

P. ÁNGEL PEÑA O.A.R.

EL PODER DE LA PALABRA

LIMA – PERÚ

EL PODER DE LA PALABRA

Nihil Obstat
Padre Ricardo Rebolleda
Vicario Provincial del Perú
Agustino Recoleta

Imprimatur
Mons. José Carmelo Martínez
Obispo de Cajamarca (Perú)

LIMA – PERÚ

ÍNDICE GENERAL

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I: IMPORTANCIA DE LAS PALABRAS

La vida.

El valor de la persona.

Supérate. El poder de los pensamientos.

Piensa en grande.

Distintos caracteres.

Suposiciones.

CAPÍTULO II: EL PODER DE LA PALABRA

La lengua es un fuego.

Palabra cantada.

Palabra escrita.

Palabras negativas.

La maldición.

El perdón.

Palabras positivas.

CAPÍTULO III: LENGUAJE NO VERBAL

El poder del amor.

El amor de Dios.

La palabra de Dios.

Reflexiones.

CONCLUSIÓN

BIBLIOGRAFÍA

INTRODUCCIÓN

Éste es un libro para reflexionar. La vida es algo muy serio y hay que vivirla con seriedad y responsabilidad. Dios nuestro Padre nos ha creado por amor y el sentido de nuestra vida está en amar y hacer el bien a los demás.

Pero muchas veces ofendemos y hacemos daño por no cuidar las palabras. Y las palabras pueden hacer mucho bien o mucho daño. Por eso vamos a reflexionar juntos sobre el poder de la palabra. Debemos evitar palabras ofensivas y, sobre todo, las maldiciones y todo lo que suponga odio, rencor o deseo de venganza. En cambio, ¡qué bello es saber perdonar y bendecir a todos los que nos rodean y repartir bendiciones, sonrisas y alegrías por doquier! Que nuestra vida, alegre la vida de los tristes, de los enfermos y de todos los que no pueden sonreír. Que nunca hagamos daño a nadie. Si no les podemos hacer el bien, nunca hagamos daño a nadie. Y Dios nuestro Padre nos bendecirá mucho más de lo que podemos pensar o imaginar.

Que tu palabra sea una palabra de Dios para los demás, un regalo de Dios para todos, que haga el bien a todos, aunque suponga corrección y castigo para que puedan mejorar, pero hecho con amor y por amor.

La vida es un camino ancho, podemos avanzar a paso ligero o podemos estancarlos al borde del camino. Ante los problemas, ten ánimo y supérate. Dios espera mucho de ti y te necesita para llenar de amor y sonrisas este mundo que para muchos es triste y difícil de vivir.

CAPÍTULO I

IMPORTANCIA DE LAS PALABRAS

LA VIDA

La vida es como un arcoíris, que también incluye el color negro, pero hay que ser optimistas. Somos pesimistas, cuando miramos a los pies de las personas, y optimistas cuando les miramos a los ojos con amor. Sólo una vida vivida para los demás vale la pena de ser vivida.

La vida es como un viaje por mar. Hay días de calma y días de borrasca. Lo importante es ser un buen capitán de nuestro barco y dejar a Jesucristo el puesto de mando. Algunos quisieran dar marcha atrás y no haber nacido, pero una vez que estamos embarcados en el tren de la vida ya no hay vuelta atrás. La vida es una calle de dirección única, que siempre va hacia adelante. Alégrate de poder vivir, porque te dará la oportunidad de amar, de trabajar y de hacer el bien a los demás. Mira siempre hacia arriba, mira a las estrellas del firmamento, no te detengas en las cosas vanas que encuentres a tu paso. Tú has sido creado para cosas grandes, para mares sin orillas, para horizontes sin límites; en una palabra, has sido creado para el infinito, es decir, para Dios. Por eso nada de este mundo podrá saciarte. Sólo Dios mismo puede satisfacer tu corazón inquieto. Pero mientras vivimos en este mundo debemos soportar las limitaciones humanas de nuestro cuerpo y de nuestras circunstancias. Y para disfrutar plenamente de la felicidad divina debemos morir.

La muerte será para ti un encuentro con el infinito de Dios, que siempre está esperando para darte un abrazo y hacerte feliz eternamente. Dios te ama y te sonrío. No temas. Sigue adelante y vive para la eternidad.

Ahora bien, no basta con que tú estés tranquilo y vivas una vida en plenitud, piensa en tantos hermanos tuyos que viven a tu alrededor y no son felices. Ayúdales a ver el lado bueno de la vida. A veces es difícil soportar a ciertas personas, pero tenles paciencia, llévalas en tu corazón y ora por ellas. Las personas no son objetos descartables. Cada ser humano es una persona sagrada, aunque con frecuencia por diferentes motivos o enfermedades, viven en la superficie, están faltos de profundidad y seriedad. Toman la vida a la ligera. Sólo piensan en fiestas y diversiones, en comodidades y placeres. Y no faltan los que son incapaces de amar, porque son soberbios o egoístas. No tienen compasión, parece que no tienen corazón, están vacíos por dentro y no aman ni quieren amar.

No obstante, ¡qué hermoso es sonreír a un anciano, orar por un agonizante, abrazar a un amigo, alegrar a un niño o a alguien que está triste! ¡Cuánta alegría

podemos repartir a nuestro alrededor! ¡Cuánto bien podemos hacer con nuestras palabras, obras y oraciones!

La vida es un conjunto de detalles pequeños, que enlazados van tejiendo nuestra eternidad. Como diría santa Teresita del Niño Jesús:

*La vida es un instante, una efímera hora,
momento que se evade y que huye veloz.
Para amarte, Dios mío, y hacer el bien en la tierra,
no tengo más que un día: Sólo el día de hoy¹.*

Hay que vivir con la alforja al hombro, de camino, sin detenerse, siempre en guardia, siempre velando, vigilantes, esperando el momento sublime en que se nos presente la oportunidad de hacer el bien y hacer sonreír a nuestro Padre Dios, al sonreír a los demás. Ojalá que cada día, al terminar la jornada, puedas sentirte orgulloso de haber vivido. Vive cada día como un milagro, haz bien lo que tengas que hacer. Ten siempre las maletas listas para el gran viaje. Aprovecha bien el tiempo. Vive el momento presente en plenitud, el aquí y ahora, porque es un tesoro precioso que Dios pone en tus manos. ¿Estás preparado para morir? ¿Estás satisfecho de tu vida?

Vivir es un privilegio. Cuando tengas problemas, piensa que es mejor vivir y tener problemas que estar muerto y no tener problemas. Lucha por superarte, no te abandones a la corriente del mundo. No te dejes llevar por el qué dirán. No seas mediocre. Rinde al máximo con los dones que Dios te ha dado. Despierta tus energías dormidas. No disipes tus fuerzas con vanos y falsos amores. No pierdas el tiempo. Toma en serio tu vida.

Al levantarte por la mañana, dale los *Buenos días* a tu Papá Dios y ofrécele lo que piensas hacer. Tus hermanos te necesitan y esperan mucho de ti. No los defraudes. Y no te desanimes por algunos contratiempos que puedan suceder. Sé agradecido a Dios y a los demás. Hay una famosa canción que dice:

*Gracias a la vida que me ha dado tanto.
Me dio dos luceros que, cuando los abro,
perfecto distingo lo negro y lo blanco;
y en el alto cielo su fondo estrellado
y en las multitudes el hombre que yo amo.*

Escribe cada día la mejor página del Diario de tu vida. No te lamentes continuamente por las cosas negativas. Haz algo para alegrar la vida de los

¹ Poesía N° 12.

demás. Sé bueno con todos, sé sincero, honrado, responsable, decente, auténtico y servicial. Descubre el encanto de las cosas sencillas: el perfume de una flor, un apretón de manos, una sonrisa, el silencio de una iglesia, el canto de un pajarito, un riachuelo, una montaña. Vive de colores. Aprecia el azul del cielo, la buena música, el susurro de la fuente, el silbido del viento, el verdor de los campos.

Alébrate de ver salir el sol cada mañana; alébrate, porque tus ojos ven; tus manos tocan; tus pies caminan y tú estás vivo. Mira con ojos limpios a la gente. Si eres capaz de sonreír y perdonar, de amar y alegrar a los demás, es que Dios vive en tu corazón. Y no olvides que la sonrisa es la distancia más corta entre dos personas y embellece tu rostro más que todos los cosméticos del mundo. Descubre el cielo que hay en tu corazón y despierta a ese ángel que llevas dentro.

Hace tiempo que estás con la vida en marcha. Revisa el rumbo, mira siempre hacia adelante, y no te detengas en el camino. Aspira siempre a lo más alto y más profundo, a lo más hermoso y más íntimo. ¿Por qué te vas a dar por satisfecho, cuando queda por explorar el infinito de Dios?

Sé auténtico. Cumple tu palabra y no hagas de la mentira una norma de tu vida. No hagas trampa ni engañes a nadie. Nunca trates de justificar tus errores, reconócelos con humildad y trata de corregirlos. El que reconoce sus errores hoy es más sabio que ayer.

Y no olvides que tu vida es una maravilla de Dios, un milagro de Dios en el mundo y debes hacer algo que valga la pena. No malgastes tu vida y haz que brille la luz de Dios que hay en tu corazón. Sonríe, Dios te ama y confía en ti.

EL VALOR DE LA PERSONA

Cada ser humano es sagrado y tiene una historia sagrada que se remonta hasta la eternidad. Antes de que existiera el tiempo, antes de que el mundo fuera creado, Dios, en sus planes divinos, decidió crear a cada ser humano. Nadie viene al mundo por casualidad. Nadie existe por error. Nadie está en el mundo sin una misión que cumplir, aunque en algunos casos no lo entendamos. Pues bien, Dios decidió crear a cada ser humano en particular, con sus cualidades personales, con su nombre y apellidos. Dios no hace fotocopias. Dios no crea seres humanos en serie o por clonación.

Según estudios del genoma humano, se ha llegado a descubrir que, desde el primer momento de la concepción, hay un ser humano totalmente diferente de cualquier otro que ha existido, existe o existirá. No puede haber repetición. Y en sus genes, ya desde el primer momento, están programadas todas las

características personales que tendrá el día de mañana. Por lo cual, desde el primer momento, es un ser humano que debe ser respetado con todos sus derechos. Sus derechos no dependen de su grado de inteligencia o de conciencia. Su dignidad se basa en su alma y no en las características o cualidades de su cuerpo, porque también los enfermos, aun en coma permanente, tienen todos los derechos humanos completos. Su alma, hermosa e inmortal, fue creada directamente por Dios. Una obra maestra del divino autor.

Ahora bien, en algunos casos, Dios permite que el cuerpo para el que creó un alma maravillosamente bella tenga sus imperfecciones, quizás por efecto de la herencia, de errores humanos o de enfermedades adquiridas. No importa saber por qué. Lo importante es saber que ese ser humano discapacitado, enfermo físico o mental, sigue siendo un hijo de Dios. Y tiene un alma perfecta y hermosa, que brillará en todo su esplendor al momento de su muerte y, después, por toda la eternidad. En el más allá de la muerte, no existen seres humanos discapacitados. Todos serán perfectos con su cuerpo resucitado e inmortal, y serán, por supuesto, inteligentes y felices por toda la eternidad.

Con esto queremos decir que las imperfecciones, discapacidades o enfermedades son temporales y que el ser humano vale por su espíritu y no tanto por su cuerpo.

