tienen malos modales, se agría el carácter, uno se vuelve más egoísta,... No intentemos autoconvencernos pensando que no pasa nada cuando en realidad sí ha pasado, porque a Dios nadie le engaña.

"Lleva mal cerrada la puerta"... Dios nos ha puesto la conciencia para que nos avise. La tenemos precisamente para eso, para que apruebe el bien que hacemos o que repruebe las equivocaciones.

La solución es reconocer con humildad que nos hemos equivocado e ir, también con humildad, a quien nos puede curar la herida.

5. EL VERDADERO MOTIVO

¿Por qué hemos de vivir la virtud de la pureza? Podemos señalar unas razones humanas: para demostrar nuestro dominio sobre nosotros mismos, para ser decentes cara a los demás, para no padecer enfermedades dolorosas que se derivan de la impureza, para formar en el futuro un hogar donde no anide el egoísmo,... Todo eso es verdad: que quien se deja llevar por los instintos puede padecer males físicos o psicológicos, y que si queremos construir un mundo donde no haya egoísmos sino amor es necesario que la gente sea verdaderamente buena. Todo eso es verdad, pero ¿cuál es el motivo más profundo, la razón de mayor peso por la que, ante la tentación, vamos a estar dispuestos a luchar decididamente para vivir esta virtud? La razón más importante es el valor de nuestra alma en gracia.

Las personas tenemos una relación real con Dios. Estamos siempre bajo su mirada amorosa. Además, estando en gracia, nuestro ser goza de una perfección sobrenatural. Quien sabe esto procura vivir siempre como Dios manda, procura hacer Su voluntad y, por eso, evita la impureza, que es algo que nos separa de Dios.

Desde hace más de dos mil años los hombres han ido a buscar a la isla de Ceilán las perlas preciosas. En esta isla, durante los meses de febrero, marzo y abril, salen a alta mar unos botes en su búsqueda. Al llegar al lugar donde se espera encontrarlas, unos hombres con grandes pesas en los pies se hunden rápidamente hasta llegar hasta los bancos de ostras. Cogen algunas de ellas, las meten en seguida en una canasta, y en unos sesenta segundos están de nuevo arriba. Son valiosísimas. Nadie podría poseerlas si no fuese por los trabajos y riesgos de estos hombres que exponen su vida por ellas.

Dios sabe lo mucho que vale nuestra alma en gracia. Después del pecado original, tuvo tanto amor por los hombres para que viviéramos la vida de la gracia, perdida por el pecado, que envió a su Hijo unigénito. Con su Pasión y Muerte en la Cruz, Jesucristo nos redimió haciendo posible que vivamos de su Vida. Lo que hace falta es que nosotros también valoremos lo que vale nuestra alma en gracia y que hagamos todo lo que sea necesario para conservar esta perla preciosa. No ha de ser el temor al infierno lo que ha de movernos a ser buenos, aunque si el amor de Dios no nos mueve, será bueno saber que el infierno es una realidad y que sólo se muere una vez, y que quien muere en pecado mortal ha echado a perder su vida eterna. No ha de ser el temor, sino el amor de Dios el gran motor de nuestra existencia, y por eso, el gran motivo para vivir todas las virtudes.

Dios nos ha amado primero y nos ha amado mucho: ha creado nuestra alma espiritual, nos ha redimido de los pecados y nos da la gracia. Podemos irnos al cielo. El derramó su Sangre en la Cruz por nosotros, pagó el precio de nuestro rescate. ¿Y qué supone la impureza? Supone algo semejante a lo que cuenta un escritor:

Estaba el poeta triste porque amaba a una mujer y no sabía cómo hacer para que ella le correspondiera. El agua de la fuente le dijo que a ella le gustaban las rosas rojas; si le llevaba un ramo de esas flores conquistaría su amor. Pero el poeta no encontraba rosas rojas. Un ruiseñor que lo supo voló por todo el país de un lado a otro buscándolas pero sólo encontraba rosas blancas.

