

El Padrenuestro

ANDREA SCHEFFELT

El Padrenuestro

Texto basado en el libro “La Fuente de los Milagros”, de Kathleen McGowan

Andrea Scheffelt

Ingeniero Comercial. Fue parte del directorio de la Iglesia Luterana “El Redentor”, Santiago, Chile, entre los años 2013 y 2019.

I. Introducción

Este texto se basa en el libro “La Fuente de los Milagros” de Kathleen McGowan. Es un libro que personalmente me ha ayudado a profundizar en mi fe en Dios y en mi relación con él y he querido compartir las ideas centrales.

II. La Oración

Al orar sentimos la presencia de Dios. La oración tiene el poder de hacer milagros, de transformar vidas y de cambiar el mundo.

Al rezar, nuestra fe aumenta. Cuando rezamos por otra persona, podemos lograr milagros en su vida.

El poder de la oración viene del amor: el amor que sentimos por nosotros, por nuestros semejantes y por Dios, que es lo que Jesús tanto recalcó en sus dos mandamientos principales: Ama al Señor tu Dios por sobre todas las cosas y al prójimo como a ti mismo.

La oración no es un medio para pedirle cosas a Dios, lo que no significa que no podamos o no debamos pedirle lo que necesitamos, sino que no debemos rezar solamente cuando queremos que nos conceda algo. La oración es un medio para estar más cerca de Dios, para celebrar su presencia en nuestra vida. Debemos rezar cada día simplemente por la alegría que nos produce.

Cuando rezamos a diario, las peticiones que hacemos tienen mucha más fuerza. Y cuando pedimos estando dispuestos a que se haga su voluntad y no la mía.

Cuando rezamos con el espíritu adecuado, Dios nos escucha y responde. Nuestra oración debe estar en armonía con Dios. Si no está en armonía con Dios – los deseos motivados por el ego o la codicia, por ejemplo – no es oído ni concedido. Esta clase de oración falsa entra en la clasificación de lo que Jesús describió como “oración vana” o “palabrería” (Mateo 6, 7).

Jesús nos dio instrucciones muy concretas de cómo orar en el Evangelio según Mateo (6, 5-15):

El Padrenuestro

“Cuando oréis, no seáis como los hipócritas, porque a ellos les encanta orar de pie (...) en las esquinas de las plazas para que la gente los vea (...) Pero tú, cuando te pongas a orar, entra en tu cuarto, cierra la puerta t ora a tu Padre (...) Así tu Padre, que ve lo que se hace en secreto, te recompensará. Y al orar, no habléis sólo por hablar (...) porque vuestro Padre sabe lo que necesitáis antes de que lo pidáis.

Vosotros, pues, orad así:

Padre nuestro que estás en los cielos, santificado sea tu nombre,
venga a nos tu reino,
hágase tu voluntad
así en la tierra como en el cielo.
Danos hoy nuestro pan de cada día
y perdónanos nuestras deudas
como nosotros perdonamos a nuestros deudores.
Y no nos dejes caer en la tentación,
mas líbranos del mal.

Porque tuyo es el reino,
el poder y la gloria,
por los siglos de los siglos.
Amén”

El padrenuestro es perfecto. Es el mayor regalo espiritual que nos ha regalado nuestro Señor. Jesús nos entregó las palabras que necesitamos para llevar una vida de alegría perfecta y una abundancia ilimitada.

III. “Padre nuestro que estás en los cielos, santificado sea tu nombre”: La Fe

La fe constituye los cimientos para una práctica espiritual transformadora y el punto de partida de cualquier oración. Cuando más sólidos sean los cimientos, más duradera será la estructura sobre la cual se construirá el edificio.

a. Padre nuestro

No parece una afirmación demasiado revolucionaria, pero lo es. Y también lo fue en la época en que Jesús vivía. Cada una de estas palabras, por simples que parezcan, se eligieron a conciencia para transmitir un concepto distinto y

El Padrenuestro

poderoso. Las palabras son, en su simplicidad, la expresión perfecta de quién y qué es exactamente Dios: padre nuestro.

Es nuestro padre perfecto divino, que nos quiere sin pedir nada a cambio. Jesús nos dijo con estas dos simples palabras que Dios no es un tirano celoso al que temer, sino que un ser bondadoso y protector. Este concepto, tan simple como parece, fue revolucionario, e incluso peligroso, en la época de Jesús.

Eran unos tiempos del imaginario de un Dios temible y punitivo así en el Antiguo Testamento como en el Nuevo Testamento, un Dios que declaraba ser una divinidad celosa y suprema.

Al comprender que Dios es nuestro padre, recibimos un mensaje fundamental de sabiduría: la esencia de los padres se encuentra en sus hijos, por lo tanto, en nuestro interior hay una divinidad. No somos Dios, pero somos hijos de nuestro creador divino, y, por lo tanto, tenemos por naturaleza estos orígenes celestiales. Jesús nos dice: “Porque cada árbol se conoce por el fruto que da” (Lucas 6,44). Nos recuerda que todos los hijos son siempre una expresión de la esencia de sus padres.

Dios no es un anciano inaccesible y aterrador en el cielo, ni un dictador, sino el amoroso padre que se preocupa por nosotros y desea que sintamos su amor a diario. Para comunicarnos con él no necesitamos un intermediario. Quiere que mantengamos una relación personal con él. Que sintamos su amor, y que él también sienta el nuestro. Esta conexión como mejor se alcanza, es a través de la oración.

La segunda palabra del padrenuestro fija el tono de la oración y transmite al instante el mensaje clave que Jesús quería que captáramos: **nuestro**. Jesús no dijo mi padre ni tu padre, sino padre **nuestro**.

Lo dijo en plural y de forma inclusiva. La elección de esta palabra es precisa y está hecha con una intención: que todos somos hermanos y hermanas, hijos del mismo padre. No hay diferencia entre nosotros, todos pertenecemos a la familia humana, y el padrenuestro nos lo recuerda para que tratemos a toda la humanidad como nuestros hermanos y hermanas. Al igual que los padres de la tierra quieren que sus hijos vivan en armonía, nuestro padre celestial también desea lo mismo.

El Padrenuestro

Además, al usar la palabra nuestro, Jesús nos está diciendo que no somos distintos a él. Jesús no es intocable, sino que está a nuestro lado, como un hermano, junto a nosotros, venerando la voluntad, inteligencia y amor divino de nuestro padre. Jesús fue enviado a la tierra para ser nuestro principal guía. Es nuestro protector y hermano mayor más sabio.

Jesús recalcó desde la primera palabra que el padrenuestro incluye a todo el mundo. Todos pertenecemos a la misma familia bajo los ojos de Dios.

Al decir “Padre Nuestro”, podemos ver el concepto perfecto de un padre. Dedicado, amoroso, que busca nuestra redención y que, a pesar de nuestras faltas, nos entrega su corrección, su consolación y restauración. Lo cual se puede traducir en lo que es el amor. El concepto de padre que cada uno se construye, proviene de la relación familiar que establecemos en nuestra historia, ante lo cual podemos decir que aquello que no les fue posible realizar como un padre como Dios, Dios mismo lo suple y lo compensa, en cada uno.