Reconoce tus limitaciones, pero desarrolla tus potencialidades. Si eres una mujer fea, no podrás ganar un concurso de belleza; pero con tu alegría, tu amabilidad y tu sonrisa, serás más atractiva que una mujer bella, pero fría y altanera. Si eres pobre, probablemente nunca podrás vivir en un palacio, pero, si en tu casa hay amor, unión y paz, serás más feliz que los más ricos del mundo. Si no tienes cualidades para el estudio, no podrás sacar ningún doctorado, pero puedes ser un hombre feliz como taxista, mecánico o cocinero. Lo importante es que te sientas realizado, cumpliendo bien tu misión.

No te desanimes. Serás tan joven de espíritu como tu confianza en ti mismo y tan viejo como tus dudas. Si un día tu corazón está a punto de ser mordido por el pesimismo y la vulgaridad, que Dios tenga compasión de tu alma vieja. La verdadera vejez está en el alma que ha desertado de sus ideales y cree que ya no sirve para nada. Los años arrugan la piel, pero el renunciar a los ideales arruga el alma. Reflexiona:

*Si sientes que no puedes lograr algo,
no te desanimes.
Piensa en el ave, que paja a paja hace su nido.
Piensa en el sol, que alumbra
los espacios siderales*

*hasta llegar a su destino;
en la planta que lucha por florecer,
a pesar del viento frío;
en la hormiga que carga un granito de trigo,
en la roca, que es perforada
por el constante rocío:
en el niño pequeño que a hablar ha aprendido.
Y en Dios que en su inmenso amor.
siempre está contigo.*

SÚPERATE

*Lo que no logres hoy, quizá mañana
lo lograrás; no es tiempo todavía;
nunca en el breve término de un día
madura el fruto ni la espiga grana.*

*No son jamás en la labor humana
vanos el afán ni inútil la porfía.
El que con fe y valor lucha y confía
los mayores obstáculos allana.*

*Trabaja y persevera, que en el mundo
nada existe rebelde e infecundo
para el poder de Dios o el de la idea.*

*Hasta la estéril y deforme roca
es manantial, cuando Moisés la toca,
y estatua, cuando Fidias la golpea*

(M. de Sandoval)

*No te des por vencido, ni aun vencido.
No te sientas esclavo, ni aun esclavo.
Trémulo de pavor, piénsate bravo
y acomete feroz, ya mal herido.*

*Ten el tesón del clavo enmohecido,
que ya viejo y ruin vuelve a ser clavo;
no la cobarde intrepidez del pavo,
que amaina su plumaje al primer ruido*

EL PODER DE LOS PENSAMIENTOS

Las palabras que uno repite en su mente se convierten en ideas fijas. Son como puñales que graban en su alma las ideas que marcarán su futuro. Nuestra vida está teñida del color de nuestros pensamientos. Alimentar palabras o pensamientos negativos en nuestra mente es crearnos tristeza y oscuridad. Si piensas cosas tristes, estarás triste. Si piensas cosas bellas, estarás alegre. Por ello hay que cuidar mucho qué clase de palabras y pensamientos dominan nuestra mente.

Hay personas que están obsesionadas, porque alguien les ha dicho: Estás gorda, eres fea, o eres un tonto. Y se lo repiten a sí mismos y se lo creen y actúan como si fuera cierto. Sí, hay que oír atentamente lo que nos puedan decir o criticar los demás para ver hasta qué punto pueden tener razón, pero como un punto de partida para mejorar, no para caer en el pesimismo y en la depresión.

Yo soy el mismo, digan lo que digan los demás, y debo tener afán de superarme. ¡Cuántas cualidades tenemos que no sabemos valorar o que no hemos tomado en serio para servir y amar y hacer felices a los demás!

Lo importante es no sentirse derrotados ni pensar que estamos vencidos por adelantado. Hay que luchar, hay que superarse con pensamientos positivos. Piensa en grande y llegarás a ser grande.

PIENSA EN GRANDE

*Si piensas que estás vencido, lo estás.
Si piensas que no te atreves, no lo harás.
Si piensas que te gustaría ganar, pero que no puedes,
es casi seguro que no lo harás.
Si piensas que perderás, has perdido ya.
En el mundo encontrarás
que el éxito comienza por la voluntad.
Todo depende de nuestra actitud mental.
Por eso, muchas carreras se han perdido
antes de haberse corrido.
Y muchos cobardes han fracasado
antes de haber comenzado la carrera.
Si piensas cosas grandes, llegarás a ser grande.
Si piensas en pequeño, te quedarás atrás.*

*Piensa que puedes y podrás.
Tienes que pensar con firmeza para elevarte
y conseguir tu ideal.
Tienes que estar seguro de ti mismo
para poder conseguir el triunfo.
La batalla de la vida no siempre corona
al más fuerte o al más ligero.
Tarde o temprano, el hombre que triunfa
es aquél que cree poder triunfar.*

(Dr. Barnard)

*Y, si alguna vez fracasas,
después de haberlo intentado todo,
recuerda que haber fracasado
no significa que eres un fracasado;
significa que todavía no has tenido éxito.
Fracaso no significa que no has logrado nada,
significa que has aprendido algo.
Fracaso no significa falta de capacidad,
sino que debes hacer las cosas
de distinta manera.
Fracaso no significa que Dios te ha abandonado,
sino que Dios sigue esperando
y confiando más en ti.*

Dite a ti mismo:

*Hoy sembraré una palabra buena
para que haya más paz.
Hoy sembraré un gesto de amistad
para que haya más amor.
Hoy sembraré una oración
para que alguien se acerque más a Dios.
Hoy sembraré un gesto de delicadeza
para que haya más bondad.
Hoy sembraré sinceridad
para que haya más verdad.
Hoy sembraré una sonrisa
para que haya más felicidad.*

DISTINTOS CARACTERES

No todos somos iguales. Nuestro modo de ver las cosas y de reaccionar ante ellas son muy diferentes. Con frecuencia es difícil convivir con personas que son muy sensibles o coléricas o celosas o egoístas... Hace falta una gran dosis de paciencia para soportar a algunas personas y también para atender a niños, ancianos y enfermos. Cuando hay amor todo es más fácil. Si falta Dios, entonces nada tiene sentido y uno busca lo más fácil y lo más placentero. En una palabra, uno busca sus gustos personales. Porque, si Dios no existe, todo está permitido.

Veamos cómo reaccionan algunas personas según sus caracteres y cuánta paciencia necesitamos para comprenderlos y ayudarlos.

Hay quienes quieren llamar siempre la atención y ser el centro de los demás, contando chistes o historias de los demás, no importa si exageran para hacerlas más interesantes. Desean llamar la atención desde el modo como visten hasta lo que dicen. Muchos de ellos necesitan la aprobación de los demás para estar contentos. Algunos hablan de todo, besan y saludan a todo el mundo. Sus charlas son intrascendentes y no se dan cuenta del daño que pueden hacer al comentar cosas de los demás. Son personas que buscan ser queridas y descuidan el amor que también pueden dar. Sólo piensan en recibir atención y, si sirven y hacen cosas por los demás, lo hacen para ser estimados, admirados y agradecidos.

Son los que frecuentemente dicen: *Te voy a contar un secreto, pero no se lo digas a nadie*. Si son mujeres y no tienen joyas que lucir, las piden prestadas. Si un libro está de moda, lo compran, pero no lo leen. Si su frustración o decepción es intensa, pueden hablar más de la cuenta y ofender. Si no se les da importancia, harán algo para llamar la atención: un desmayo, una enfermedad, una dieta exagerada, intento de suicidio... Para ellos lo mejor es tener un puesto de responsabilidad desde donde puedan servir y los demás tengan que agradecerle o acatar benévola y admiración manifiesta. El que no lo haga, quedará excluido de sus atenciones o le hará sentir su autoridad.

Hay hombres que inventan historias de éxitos profesionales o amorosos para ensalzarse ante sus amigos. Son muy atentos y colaboradores, pero no siempre por solidaridad, sino para sentirse reconocidos y acompañados.

Algo parecido es el narcisista, que todo lo vive centrado en su yo. Es como el gallo que cree que el sol ha salido para oírle cantar. Y cree que tiene derecho a que todo el mundo lo tenga en consideración y admiración. Es minucioso en hablar de lo suyo. Dormirá feliz la noche en que sepa que los demás han quedado impresionados de sus hazañas.

Por otra parte está el intocable. Veamos un ejemplo: Una niña de nueve años entró a la alcoba de su madre, ya divorciada hacía un par de años, y tomando una blusa blanca se vistió con ella. Cogió un par de pulseras, acomodándolas en la muñeca, como pudo colgó unos aretes en sus orejas y por último se pintó los labios. Para completar la faena escogió un par de zapatos y así ataviada se dirigió a la sala donde la madre compartía con algunas amigas y dijo: *Mamá, mira, soy como tú.*

Las amigas de la madre empezaron a aplaudirla y a festejar la ocurrencia. La madre se levantó inmediatamente con gran furia. Aferró torpemente uno de los brazos mientras abandonaba la sala vociferando: *Te he dicho que no toques mis cosas, tú nunca te vas a parecer a mí, porque yo no soy como tú.* Dejó a la niña en su habitación encerrándola con llave, no sin haberle hecho repetir la promesa de que tal escena no la repetiría nunca más. Volvió donde las amigas y sonriendo dijo: *Siempre me hace lo mismo, pero ya se le pasará.* Mientras tanto la niña en su habitación, no dejaba de temblar, llorosa, balbuciente y aterrorizada.

La observación violenta que hizo a su hija: *Tú nunca te vas a parecer a mí, porque no soy como tú,* quizás no quiere disminuir a la niña, sino darle un motivo para que no repita la acción. Pero obviamente la niña no lo comprenderá así. La pregunta en la conversación era: *¿Por qué no puedo ser tan linda como mi madre? Yo quiero ser como ella.* Ella estaba en una época en la cual se quería identificar con el sexo de su madre y quería imitarla. Pero la madre no lo comprendía.

Los intocables respetan las normas, no son malos, pero son rígidos y severos, perfeccionistas y poco tolerantes. Por eso, deben tener tiempo para mirar las estrellas, el cielo y las nubes. Deben mirar el rostro asustado de su esposa para acariciarla y decirle que la quiere y le agradece por tantos años juntos. Los intocables deben aspirar a recuperar un gran valor: la paciencia; saber dar más importancia a la personas que a las cosas.

Hay otros que son susceptibles. Tienen prejuicios negativos y distorsionan la realidad. Por ejemplo, supongamos que una chica de familia rica al terminar sus estudios secundarios, sus padres quieren llevarla de paseo por algunos países del mundo. Una amiga le pregunta si va a ir a la fiesta del colegio. Ella, suspicaz, pregunta:

- *¿Qué fiesta?*
- *La de tu curso, ¿no te han avisado?*
- *No.*
- *Perdona, creo que he metido la pata.*

- *No te preocupes, gracias por avisarme. En mi curso nunca me han querido, porque son envidiosas por todo lo que yo tengo.*

A las ocho de la noche aparecen dos compañeras de curso y le dicen que quieren invitarla a un lugar, pero que es una sorpresa y no le pueden decir dónde. Ella simplemente les dice: *Sé que tienen una fiesta entre ustedes. Así que no cuenten conmigo, díles que no voy, porque ustedes son unas envidiosas.*

Las jóvenes quedan estupefactas y se retiran llorando y sorprendidas. Y la madre que escucha el portazo, pregunta a su hija: *¿No han venido a recogerte tus amigas? Ayer me pidieron permiso para que salgas con ellas a una fiesta, pero como era una sorpresa no debía decirte nada. Te han preparado una bonita fiesta de despedida. Tu hermana ya fue y te está esperando.*

En este caso por las elaboraciones mentales, la persona distorsiona la realidad. No está en grado de comprender objetivamente. Interpreta las cosas a su manera.

