

A/N: Nuestro tema de hoy es: Ten piedad de ti mismo, porque Dios lo hace.

Durante las últimas tres semanas, nos ha desafiado a superar nuestra pereza, a asumir más responsabilidad en nuestra oración y a erradicar el lenguaje deficiente. Si hemos estado con Jesús en el desierto y enfrentamos a nuestros demonios, no deberíamos estar exhaustos, sino cansados. Entonces, Dios quiere que descanses.

- San Francisco de Sales escribió: "A veces es necesario que relajemos la mente y el cuerpo mediante algún tipo de recreación". (*Introduction to the Devout Life*, 31), y luego cuenta una famosa historia sobre San Juan Apóstol, quien un día fue visto por un cazador sosteniendo un pájaro y acariciándolo. El cazador se sorprendió de que un hombre tan santo estuviera perdiendo el tiempo en una actividad inútil. Entonces, San Juan preguntó: "¿Por qué no siempre llevas tu arco tenso?" El cazador respondió: "Si siempre estuviera doblado ... perdería su resorte". El santo dijo: "No te sorprendas, entonces, si a veces relajo un poco mi aplicación y mi atención mental y disfruto un poco de recreación para luego dedicarme con fervor a la contemplación".

S: Hoy, la Iglesia está a la mitad de su camino de Cuaresma, casi en la Resurrección, y es un momento de alegría. El cuarto domingo de Cuaresma se llama "Domingo de Laetare", que en latín significa "Regocíjate", porque las primeras palabras de la Antífona de Entrada son: "Alégrate, Jerusalén y todos los que la aman". Se utilizan vestiduras rosas porque son una versión más ligera y alegre del violeta.

Aquí hay cuatro verdades para recibir de la segunda lectura de hoy.

1) San Pablo escribe: "Dios, que es rico en misericordia, por el gran amor con el que nos amó incluso cuando estábamos muertos por nuestras ofensas, nos dio vida junto con Cristo" (Eph 2:4-5). San Juan Pablo II escribió una encíclica sobre el hecho de que Dios es "rico en misericordia" y dijo que Jesús es la misericordia misma (*Dives in Misericordia*, 2,2). Por lo tanto, si queremos entender la misericordia, miremos las acciones de Jesús. Al comienzo de su ministerio, amaba a las personas que sufrían: sanaba a los ciegos, perdonaba a los pecadores, ayudaba a los pobres, etc.

- Eso es la misericordia: es el tipo de amor que se encuentra con el sufrimiento. Por ejemplo, cuando un hombre y una mujer se enamoran, ¿es eso misericordia? No. Cuando afirmo a alguien, ¿es eso misericordia? No. ¿por qué? Porque ahí no hay sufrimiento. Pero cuando animo a alguien, eso es misericordia, porque alguien se siente mal. La misericordia es cuando el amor se encuentra con el sufrimiento.

La Iglesia espera que hoy estemos cansados de nuestras penitencias cuaresmales, y por eso nos ofrece misericordia. En la vida espiritual tiene que haber un equilibrio entre dar y recibir. La Cuaresma tiene este equilibrio: los domingos durante la Cuaresma no son días de penitencia; son días para relajar el arco, por así decirlo, y recibir misericordia. Pero los otros días de la semana son días para enfrentarnos a nuestros demonios. Seis días durante seis semanas más los cuatro días a partir del miércoles de ceniza, y eso nos da 40 días en el desierto. (Ilustración). Por lo tanto, todos los domingos, ¡se supone que debemos descansar! Pero eso significa que en los otros seis días, ¡trabajemos!

- Para ser más específicos, debemos trabajar cinco días y medio, porque

los católicos siguen la tradición judía de comenzar el domingo la noche anterior con lo que se llama Primeras Vísperas. Entonces, deberíamos comenzar a tener misericordia de nosotros mismos el sábado por la noche. Es por eso que la misa dominical es el sábado por la noche y la Navidad comienza en Nochebuena.

- Todo el calendario litúrgico tiene este ritmo de dar y recibir. Tiene cuatro niveles de celebración: Ferial (que significa diario), memorial (recordar a un santo), fiesta y solemnidad (que significa que es solemne). Siempre que hay una solemnidad durante la Cuaresma, la Iglesia nos pide que descansemos y celebremos. Este viernes es la solemnidad de San José, entonces podemos comer carne. El 25 de marzo es la solemnidad de la Anunciación, por lo que debes recibir misericordia esos días. Sin embargo, solo podemos apreciar estas celebraciones si somos dedicados en nuestras penitencias de Cuaresma. Si somos perezosos, estas celebraciones no significarán nada para nosotros. Entonces, el adagio de descansar duro, jugar duro se aplica en la vida espiritual.
 - o Por cierto, si alguno de ustedes está pensando: "Dejé de quejarme o de chismorrear durante la Cuaresma, así que ahora puedo hacerlo de nuevo los domingos", ¡no, no puedes! Renunciar a un pecado es una buena acción, pero no una penitencia de Cuaresma. Se supone que debemos renunciar al pecado todo el tiempo.

2) San Pablo dice: "Dios ... por el gran amor con el que nos amó incluso cuando estábamos muertos por nuestras transgresiones, nos dio vida". ¿De

qué tipo de muerte y vida estamos hablando aquí? Vida espiritual. Dios nos ama incluso cuando estamos espiritualmente muertos. Quizás hemos cometido pecados mortales y no nos hemos confesado en un tiempo, y la tentación es simplemente evitar la confesión; nos acostumbramos a estar en estado de pecado mortal. Hoy es un recordatorio para que no se sienta satisfecho. Dios quiere devolvernos la vida - recibamos esto con un corazón suave.