¿Qué hacer para que el poeta pudiera lograr su deseo? Se enteró por el agua de la fuente que las rosas blancas se tornarían rojas únicamente si un rosal era regado con la sangre de un ruiseñor. El ruiseñor lo pensó y por fin se lanzó a un rosal y se apretó contra una espina. Su sangre bajaba por la rama hasta el suelo. Cuando no le quedaba más sangre pudo ver cómo las rosas de aquel rosal cambiaban de color, y murió. El poeta recogió las flores y las llevó a su amada. Pero, ¿qué sucedió? La niña se había enamorado de un comerciante que podía llenarle de tesoros. Y ante su sorpresa, tiró el ramo al suelo, al barro, y lo pisó.

¿Qué supone el pecado de impureza? Supone, como todos los pecados mortales, preferir un placer, una cosa creada a cambio de la vida sobrenatural. Es despreciar el esfuerzo redentor de Cristo por nosotros. "El mundo, el demonio y la carne son unos aventureros que, aprovechándose de la debilidad del salvaje que llevas dentro, quieren que, a cambio del pobre espejuelo de un placer -que nada vale-, les entregues el oro fino y las perlas y los brillantes y rubíes empapados en la sangre viva y redentora de tu Dios, que son el precio y tesoro de tu eternidad" (San Josemaría Escrivá, *Camino*, 708).

Hemos de darnos cuenta de que Dios nos ha ofrecido su amistad, y darnos cuenta de lo que supone un pecado: apartarnos de la amistad con Dios. Entonces uno se esfuerza, cueste lo que cueste, por cumplir los mandamientos, porque cumpliéndolos ama a Dios, y no cumpliéndolos pierde lo más valioso que puede poseer. "El que me ama guardará mis mandamientos -dice el Señor- y mi Padre y yo vendremos a él" (Jn 14,20).

6. DIOS AYUDA A LOS HUMILDES

Se cuenta en la Biblia el sueño que tuvo un rey, cuyo significado le explicó el profeta Daniel. Consistía el sueño en una estatua grande y magnífica. Tenía la cabeza de oro finísimo, el pecho y los brazos de plata, el vientre y los muslos de cobre, las piernas de hierro, y los pies eran parte de hierro y parte de barro. Era una estatua imponente. Pero sucedió algo asombroso, se desgajó de lo alto de la montaña una piedra que, rodando, fue a dar contra los pies de la estatua, y como parte eran de barro, se rompió, dando con la estatua en el suelo, la cual rodó por la ladera del monte, rompiéndose en mil trozos. El oro, la plata, el cobre y el hierro quedaron reducidos a polvo que se llevó el viento, y no quedó nada de ellos (Cfr. Dan 2,31-36).

Cada una de las personas valemus mucho, valemus más que todo el oro y la plata del mundo porque el alma es espiritual y, además, si está en gracia, Dios habita en ella. Pero uno ha de saber que tiene los pies de barro, que se puede equivocar y echar a perder ese tesoro con el pecado. Por eso decía San Pablo que llevamos un tesoro en vasos de barro (2 Cor 4,7). Para vivir la virtud de la pureza es preciso ser humilde, es decir, reconocer el tesoro de la gracia en nuestra alma y tener miedo sabiendo que lo podemos perder.

La humildad nos llevará a poner los medios para alejarnos de las tentaciones, a no querer probar de todo porque hay cosas que nos pueden dañar, etc., y lleva, sobre todo, a pedir a Dios su ayuda, como hacía el salmista: Señor no me abandones, no estés lejos de mí, que estoy atribulado; mi enemigo me rodea como una jauría de perros (Cfr. Ps 21), líbrame del hombre inicuo y engañador, porque tú eres, oh Dios, mi fortaleza (Cfr. Ps 42). ¿Y quién es ese enemigo? Es el diablo. Pero Satanás cuenta con la malicia que anida en el fondo del hombre para lanzar sus ataques. Es decir,

que el peor enemigo lo llevamos dentro: la soberbia, la sensualidad, la capacidad del desánimo,... San Pablo advertía en su cuerpo el aguijón de la carne, tenía tentaciones y le pidió a Dios no tenerlas, pero recibió como respuesta: "Te basta mi gracia" (2 Cor 12,9). Con la gracia de Dios -que es nuestra fortaleza- podemos vencer todas las tentaciones, porque nunca seremos tentados por encima de nuestras fuerzas (Cfr. 1 Cor 10,13).