Además, esto nos permite establecer que los errores cometidos por nuestros padres o aquellos que son padres, Dios nos enseña a corregirlos y a su vez a tener comprensión como compasión para con ellos. Debido que fueron los mejores padres de acuerdo con las posibilidades, defectos y virtudes que tienen. Por otro lado, para aquellos que desean ser padres en el futuro, Dios se muestra como el modelo ejemplar a seguir. Que es capaz de tomar decisiones difíciles, como fue entregar a su hijo para la salvación de todos o exaltar a aquellos que siguieron sus consejos. Dios es el modelo perfecto de lo que significa ser padre.

b. Que estás en los cielos

Hemos venido a este mundo para aprender las lecciones necesarias para convertirnos en seres llenos de luz y de amor a imagen y semejanza de Dios mientras estamos en la tierra.

Dios, como cualquier otro padre afectuoso, quiere lo mejor para sus hijos. En sus esfuerzos para enseñarnos y protegernos, a veces nos impone unas duras lecciones, pues es la única forma en que aprendemos. A veces rezamos profundamente porque Dios nos dé algo y no lo recibimos, pero, tiempo más tarde, comprendemos que había una poderosa razón por la que Dios no nos

El Padrenuestro

concedió ese deseo. A veces negamos algo a nuestros hijos para protegerlos. Asimismo, si lo que le pedimos a Dios a la larga no es seguro para nosotros, no nos lo concederá, aunque clamemos contra esta autoridad, furiosos y dolidos por no haber recibido lo que le pedíamos.

Por otro lado, ¿qué hacen los padres cuando los hijos se portan mal? A menudo castigan a sus hijos. Los castigos son positivos cuando nos mantienen con los pies en la tierra. Son una poderosa herramienta para hacernos reflexionar sobre lo que hemos hecho mal. Con frecuencia, cuando un obstáculo se interpone en nuestro camino, es Dios quien nos está castigando. No nos “castiga” por venganza u otros afectos, sino que nos ofrece con dulzura y firmeza a la vez unas lecciones que nos mantendrán por el buen camino.

La pregunta que podría surgir es ¿Por qué el dulce padre que es Dios nos trae a la tierra primero y luego al cielo? ¿Por qué Dios no nos lleva directamente al cielo para evitar todo lo que acontece en este mundo? Al formular estas preguntas es bueno procurar pensar bajo una óptica muy humana.

Lo primero que invita la pregunta es a confiar en que el estar en la tierra no es un simple capricho, un error o algo que no pudo controlar nuestro Señor. Él permite nuestra vida en este mundo para que podamos aprender a cumplir la misión que tenemos cada uno, de tal manera que el encuentro posterior en el cielo sea bajo una perspectiva muy sabia y de amor.

Pensar de esta forma nos lleva al segundo pensamiento, que se refiere a confiar en la voluntad del Padre, de que primero no nos desamparará o abandonará a nuestro camino.

Él va a estar presente en cada paso y quiere que lo conozcamos en esos instantes en que parece un camino cuesta arriba. El cielo no se encuentra en otro lugar, es algo que ya se ha instalado en nuestros corazones y cada día de vida, es un día menos para ese encuentro con el padre.

b. Santificado sea tu nombre

Santificado significa “santo” y estas palabras nos recuerdan que el nombre de Dios es sagrado de una forma nueva. No es sólo una advertencia para “no tomar el nombre de Dios en vano”, como dice el segundo mandamiento.

El Padrenuestro

Esta frase significa, además, que, cada vez que invocamos el amor y la presencia de Dios en nuestra vida cotidiana, estamos creando un espacio sagrado en el que vivir.

Pero la santidad del nombre de Dios no sólo reside en su invocación, sino en lo que contiene, que es su esencia. La esencia de Dios es omnisciente, lo sabe todo. Dios lo ve todo cuanto no vemos y conoce todo cuanto no conocemos. Esta es la piedra angular de la fe, ya que al comprenderlo somos capaces de aceptar totalmente que Dios tomará, como padre nuestro, unas decisiones que son por el mayor bien de sus queridos hijos: él sabe lo que nos conviene más que nosotros porque con su omnisciencia tiene una visión global de la vida y la creación.

Pero como cualquier padre de familia numerosa diría, a veces hay que velar por las necesidades de muchos cuando éstas son más importantes que los deseos de una sola persona. Dios ama a sus hijos por igual y sin favoritismos.

A veces no sabemos o no entendemos por qué se nos niega algo que anhelamos porque no podemos ver cuanto Dios ve y el efecto que nuestros deseos tendrían en otras personas. No siempre podemos captar la inmensidad de la voluntad divina y el papel que desempeñamos en ella. Pero el papel de cada uno de nosotros en ella es una parte única y vital en los planes de Dios.

Cuando invocamos el nombre sagrado de Dios, estamos creando también un espacio sagrado en el que rezar. Esta frase concluye nuestra invocación a Dios y crea el marco para el resto de la oración, en el que le pedimos que nos escuche.

IV. “Venga a nosotros tu reino, hágase tu voluntad”: La Entrega

Estas dos frases son nuestra promesa de crear un cielo en la tierra. Cada vez que recitamos “venga a nosotros tu reino”, nos comprometemos a hacer que la tierra sea un mejor lugar. Hágase tu voluntad son las palabras que nos ayudan a renunciar a los deseos del ego para seguir el destino que Dios tiene planeado para nosotros. En este camino debemos dar dos pasos.

El primero, el más difícil, consiste en acatar la voluntad divina. Palabras como entrega y obediencia producen aversión en la mayoría de las personas; sin embargo, cuando las aplicamos a la relación que tenemos con Dios, se convierten

El Padrenuestro

en las palabras más liberadoras de nuestra lengua. Al aceptar nuestro papel en su plan divino, encontramos una verdadera paz interior.

Cuando tengamos tiempos difíciles o que supongan un reto, cuando las cosas parecen ir mal o al menos no resultan como las teníamos planificadas, podemos recordar las palabras “hágase tu voluntad” y agregar “y no la mía”. Recitándola a menudo y de corazón, esta sencilla frase puede cambiar nuestra realidad. Si nuestro deseo no se cumple, es que no era bueno para nosotros.

Era contraproducente para los planes de Dios, aunque nos cueste entender por qué. Pero comprender esta verdad y aceptarla con todo nuestro corazón y espíritu no sólo hará que nos sintamos mejor, sino que abrirá la puerta para que Dios nos ofrezca una oportunidad mejor y maravillosa que disipará cualquier vestigio de decepción.

Según un antiguo dicho, Dios responde a las peticiones de nuestras oraciones de una de estas tres formas:

Si.

Si, pero cuando yo lo decida.

No, porque he planeado algo mucho mejor para ti.

Nosotros no somos los arquitectos del maravilloso mundo que estamos construyendo. Es Dios. Nosotros sólo somos los obreros, y cada uno de nosotros tiene un determinado trabajo que hacer en él.

Algunos de nosotros intentamos controlar demasiado todos aquellos detalles del plan del Arquitecto, cuando lo que él espera, pide o desea que hagamos es nuestro trabajo individual y que lo llevemos a cabo con amor.