El doctor Ricardo Castañón ² afirma: *En nuestras investigaciones hemos confirmado que la persona susceptible es altamente insegura y su autoestima es baja. Por eso, depende tanto de lo que el entorno hace con ella, pues a medida que recibe reconocimiento externo, incrementa su autoestima y seguridad. Estas personas están muy influenciadas por la desconfianza. Ponderan en exceso el bienestar económico y el prestigio. Cuando no son tomados en cuenta, ven el hecho como una amenaza a su seguridad personal. Hace varios años aseveramos que la intensidad de la respuesta del susceptible es proporcional al grado de inseguridad y subestima... Estas personas tienden al rencor y no olvidan fácilmente. Son revanchistas, si en alguna ocasión han sido provocadas y no han sabido encontrar la palabra que las declare ganadoras en ese instante³.*

Otras personas son beligerantes, impulsivas, agresivas. Eso no excluye que sean líderes y tengan cualidades de creatividad, pero con una personalidad soberbia y arrogante que trata de imponerse a los demás, especialmente si tienen un puesto de responsabilidad sobre los otros.

El agresivo es autoritario, siempre cree tener la razón y no acepta crítica alguna. En su opinión los que fallan son siempre los otros. No siente culpa ni dolor o vergüenza de hacer sufrir a otros, porque según él jamás se equivoca. Es

² El doctor Ricardo Castañón Gómez es doctor en psicología clínica, especializado en medicina psicosomática y neuropsicofisiología cognitiva. Ha estudiado en Alemania, Francia, EE.UU. e Italia. Ha escrito 13 libros y da conferencias en las universidades más prestigiosas del mundo.

³ Castañón Ricardo, *Cuando la palabra hiere*, Grupo internacional para la paz, séptima edición, pp. 187-189.

el que hiere y espera que la persona ofendida le pida disculpas. Su mundo está hecho de él mismo y para él mismo.

Es belicoso y no entiende que es una persona difícil. Si la esposa tiene un esposo así, puede aguantar, porque le da seguridad o necesita su dinero. Pero los vestidos de su esposa deben gustarle a él y, si está de mal humor, todos deben estar en silencio, porque papá está cansado.

En una ocasión una mujer me dijo: *Mi marido ya no me quiere o tal vez me engaña, porque ya no me grita.*

El doctor Castañón asegura: *Más de treinta años de trabajo clínico de investigador y conferencista me han demostrado que los que más critican y murmuran son los que más viven aquello que critican y son víctimas de aquello que acusan... Resulta fácil a la acomplejada acusar de mujerzuela a una mujer hermosa que le hace sombra, a un envidioso tildar de homosexual a quien es mejor que él, o llamar narcotraficante a quien tiene más éxito*⁴.

SUPOSICIONES

Hay personas que tienen una mente rápida y suponen muchas cosas que son erróneas. Y nunca hay que suponer nada en principio. Hay que ser muy cautos y prudentes para suponer algo con cierta base real y que pueda ser cierto. No se puede creer fácilmente en las cosas que se leen en revistas y periódicos e, incluso, en ciertos libros. Porque depende del autor que vierte en ellos sus propias ideas; y no todas son dignas de ser tenidas en cuenta o no son positivas y éticas.

Veamos a cuántos errores nos pueden llevar nuestras imaginaciones y suposiciones sobre lo que hacen o dicen los demás: Una mujer había ayudado y cuidado a su vecina durante su enfermedad. Y, sin embargo, ahora parecía que ni siquiera le quería hablar. Un día iba caminando por la ciudad y la otra mujer, al verla venir por la misma acera, cruzó la calle y se fue por otra dirección. Ella estaba furiosa y colérica por todo lo que había hecho por la vecina, a quien había ayudado hasta económicamente y ahora no le hacía ni caso.

Pero ¿qué había pasado? En aquella ocasión, la vecina acababa de salir del dentista con la boca completamente anestesiada y le daba vergüenza que la viera algún conocido. Por eso, había pasado a la otra acera. Había sido por vergüenza,

⁴ Ib. p. 164.

no por desprecio; pero esa mujer había pasado varias semanas angustiada y colérica por no poder perdonar una ofensa que, en realidad, era imaginaria.

Otro caso. Al vecino del piso de abajo no le dejaban dormir unos ruidos provenientes del piso de arriba. Y pensó: Mañana voy a romperle la cara al vecino de arriba para que me deje dormir de noche. Al día siguiente, sube y se entera de que el hijo del vecino ha muerto aquella madrugada y que, durante toda la noche, el padre había estado paseando al niño, abrasado en fiebre. El vecino de abajo se sintió avergonzado de haber pensado mal del vecino de arriba. ¡Cuántas veces interpretamos mal los hechos de los demás y creemos que lo hacen por malicia contra nosotros!

Hay un cuento que dice que un hombre había perdido su hacha y sospechaba del hijo del vecino. Observaba su manera de caminar: era el caminar de un ladrón de hachas; su traza era la de un ladrón de hachas; sus palabras eran las palabras de un ladrón de hachas, sus movimientos eran los de un ladrón de hachas; todo su ser era la manera de ser de un ladrón de hachas. Luego, por casualidad, excavó una zanja y encontró el hacha que había perdido. Al día siguiente, vio pasar al hijo del vecino y, entonces, sus movimientos y su modo de ser le parecieron normales y no de un ladrón de hachas. ¿Quién había cambiado? El hijo del vecino seguía siendo el mismo, pero él lo había interpretado todo mal.

Un maestro le dice a un alumno:

- *Mañana debo conversar seriamente contigo.*

El joven se preocupa y no duerme esa noche, pensando que lo puede despedir del colegio o le va a dar una dura reprimenda. Al día siguiente le dice el profesor:

- *Te he observado y he revisado tus calificaciones y quiero ofrecerte una beca para estudiar en la universidad.*

Todo fue una mala interpretación. Nos adelantamos a juzgar sin razones.

Otro ejemplo: Un candidato a un trabajo conversa con el dueño que le dice:

- *Hemos revisado su currículum y es muy satisfactorio. Nos interesa.*

Al escuchar esas palabras cree que ya está aceptado y piensa:

- No le hablaré de sueldo para no demostrar mucho interés, pero diré que estoy disponible para cuando él quiera.

El dueño termina diciendo:

- *Nos interesa mantener contacto con usted para que en un futuro, si necesitamos sus servicios, podamos llamarle.*

El candidato muy apresurado creía que ya estaba aceptado.

Pensemos ahora en cómo habrá sido el padre de un jovencito que, a sus 12 años, mientras comía toda la familia, su padre lo miró y le dijo simplemente: *Sal*. El niño lo miró, se levantó y salió de la casa, abandonando la mesa. Volvió luego de horas, el padre lo tenía tan aterrorizado que, cuando le dijo *sal*, entendió que debería dejar la casa y no comprendió que únicamente debía aproximarse al salero ⁵.

En una conferencia espiritual en Nueva York, un maestro anunció a los asistentes que les presentaría a un verdadero gurú. Les dijo: *Este gurú ha estado 50 años en una cueva del Himalaya en silencio y ha alcanzado la iluminación. Hoy romperá por primera vez el silencio*. El público interesado vio con regocijo y con mucha atención al gurú que vestía bata anaranjada. Permaneció en silencio 15 minutos. Cuando finalmente habló, dijo 20 palabras y calló. Luego el maestro informó que el gurú daría una conferencia a un costo de 1.500 dólares y sólo para las 30 primeras personas que se inscribieran. Al ver la avalancha de gente peleando por un cupo, el maestro pidió regresar al auditorio y les confesó que el gurú iluminado que habían visto era un mendigo recogido de las calles. Le había ofrecido tan sólo 20 dólares por ponerse la túnica y por decirles unas palabras. La mente de los asistentes lo convirtió en un verdadero gurú.

Esta historia real evidencia la existencia de lentes mentales. Nosotros no vemos la realidad como es, sino como creemos que es. Los lentes están compuestos de memorias, experiencias y creencias. Nuestro pasado determina cómo percibimos el presente. En esta historia el hecho de que el mendigo tuviera barba, túnica y hablara muy poco evocó la memoria y creencias de los participantes sobre gurúes reales. Así su mente no cuestionó las palabras sin sentido del mendigo ⁶.

Reflexionemos en el siguiente ejemplo. El director de un banco reúne a sus colaboradores y afirma:

- *Ustedes son personas muy hábiles.*

Un empleado dice al otro: *Bien comienza, nos va a decir algo bueno*. El director continúa:

- *Para dañar mi imagen y perjudicarme.*

Otro caso. Roberto y Carlos son muy amigos desde niños. Frecuentaron la misma escuela, siguieron juntos hasta la universidad e incluso estudiaron la misma carrera: ingeniería de sistemas. La Facultad ha ofrecido tres becas para realizar una Maestría en una universidad de mucho prestigio. Los dos deciden postular, se preparan juntos y afrontan la prueba. Roberto aprueba y obtiene la

⁵ Ib. p. 178.

⁶ Fischman David, *El camino del líder*, Ed. UPC, 2007, p. 79.

beca. Carlos no. El primero reconoce la frustración de su amigo. Por un acto leal y solidario decide renunciar a su beca, pero Carlos le replica: *No necesitas hacerlo, sigue tu camino y yo el mío. Mientras preparábamos las pruebas, tú leías libros que no me mostraste, seguramente tenías allá las preguntas. Por eso, aprobaste y yo no.* Roberto aclara que la suposición es falsa, que leía novelas para relajarse, pero nada técnico o científico. Ninguna explicación sirvió, Carlos jamás le volvió a dirigir la palabra.

CAPÍTULO II

EL PODER DE LA PALABRA

LA LENGUA ES UN FUEGO

Existe una leyenda de la India. Un rey organizó una exhibición para premiar el objeto que otorgará mayor felicidad al hombre. Se exhibieron instrumentos musicales, flores y libros; pero, entre todos, el premiado fue una boca de arcilla con una lengua. El artista explicó al rey que no existe mayor felicidad que la generada por las palabras de amor, armonía y paz.

Semanas más tarde, el rey organizó otra exposición sobre objetos que más hacían infeliz al hombre y se presentaron cuchillos, armas, licores, drogas y plantas venenosas, pero se escogió de nuevo a la boca de arcilla con la lengua, porque, como explicó el artista al rey: *La misma lengua, que puede hacer tanto bien, puede también causar la misma infelicidad y desgracia al ser humano.*

El poder de la palabra es inmenso sobre nuestras vidas, porque es el poder e influencia de los demás sobre nosotros y nuestra vida. Una buena palabra de ánimo y de aliento puede salvarnos, mientras que una palabra hiriente y de desprecio puede hundirnos en la desesperación, sobre todo, si provienen de personas cercanas, de quienes esperábamos amor y comprensión.

Dios nos dice en la carta de Santiago: *El que no peca en palabras es un hombre perfecto de verdad, pues es capaz de dominar toda su persona. Poniendo un freno en la boca del caballo podemos dominarlo, y sometemos así todo su cuerpo. Lo mismo ocurre con los barcos: con un pequeño timón el piloto los maneja como quiere, por grandes que sean, aun bajo fuertes vientos.*

Así también la lengua es algo pequeño, pero puede mucho. La lengua es un fuego, y es un mundo de maldad; rige nuestro organismo y mancha a toda la persona. El fuego del infierno se mete en ella y lo transmite a toda nuestra vida... Nadie ha sido capaz de dominar la lengua. Es un azote que no se puede

detener, un derrame de veneno mortal. Con ella bendecimos a nuestro Señor y Padre y con ella maldecimos a los hombres, hechos a imagen de Dios. De la misma boca salen la bendición y la maldición.