- Ahora digamos que estamos en un estado de gracia, ¿estamos viviendo la *plenitud* de la vida? Porque a veces los que amamos a Jesús no nos cuidamos. Jesús vino a dar vida en abundancia, así que aquí hay algunas preguntas: ¿Cuidamos nuestro cuerpo? ¿Dormimos lo suficiente? ¿Cuán alegres estamos? Cuando sufrimos, ¿sufrimos bien? A veces sufrimos mal, precisamente porque no estamos haciendo la voluntad de Dios y no nos renovamos. ¿Hacemos tiempo para las verdaderas amistades, donde hay alegría y virtud? Ten piedad de ti mismo, porque Dios lo hace.

3) En la lectura, San Pablo usa la palabra *gracia* tres veces: “Porque por la *gracia* que te has salvado... para que en los siglos venideros Dios pueda mostrar las inmesurables riquezas de su *gracia* en su bondad para con nosotros en Cristo Jesús. Porque por la *gracia* han sido salvados mediante la fe, y esto no es obra tuya; es el don de Dios ” (5-8). La última parte es la clave: "Esto no es obra tuya; es el don de Dios ”. Gracia simplemente significa un don espiritual gratuito. Los teólogos suelen distinguir entre dos tipos

(<https://www.newadvent.org/cathen/06689a.htm>).

- Primero, *la gracia santificante* es de lo que acabamos de hablar: estamos en un estado de gracia, estamos en amistad con Dios y Su vida está viviendo dentro de nosotros - no nos lo ganamos, pero viene a través de nuestro bautismo. Lo perdemos cuando cometemos pecados mortales, es decir, cuando elegimos libremente hacer algo gravemente incorrecto, y sabemos que está mal. Recuperamos la gracia santificante en la Confesión y la aumentamos a través de la Sagrada Comunión.
- En segundo lugar, *la gracia real* es un "estímulo sobrenatural" (<https://www.catholic.com/tract/grace-what-it-is-and-what-it-does>). El arzobispo Exner dio la mejor explicación que jamás haya escuchado: la gracia real es la tentación de hacer el bien. Todo el mundo sabe cómo es la tentación. Entonces, a veces sentimos la necesidad de orar, leer, disculparnos, descansar, ayunar, acercarnos a alguien, etc. Todas estas son tentaciones, por así decirlo, de hacer el bien.

¿Sentimos alguna gracia real hoy? Haga la pregunta que planteamos el 1o. de enero: ¿Qué hay en su corazón? ¿Cuál es el mayor bien que podemos hacer hoy? ¿Dónde deseamos crecer? ¿Cómo queremos curarnos? Una vez que sentimos un impulso, ¡recibe el regalo!

4) San Pablo escribe: "Porque somos lo que él nos hizo, creados en Cristo Jesús para buenas obras, que Dios preparó de antemano para ser nuestro camino de vida". (8-10). Somos "creados ... para buenas obras". Este es el criterio para un buen domingo: ¿Nos ayuda a amar y realizar buenas obras?

- En mi primer año de sacerdocio, nunca vi la televisión, pero una vez estaba tan cansado que me senté en el sofá durante 30 minutos. ¿Sabes

lo que pasó después? ¡Tenía ganas de rezar de nuevo! Esa fue una buena recreación y de lo que estaba hablando San Juan Apóstol. Si nuestros domingos y solemnidades son verdaderamente días de misericordia, seremos más generosos espiritualmente al día siguiente. Por ejemplo, si tomamos una siesta, leemos un libro o jugamos juegos de mesa con la gente, y luego nos sentimos tentados a amar más a nuestra familia, ¡eso es bueno!

- Mirar YouTube, revisar las redes sociales y relajarse puede ser muy bueno, pero si no nos sentimos más animados a reanudar nuestras penitencias de Cuaresma al día siguiente, entonces tenemos que ajustar la cantidad o el contenido, o eliminarlo por completo. Al menos por un tiempo.
 - Si nuestros hijos están haciendo todas estas cosas y no están creciendo en virtud y santidad, entonces elimínalo.

Conoces un árbol por su fruto. El 3 de enero, usé el ejemplo de tocarnos las manos detrás de la espalda como una medida de nuestra flexibilidad física, pero la mayoría de la gente olvidó cuál era la medida de nuestra salud espiritual. Es esto: Evangelización

(<http://thejustmeasure.ca/2021/01/03/evangelization-helps-us-begin-again/>). Cuando recibo Su misericordia los domingos, entonces estoy emocionado por la evangelización, ¡quiero contarle al mundo entero acerca de Jesús! Si tienes auténtica misericordia de ti mismo, ¡te apasionará la evangelización!

V: Terminamos con una cita favorita del Papa Benedicto XVI: “[El hombre] no siempre puede dar, también debe recibir. Cualquiera que desee dar amor

debe ... recibir amor como un regalo ... Como el Señor nos dice, uno puede convertirse en una fuente de la que fluyen ríos de agua viva ... Sin embargo, para convertirse en una fuente de este tipo, uno debe beber constantemente de nuevo de la fuente original, que es Jesucristo ... " (*Deus Caritas Est*,

7,2)(<http://thejustmeasure.ca/2019/07/07/we-become-what-we-celebrate/>).