Dios responde a nuestras oraciones, aunque la respuesta pueda no ser la esperada. Aprendamos a confiar en y aceptar lo inesperado, incluso a darle la bienvenida; el plan de Dios está por detrás.

Lo más extraño sobre esta clase de aceptación, de la voluntad y del plan de Dios, es que con el tiempo acabamos descubriendo el propósito de aquella situación o incidente.

El Padrenuestro

El segundo paso en el camino de la entrega es dejar en manos de Dios todas las preocupaciones y miedos, ya que él es mucho más capaz de afrontarlos que nosotros. La recompensa por aceptar la voluntad de Dios será el mayor regalo de poder entregarle también nuestro sufrimiento. Cuando sintonizamos con la idea de que todo está sucediendo de acuerdo con un plan divino, nuestra ansiedad disminuye en el acto.

Cuando nosotros pronunciamos esta frase, estamos diciendo que Dios tiene un mejor espacio que aquel que hemos creado nosotros en la tierra. Es una forma tácita de reconocer que no es la voluntad de Dios la que se ejecuta en nuestra realidad. Estamos pidiendo que esa forma del reino de Dios se instale en nuestras vidas, para salir adelante en todo aquello que nos toca vivir y llegar a tener una existencia en la cual el amor verdadero, el amor de Dios, o Dios mismo, reine. En el reino de Dios no existe la democracia, por lo cual es una forma de decir que el ser humano unido, jamás podrá igualar la forma como lleva las cosas Dios en su reino.

V. “Así en la tierra como en el cielo”: La Ayuda al Próximo

Es demasiado fácil culpar a Dios cuando nos pasa algo terrible. Se nos hace difícil aceptar que un creador bondadoso y justo permita los horrores que ocurren en nuestro mundo tan a menudo.

La respuesta a ¿Por qué Dios no acaba con todos los males del mundo? es: Porque los seres humanos somos los que hemos creado esos males. Debemos asumir nuestras propias acciones. Dios no erradica los males ni el daño ambiental que estamos causando porque los culpables somos nosotros y no él. Lo ha hecho la humanidad. Es nuestra responsabilidad solucionar los problemas del mundo. Dios nos ayudará a hacerlo, pero antes debemos admitir que somos nosotros los que los hemos causado y que estamos dispuestos a corregirlos.

En el camino de la ayuda al prójimo Dios nos pide que creemos un cielo en la tierra con nuestras acciones caritativas. Cuanto más intentemos ayudar a los demás, más rápido solucionaremos los estragos que hemos causado. Ayudando a los demás transformaremos el mundo. Cada persona que se comprometa a ello creará una diferencia en el mundo. Con cada acto de bondad estamos un paso más cerca de crear una tierra que refleja a la perfección el cielo que Dios desea para nosotros.

El Padrenuestro

Pero a veces el estado del mundo es tan abrumador que nos desanimamos por la magnitud y el peso de los problemas. Nos enfrentamos a enormes cuestiones medioambientales, a la pobreza, al hambre, a las guerras, a la proliferación de enfermedades y a los atroces horrores del genocidio.

A pesar de estos enormes problemas, cada uno de nosotros puede salvar el mundo a través de su intención y sus acciones. Cada vez que hacemos una buena acción, ayudamos a alguien o fomentamos la paz, más bondad hay en el mundo. El bien vence al mal con cada acción positiva que ocurre en la tierra. Este mundo está hecho de energía, y tenemos la capacidad de cambiarla para bien o para mal. Depende de nosotros, y es una elección que hacemos con cada una de nuestras acciones a diario.

Nuestras acciones marcan una diferencia. Nuestros pensamientos marcan una diferencia. Quienes somos marca una diferencia. Nosotros y nuestras acciones importan, e importan cada día. Al igual que si elegimos no actuar.

Elegir no actuar es lo mismo que dejar que el mal gane. La autocomplacencia es peligrosa no sólo para nuestra alma, sino también para el planeta.

Hay muchas formas de cumplir con nuestra obligación de ayudar al prójimo, y las buenas acciones se dan de muchas maneras. Ser bondadoso y generoso con todas las personas con las que nos encontramos ya es ayudar al prójimo. Al igual que rezar por alguien.

Para que valga, cada acto de ayudar a los demás debe hacerse por amor y no por deber. A Dios le importa nuestra motivación. Jesús nos lo recuerda sin cesar diciéndonos que Dios ve lo que hacemos en privado y conoce los pensamientos que motivan nuestros actos. Para que valga, debemos servir a los demás con amor. En realidad, para que nuestros actos valgan, debemos hacer todo por amor. No podemos hacerlo simplemente por obligación. No tiene ningún sentido ganar puntos para ir al cielo, o intentar acumular buenas acciones para poder pedir cualquier cosa que deseemos. Estos actos pertenecen a la misma categoría de las repeticiones vanas y de aquello a lo que Jesús se refería como ir al templo “hipócritamente” para quedar bien.

El Padrenuestro

Cada vez que nos comportamos humanamente con nuestros hermanos y hermanas de la tierra, hacemos que nuestro creador se alegre y alimentemos la divinidad de nuestro interior.

El mayor servicio que podemos prestar es demostrar nuestro amor por Dios y el prójimo intentando resolver mediante soluciones pacíficas los conflictos del mundo.

Es una responsabilidad global y humana, un elemento inseparable para crear un cielo en la tierra. Es nuestra misión de vida, porque el cielo es sobre todo un lugar de paz. Cuando decimos en el padrenuestro “así en la tierra como en el cielo”, nos dedicamos a fomentar la paz.

Llevar la paz a un mundo sumido en conflictos es un enorme reto, pero no es imposible. Como cualquier otra cosa, debe hacerse paso a paso y con todas las personas posibles colaborando en lo que puedan en su vida para realizar este cambio.

Rezar por la paz ayuda enormemente. Nuestra conducta afecta a la energía que fomenta la guerra o la paz en nuestra vida, que es el microcosmos del mundo que nos rodea.

Cada acto de agresividad o de ira hacia otro ser humano es un acto que ofende a Dios. Detiene nuestro crecimiento espiritual e inhibe nuestra capacidad de recibir la abundancia en nuestra vida. Cuando estamos rodeados de la energía negativa de los conflictos, a Dios le resulta imposible otorgarnos buena suerte y nuevas oportunidades. Un buen padre no le dará a su hijo un montón de magníficos regalos si ha sido desobediente y destructivo. Cuando actuamos motivados por la hostilidad, nos estamos haciendo más daño a nosotros mismos que a nuestro oponente.

Cabe aclarar que actuar pacíficamente no significa que no podemos expresar una opinión contraria a la de otro. Dios nos ha dotado de inteligencia, raciocinio, criterio y sentido de la justicia para que lo hagamos. Sólo tenemos que observar la vida de Jesús para ver que defendió sus creencias ante figuras políticas, sociales y religiosas de aquella época, y condenó las acciones de esas personalidades que creía injustas o erróneas. Pero la forma de hacerlo es importante. Expresar nuestras diferencias de opinión con calma y respeto es un acto de paz que a menudo requiere práctica.