*Hermanos, esto no puede ser así. ¿Es que puede brotar de la misma fuente agua dulce y agua amarga?*⁷.

LA PALABRA CANTADA

El poder de la música es grande en nuestras vidas. Y, si el mensaje de las canciones es positivo, podemos decir que nos levanta el ánimo y nos fuerza para seguir adelante en las luchas y dificultades de la vida. No tenemos más que pensar en las batallas entre dos ejércitos. Los soldados para darse valor cantan cuando el miedo puede desanimarlos. Las canciones guerreras, los himnos militares y las canciones patrióticas han sido siempre grandes animadores de los soldados en las batallas.

Pues eso mismo podemos decir de las canciones con mensajes positivos, que animan al deprimido a seguir luchando y a no dejarse vencer por el desánimo. Basta pensar en las canciones religiosas en las ceremonias litúrgicas. Animan y llegan al alma, fortaleciendo la fe en la presencia y el amor de Dios. Y eso repercute en su cuerpo también, y no sólo en su alma, y les da valor para predicar y hasta para dar la vida por la fe que profesen.

Las palabras positivas, las palabras de fe, unidas a la música, tienen un gran poder espiritual. Y esto mismo decimos de las canciones de grupos de personas, que desean transmitir ideas y que, por medio de mensajes cantados, llegan más fácilmente al alma. Cuando estés cansado o triste recuerda lo que dice san Agustín: *Canta y camina. No te vuelvas atrás, no te detengas*⁸.

LA PALABRAS ESCRITA

Hay muchas personas para quienes lo que está escrito en un libro o en una revista o periódico es poco menos que palabra de Dios. Suelen ser personas de poca cultura, que no tienen un juicio bien formado sobre los distintos temas de la vida social, y para quienes el poder de la palabra escrita es muy importante. De ahí la gran responsabilidad de los periodistas o escritores que pueden manipular

⁷ Santiago 3, 2-11.

⁸ Sermón 265, 3.

la opinión de muchas personas y dirigir las según sus propias opiniones personales, sean políticas, sociales o religiosas.

Es conocido el poder de los medios de comunicación en la formación de opinión. Pero sucede que muchos periodistas, más que expositores de la verdad, son vendedores de noticias. Lo único que les interesa es publicar noticias, aunque no se preocupen de verificar su veracidad, con tal de tener así garantizado el sueldo. Por otra parte, todo lo que se diga sólo para halagar al dictador de turno o a quienes tienen poder económico o social es rechazable. La verdad no se puede comprar ni vender.

En muchas ocasiones los mismos periodistas o comunicadores sociales hablan de libertad de expresión como de un derecho absoluto. Creen que nadie tiene derecho a pedirles cuenta de lo que dicen o escriben, aunque sea para difamar a personas honorables. Tampoco se justifica ridiculizar por medio de chistes, revistas satíricas o de humor las cosas más sagradas de una religión o de una persona. ¿Acaso les gustaría a ellos que otros publicaran fotos o dibujos obscenos de sus padres, hijos o de sus seres más queridos? ¿Les gustaría a esos periodistas que en un programa público de televisión hubiera alguien que los insultara con los peores epítetos, diciéndoles que sólo los decían por broma, para hacer reír, pero que no lo decían en serio? ¿Sería suficiente eso para que aguantaran todo lo que quisieran decirles? ¿No hay un límite a la irrestricta libertad de expresión?

Las palabras pueden levantar al decaído y pueden hundir a las personas. Hay que ser cuidadosos y ser positivos en el empleo del lenguaje, porque *matar* a una persona, desacreditándola públicamente, revelando secretos personales o familiares, publicando fotografías íntimas o calumniándolas para hundirlas políticamente, no es aceptable, ya que todo ser humano tiene derecho a su privacidad y buen nombre.

Lo mismo podemos decir de las mentiras. Hay personas que, por sistema o por costumbre, mienten y mienten y vuelven a mentir, como si eso fuera lo más normal del mundo. Y con la mentira se hace mucho daño a los demás. ¡Cuántas mentiras han creado desconfianza entre esposos, que poco a poco llegan a la separación o a la convivencia fría y sin amor! La mentira crea desconfianza y la desconfianza mata el verdadero amor.

También podemos llamar mentiras a las medias verdades. Hay quienes, al hablar, dicen las cosas a medias o sólo dicen lo malo. Y las medias verdades son mentiras enteras.

Hay un dicho antiguo que dice: *Calumnia, calumnia, que algo queda*. Una mentira es una mentira. Algunas mentiras crean dudas, y muchas mentiras repetidas crean certeza, aunque se trate de las cosas más absurdas. Y con este presupuesto qué fácil es hacer creer a la gente las mayores mentiras e incentivarla a hacer las mayores barbaridades, como vemos en los terroristas.

PALABRAS NEGATIVAS

Es muy grave que los padres digan cosas negativas a sus hijos, sobre todo si son adolescentes y necesitan autoafirmación personal. El mofarse de ellos es un daño. Nunca hay que decirles adjetivos negativos como feo, idiota, renacuajo, gordinflón. Ni hacer comparaciones odiosas: *¿Cómo no eres como tu hermano? ¿Por qué eres tan torpe? No sirves para nada. Eres un inútil. Tú no eres mi hijo. No quiero verte. Me haces la vida imposible.*

Corregir a los hijos a patadas, con insultos y ofensas es contraproducente. Por eso, un joven le decía a otro: *Me dicen que sea más obediente y más educado, pero me lo dicen a empujones y con golpes en la cabeza.*

¿Y qué decir cuando es el esposo o la esposa quien insulta a su consorte? Qué terrible es escuchar palabras airadas como: Tú eres igual que tu padre. Tú siempre eres así, abusas de mi bondad, ya no te soporto más, ya no te quiero, vete de la casa, nunca vas a cambiar, no debería haberme casado contigo, maldito el día que me casé contigo...

Qué sufrimiento oír que el esposo le dice a la esposa: *Me casé contigo por pena, porque estabas embarazada, pero nunca te amé. Siempre te engañé con otras, porque tú eres fea, gorda y orgullosa.*

Si estas cosas negativas se las dicen los padres a sus hijos discapacitados físicos o mentales lo sentirán más profundamente, pues son más sensibles al rechazo y creerán que ciertamente no sirven para nada, que son inútiles y caerán en la depresión o en deseo de morirse o suicidarse, porque nunca podrán ser como los demás.

Algunos niños más débiles sufren mucho cuando sus compañeros de clase los insultan o les dicen cosas como mujercita, muñeca, loco, gordo, peludo u otras palabras insultantes y peor si les obligan a hacer cosas a golpes.

¿Y qué podemos decir cuando es la propia madre o padre quien no acepta al hijo discapacitado? Algunos padres preguntan: ¿Qué he hecho yo para merecer un hijo así? ¿Por qué Dios me ha castigado? Y sufren y se rebelan contra Dios o

contra el médico o contra el esposo o esposa, como si ellos tuvieran la culpa. Cuánto dolor por no aceptar a los hijos tal como son, aunque sean disminuidos, y cuánto sufren estos hijos no amados ni aceptados por sus propios padres y, a veces, marginados por la familia y llevados para siempre a una institución caritativa que los acoge.

Veamos algunos ejemplos para darnos cuenta del influjo tremendo que pueden tener en otros nuestras palabras negativas.

Una joven había tomado clases de ballet durante toda su infancia y se sentía lista para convertirse en una profesional del ballet. Deseaba llegar a ser la primera bailarina y quería saber si tenía las condiciones necesarias. Por eso le preguntó al director si tenía cualidades para ello.

El director le dijo: *Hazme una demostración*. Después de cinco minutos la interrumpió y moviendo la cabeza le dijo que no tenía condiciones y que no perdiera el tiempo.

La joven llegó a su casa con el corazón desgarrado, arrojó las zapatillas de baile en un armario y abandonó su sueño. Años más tarde, en una función de ballet, se encontró con el viejo director y le preguntó: *¿Cómo pudo saber usted tan rápido que yo no tenía cualidades para ser bailarina?*

El director le respondió: *Le dije a usted lo que siempre le digo a todas.*

- *Pero ¿cómo? Eso es imperdonable. Usted arruinó mi vida.*
- *Pensé que, si usted tenía las dotes necesarias, no me haría caso.*

Hay innumerables personas que tuvieron maestros imprudentes y a 25 años de haber concluido su formación seguían sufriendo las secuelas de los traumas ligados a cierto tipo de comentarios: No llegaras a nada, eres un inútil para los estudios, más vale un burro muerto que todo tu cerebro... El efecto ulterior es inseguridad, subestima, inestabilidad emocional, frustración. Las personas emocionalmente más influenciadas con problemas en su mismo hogar, son más vulnerables a este tipo de ofensas.

La imagen que uno tiene de sí mismo puede deteriorarse por la influencia negativa de los que lo rodean. Una esposa puede sentirse menospreciada, cuando su esposo la compara con otras mujeres y le dice que es gorda, desordenada, sucia, mal vestida o que no sabe cocinar como la suegra. Una esposa puede humillar a su esposo, diciéndole que es incapaz de tener un trabajo mejor, que el vecino está en mejor situación económica o que está viejo y le da pena, porque no sirve para nada.

Ciertamente, existen mujeres muy bellas, que pueden sentirse feas; y hombres hermosos, que pueden sentirse inferiores; mientras que otros menos atractivos tienen más confianza en sí mismos y tienen una buena autoimagen y una fuerte autoestima. Esto depende, muchas veces de cómo han sido educados de niños.

Uno de los casos más tristes se da cuando los niños son abusados sexualmente por algún miembro de la propia familia. Este tipo de atropello tiene un gigantesco impacto negativo en su persona y ocasiona profundas heridas emocionales. Este abuso es como una pesadilla psicológica, que afecta toda su vida futura. Pero hay muchas otras cosas que tienen un profundo impacto negativo en su autoestima y en su comportamiento, como puede ser el divorcio de sus padres, el haber sido indeseado, el sentirse frustrado con su sexo, porque sus padres deseaban una niña (o al revés), el haber vivido en un hogar con continuas peleas entre los padres, el tener un padre alcohólico, el haber sido adoptado sin saber quiénes fueron sus padres reales, el haber vivido con los abuelos sin sentir nunca el amor de sus padres.

También puede influir mucho el haber hecho algo de lo que uno se avergüenza profundamente, quizás haber ocasionado un accidente o incendio o haber hecho un grave daño a alguien en un momento de irresponsabilidad o imprudencia. Por eso, es importante que, aun en los peores casos de poca autoestima, sepamos dar amor y ánimo a los niños. Si los niños no se aman a sí mismos tal como son y no se aceptan a sí mismos, difícilmente aprenderán a amar de verdad a los demás, pues hay algo roto en su interior. Hay un vacío de amor que hay que llenar.

Dice Jean Vanier, el fundador de *El Arca* que ayuda a enfermos mentales: *Un día vino un padre a visitar a su hijo discapacitado mental a nuestra casa. Alguien hizo mención de que el hijo tenía los mismos ojos de su padre. El papá, un industrial, inmediatamente contestó agresivo: “No, él tiene los ojos de su madre”. Como diciendo: “No hay nada de común entre él y yo”. Esta respuesta fue como un dardo que hirió a su hijo, quien desapareció al terminar la comida. El papá no se había dado cuenta de cuánto daño le había hecho con su respuesta*⁹.