Dios da su gracia a los humildes, pero a los soberbios les resiste (Cfr. 1 Ped 5,5), les deja solos, abandonados a su egoísta criterio, susceptible de ser engañado por el diablo. Quien no es humilde, después de equivocarse, no quiere reconocerlo. Y en cuestiones de pureza esto se muestra con claridad: porque la lujuria ciega, oscurece la mente para ver la verdad, para ver a Dios. "El hombre animal no puede percibir las cosas del Espíritu de Dios; son para él locura y no puede entenderlas" (1 Cor 2,14). Y uno puede llegar a pensar que los mandamientos son absurdos, que vivir la castidad es de tontos, que lo importante es hacer lo que a uno le apetece.

Sin embargo, el que así piensa es un ciego, alguien que está en la mentira. Pero, aunque los ciegos no vean, no por eso deja de brillar la luz del sol. Como "la santa pureza la da Dios cuando se pide con humildad" (San Josemaría Escrivá, *Camino* 118), hemos de pedir esta virtud como hacía el sabio Salomón: "comprendí que no podía ser casto si Dios no me lo otorgaba, acudí al Señor y se lo pedí con fervor" (Sab 8,21).

Ya tenemos el cuadro completo de lo que es la persona, de cuál es su situación actual: El fin de nuestra vida es ir al cielo, y el camino para lograrlo es cumplir los mandamientos. Pero como hemos nacido en pecado original hay una tendencia al desorden en nuestras apetencias, por lo que hemos de luchar para hacer el bien. Al adversario -que eso significa satanás- le revienta que logremos ser felices en el cielo porque él ya está condenado y no desea que alguien sea feliz; por eso va a tratar de apartarnos de nuestro fin intentando que cometamos algún pecado mortal.

Estaríamos perdidos si tuviéramos que luchar solos cada uno contra el diablo porque él es más poderoso y astuto que nosotros. Pero Dios nos ayuda con su gracia. No estamos solos. La gracia es una realidad sobrenatural y con ella siempre podemos vencer.

Ahora podemos ver qué armas tenemos a nuestro alcance -aparte de la gracia de Dios- para lograr la victoria siempre. Y en primer lugar hemos de saber que, como Dios da su gracia a los humildes, lo que hemos de hacer nosotros es actos de humildad. Y el primero es huir de la tentación porque, como dice la Sagrada Escritura, "Quien ama el peligro perecerá en él" (Eccl 3, 27).

7. HUYE DE LAS OCASIONES

El Rey David fue uno de los principales personajes del pueblo de Israel. Venció a Goliat salvando al pueblo de los filisteos, fue su rey muchos años, Jerusalén se llama la ciudad de David, y de su estirpe nacería el Mesías. Un hombre escogido por Dios, pero que tuvo que llorar mucho por un gran pecado que cometió, un pecado de lujuria. Un día, mirando por la ventana -la ventana ha sido durante siglos como la televisión ahora-, vio a una mujer bañándose y en vez de cerrar la ventana y marcharse, se quedó mirándola, la deseó, cometió un pecado y mandó después matar a su marido. Arrepentido, mucho tuvo que llorar por esa falta. Y todo, por no haberse ido a tiempo de la ventana.

¡Cuántos problemas se ahorra uno si corta a tiempo con la ocasión!: dejando de leer una publicación, cortando con cierto programa de televisión, marchándose de tal ambiente. Hemos de valorar las cosas, porque en cuestiones de pureza no hay cosas pequeñas. San Pablo, por ejemplo, mandaba a los cristianos de la primera hora que de las cosas impuras ni se hablara entre ellos (Ef 5,3) porque es materia pegajosa que ensucia más de lo que puede parecer a primera vista. No hemos de olvidar que la malicia anida en el corazón humano, que tenemos la inclinación al mal, y basta que se den unas circunstancias favorables para que surja la tentación.