El Padrenuestro

Debemos empezar amándonos los unos a los otros, aunque nos cueste. Debemos amar incluso a los que tienen unas ideas muy distintas de las nuestras; de hecho, en estos casos es cuando es más importante hacerlo.

Jesús nos recuerda que es fácil amar a los que nos aman, pero muy difícil amar a los que nos odian o insultan, y sin embargo esto es lo que nos pide que hagamos.

En las instrucciones “ama a tu prójimo como a ti mismo y trata a los demás como quieres que ellos te traten”, Dios nos recuerda lo importante que es tratar a nuestros hermanos y hermanas de la tierra como desearíamos que los demás nos trataran. Si aceptamos la enseñanza de Jesús – que todos los hombres y mujeres son nuestro prójimo -, podemos lograr que el mundo se convierta en un lugar mucho mejor y más pacífico, y así será.

Somos una única familia humana, todos somos iguales ante los ojos de Dios. Él es nuestro benévolo padre y quiere a todos sus hijos por igual. Desea que progreseemos y que cuidemos unos de otros.

Teresa de Ávila nos dice:

**Dios no tiene cuerpo en la tierra, sino el tuyo;
no tiene manos, sino las tuyas;
no tiene pies, sino los tuyos.
Tuyos son los ojos con los que la compasión de Dios mira al mundo.**

Ahora es nuestra responsabilidad hacer el trabajo que Jesús nos encomendó con nuestras propias manos y pies. Nos pidió que viéramos el mundo a través de sus ojos y con su compasión ilimitada por los seres. Cada acción la hacemos como instrumentos de Dios en la tierra. Debemos hacer uso de esa responsabilidad adecuadamente y con sabiduría, no debemos defraudar la confianza que depositó en nosotros.

Por otro lado, es reconocer que lo que hacemos no es perfecto y que existe una perfección que alcanzar. Ahora, porque no es perfecto, se refiere a entender que existe el mal como el pecado en el ser humano. “Así en la tierra como en el cielo” es una petición que pronto se acabe la imperfección humana, lo cual se logra anhelando la segunda venida de Cristo.

VI. “Danos hoy el pan de cada día”: La Abundancia

Dios quiere que tengamos todo lo que deseamos. Quiere que recibamos la mayor alegría y abundancia posible fácilmente y sin sufrir. Como es nuestro padre, siempre nos proveerá lo que necesitemos – y con lo que le pidamos – si cumplimos nuestras promesas espirituales y mantenemos nuestro compromiso de ayudar al prójimo. Nuestro estado natural no es que nos falte algo; nos sentimos así cuando no hay un equilibrio en nuestra vida.

La abundancia es el estado natural y nos llega sin esfuerzo alguno cuando estamos en armonía con nosotros mismos y con Dios.

Para atraer la abundancia existe una técnica muy poderosa: el ciclo de cinco etapas. Son:

- Gratitud
- Claridad
- Compromiso
- Confianza
- Gratitud

a. Gratitud

El ciclo de las manifestaciones comienza y termina con la gratitud. Ante todo, si vivimos en armonía con el mandamiento de Jesús sobre el amor, intentamos hacer que el mundo sea un lugar mejor y nos comprometemos a ayudar a los demás, Dios se asegurará de que todas nuestras necesidades básicas estén cubiertas. Si también damos las gracias cada día por todo lo que hemos recibido hasta ahora, tendremos incluso más posibilidades de atraer la abundancia a nuestras vidas. Cuando recitemos el Padrenuestro, hagamos una pausa en esta frase para considerarla detenidamente: El pan de cada día dánoslo hoy.

Al hacerlo, reconocemos siempre lo que hemos recibido en la vida y agradecemos. Le estamos pidiendo a Dios que nos de el pan de cada día, y él lo hace. Tenemos mucho que agradecerle, debemos valorar lo que tenemos.

El Padrenuestro

No está de más insistir en la importancia de este paso en el ciclo de las manifestaciones. Nuestra abundancia se multiplica cuando agradecemos con sinceridad a diario todo cuanto Dios nos ha dado hasta ahora. Si nos comprometemos a recordar la ley divina de la gratitud, nos será útil durante el resto de la vida. Simplemente debemos decir “gracias” repetidamente durante el día de todo corazón. Si apreciamos diariamente todo cuanto tenemos y lo agradecemos, Dios nos enviará más abundancia. El agradece que le agradezcamos.

b. Claridad

Debemos tener claro qué es lo que queremos y por qué lo queremos. Y podemos tener todo cuanto deseamos en el mundo. Dios no juzga lo que queremos. Dios, como un padre benévolo, quiere que tengamos todo cuanto necesitemos para sentirnos seguros, realizados y felices. Mateo 7, 7-12 dice:

“Pedid, y se os dará; buscad, y encontraréis; llamad, y se os abrirá. Porque todo el que pide, recibe; el que busca, encuentra; y al que llama, se le abre. ¿Quién de vosotros, si su hijo le pide pan, le da una piedra? ¿O si le pide un pescado, le da una serpiente? Pues si vosotros, aun siendo malos, sabéis dar cosas buenas a vuestros hijos, ¡cuánto más vuestro Padre que está en el cielo dará cosas buenas a los que le pidan!”

Así que en todo tratad a los demás tal y como queréis que ellos os traten a vosotros. De hecho, esto es la ley de los profetas.”

Dios es más generoso con sus hijos de lo que la mayoría de nosotros pudiéramos nunca imaginar. Pero como no vivimos solos en este planeta, necesitamos tener en cuenta el bienestar de otros humanos y de la tierra cuando le pedimos algo. Los “deseos aislacionistas” son perjudiciales para todos. Por eso debemos ser responsables y tener muy claro qué es lo que deseamos.

c. Compromiso

Dios sabe que cuando más seguros y realizados nos sintamos, más tenderemos a compartir nuestra buena suerte con el mundo que nos rodea. Somos así por

El Padrenuestro

naturaleza. Dios tiene ahora dos motivos para concedernos los que más deseamos.

El primero es que su amor de padre le hace desear ver a sus hijos felices.

El segundo es que sabe que sus hijos más obedientes y agradecidos compartirán la abundancia recibida y cumplirán la promesa de ayudar a sus semejantes cuando obtengan lo que tanto anhelan. Lo cual nos lleva al compromiso, la siguiente etapa del ciclo de las manifestaciones.

Dios no nos juzga por lo que deseamos ni por qué lo hacemos mientras esté en armonía con el plan divino. Por eso ninguno de nosotros debe juzgar los deseos de los demás, ya que no sabemos las razones emocionales más profundas por las que se mueven o lo que aquellos deseos representan para ellos.

d. Confianza

Debemos confiar en Dios y aceptar su plan divino. Aunque el Padre celestial nos quiera conceder todo cuanto pedimos, también quiere asegurarse de que lo que le pedimos sea conveniente para nosotros. En el capítulo 6 de Mateo Jesús dice:

“...porque nuestro Padre sabe lo que necesitáis antes de que lo pidáis”. Esta observación es importante, porque no sólo nos recuerda que Dios es omnisciente, sino que además es mucho más creativo que nosotros. Tiene muchos más recursos de los que podemos llegar a imaginar, y lo que nos reserva es muchísimo mejor que cualquier cosa que pudiésemos concebir.

e. Gratitud

En último lugar nos recordamos que el ciclo de las manifestaciones es un círculo que empieza y termina con la gratitud. Debemos seguir reconociendo lo que Dios nos ha dado y agradecerse. Cada día tenemos más cosas que agradecerle, y ahora que somos conscientes de ello debemos valorarlo siempre.