- *Michel, en los juegos olímpicos especiales para personas con una deficiencia mental, ganó su carrera y recibió la medalla de oro. Y se puso a llorar convulsivamente, diciendo: ¿Tú crees que ahora mi madre podrá creer que soy capaz de hacer algo bueno?*

⁹ Vanier Jean, *Toute personne est une histoire sacrée*, Ed. Plon, Paris, 1994, p. 20.

- A Georgette, cuando se le preguntaba si le gustaría casarse algún día, respondía: "Nunca podré casarme, pues mi madre me ha dicho que, si me caso, podría tener un hijo como yo" ¹⁰.

- Los niños no deseados tienen dentro un trauma, creen que están de más. Me estoy acordando, dice Jean Vanier, de un detenido, condenado por el secuestro de un niño. Me contaba que su madre le había dicho, cuando tenía ocho años: "Si los anticonceptivos hubieran funcionado, tú nos estarías hoy aquí" ¹¹.

Aquí podemos observar como unas palabras negativas pueden destruir a una persona psicológicamente para siempre.

- En la India, en 1975, acogimos a Sumasundra, un joven de 20 años procedente de un hospital psiquiátrico local, donde había sido abandonado cuando era niño. Tenía una grave discapacidad física, que le obligaba a arrastrarse como buenamente podía sobre sus dos piernas deformes. Sólo podía pronunciar unas cuantas palabras, pero era mentalmente muy despierto. Su llegada a la comunidad fue una gran alegría para él, que hizo grandes progresos. Solía ir arrastrándose hasta el pueblo y se tomaba un refresco en el salón de té. Pero él nunca recibía visitas y empezó a sentir celos de los demás. Se desesperaba porque quería ver a su madre y, en su desesperación, un día se tendió cuando largo era en una carretera cercana ¿Quería suicidarse? Encontraron a su madre. Ella acudió a visitarlo y fue una hermosa reunión. Sumasundra encontró una nueva esperanza y su madre prometió que volvería a verlo al mes siguiente, pero nunca volvió.

Sumasundra se sumió en la desesperación y se arrojaba cada vez más frecuentemente a la carretera. El riesgo de que se suicidara y su desesperación eran demasiado grandes y hubo que llevarlo de nuevo al hospital psiquiátrico. Su desesperación se debía al hecho de haber comprendido que su madre no lo quería y que era incapaz de aceptarlo con su cuerpo deforme. Entonces, él mismo empezó a odiar y rechazar su propio cuerpo. Creía que no era digno de ser amado y, entonces, ¿para qué seguir viviendo? ¹².

Jean Vanier anota: En los años setenta me invitaron varias veces a hablar a los presos de las cárceles de Canadá. Yo vivía con ellos durante los días del retiro. Así que pude hablar con los presos del club 21, que habían cometido homicidio y habían sido condenados a 21 años o más de prisión. Todos ellos me

¹⁰ Vanier Jean, *Hombre y mujer los creó*, Ed. PPC, Madrid, 2001, p. 27.

¹¹ Ib. p. 30.

¹² Vanier Jean, *Acceder al misterio de Jesús*, Ed. Sal terrae, Santander, 2005, pp. 113-114.

hablaban de sus problemas en familia. Y yo pensaba que, si yo hubiera nacido en otra familia, con otra educación y en situaciones parecidas a las de ellos, yo habría hecho lo mismo. Ellos estaban allí, en un mundo sin ternura, un mundo que lleva a la angustia, a la violencia, cercados por los muros de la prisión. Ellos venían de familias desunidas y violentas, con situaciones de miseria y de paro. Muchos eran indígenas nativos del país.

Las personas en prisión tienen mucho de parecido con las personas con discapacidad mental. Han sido rechazadas. Las personas en prisión no han conocido en su mayor parte una familia unida cálida. Así nacen en su corazón heridas profundas, que llevan a actos agresivos y violentos o autodestructivos, encerrados en ellos mismos, sin esperanza ¹³.

Recuerdo el caso de un niño que iba a hacer la primera comunión. Se salió de la iglesia y no quiso entrar hasta que la misa terminó. Y dijo que lo hizo, porque él era malo. Y tenía miedo de comulgar, porque Dios lo iba a castigar. ¿Por qué creía que era malo? Porque en su casa se lo habían repetido continuamente y le pegaban constantemente ya que era un niño hiperactivo y hacía travesuras. Su madre no lo aguantaba, porque ya tenía suficientes problemas en casa con el esposo, el trabajo y los otros hijos. Alguna vez le dijo: *Tú no eres mi hijo. Tú eres hijo del diablo.*

Nos dice el doctor Castañón: *Recién graduado recibí a una paciente en la que pude reconocer con mucha fuerza el impacto emocional de la palabra en su organismo. Se trataba de una señora de unos 45 años, casada con dos hijos. Vino al consultorio, porque sufría afonía aguda que hacía su voz ronca e inexpresiva. Asimismo, al tragar saliva se quejaba de agudos dolores de garganta, que la obligaban a contorsionar el cuello de manera espectacular para aliviar dicho esfuerzo.*

Los estudios médicos especializados no mostraron razón alguna para atribuir la causa a factores físicos por lo que fue referida al servicio de psicología clínica de nuestra universidad. El seguimiento del caso reveló que la paciente compartía su vida con un esposo al que amaba mucho y con quien había procreado dos hijos de 12 y 10 años de edad. Había asimilado la visión de un hogar para toda la vida, equilibrado, casi modelo. No tenía razones para quejarse de su vida con el esposo y se sentía orgullosa de sus hijos, aplicados en los estudios y bastante buenos. En su amor por ellos, había activado un gran sentido de protección, porque sentía que ese era su deber de madre.

¹³ Vanier Jean, *Toute personne est une histoire sacrée*, o.c., p. 33.

El panorama asumió otra connotación, cuando sin antecedente alguno su esposo le manifestó que deseaba el divorcio de inmediato. Él sostuvo que había dejado de amarla y que por los hijos había soportado esos años, pero que ya no podía más. El esposo concluyó la conversación diciendo: “Te ruego que se lo digas a los niños, porque desde esta noche no dormiré en esta casa”.

Es comprensible el cuadro de angustia, llanto y desconsuelo que esta circunstancia originó en ella, pero mayor sorpresa ocasionó el hecho de constatar en los días sucesivos que tenía dificultades para hablar y su voz estaba ronca. La asistencia clínica puso en claro los antecedentes y pudo definir el cuadro: La paciente era responsable de notificar a sus dos hijos que el padre se marchaba y que había solicitado el divorcio. Para no afrontar la situación desarrolló un síndrome (somatizado) inconsciente de defensa para no tener que hablar a los hijos y transmitir la mala noticia. Por eso el efecto se localizó en los recursos del habla, impidiendo o postergando la comunicación de una noticia a los hijos que ella consideraba dramática, porque había destruido el equilibrio emocional que ella quiso establecer en el hogar... Ella autorizó que yo hablara con los hijos para comunicarles la situación de la pareja y el deseo del padre. Cuando la madre fue informada de que los hijos calificaban la decisión como favorable para todo el hogar, pues así el sufrimiento y la tensión en todos disminuiría, la paciente empezó un proceso de total recuperación¹⁴.

El mismo doctor Castañón refiere otra experiencia personal: Un buen día recibí el caso de una joven que me relató lo siguiente: Yo tenía 16 años cuando fui a una fiesta. Mi padre me había ordenado que regresara no más tarde de medianoche. Pero como ocurre en tales circunstancias, con el entusiasmo de la reunión, no me di cuenta que había traspasado mi horario en media hora. Abandoné la reunión apresuradamente y, al llegar a casa, encontré la autoritaria figura de mi padre que empezó a vociferar: ¿Crees tú que por permanecer hasta más tarde en una fiesta vas a encontrar a alguien que se interese por ti? ¡Con el aspecto que tienes ni siquiera un borracho será capaz de enamorarse de ti!

Fue muy duro lo que me dijo. Esa noche apenas dormí; al otro día no podía levantarme, estaba totalmente desanimada, no tenía ganas de ir al colegio. Mi padre me obligó a levantarme aprovechando la ocasión para recordarme mis deberes de estudiante. Mi madre escuchaba con miedo, estaba muy sometida a la voluntad de mi padre y su voz no era considerada para nada. Salí de casa, pero no volví más al colegio; cuando mi padre se enteró de ello semanas más tarde no insistió y me puso a trabajar de cajera en un negocio. Tiempo más tarde, conocí a un señor, mucho mayor que yo, era amable conmigo y yo me apegué a él. Me

¹⁴ Castañón Ricardo, o.c., pp. 138-139.

dijo que me quería. Fui donde mi padre y le dije: “Papá, me voy de la casa, he encontrado un hombre que se ha enamorado de mí, tiene 58 años y es alcohólico, tú has dicho que ni un borracho se enamoraría de mí, estabas equivocado”.

Cuando atendí a esta joven habían transcurrido 8 años desde que abandonó su casa. Su relación no duró más de un año, pero el tiempo fue suficiente para convertirla en alcohólica..., hasta que decidió iniciar un programa de rehabilitación en nuestro Centro¹⁵.

Otro caso. Me casé a los 18 años, porque mis padres descubrieron que tenía relaciones sexuales y dijeron: o se casan o nunca más verás al enamorado.

Rodrigo tenía 31 años y era responsable. Nos casamos en el 1983. Dos años después nació nuestro único hijo. Mi esposo era muy trabajador y pensaba sobre todo en la cuestión económica para que pudiéramos mejorar. Pero yo quería atención y afecto. Quería que tuviera detalles como acompañarme al doctor o comprar, pero él no tenía tiempo. No quería perder el tiempo en esas cosas, porque tenía mucho que trabajar.

Yo comencé a trabajar fuera de casa, aunque él no quería, porque era celoso. En el trabajo empecé a relacionarme con un joven que me miraba con cariño. Íbamos a comer juntos y comencé una relación afectiva muy bonita para mí. Estaba recibiendo el afecto que mi esposo no me daba. Mi nuevo compañero me ánimo a estudiar en la universidad y fui a estudiar. Joel, que era mi compañero, a veces me pagaba los gastos de la universidad, mostrándose interesado en todo lo mío y en que me desarrollara. Muchas veces íbamos a pasear y cenar.

Poco a poco mi marido me resultó más insoportable. Entonces decidí separarme para irme con Joel. Después de la audiencia de la separación corrí a darle a Joel la noticia. Pensaba que ya habría encontrado un lugar donde vivir juntos. Y fue entonces cuando me di cuenta de que había vivido de engaño. Él tenía que ocuparse de su carrera de periodista. Yo me compré un pequeño departamento, pero a él le gustaba la comodidad y se avergonzaba del barrio donde había comprado la casa. Entonces me di cuenta de que le faltaba humildad y que no me amaba de verdad. Y fue entonces cuando me di cuenta de cuánto me amaba mi esposo y cómo me cuidaba cuando estaba enferma.

¹⁵ Ib. p. 12.

Hoy, después de 10 años de separada, estoy arrepentida. Si en vez de buscar un amigo, hubiese buscado a Dios, ahora no estaría así y no habría causado tanta tristeza a mi esposo y a mi hijo.