Un capítulo importante es el cuidado de la vista. El lamentable suceso de David empezó por ahí. Sería ingenuo pensar que al "mirar" -mirar es distinto de ver, porque es ver calibrando los detalles- no pasa nada. Aparte de que mirar maliciosamente a una persona de otro sexo ya es pecado (Mt 5,28), habría un error en ese planteamiento. "Se piensa quizá que, ya que no se puede calmar totalmente el hambre, es imprescindible permitirse de vez en cuando unos aperitivos. Pero ahí está el error: porque esas compensaciones son realmente aperitivos, en toda la extensión de la palabra. En lugar de calmar el apetito, lo aumentan, en vez de dejar tranquila la concupiscencia, la exaltan; pensando encontrar la saciedad, se llega a la desazón" (J.L. Soria, *Amar y vivir la castidad*). Es importante cuidar los detalles: cuidar la vista, el modo de vestir, el modo de tratar con los demás, los lugares que uno frecuenta, etc. Quizá parezcan detalles sin importancia, pero no lo son, y si no se quita con decisión la ocasión, puede uno lamentarlo porque cuesta cada vez más luchar.

Dice la leyenda que cuando Arturo fue hecho rey, Merlín le dijo un día: Mañana encontrarás un enano que te desafiará a combatir. Entonces mátalos. Así sucedió, venció al enano, pero éste le pidió merced y Arturo le dejó en libertad. Al día siguiente Merlín le advirtió: Si no matas al enano, él te destruirá a ti. Al día siguiente volvió a encontrar al enano, que había crecido dos pulgadas. Lo volvió a vencer y volvió a perdonarle la vida. Diez veces se repitió el encuentro y en este tiempo el enano fue creciendo hasta convertirse en una persona normal. El undécimo día el enemigo era ya un gigante temible que se abalanzó sobre él desde un árbol, mató a su caballo y a punto estuvo de acabar con Arturo, pero éste, de un certero golpe de espada, le partió el cráneo. Pasó por allí Merlín que encontró al rey lleno de sangre, arrepentido de haber sido decidido en un principio.

8. LA TEMPLANZA

La templanza es una virtud cardinal que inclina a quien la posee a ordenar el apetito sensible, es decir a gozar del placer según el orden que indica la recta razón. La templanza abarca a la sobriedad en el comer, a la comodidad en las posturas, etc., y también a la castidad.

Como la persona es una unidad y no facetas sueltas, es evidente que quien se esfuerza en vivir la templanza en todos sus aspectos está en mejores condiciones para vivir la castidad que quien no la vive. Como dice un autor espiritual, "quien no es perfectamente mortificado en sí mismo, pronto es tentado en cosas bajas y viles" (Imitación de Cristo, I,6,1); es decir, que quien le da al cuerpo todo lo que pide, que no se queje después de tener tentaciones. La mortificación, el contrariar los gustos es algo necesario porque ese deseo de placer, que en sí es bueno, puede desordenarse.

Es preciso vivir la mortificación en el comer, en el beber, en las posturas al sentarse, en la distribución del ocio, etc. Estar ocioso, en concreto, crea un embotamiento que insensibiliza el espíritu. Estar ocioso es ver programas de televisión o leer revistas insustanciales, es no saber qué

hacer y perder el tiempo. Nosotros somos alma y cuerpo, y en la medida en que el espíritu no tira del cuerpo para arriba, el cuerpo tira para abajo del alma. Y uno acaba haciendo cosas de las que luego se arrepiente.

Lisímaco, general de Alejandro Magno, en una batalla en la que le sonreía la victoria, se vio atormentado por una gran sed. No encontrando nada de beber entre sus soldados y habiéndole ofrecido un vaso de agua los enemigos, lo aceptó, yendo al campamento de ellos. Pero apenas lo hubo bebido, conociendo su necesidad, lanzó el vaso lleno de cólera, exclamando: ¡Pobre de mí, qué he hecho! ¡Por tan poca cosa he perdido mi vida! Por eso, no hemos de olvidar este consejo: "Al cuerpo hay que darle un poco menos de lo justo. Si no, hace traición" (San Josemaría Escrivá, *Camino*, 196).

9. MIRA HACIA EL CIELO

-Muchacho, ¿sabes encaramarte? -preguntó el capitán de un barco a un pequeño grumete.

-Sí, mi capitán; en mi pueblo subía a los árboles más altos.