Pero el pan de cada día no sólo nos llega en forma de seguridad material, sino que también debemos comprender con más profundidad la ilimitada naturaleza de Dios y el bendito lugar que ocupamos en su plan divino.

El Padrenuestro

La abundancia nos enseña que podemos tenerlo todo cuanto necesitamos y deseamos.

VII. “Y perdónanos nuestras deudas, como también nosotros perdonamos a nuestros deudores”

La incapacidad, o los pocos deseos de perdonar a los demás, es nuestro mayor fallo. Es la causa de la mayoría de las luchas tanto personales como mundiales. Cuando nos aferramos a la ira, el resentimiento o la decepción, estamos sabotando nuestra felicidad. Estamos invirtiendo nuestra valiosa energía en estas emociones negativas cuando podríamos usándola para llevar una vida feliz, atraer la abundancia y mejorar las condiciones del mundo que nos rodea.

La incapacidad o los pocos deseos de perdonar nos limitan y hacen que nos encerremos en nosotros mismos; en cambio, el perdón nos da la oportunidad de expandirnos y dejar vía libre a la abundancia en nuestra vida.

El perdón es el mayor disipador de las emociones destructivas. Pero perdonar puede resultar muy difícil porque la mayoría de nosotros no tenemos práctica en ello. En general, no nos han enseñado a perdonar. Si fuera así, el mundo sería un lugar muy distinto.

En la vida la gente nos decepcionará, y lo hará a menudo. Sin embargo, cada persona que nos hiere o decepciona nos está haciendo en el fondo un gran favor.

Nos está dando la oportunidad de ver hasta qué punto podemos amar y perdonar incondicionalmente a nuestros hermanos y hermanas bajo la mirada de Dios. Es fácil amar a los que nos quieren, pero no es fácil hacer lo que Jesús nos recuerda en el Evangelio según Lucas (6,28): “benedicid a quienes os maldicen”. Jesús nos está pidiendo mucho en esta frase, pero si la ponemos en práctica, nos beneficiará inmensamente.

Todo el mundo tiene alguna herida. Cuando alguien se comporta mal, puede ser por el sufrimiento acumulado en el pasado. A veces, cuando una persona a la que conocemos muy bien nos hiere, vemos claramente por qué lo ha hecho. En cambio, tenemos muy poca información sobre la historia personal de los desconocidos, los compañeros de trabajo o las personas que no conocemos tan a fondo. No

El Padrenuestro

conocemos su infancia, y tampoco lo que les puede haber ocurrido a primeras horas del día o momentos antes de cruzar nosotros la puerta de su casa.

Seamos compasivos con los demás y repitamos esta afirmación cuando nos sintamos irritados:

La gente hace lo que puede con los medios que tiene.

Todos hemos pasado por un mal momento y debemos ser tolerantes cuando los demás lo atraviesan, porque la gente hace lo que puede con los medios que tiene, y nos sabemos los problemas que un completo desconocido está afrontando en su vida.

Si de verdad queremos progresar espiritualmente, podemos, y debemos, rezar por la curación y la felicidad de los que nos han “ofendido”.

Cuando rezamos por las personas que más nos han herido, por las que se han portado mal con nosotros, nuestra oración beneficia al mundo y favorece nuestro crecimiento espiritual de una forma espectacular. Hace feliz a Dios y aumenta nuestra capacidad para atraer bondad y abundancia a nuestras vidas. Acarrear rencor multiplica la energía de la oscuridad y reduce nuestras oportunidades de ser feliz; en cambio, el perdón aumenta la luz y nuestras posibilidades de ser felices.

Perdonar a alguien no significa necesariamente dejar que ese individuo siga en nuestras vidas. Algunas personas producen un efecto tóxico en nuestras vidas y debemos alejarnos de ellas. Debemos terminar las relaciones que no son buenas para nuestro progreso espiritual.

Si somos capaces de seguir queriéndolas, podemos perdonarlas y dejar que salgan de nuestra vida deseando que se curen. No perdonar a los demás impide progresar haciendo que nos estanquemos espiritualmente.

Otro beneficio de rezar por alguien que nos haya hecho daño es que cada vez que perdonamos una persona y rezamos por ella, nos envuelve la energía del perdón, con lo que nos es más fácil perdonarnos a nosotros mismos:

“La caridad bien entendida empieza por casa”, por eso el Padrenuestro contiene esta frase: “y perdónanos nuestras deudas”. Es importante que dirijamos también

El Padrenuestro

nuestra capacidad de perdonar hacia dentro y que nos desprendamos de sentimientos de culpa acumulados que generan el equivalente espiritual a un desecho tóxico. Si creemos “merecernos” todo lo malo que nos ha sucedido en la vida o ser víctima del “mal karma”, debemos sacarnos esa idea de la cabeza cuanto antes.

Jesús nos dejó este gran precepto en el Evangelio según Mateo (7, 1-2)

“No juzguéis a nadie, para que nadie os juzgue a vosotros. Porque, así como juzguéis, se os juzgará, y con la medida que midáis a otros, se os medirá.”

No juzguemos las acciones de otros, ya que desconocemos los secretos de su corazón. Seamos compasivos con nuestros congéneres y buenos con nosotros mismos.

VIII. “Y no nos dejes caer en la tentación, mas líbranos del mal”: Cómo superar los Obstáculos

Para quedarnos con el poder de estas últimas palabras del Padrenuestro, debemos estar de acuerdo en la definición de tres palabras: tentación, pecado y mal. Comenzaremos por el mal, por dos razones. La primera, porque el poder del mal puede parecernos abrumador y debemos comprender que no lo es. Y la segunda, porque vencer el mal nos permite comprender qué es la tentación y el pecado.

¿Qué es el mal? Los teólogos y los filósofos han estado debatiendo sobre esta cuestión durante miles de años. No vamos a detenernos a analizar todas las posibilidades, sino que utilizaremos la siguiente sencilla definición:

El mal se define como aquello que nos impide realizar nuestra misión y seguir el plan de Dios

El mal no es una fuerza externa ni un demonio con cuernos que nos tienta en nuestro camino, sino los defectos de nuestra naturaleza. La tentación se encuentra en el marco más amplio del mal. La tentación son las debilidades que nos llevan a pecar.

¿Qué es, por consiguiente, el pecado? Veamos la siguiente definición:

El Padrenuestro

El pecado es una limitación autoimpuesta que nos aparta del camino de ayudar a los demás y nos impide recordar que somos uno con Dios mediante el amor y el perdón.

Por lo tanto, la tentación a pecar nos hace olvidar nuestras lecciones espirituales y nos lleva al mal, el cual nos impide cumplir el plan de Dios.