He pedido perdón a Dios y a mi ex-esposo. Él vive con otra mujer y pronto tendrá un hijo. Ahora sé que ningún hombre es perfecto y que ninguno me amará tanto como mi esposo. Pero reconozco que era muy egoísta y me dejé llevar de las ilusiones ¹⁶.

Thomas Carlyle (1795-1881) amaba profundamente a su esposa, pero era, frecuentemente, áspero y brusco con ella. Sentía por su mujer un amor sincero y profundo, pero no lo manifestaba, no se lo expresaba con palabras tiernas y conducta amorosa. Daba por supuesto que ella lo sabía y no se tomaba la molestia de hablar de ello ni de comunicar sus sentimientos abiertamente.

Y así pasaron los años... Su mujer falleció antes que él y, de pronto, todo el afecto reprimido subió violentamente a la superficie y exigió una respuesta, una certeza de que su mujer había sabido que él la amaba de verdad, con toda su alma. Pero ¿cómo podía ella contestar ahora? Él sabía que su mujer llevaba un Diario hacía muchos años y lo buscó, esperando encontrar en sus páginas la prueba que tardíamente necesitaba. Por fin, encontró el Diario y hojeó sus páginas, pero por ningún lado aparecía mención alguna de su amor por ella. Al contrario, página tras página, descubrió la desgarradora evidencia de cómo su mujer deploraba su mal genio y sufría con los accesos de furia, que él padecía con triste frecuencia.

Leyó desesperadamente el Diario, sin encontrar ninguna página en que se reflejara el amor que él la había profesado. Porque lo cierto era que él la había querido de veras, aunque nunca se lo había dicho. El hombre rompió a llorar y exclamó desesperadamente: *Si mi mujer pudiera volver a mí, aunque solo fuera por un momento, para poder decirle lo mucho que la he querido siempre, lo que ha significado para mí, hasta qué punto era ella el centro de mi vida y la alegría de mi corazón... Ojalá pudiera regresar por unos instantes para asegurarme de que, al fin, sabe ¡cuánto la amo!*

Pero ya es demasiado tarde y sé que ella no va a volver y que yo arrastraré hasta el día de mi muerte el dolor de no haberle dicho cuánto la amé.

Observemos el hecho siguiente. En una consulta escucho los puntos de vista de una pareja que tiene dificultades. El esposo es autoritario y dominante, la

¹⁶ Sangiotto Alir, *Quanto peggiore è la persona con la quale vivi, tanto meglio per te*, Ed. Medjugorje, pp. 173-177.

mujer, pasiva, ha insistido en un encuentro para sentirse en una mejor condición de diálogo, pues en casa, según ella, el esposo levanta la voz, agrede y jamás se equivoca. El marido expresa sus puntos de vista, habla sin reparos, no le importa la impresión que suscita y se expresa en términos severos sobre la esposa. El rostro de la señora se hace cada vez más tenso. Al principio se sonroja ante algunas expresiones del esposo, luego se pone pálida y expresa con movimientos de cabeza su desacuerdo. Respira profundamente tratando de calmarse, ahora cierra los puños y quiere controlar la situación, pero rompe en llanto desesperado, su corazón se ha acelerado, la boca está seca y le cuesta hablar fluidamente. Las palabras la hieren profundamente y sufre lo indecible.

Normalmente condenamos en los demás lo que no está bien en nosotros. Una persona desconfiada cree que todos desconfían de ella. El que roba cree que los demás hacen lo mismo. Para los malos, todo es malo. El que es infiel a la esposa, cree que los demás hacen lo mismo.

Nunca debemos hacer o decir algo de lo que después tengamos que arrepentirnos. Es fácil excusarse y pedir disculpas después de haber ofendido de palabra, sin darnos cuenta de que lo que hemos dicho ha causado una herida, que permanecerá abierta por mucho tiempo, si es que no afecta toda la vida.

Muchas ideas negativas se puedan aprender en libros, novelas, películas o programas de televisión. Muchos jóvenes quieren imitar la conducta de sus ídolos y vestir a la moda para ser modernos. Y hacer lo que ellos hacen.

Muchos niños intentaron volar como Superman, sufriendo la muerte o heridas graves. Después de la película *El Señor de los anillos*, grupos de personas programaron la vida comunitaria con el propósito de revivir algunas de las cosas que habían visto en la película. Y cuántas veces se nos presenta la propaganda con chicas bonitas, medio desnudas, como si fueran el ideal de mujer moderna; o de protagonistas de novelas o películas como blancos, ricos y guapos, de modo que el que no lo sea se sentirá menos o querrá tener dinero, aunque sea robándolo, para poder tener éxito y poder en la vida.

Para concluir. Decía Sabater: *Soy de la opinión de que, cuando se trata a alguien como si fuese un idiota, es muy probable que, si no lo es, llegue pronto a serlo.* Por eso, trata de elogiar las cosas buenas de los demás y levanta su ánimo decaído con palabras de aliento. Dite a ti mismo:

*Cualquiera que sea la pregunta,
la respuesta es amor.
Cualquiera que sea el problema, la respuesta es amor.
Cualquiera que sea la enfermedad,*

*la respuesta es amor.
Cualquiera que sea el dolor,
la respuesta es amor.
Cualquiera que sea el miedo,
la respuesta es amor.
El Amor es siempre la respuesta, porque
el amor es todo lo que existe.
Dios es amor y todo existe por amor.*

LA MALDICIÓN

¡Qué terrible es maldecir a otros! ¿Qué es la maldición? La maldición es la manifestación del deseo de hacer daño a otros. Claramente, la fuente del daño es el diablo. Si la maldición se hace con especial malicia y odio y, sobre todo, si existe relación de parentesco con la víctima, las consecuencias son terribles.

San Agustín narra en el sermón 322 el caso de una madre que maldijo a sus diez hijos y el efecto de la maldición hizo que todos se enfermaran. Uno de los hijos escribió: *Viendo la espantosa eficacia de sus maldiciones, (mi madre) no pudo soportar por más tiempo la conciencia de su maldad y, echando una soga al cuello, concluyó su deplorable vida de forma aún más deplorable... A mi hermana se le apareció en visión tu imagen (el rostro de san Agustín) y se nos indicó que debíamos venir a este lugar (a Hipona para que fueran curados por las oraciones del santo).*

El exorcista Milivoj Bolobanic afirma: *En mi experiencia, he visto que los casos más graves eran aquellos en los que los padres habían maldecido a sus hijos o en que los abuelos habían maldecido a sus nietos. La maldición quita la felicidad y son especialmente graves las que se pronuncian con ocasión del matrimonio. Las consecuencias pueden ser diversas, como enfermedades permanentes o dificultades en el trabajo, que acompañan a la persona por toda su vida, o desgracias familiares o enfermedades en los hijos... Algunas madres tienen la mala costumbre de maldecir a sus hijos y los mandan al diablo fácilmente sin darse cuenta de lo que hacen y sin pensarlo seriamente. Y el maligno, que oye que se le abre la puerta, entra pronto para salir con dificultad¹⁷.*

Es importante saber que existe una herencia espiritual negativa que se nos transmite de nuestros antepasados en el momento de la concepción. Si nuestros antepasados hicieron el mal en sus vidas, la maldición de sus malas

¹⁷ Bolobanic Milivoj, *Come riconoscere le trappole del demonio*, Ed. Segno, 2002, p. 88.

vidas pasa a sus hijos, porque estamos espiritualmente ligados como los anillos de una cadena.

*Los problemas espirituales se transmiten como las enfermedades físicas. El problema es mayor, si nuestros antepasados no se arrepintieron de sus malas acciones. Resulta un problema especial, si hay suicidios o asesinatos, abortos, adulterios, robos, alcoholismo, drogodependencia... Es especialmente fuerte la influencia que ejerce el pecado de odio. Cuando los antepasados han estado involucrados en prácticas de magia y ocultismo, la acción diabólica se percibe muy fuerte en la vida de sus descendientes*¹⁸.

El padre Gabriele Amorth refiere: *Un día me visitó un médico. Se levantó la pernera de los pantalones para mostrarme sus piernas, las cuales estaban cubiertas de una gran cantidad de cicatrices de intervenciones quirúrgicas. Entonces comenzó a contarme su historia. Su padre, calabrés, había decidido que se graduase en jurisprudencia a pesar de que su madre le había impuesto el hacerse sacerdote. Él no sentía la vocación, pero al no lograr convencer a la madre de que su camino era distinto al del sacerdocio, se vio obligado a irse de Calabria. Se casó, llegó a ser un abogado importante, tuvo varios hijos, pero siguió sufriendo por el desacuerdo con su madre y ella siguió albergando un enfado contra él. A pesar de todo, las cosas siguieron adelante de la mejor manera. Un día en la familia le hicieron una fotografía al hijo menor, el que luego se hizo médico. Es una imagen especialmente linda en donde el niño, de ocho años, aparece con unos pantalones cortos, según la moda de la época. El abogado piensa que la dulzura y la ternura de aquella imagen puede incidir positivamente sobre los sentimientos de su madre y, por tanto, decide enviarle a la abuela la foto del nietecito.*

*Lo que sucede es devastador. En una carta, la madre responde a aquel tierno intento de reconciliación con solo dos frases de una maldad absoluta: "Las piernas de este niño sean atormentadas por siempre con enfermedades. Si vuelves a tu casa en Calabria, morirás en el lecho en que naciste". El niño crece y comienza a mostrar en las piernas molestias que se agravan con los años. Las intervenciones quirúrgicas son frecuentes. El abogado, quien sufre por la maldición de su madre, se dirige a unos exorcistas*¹⁹.

El padre Cándido contaba el caso de una hija de dos campesinos. Una familia pobre que después de muchos esfuerzos logra que su hija estudie medicina y sea una doctora. Los padres interpretan aquel logro como el comienzo de un importante ascenso social y ponen en la hija todas sus ambiciones, deseos

¹⁸ Ib. p. 67.

¹⁹ Amorth Gabriele y Zanini Roberto, *Más fuertes que el mal*, o.c., pp. 135-136.

de reconocimiento y de superación. Quedan muy desilusionados cuando ella se enamora de un obrero y anuncia su compromiso. Los padres se oponen a aquella unión por todos los medios. Sin embargo, los jóvenes siguen unidos y con estas adversidades su vínculo se hace todavía más fuerte.

Cuando anuncian el matrimonio, a la chica le parece que el padre y la madre están comenzando a resignarse. Habla de ello con el novio y se sienten felices. Fijan la fecha de la boda y comienzan los preparativos. A los dos les parece que todo sigue de la mejor forma: no saben que el desacuerdo inicial de los padres de ella se ha transformado en un odio profundo, que sólo espera el momento justo para manifestarse plenamente. Incluso en la iglesia el matrimonio se desarrolla normalmente. Los invitados se trasladan al restaurante para el banquete. En cierto momento, en el transcurso del banquete, el padre llama aparte a la hija, la lleva consigo a otra sala del restaurante y allí, con palabras estudiadas detalladamente y una absoluta perfidia satánica, la maldice a ella, al marido, a su unión y a los eventuales hijos, augurándoles los males más terribles. Desde aquel momento para los esposos comienza un martirio sin fin. El marido pierde el trabajo. Las enfermedades y las desgracias de todo género se suceden ininterrumpidamente. Era tal la maldad con que fue hecho el maleficio, que el padre Cándido nunca logró totalmente resolver el caso, sino sólo darles remedios parciales.