Con agilidad comenzó a trepar mástil arriba. Ya se acercaba a la punta cuando miró hacia abajo y el vértigo se apoderó de él.

-Que me mareo, que me caigo... -gritaba con angustia. El capitán, que estaba siguiendo la maniobra, se apresuró a decirle.

-Mira hacia arriba, siempre hacia arriba.

El grumete obedeció, miró hacia lo alto, se le pasó el peligroso vértigo y ya no temió más.

En todo lo que hacemos en nuestra vida, en nuestro día, no hemos de perder la visión general, cuál es el fin de nuestra existencia para ver si las cosas concretas que hacemos tienen realmente sentido y no tener que arrepentirnos después. Tenemos la facilidad de centrarnos en lo concreto y verlo como si fuera tan importante que podemos olvidar el planteamiento general. Por eso en las tentaciones lo que uno aprecia es que puede ser feliz en ese momento, en esos instantes pasajeros y puede dejarse llevar por la tentación. El diablo nos conoce muy bien y no nos presenta el mal en cuanto mal, porque eso no lo queremos, sino que disfraza el pecado con la apariencia de bien. Si uno se deja engañar y comete el pecado, enseguida descubre el engaño, comprueba que la felicidad no está ahí.

Como la felicidad no es algo que se consiga en un instante, sino que es algo que llena el alma por el planteamiento de toda la vida -y en cada acto- cara a Dios, es importante que tengamos presente siempre, y especialmente a la hora de la tentación en que a uno le parece que le da el mareo y va a caer, unas verdades eternas que nos vengán a la memoria especialmente en esos momentos de dificultad. En la catedral de Segovia hay un cuadro que representa el árbol de la vida. En la copa del árbol unas personas están dándose un banquete. A la derecha del tronco del árbol está Nuestro Señor tocando una campanilla. En el otro, un esqueleto que representa la muerte, termina de cortar el árbol con una guadaña. Junto a la muerte, un diablillo tira de una soga para que el árbol caiga hacia su lado. Encima del árbol reza una inscripción:

Mira que te mira Dios,

mira que te está mirando,

mira que te vas a morir,
mira que no sabes cuándo.

Las tentaciones en sí mismas no son ni buenas ni malas, no son trampas para que uno caiga, sino pruebas de las que uno se puede servir para demostrar que ama a Dios. ¿Qué hacer ante la tentación? Mirar a la eternidad, mirar al Cielo; saber que Dios nos está mirando y que espera que acudamos a Él. Precisamente las contrariedades, las tentaciones, el dolor etc., son oportunidades que nos pueden acercar a Dios. Entonces, paradójicamente, la tentación preparada arteramente por el enemigo, deja al mismo diablo confundido: porque en vez de llevarnos al mal, nos hace más humildes y nos pone a rezar. ¿Que vienen diez tentaciones al día? Pues diez veces que uno se pone a rezar. Y el diablo, o cambia de táctica, o a uno le hace santo. Pero en la tentación es preciso levantar la mirada, hay que mirar a Dios: hay que rezar.

10. LUCHA PARA VENCER

Sí, hay que rezar. Y además hay que poner esfuerzo. Dios conoce todo. Sabe de nuestras tentaciones, de nuestras circunstancias concretas, de la gracia que tenemos, de que nunca somos tentados por encima de nuestras fuerzas. Sabe que podemos vencer siempre, pero uno ha de querer vencer, y para eso hace falta luchar. El premio del Cielo sólo se concederá a quienes han puesto los medios de verdad para conseguirlo.

¿Y si la tentación es fuerte o se repite una y otra vez? Te diré que mientras hay esa lucha por hacer el bien ya se está venciendo. Cuentan que dos ranas viajaban alrededor del mundo y un día cayeron en un gran jarro de nata. ¡Qué susto! Una de ellas, de espíritu apocado, se encogió desesperada: "Debe ser agua envenenada... Nada me salvará...". Se acurrucó y se ahogó. La otra, más valiente, no quiso rendirse tan fácilmente y empezó a dar golpes con las patas, intentando salir... No lo lograba, pero seguía remando... aunque en vano. Sus fuerzas ya se habían agotado, sus patas ya no podían moverse... cuando sintió que el suelo era algo más sólido... al tiempo que una bola de mantequilla se levantaba para servirle de apoyo. Mediante su esfuerzo había batido la nata convirtiéndola en mantequilla y se salvó del peligro.