Con frecuencia, la espiral hacia el mal empieza con uno de los siete pecados capitales. Es importante señalar que cuando apareció por primera vez esta lista de “pecados” en los textos cristianos del siglo IV, se citaron como hábitos mentales malsanos, una definición concisa y exacta de cómo debían verse estos obstáculos.

La lista se creó en un principio como una herramienta constructiva para ayudar a los fieles a identificar sus debilidades espirituales y guiarlos por el camino que los lleve a una vida más pura con Dios.

Fue al cabo de doscientos años, después de que muchos de los cristianos originales fueran tachados de herejes (a menudo por la naturaleza más independiente y menos institucionalizada), cuando esta herramienta se convirtió en una lista más estructurada que señalaba un alma en peligro. El papa Gregorio Magno fue el primero en organizar la lista de los siete pecados capitales en la forma más estructurada en la que hoy se conoce.

Estos hábitos malsanos, o como sea que queramos llamarlos, son importantísimos, ya que constituyen los males que debemos evitar al máximo para estar en armonía con nuestra naturaleza más elevada y divina. Son las tentaciones a las que más debemos resistirnos si queremos atraer todo cuanto deseamos en nuestra vida y conservarlo. Son la forma en que los humanos nos causamos sufrimiento. Si logramos comprender lo que son estos pecados y aprendemos a vencerlos, nos liberamos de nuestras ataduras espirituales.

Estos pecados son perjudiciales tanto para uno mismo como para los demás. Son emociones que nos llevan a actuar de un modo que no nos ayuda a alcanzar nuestro propósito más elevado en la vida y nos impide iluminarnos. La mayoría constituyen unos hábitos mentales que son lo opuesto al amor. Son los siguientes:

- Ego
- Ira

El Padrenuestro

- Envidia
- Autocomplacencia
- Codicia
- Insaciabilidad
- Lujuria

d. Ego (a veces llamado orgullo o soberbia)

El ego está presente en todos los otros pecados; a menudo es el que los engendra, por eso encabeza la lista.

Si consideramos el ego como un “hábito mental malsano”, vemos que consiste en creer ser más importante que Dios, que su plan divino y que el resto de sus hijos. Es creer que somos el ombligo del mundo y actuar en consonancia con ello. Cuanto más sigamos un camino que sólo se centra en nosotros, más nos alejamos de nuestros objetivos. En cambio, en cuanto dediquemos nuestra vida a alcanzar el propósito más elevado de Dios y aceptemos el bendito papel que representamos en él, más felices seremos y más abundancia habrá en nuestras vidas.

Aunque pocos de nosotros afirmaríamos creer ser más importantes que Dios, muchos seguimos comportándonos como así fuera. Juzgamos unas situaciones que no tenemos derecho a juzgar. Nos volvemos autocomplacientes y cómodos y, por tanto, perezosos espiritualmente, olvidando que Dios nos ha proporcionado lo necesario para poder hacer nuestro trabajo en su nombre.

Maltratamos nuestro cuerpo con los excesos y las adicciones, olvidando que es el templo para ayudar al prójimo. Convertimos el dinero y la riqueza material en nuestra principal meta en la vida, si no en la única.

El amor desproporcionado por uno mismo, que incluye la vanidad, nos separa de Dios y de nuestros semejantes. Se convierte en la semilla de la que brotan los otros pecados.

El ego es el origen de la ira cuando clamamos contra los que no reconocen nuestro poder o importancia.

El Padrenuestro

El ego es el origen de la envidia cuando creemos ser mejores que otros o nos gusta ver fracasar a los demás para sentirnos mejor.

El ego es el origen de la autocomplacencia cuando no seguimos el plan trazado por Dios o no ayudamos a los demás por comodidad.

El ego es el origen de la codicia cuando creemos tener derecho a poseer más bienes de los que nos corresponde y a exprimir a los demás, y cuando antepone el dinero o el poder a Dios.

El ego es el origen de la insaciabilidad cuando no respetamos el cuerpo, la mente y el espíritu al entregarnos a los excesos y las adicciones.

El ego es el origen de la lujuria cuando vemos a otro ser humano como un objeto de placer físico.

Cuanto antes nos saquemos de en medio estos hábitos mentales malsanos, antes experimentaremos la realización y la abundancia divina.

e. Ira (llamada a veces rabia o cólera)

Para la mayoría de nosotros la ira es el hábito mental malsano que más nos cuesta abandonar. Hay un montón de cosas que nos enfurecen en este mundo y que nos cuesta mucho controlar, como, por ejemplo, la injusticia, la intolerancia, el fanatismo y la apatía. Pero a veces nos enojamos por tonterías: un mal servicio en un restaurante, las reuniones de padres, los compañeros de trabajo irritantes, el tráfico en las horas punta.

En nuestra vida todos batallamos con la rabia que nos producen tanto los problemas de nuestra vida como los del mundo.

Pero, en lugar de despotricar contra el mundo – o peor aún, de dejar que la ira reprimida nos carcoma las entrañas -, debemos encontrar formas constructivas de utilizar esta energía para cambiar el mundo. Jesús, al derribar las mesas en el templo, se estaba posicionando en contra de los que, según él, habían transformado un lugar de espiritualidad en un mercado de la iniquidad. Aquella rabia justificada lo empujó a actuar. Pero también le causó un montón de problemas con las autoridades de Jerusalén.

El Padrenuestro

La ira es el demonio más difícil de dominar. Pero para ser capaces de vivir con más amor y cambiar el mundo, el mejor método para afrontar esta emoción es convertirla en una fuerza para la justicia o la caridad.

Para aplicar esta idea, no necesitamos ser activistas. Podemos usar la energía de la ira en nuestro beneficio, algo totalmente aceptable y positivo. Podemos utilizar toda esa energía que se genera para dirigirla hacia una meta personal.

c. Envidia

La envidia es potencialmente el más tóxico de los pecados. Corroe el alma y oxida el corazón, transformando el amor y el gozo en amargura. La envidia es el pequeño monstruo en el que acaban convirtiéndose los celos.

Es el deseo de ver fracasar a otro. Es desearle mal a nuestros semejantes porque tienen algo de lo que nosotros carecemos. La envidia ofende a Dios, ya que revela una desesperada falta de fe en su poder de proveernos con lo necesario. Envidiamos a alguien porque nos molesta que haya obtenido lo que anhelamos. Tal vez incluso creamos que aquello que ha conseguido nos correspondía por derecho.

Si creemos que el poder de Dios es ilimitado, también debemos saber que es capaz de dar a sus hijos todo cuanto necesitan. Dios no tiene favoritismos. El suyo es un sistema muy justo.

Si otra persona se queda con algo que deseábamos – un ascenso, un premio, una pareja – debemos pensar simplemente que nuestro camino es distinto a lo que habíamos imaginado. Nuestros sueños se manifestarán de diferente forma estando en armonía con el plan divino. Pero debemos recordar también que fuimos nosotros los que hemos creado este camino con nuestros pensamientos y acciones. En estas circunstancias debemos aprender a confiar en la inteligencia divina, pero también debemos mirar en nuestro interior. Si envidiamos a otra persona, destruimos nuestra capacidad de atraer la abundancia a nuestra vida. Cuanto más amarga es la envidia, más perjudicada es el alma.