También hay maleficios que son renovados sistemáticamente. He tenido casos en los que quien hacía el maleficio llegaba a saber de los exorcismos a los que se confiaba su víctima y cada vez repetía el rito maléfico. Pero en estos casos si hay constancia en las oraciones y en los exorcismos, puede decirse que, por lo general, el maleficio resulta cada vez más débil, aunque se necesita tiempo para la liberación ²⁰.

Otro caso. Todo había comenzado en diciembre, más o menos dos meses antes del matrimonio de Rosa. “Mi marido había tenido una discusión con su madre. Él, que es impaciente frente a la pereza, había criticado el comportamiento de su hermano, quien siempre tenía una buena excusa para no trabajar, afirmando que no era cierto que estuviera enfermo, sino que simplemente no quería esforzarse. Mi suegra montó en cólera. —“No es cierto —respondió—, eres un mentiroso y también tú sentirás lo que significa estar mal”.

Puede parecer extraño, pero pocos días después a mi marido se le debilitaron las piernas. Ya habíamos fijado la fecha del matrimonio para febrero. Cuando nos casamos, él ya casi no podía tenerse en pie. Desde aquel

²⁰ Ib. pp. 48-49.

momento en adelante caímos en un abismo de sufrimientos sin fin. No es fácil comprender estas cosas. Mucha gente no nos cree. Hacerse entender por los médicos es una cosa bastante difícil. Se nos tiene por locos. Uno termina al borde de la desesperación.

Una de las maldiciones de mi suegra, la última que produjo efecto, llegó cuando ya conocíamos al padre Cándido. Había dicho a mi marido: “Ojalá te dé un cáncer en la lengua”. Después de una hora ya estaba enfermo. Los análisis y los diagnósticos de los médicos fueron implacables: cáncer de garganta y en la raíz de la lengua. Al saberlo el padre Cándido, nos invitó a ir a verle. Nos encontramos con él un domingo después de misa. Nos llamó aparte. Exorcizó la garganta de mi marido. La curación fue inmediata y completa. Los análisis posteriores certificaron que ya no había nada.

De aquellas experiencias salió una familia unida, fuerte, marcada por una gran fe. Rosa se dedicó por completo a ayudar a las personas que sufren los problemas que ella misma padeció²¹.

En el siguiente caso veremos el efecto de la consagración a Satanás en la vida de una niña. Es el caso de una chica que había tenido perturbaciones diabólicas desde su nacimiento. Durante el exorcismo, cuando pregunté al diablo qué podía hacer él contra el bautismo recibido por la mujer, la respuesta que me dio fue: “Yo llegué primero. Antes de que la bautizaran yo estaba en ella”. Una respuesta verdaderamente inquietante ante la que era necesario entender cómo había podido suceder semejante cosa. Interrogando a los padres no había aparecido nada extraño, ningún episodio en los primeros meses de vida que pudiera despertar alguna sospecha. Dado que también en los exorcismos siguientes el diablo insistía en que había llegado primero, pensamos en ir al hospital en donde había nacido la chica. La madre había sido hospitalizada en una clínica de Bolonia, donde descubrimos que había un obstetra satanista que cuando nacía un niño lo consagraba inmediatamente al diablo.

Si no hay intervención humana, el diablo permanece bloqueado. Como también queda bloqueado cuando tiene que ver con personas unidas a Dios, por una gran fe, por una vida de oración, por una predilección particular del Omnipotente, por la devoción hacia la santísima Virgen, por una gracia especial, a lo mejor recibida por intercesión de algún santo. En estos casos se está protegido. Al mismo tiempo, no hay duda de que las oraciones de la madre valen también para el niño que lleva en su vientre. Así su vida de fe, su creencia con Dios, su confianza en la Virgen, en los santos, en el ángel de la guarda, en

²¹ Ib. p. 24.

*las bendiciones del sacerdote, son una protección contra el demonio también para el hijo que ora a través de la madre*²².

EL PERDÓN

Las palabras de perdón que podemos dirigir a quien nos haya ofendido sana nuestra alma y nuestro cuerpo, mientras que el odio y el rencor nos envenenan la vida y destrozan el cuerpo y el alma. De ahí que se ha dicho siempre que no hay ningún rencoroso sano.

Veamos algunos efectos positivos de las palabras de perdón. El padre Roberto DeGrandis narra el caso de Charlie Osburn. Dice Charlie: *Un día le dije a mi vecino: “He venido a pedirte perdón por haberte odiado durante ocho años”. Sí, me quedaba despierto en las noches pensando en la forma de matarlo. Fantaseaba con ponerle una bomba en el coche, en contratar un sicario o incendiarle la casa a medianoche. El odio que sentía por mi vecino contribuyó al problema del alcoholismo que había desarrollado. El deseo de venganza que me carcomía y el consumo de alcohol me produjeron tensión alta, una hernia y muchos otros problemas. Mi salud estaba destrozada.*

¿Por qué lo odiaba tanto? Había abusado de mis hijos en varias ocasiones. Mi hijo tenía ocho años y mi hija seis, cuando todo comenzó. Sólo lo descubrimos dos años después. Finalmente nos dimos cuenta de lo que sucedía, pero fue demasiado para mí. Pensaba en que le había quitado la dignidad a mis hijos y no podía soportarlo. El odio comenzó a crecer. Lo maldecía cada día.

Hablaba en serio, pensaba matar a ese hombre, pero nunca lo hice, porque no quería ir a la cárcel. Sólo el miedo a ir a la cárcel evitó que cometiera un asesinato. Cuando finalmente abandoné la idea de matarlo, construí una reja de dos metros y medio entre su casa y la nuestra para que por lo menos, no tuviera que verlo. Su presencia me producía náuseas.

¿Perdonarlo? ¿Cómo podría? Él estaba enfermo, pero eso no me conmovía. Había ofendido algo muy valioso para mí y yo sólo podía reaccionar con odio. Después de consagrar mi vida a Jesús, el padre Jim Smith empezó a enseñarme lo que es el perdón y el amor incondicional. Me mostró las Escrituras que me ordenan amar a todos los hombres: a las personas que me habían herido y a las que habían sido buenas conmigo.

²² Ib. pp. 201-202.

Yo le decía: “¿Tengo que amar al hombre que abusó de mis hijos? ¿Por qué? Es un ser humano abominable. Lastimó a dos hijos de Dios”. Es muy duro pensar en perdonarlo. La idea de perdonarlo me enfermaba.

Pero llegué a perdonarlo y Dios dio el siguiente paso. Casi tres meses después el vecino se acercó a mi esposa en un supermercado y le contó que había entregado su vida a Jesús, se había reconciliado con la Iglesia católica, que había abandonado años atrás y se había confesado. Y quería agradecerme a mí y a mi esposa por haberlo perdonado. Tres semanas después, mi vecino murió, arrepentido y en paz²³.

Cuenta la hermana Briega McKenna: Un día me llamó un sacerdote a un hospital, donde había un niño de ocho años, que había sido atropellado por una moto. El sacerdote me pidió, por favor, que hablara con los padres del niño, porque estaban angustiados. Cuando entré a la sala del hospital, el niño estaba en coma. La madre me contó lo que había pasado. Me dijo: “Hermana, éste es mi único hijo. Hace una semana estaba ahí jugando en la calle y un chico de 17 años lo atropelló y dañó su cerebro. ¿Sabe? Yo odio a ese joven, porque no ha venido a pedir disculpas. Ayer, después de una operación de seis horas, me dijeron los doctores que este hijo mío va a quedar como un vegetal”.

Terminó con estas palabras: “Yo no quiero que se muera este niño, aunque Dios lo quiera, porque es mi hijo”. Traté de ponerme en su lugar, pero sabía que necesitaba que alguien le aclarara la verdad. Le dije: “¿Sabe, señora? Antes de orar con usted, le voy a pedir que haga tres cosas: primero, que esté dispuesta a perdonar a ese joven de 17 años”. Inmediatamente, me dijo: Jamás... Tampoco estuvo de acuerdo en perdonar a los médicos. Le dije: “Usted tiene que estar dispuesta a entregar. Recuerde cómo Dios pidió a Abraham su propio hijo, que se lo diera a él y, cuando Abraham estuvo dispuesto a entregar a su hijo en sacrificio a Dios, entonces Dios se lo devolvió. Usted tiene que estar dispuesta a dejar que Dios se lleve a este niño, si esa es su voluntad. Ahora recuerde: Nada es imposible para Dios, porque Jesús es el gran médico; pero usted tiene que estar dispuesta a perdonar y a entregar”.

Antes de una semana, me llamó de nuevo por teléfono. No me dio noticias, solamente dijo: “Por favor, venga al hospital”. Cuando entré en la sala, el niño estaba sentado en la cama mirando televisión. La madre me dijo que, venciendo sus sentimientos de odio, ella había ido donde el joven y, aunque no lo sentía, le dijo: Te perdono. También le pidió al Señor que la perdonara por haber juzgado a los doctores, condenándolos como crueles. Y añadió: “Hermana, la cosa más

²³ DeGrandis Roberto, *Un milagro cambió sus vidas para siempre*, Ed. AMS, Bogotá, 2006, pp. 11-15.

difícil que he hecho en toda mi vida la hice ayer. Me arrodillé junto a la cama de mi hijo y dije: Señor, llévatelo, haz lo que tú quieras con él”. Dijo que fue entonces, cuando recibió una gran sensación de paz y un saber que todo iba a resultar bien.

Continuamente, repetía el nombre del niño: Carl. Se suponía que Carl habría quedado ciego y que ni siquiera podría moverse nunca más. Pero dos días después, había abierto los ojos y comenzado a responder. En una semana, todos los pediatras del hospital habían venido a visitarlo en su sala. Lo conocían como el “niño milagro” del hospital. Yo había ido a verlo un martes, el viernes volvió a su casa y el lunes siguiente fue a la escuela. Un año después, la mamá me escribió una linda carta en la que decía que Carl acababa de confirmarse y era perfecto en todo sentido; sicológica, mental y físicamente. Como resultado, toda la familia acude fielmente a la iglesia y también muchas otras personas que estaban lejos del Señor fueron atraídas por esta curación ²⁴.

La misma hermana Briega cuenta que un día fue un señor a buscarla a su convento para decirle que tenía una hija muy enferma con leucemia. El hombre estaba desesperado y repetía constantemente: “Tiene que hacer algo por mi hija. No puedo pensar que Dios se la vaya a llevar”. Y dice la hermana Briega: Llegué con él al hospital a ver a su hijita y, al mirarla, noté que estaba sumamente enferma. Por la misma compasión que yo sentía por el padre, habría sido muy fácil para mí decirle: “No se preocupe va a estar bien”. Eso era verdad, Dios iba a cuidar de ella, pero tenemos que recordar que no siempre debemos dejar que sea nuestra simpatía, nuestra compasión, la que hable, sino el Señor.

Así que hablé al padre, pero él no podía aceptarlo. Me repetía: “No, no puedo ver que mi hija se la lleve Dios: he sido fiel a Dios, ¿por qué me está haciendo estas cosas?”. Yo oré por esa niña para que Dios la sanara. Y después de hablar con el papá, me di cuenta de que él no podía escuchar mis palabras, porque tenía mucha ira en su corazón. Sin embargo, yo sabía que tenía la libertad de interceder a Dios en su lugar... Tres días más tarde, recibí un llamado telefónico. La pequeña Helen había muerto. Fui al funeral y, cuando vi al padre al lado del ataúd, vino hacia mí, me abrazó, y esto es lo que me dijo: “Hermana Briega, ahora conozco en verdad lo que quiere decir sanación. Sanación significa decir sí a Dios. A mí el Señor me sanó y me ha dejado aquí para testificar sobre su fidelidad” ²⁵.