No hemos de perder de vista que Dios es un espectador de nuestra lucha y que no nos abandona nunca. Si se comete el mal es por culpa propia, porque se deja de luchar. Por eso, "Si dijese basta has perecido. Añade siempre, camina siempre, adelanta siempre; no te detengas en el camino, no vuelvas atrás, no te desvíes" (San Agustín, *Sermón* 169).

¿Y si uno tiene una equivocación? ¿Qué hacer? Rectificar. "La lucha ascética no es algo negativo ni, por tanto, odioso, sino afirmación alegre. Es un deporte. El buen deportista no lucha para alcanzar una sola victoria, y al primer intento. Se prepara, se entrena durante mucho tiempo, con confianza y serenidad: prueba una y otra vez y, aunque al principio no triunfe, insiste tenazmente, hasta superar el obstáculo" (San Josemaría Escrivá, *Forja* 169).

No olvides que las guerras no las ganaron quienes no perdieron nunca una batalla; que los santos que hoy veneramos en los altares también tuvieron sus tentaciones, pero luchaban, y a veces tuvieron errores, pero tuvieron la humildad y la fortaleza de rectificar, volviendo a la lucha. Quien de verdad está perdido es quien tira la toalla, quien se ve a sí mismo ya como derrotado. No olvides

que de lo que se trata es de ir al Cielo, que merece la pena dejarse la piel en el esfuerzo o, si uno se ha equivocado, rectificar.

11. FRECUENTA LOS SACRAMENTOS

Muchas veces se ha comparado nuestro paso por la tierra hasta llegar al Cielo con el automóvil que recorre las carreteras hasta llegar al lugar de destino: los mandamientos son como las normas de circulación, la dirección espiritual como el plano de carreteras que orienta bien para llegar al lugar previsto, que los pecados son como accidentes de tráfico y, que del mismo modo que hay que llevar el coche al taller de reparación, es preciso ir a la confesión, etc. Ahora me quería fijar en dos detalles que hay que tener en cuenta de vez en cuando al conducir un automóvil, porque si uno se olvida, corre riesgo de pararse: limpiar los cristales y echar frecuentemente gasolina. Me refiero a dos sacramentos que, aunque la Iglesia manda que se reciban al menos una vez al año, será muy bueno recibirlos frecuentemente: el sacramento de la Penitencia y el de la Eucaristía.

La **confesión de los pecados** no sirve sólo para arreglar el alma después de un pecado mortal, también hace la función de limpiar los cristales. Nos ha de interesar mucho el tener buena visibilidad al conducir (en la carretera, la vista es la vida, que decía el anuncio); es decir, nos ha de interesar tener claras las ideas y limpio el corazón. Como lo normal para los cristianos corrientes es vivir en el mundo -en la calle, en la carretera, en casa, en el trabajo-, no hay que sorprenderse de que a uno se le peguen motas de polvo -de ideas equivocadas, de faltas y pecados veniales-, y eso es lo que hace la confesión frecuente: ir quitando ese polvo. Si no, a base de no limpiar los cristales, puede llegar a no ver nada. Como uno está en medio de un mundo donde puede que falten planteamientos cristianos, sin darse cuenta se puede acostumbrar a modos de vivir y de pensar que no concuerden con el Evangelio.

Por eso, el Santo Padre, dirigiéndose a gente joven, decía: "Si vosotros, muchachos y muchachas que me escucháis... Si alguna vez el rostro de Jesús se difumina en vuestra vida: si alguna vez os asalta incluso la idea de que Dios no existe, preguntaos seriamente si estáis cumpliendo los mandamientos. No olvidéis que con frecuencia, la pérdida de la fe no es un problema intelectual sino más bien una cuestión de comportamiento. Y recordad que el primer paso para recuperar una fe aparentemente perdida, puede ser acudir al sacramento de la penitencia. (Juan Pablo II, Discurso en Asunción, 18-V-1988).