La envidia también puede venir de juzgar a la gente. Tal vez creamos que el éxito de los demás es injusto e inmerecido por su conducta. Pero sólo Dios puede

El Padrenuestro

juzgarlo. Él ve lo que hay en el alma de todos, pero nosotros no. Él sabe el pasado de las personas y conoce sus intenciones, una información esencial de la cual carecemos.

En cuanto a la envidia en las relaciones personales y sentimentales, la sensación que tenemos cuando la persona que nos gusta sale con otra o se relaciona con ella, puede ser una forma muy intensa y corrosiva de envidia.

Por el bien de nuestro corazón, de nuestra salud y de nuestra felicidad, debemos desprendernos de la envidia lo más deprisa posible.

Si hemos perdido a “esa persona” (en el amor), ha sido porque no estábamos con la pareja adecuada y Dios intenta ayudarnos haciendo que estemos disponible para cuando aparezca nuestra alma gemela. Hay alguien mucho mejor para nosotros esperándonos; debemos tener fe y confiar en ello.

Debemos dejar ir con amor a las personas que nos han hecho daño. Podemos aprender de estas relaciones sentimentales, comprendiendo que cada separación y cada rechazo nos da la oportunidad de entender mejor qué es lo que funciona y qué es lo que no funciona en nuestras vidas.

El rechazo es la puerta que permite a la envidia hacer acto de presencia. Aunque nunca es agradable ser rechazado, en cuanto lo tomamos como un regalo que nos hace Dios, nos resultará más fácil aceptarlo y recuperarnos. Este principio se aplica a cualquier rechazo: personal, sentimental, laboral o creativo.

El rechazo es el regalo que te hace Dios para decirnos que hemos tomado un camino equivocado y necesitamos cambiar de dirección.

d. Autocomplacencia (llamada a veces pereza, apatía o indiferencia)

La autocomplacencia es inactividad, lo que no lleva a nadie a cambiar su vida y menos aún el mundo.

En la Divina Comedia, Dante define la pereza como el incumplimiento del mandamiento principal: “Ama al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con todo tu ser y con toda tu mente”.

El Padrenuestro

Pereza, apatía, indiferencia, inactividad...; sea como sea que prefiramos llamarla, todos estos estados representan una falta de fe y, por lo tanto, la incapacidad de amar a Dios y aceptar su voluntad. Cuando nos mostramos indiferentes por el mundo que nos rodea, no nos importa el plan de Dios, no estamos cumpliendo la promesa de crear un cielo en la tierra.

No estamos aprovechando nuestros talentos de ninguna forma activa para progresar en la vida, ni tampoco ayudando a los demás como Dios desea.

¿Tienen otras personas la misma promesa o la misma misión que yo? A la conclusión que se puede llegar es que sí. Una serie de personas tienen una misión idéntica, y muchas otras comparten misiones similares. Y esto se debería a dos razones. La primera es que es un planeta tan grande, que hay una infinidad de trabajo por hacer, debido a lo cual se necesitan muchas personas que se comprometan a llevarlo a cabo. La segunda razón, la más urgente, es que no todo el mundo alcanzará a cumplir el plan de Dios para sus vidas.

Los hábitos malsanos de la apatía y la autocomplacencia hacen peligrar nuestra felicidad y nos impiden sentir el amor de Dios al servirle a él y a su hermosa tierra.

De entre las citas más inspiradoras hechas por figuras históricas sobre este tema, se encuentra la de Edmund Burke, un estadista británico del siglo XVIII, que dijo: "Para que triunfe el mal, sólo es necesario que los buenos no hagan nada". Es una frase brillante y coherente que condensa el problema de la autocomplacencia en una frase corta. Aunque seamos buenas personas, si no hacemos nada para mejorar el planeta, estamos permitiendo que triunfe el mal.

En pocas palabras, si no formamos parte de la solución, formamos parte del problema. Y cuanto más nos haya bendecido Dios con la abundancia, más debemos preocuparnos por los que son menos afortunados que nosotros.

La autocomplacencia es un gran delito espiritual. Es una afrenta a Dios, al prójimo y a nosotros mismos.

La generosidad es el antídoto de la autocomplacencia.

e. Codicia (llamada a veces avaricia)

La codicia es lo opuesto a la generosidad, pero no consiste sólo en no querer compartir la abundancia con los demás, sino también a renunciar a otras virtudes – como la honradez y la integridad – para enriquecerse económicamente o conseguir bienes materiales. Para ser codiciosos, no necesitamos ser ricos. La gente que no quiere aportar nada a los demás también es codiciosa.

Jesús dice en el Evangelio según Mateo (6,24): Nadie puede servir a dos señores, pues menospreciará a uno y amará al otro, o querrá mucho a uno y despreciará al otro. No se puede servir a la vez a Dios y a Mammón.

“Mammón”, que a veces se traduce como “riquezas”, se interpreta a veces como “dinero”, pero es una definición demasiado limitada. Mammón, tal como aparece en la Biblia, procede del arameo y tiene un significado más complejo.

En este caso Mammón se refiere a todo tipo de bienes materiales o mundanos o de placeres. Siempre que para nosotros sean más importantes que el camino armonioso dado por Dios, corremos el peligro de ser codiciosos. Cuando definimos nuestro éxito en el terreno de la riqueza material, no sólo nos estamos equivocando, sino que además caemos en una trampa muy peligrosa.

Anteponer los objetos materiales a Dios e intentar adquirirlos a expensas de la felicidad o la seguridad ajenas es uno de los hábitos más oscuros de los pensamientos malsanos. Perjudica a todos y reduce la luz en el mundo.

f. Insaciabilidad (llamada a veces gula)

En el medioevo, cuando se enumeran los siete pecados capitales, la insaciabilidad se llamaba gula por referirse sobre todo a comer demasiado. Y aunque “glotonería” venga de una palabra latina que significa “engullir”, esta definición no ilustra este hábito mental malsano con precisión o totalidad.

La gula simbolizaba a una persona acaudalada que se atracaba de exquisitos manjares mientras los pobres sufrían intentando conseguir un poco de pan.

La gente que se negaba a ayudar a los pobres cuando tenía más de lo necesario para vivir era culpable de gula en el mundo medieval de Dante. En medio de una

El Padrenuestro

hambruna en la que pelagra la vida de muchas personas, comer demasiado y tener una reserva secreta de alimentos sería una indecencia.

En términos modernos, la insaciabilidad es en realidad el pecado de los excesos. Significa una falta de autocontrol, una pasión por los excesos y los lujos. En hebreo, la palabra traducida como “gula” es zalel, que significa ser desenfrenado o derrochador, o ambas cosas a la vez.

Pero no podemos juzgar a los demás si pensamos que son desenfrenados; es una cuestión personal entre uno mismo y Dios. Todos debemos hacer un examen de conciencia para ver en qué consiste el pecado de la insaciabilidad en nuestra vida y conducta.

Reflexionar sobre el pecado de la insaciabilidad nos enseña muchas cosas sobre nosotros y nuestra idea de la riqueza. No debemos pensar que la riqueza es mala.

Es importante que cambiemos nuestra forma de verla. El dinero es recurso. Podemos, y debemos, saber manejarla por el bien de los seres queridos, nuestra comunidad y el mundo.

g. Lujuria

Nuestro cuerpo es el receptáculo sagrado del espíritu, el recipiente de todo cuanto somos. Cuando nos unimos con otro ser humano al hacer el amor, estamos combinando nuestros espíritus a través de nuestros cuerpos. Es un acto devocional, la celebración de una unión sagrada.

La lujuria, en cambio, desconecta el cuerpo del espíritu. Es un puro acto de atracción animal, una respuesta física carente de humanidad. Es un acto sin amor y, por consiguiente, nos desmerece. Es no respetar el cuerpo, ya que debemos tratarlo como un templo. Significa olvidar que la unión es divina y que no debemos practicarla sin darle importancia y despreocupadamente.

Cuando participamos en un acto sexual, nuestro espíritu se funde con el de la otra persona, y el suyo se funde con el de nosotros. Supone adquirir un compromiso muy serio que puede afectar todos los aspectos de nuestras vidas.

El Padrenuestro

Al seguir este modelo, decidimos no mantener relaciones sexuales esporádicas. La confianza y la consciencia plena proceden de mantener una verdadera relación sentimental. No surgen al instante. Por eso Jesús y sus posteriores seguidores advertían contra el sexo sin amor. Jesús dice en el Evangelio según Mateo (5,28): Pero yo os digo que cualquiera que mira a una mujer y la codicia ya ha cometido adulterio con ella en el corazón. Si definimos la lujuria como desear practicar el sexo sin que nos importe la otra persona, sin confiar en ella ni saber que la unión es sagrada, entendemos esta cuestión con más profundidad. Jesús no sólo nos está diciendo: "Tened cuidado con vuestros impulsos sexuales", sino que además nos dice: "No tratéis a otra persona como un objeto ni la deshumanicéis deseándola y tomándola solamente por el sexo".

La lujuria es un apetito egoísta, y en cuanto lo hemos satisfecho, sentimos un gran vacío en nuestro interior. La lujuria no conoce la empatía. En este sentido, es lo opuesto al amor. Cuando estamos enamorados no deseamos a nuestra pareja sólo por el sexo, sino porque nos gusta como persona.

El amor consiste en dar. La lujuria en cambio sólo consiste en tomar.

Si Dios es amor (y lo es, tal como se define en Juan 4,8), y el amor no puede ocupar el mismo espacio que la lujuria, en ese caso cuando nos entregamos a la lujuria nos apartamos totalmente de Dios.

La sexualidad sagrada es un bendito regalo de Dios que nos llena de gozo. Cuando comprendemos y aceptamos un amor tan profundo, la lujuria vacía y fortuita nos parece una experiencia humana escabrosa e impropia. La lujuria degrada, el amor ensalza.

IX. El amor no dice "Esto es mío", sino que dice "Esto es tuyo"

El amor es el corazón de la práctica del Padrenuestro. Para que sea eficaz, debemos rezar cada vez esta oración con amor.

"Hazlo todo con amor, y el amor lo hará todo por ti".

Nuestra fe y nuestra actitud de entrega deben surgir del amor que sentimos por Dios, por nosotros mismos y por nuestros semejantes. Debemos cumplir nuestra promesa de ayudar a los demás por amor y no sólo por deber. Cuanto más

El Padrenuestro

afectuosos nos volvamos, más abundancia atraeremos a todos los aspectos de nuestras vidas, y, además, cuando vivimos con amor, perdonamos a los demás de manera natural.

Definiciones de amor:

a. Agape:

Es la palabra que en los Evangelios se suele traducir simplemente como “amor”. Es un amor espiritual, la forma en que Dios nos ama. Es un amor lleno de alegría que encontramos los unos en los otros y en el mundo, la forma más pura de expresión espiritual. Y sobre todo es incondicional y el amor al que todos debemos aspirar. Es el “amor más elevado”.

b. Philia:

A veces se traduce como amor fraternal (la ciudad de Filadelfia es la “ciudad del amor fraternal”). Es el amor que se da en las amistades, y también en los hermanos biológicos y en los verdaderos compañeros. Es un amor más mortal comparado con la trascendente naturaleza espiritual del agape. La interesante epístola del apóstol Pedro nos dice (1 Pedro 1,22) que Dios desea demostrarnos ambas clases de amor. Vemos que en la traducción de este pasaje aparecen las palabras “amor” y “amaos”:

Ahora que os habéis purificado obedeciendo a la verdad y tenéis un amor sincero por los hermanos, amaos de todo corazón los unos a los otros.

En el texto original griego el primer “amor” aparece como philia, y el segundo como agape. Es uno de aquellos pasajes que no son fáciles de traducir, ya que en nuestra lengua moderna sólo existe una palabra para referirse al “amor”; en cambio, en la antigüedad, había muchas.

Pedro nos está diciendo en este pasaje que debemos amar sinceramente a nuestros hermanos y hermanas de la tierra primero con el amor humano, y después, al perfeccionarlo, con el siguiente nivel, el amor incondicional de Dios. El amor es una evolución. Crece y se expande.

c. Charis:

El Padrenuestro

Es el amor definido como gracias, devoción y alabanza a Dios; constituye el amor de nuestros padres, en la tierra y en el cielo. La palabra griega origina charis significa tanto “gracias” como “bondad”. Es una de las dos clases de amor que nos ayuda a ayudar al prójimo, y es la raíz griega de la palabra “caridad”. Charis describe el sustentador deseo de ayudar al prójimo que brota directamente del corazón. También es el amor que se da cuando intentamos perdonar a alguien.

d. Eunoia:

Esta clase de amor, que en griego significa tener “pensamientos hermosos”, nos inspira una profunda compasión y nos motiva a comprometernos a ayudar al mundo y a nuestros congéneres, los hijos de Dios. Es el amor que nos mueve a hacer obras caritativas en nuestra comunidad, combinando el corazón con la mente y poniéndolos en movimiento. Es la otra clase de amor que nos impulsa a ayudar al prójimo. Es un amor en acción. Eunoia describe el activismo, el deseo de ayudar procedente de una mente estimulada y de un corazón inspirado.

e. Storge:

Esta palabra, que en griego significa “afecto”, se refiere al amor puro lleno de ternura, humanidad y empatía. Está presente en el amor de los niños. Es inocente, juguetón y dulce. Storge también describe el amor que sentimos por nuestras mascotas.

f. Eros:

Representa el amor romántico, pero también el sexual cuando es sagrado. Eros es una profunda celebración física en la que las almas se funden en la unión de los cuerpos.

Si actuamos desde nuestro estado más elevado, intentamos amar más en todo cuanto hagamos y demostramos el amor que sentimos por Dios a diario en nuestra práctica de la oración y en nuestra relación con los demás y con nosotros mismos, nuestra vida rebotará de abundancia.