La **Eucaristía** es el otro sacramento que podemos recibir muchas veces al año, siempre que se haga cumpliendo las condiciones previstas. Pero si uno está en gracia de Dios, sabe a Quién recibe y guarda el ayuno eucarístico, ¿por qué retrasar el ir a comulgar? ¿Por la pereza, por el qué van a decir,...? También al que va en el coche y observa que debería poner gasolina se le pueden ocurrir razones para no detenerse en la gasolinera -que está lloviendo, que puede apurar un poco más...-, aunque sabe que debería hacerlo. Sin combustible, el coche se para, y sin la recepción frecuente de la Eucaristía también la vida espiritual languidece.

Sin ese alimento espiritual no es de extrañar que uno esté flojo a la hora de la lucha para superar la tentación. Además, recibir a Cristo en la Eucaristía produce en nosotros, aparte de otros bienes, uno muy importante: el conocimiento por connaturalidad. Nosotros aprendemos cosas porque las comprobamos o porque nos las cuentan -es decir, por fe-, pero hay otro modo de aprender y es a

base de convivir con otra persona: con el tiempo a uno se le pegan modos de decir y de actuar (así es como, por ejemplo, se aprenden bien los idiomas). Pues bien, el estar unidos de vez en cuando a Jesús sacramentado, hace que veamos las cosas como Dios las ve, este sacramento purifica mucho nuestra mirada.

12. ACUDE A LA VIRGEN

"Para conservar la castidad no basta ni la vigilancia, ni el pudor. Hace falta además, recurrir a los medios sobrenaturales: a la oración, a los sacramentos de la Penitencia y de la Eucaristía y a una devoción ardiente hacia la Santísima Madre de Dios" (Pío XII, *Sacra virginitas*, 25-III-1954). Hemos ido viendo estos medios que aconseja la doctrina cristiana. Sólo nos queda comentar la devoción a la Virgen.

Aquel día en que Adán y Eva cometieron el pecado en el paraíso se desordenó nuestra naturaleza humana, y desde entonces tiende a veces a llevarnos al mal. Pero aquel mismo día y a esa misma hora Dios dijo a la serpiente: "pondré enemistad entre ti y la mujer y entre tu raza y la descendencia suya: ella quebrantará tu cabeza" (Gen 3,15). La Iglesia ha visto siempre en esa mujer a la Santísima Virgen. Hay una lucha entre la Luz y las tinieblas, entre María y sus hijos -Cristo y los cristianos- y el diablo y sus secuaces. Por eso, quines quieren de verdad vivir como cristianos luchando contra el pecado, es preciso que acudan muchas veces a María. Tenemos como un estandarte, un punto de referencia claro, una torre con luz -Torre de David la llamamos- : la Inmaculada Concepción. "Apareció en el cielo una señal: una mujer vestida de sol, la luna a sus pies, y en su cabeza una corona de doce estrellas" (Apoc. 12,1).

Los cristianos contamos con la protección de Aquella contra quien el diablo no pudo nada -es sin pecado concebida-, Aquella que le aplastará la cabeza. Ella nos está mirando siempre, pero hace falta que nosotros la Miremos a Ella, que crucemos nuestra mirada con la suya; que nos demos cuenta que no estamos nunca solos -esa es la sensación que puede intentar el diablo-, porque tenemos esa Señal que nos mira. ¡Qué bueno será llevar sobre el pecho el Santo Escapulario del Carmen! ¡Qué bueno será tener una imagen de la Señora en la habitación y donde trabajamos para mirarla y que nos recuerde que Ella nos está mirando!

Y si la tentación arrecia, de tal modo que uno tiene la sensación de que se cierran ante sí como una especie de puertas y presiente que quedará atrapado, hay una oración que es como la palabra mágica del cuento: ¡Ábrete, Sésamo!, y es la oración Bendita sea tu pureza. Esta oración, dicha despacio, hará que se disipe siempre la tentación:

Bendita sea tu pureza,
y eternamente lo sea,
pues todo un Dios se recrea
en tan graciosa belleza.
A Ti celestial Princesa,
Virgen Sagrada, María,
te ofrezco en este día

alma, vida y corazón.
Mírame con compasión,
no me dejes, Madre mía.