²⁴ Briega McKenna, *Una historia de amor*, Ed. Minuto de Dios, Bogotá, pp. 24-26.

²⁵ Ib. p. 21.

El padre Darío Betancourt da el siguiente testimonio: *Un día, me vino a pedir oración de sanación una señora que estaba invadida por la artritis. Para caminar, necesitaba de la ayuda de muletas. Después de conversar con ella, descubrí que tenía odio a su nuera, casada con su único hijo, mientras que, por otro lado, tenía un gran amor por su único nieto. Después de hacer oración de sanación interior y alabar a Dios por ese nieto tan precioso, la señora se dio cuenta de que gracias a su nuera tenía un nieto tan lindo. Al final de unas horas de oración, la señora se fue a su casa muy restablecida; llevando en las manos sus propias muletas. Había perdonado y había sanado*²⁶.

Otro testimonio. Cuando en 1940 los tanques alemanes invadieron su casa familiar en el sur de Francia, Maïti Girtanner, una joven francesa, se rebeló y decidió unirse a la Resistencia. Algún tiempo más tarde, fue arrestada y torturada por un médico alemán, cuya especialidad era la tortura aplicada sobre el sistema nervioso central. Fue la única sobreviviente de un grupo de 20 personas; pero, desde entonces, su vida se vio marcada por un sufrimiento horrible y constante. *En 1984, recibió en su pequeño apartamento de París una llamada telefónica y, al instante, reconoció la voz del médico alemán. Se encontraron y hablaron. Ella pudo perdonarlo. A él, entre tanto, lo habían nombrado alcalde de un pueblo austriaco. A su regreso, después de visitar a Maïti, reunió a su familia y a los habitantes el pueblo y les contó todo acerca de su vida. Murió de cáncer dos semanas después*²⁷.

Una señora refiere: *Mis familiares estaban indignados y pensaban en vengarse de la infidelidad de mi esposo. Yo tenía mucha rabia y odio en mi corazón. No quería verlo y tuve que acudir a médicos y hasta siquiátras para curarme de los males que me aquejaban. Estaba deprimida, ansiosa y triste. Para empeorar las cosas el médico dijo que me había salido un pequeño tumor en el seno. Esto me precipitó al fondo del precipicio. Estaba desesperada y pensaba suicidarme, echarme debajo de un camión... Fueron dos años de terribles sufrimientos entre médicos, farmacias y magos.*

*Por fin mi hija un día me invitó a participar del grupo de oración de la parroquia. Después un día fui a visitar al sacerdote y le conté todo. Él me insistió que debía perdonar. Y yo lo hice. Ahora sé que perdonar es muy bello. Es como nacer de nuevo. Hoy soy otra persona. Me siento llena de amor de Dios. Siento paz y soy feliz. Es maravilloso perdonar*²⁸.

²⁶ Betancourt Darío, *Vengo a sanar*, Ed. Kerigma, México, p. 31.

²⁷ Puede verse sobre esto el film de Michel Farin, *Resistance et pardon*.

²⁸ Sanagiotto Alir, *Come cambiare la persona con la quale vivi*, Ed. Medjugorje, pp. 157-159.

Otro ejemplo: Una joven pareja me había invitado a su casa y, mientras conversábamos, el esposo, por algún mal entendido profirió un par de palabras poco amables a la esposa. Ésta quedó en silencio y él, reconociendo su torpeza, le dijo: *Te pido perdón por lo que acabo de decir, soy un hombre muy torpe, lleno de defectos.* Ella, agradecida, lo miró fijamente con bondad y, tomándole la mano, le respondió: *Pero tus cualidades son mucho más numerosas que tus pequeños defectos.*

PALABRAS POSITIVAS

La buena autoestima depende mucho de la imagen que uno tiene de sí mismo de acuerdo a como lo tratan los demás, especialmente los de la propia familia. Es la íntima valoración que uno tiene de sí mismo. Esta valoración puede variar con el tiempo y depende de cómo nos ven los demás y de lo que dicen de nosotros. Una buena autoestima puede deteriorarse por la influencia negativa de los que le rodean.

Alguien ha dicho que el mayor negocio del mundo sería comprar a las personas por lo que creen que valen y luego venderlas por lo que realmente son. Sería un negocio redondo, porque se comprarían a bajo precio, ya que no se valoran; y se venderían a un alto precio, por lo que realmente valen. Muchas personas no aprecian sus cualidades o no las han descubierto y, por eso, se creen poca cosa. Precisamente, el objetivo de las terapias psicológicas para personas de baja autoestima está en tratar de que se acepten a sí mismas con su propia historia personal, con sus limitaciones, pero también con sus cualidades, haciéndoles ver que tienen una misión que cumplir y que no han venido al mundo por casualidad.

Una esposa había asistido a un curso de autoestima. El profesor le pidió que dijera a su esposo que escribiera las seis cosas que, según su criterio, ella debería cambiar. El esposo le dijo: *Déjame pensarlo y, mañana por la mañana, te las escribo.* Pero, al día siguiente, después de pensarlo bien, en vez de escribir las cosas que no le gustaban de ella, pidió a una florería que le enviara seis rosas rojas con una nota que decía: *Querida esposa, no se me ocurre nada que deberías cambiar. Te quiero tal como eres.*

Cuando el esposo llegó a casa por la tarde, ella lo esperaba en la puerta y le contó que las otras mujeres le habían manifestado que lo que él había hecho era lo más hermoso que habían visto, pues aceptarla como era, era una bella manera de decirle que la amaba y de estar agradecido.

En un matrimonio debe haber una permanente competencia entre los dos a ver quién ama más y quién hace más feliz al otro. Es decir, nunca ofender al otro, sino tratar siempre de hacerlo feliz.

Hay un chiste que dice que un esposo estaba feliz con su matrimonio y a un amigo que le pedía cuál era el secreto de su felicidad matrimonial, le dijo: *Mira, es muy sencillo. Yo dejo a mi esposa todos los asuntos de poca importancia y yo me reservo las cosas muy importantes. Mi esposa decide qué comer, qué comprar, cuánto gastar, a qué colegio van los niños, cómo los viste, dónde ir de vacaciones, cómo invertir los ahorros, qué coche tener...*

Y yo decido las cosas más importantes: como el agujero de ozono, la lucha contra el terrorismo, la pobreza en el tercer mundo, el valor del euro, las elecciones, las resoluciones de las Naciones Unidas, o sea, cosas grandes a nivel internacional.

Gabriela le preguntó a su compañero Jacinto:

- *¿Qué has hecho hoy en la escuela?*
- *He hecho un milagro.*
- *¿Un milagro? ¿Cómo?*
- *Tenemos una profesora que está muy enferma y no puede hacer nada por sí sola. Sólo habla y sonríe.*

Ella nos ha hablado de los milagros de Jesús y algún niño le dijo: “No es verdad que haya milagros, porque, si los hubiera, Dios te hubiera curado a ti”. Ella les respondió: “Sí, Dios hace también milagros por mí. Mis milagros sois vosotros. Porque todos los miércoles me lleváis a pasear empujando mi silla de ruedas. Por eso estoy contenta, porque todos los miércoles por la tarde todos hacemos un milagro”. Y la profesora nos dijo que habría muchos más milagros si la gente quisiera hacerlos.

- *¿Te gusta a ti hacer milagros?*
- *Sí, tengo ganas de hacer un montón. Primero pequeños y cuando sea mayor más grandes.*

*Quiero hacerlos todos los días. La vida es para hacer milagros*²⁹.

En el libro *Dead man walking* (Pena de muerte, en español), Helen Prejean narra la historia de Patrick Sonnier, el cual junto con su hermano había asesinado a una joven pareja en un parque público de Lousiana. Patrick fue

²⁹ Gómez Navarro Eusebio, *La fuerza del amor*, Ed. Espiritualidad, Madrid, 2008, p. 269.

juzgado y condenado a muerte. Alguien le preguntó a Helen si aceptaría visitar a Patrick en el corredor de la muerte. *Ella aceptó y entre ellos fue creciendo una gran amistad. Patrick descubrió por primera vez que era amado y, por lo tanto, amable. Por debajo de su odio, su violencia y su desesperación, pudo descubrir su persona verdadera, única y preciosa.*

Helen le reveló que era una persona de valor. Justamente, antes de que le aplicaran la inyección letal, miró a Helen que se encontraba al otro lado de un cristal y le dijo: “Te amo”. Ella, a su vez, lo miró y le contestó: “Te amo”.

Luego Patrick se volvió hacia el padre de una de las personas a las que había matado y le dijo: “Perdón”. Y, en seguida, fue ejecutado³⁰.

En una escuela había un niño llamado Valentino que casi siempre tenía cerrado el puño de la mano izquierda. La maestra un día le preguntó el por qué y él respondió: *Porque, cuando salgo para la escuela cada mañana, mi madre me da un beso en la palma de mi mano izquierda y, cerrándome la mano, me dice con una sonrisa: “Hijo ten siempre en tu manita el perfume del beso de tu madre”. Y yo para que no se escape el perfume del beso de mi madre, lo tengo cerrado.*

Cuenta Monseñor Tonino Bello que un día *una joven mamá pasó a recoger a su hija de la escuela, donde estaba a tiempo completo con almuerzo incluido. La niña, saludando a la mamá con mucha alegría, le dijo: “Mamá, tengo una sorpresa para ti. Quiero hablarte un poco”. La mamá le dijo: “Ahora estoy cansada, cuando llegemos a casa”. Llegados a casa, la niña le dijo: “Mamá, ¿puedes hablar un poquito conmigo?”. La madre, que no se acordaba de su promesa, le respondió: “Ahora tengo mucho que hacer y, dentro de poco, llegará tu papá”. La mamá le prendió la televisión para que se olvidara de todo y viera los dibujos animados, pero la niña se sentía triste.*

Cuando llegó el papá, se puso inmediatamente a cenar y, después de ver un poco televisión, le dijeron que debía ir a dormir para levantarse temprano al día siguiente. Antes de apagar la luz de su habitación, la niña tuvo el valor de decirle: “Mamá, tengo algo que decirte”. La mamá trató de tranquilizarla y le dijo: “Tesoro mío, duerme tranquila”. Después apagó la luz y se fue. La niña se quedó triste y la mamá sintió remordimiento. Por eso, después de un rato, volvió a la habitación, encendió la luz y vio a su hija llorando. Se sentó junto a ella, la estrechó contra su pecho y le dijo: “¿Qué querías decirme?”. Y la niña, abrazando a su mamá, le enseñó un papelito estrujado que decía: “Mamá,

³⁰ Vanier Jean, *Busca la paz*, Ed. Sal terrae, Santander, 2006, pp. 36-37.

*pronto será el día de la madre y quiero adelantarte mis saludos y decirte que te quiero mucho, porque siempre tienes tiempo para jugar conmigo”*³¹.

Demóstenes perdió a su padre, cuando tenía siete años. Sus tutores querían llevarse su herencia y, desde muy jovencito, tuvo que luchar por defender su patrimonio. En uno de los juicios quedó impresionado por la elocuencia del abogado defensor y decidió dedicarse a la oratoria. Soñaba con ser un gran orador, pero padecía dislexia, era tartamudo y tenía poca voz. Su primer discurso fue un completo fracaso. Y cuando, abatido, paseaba por las calles, un anciano le infundió ánimos y le dijo: *La paciencia te traerá el éxito*. Entonces se dedicó con tenacidad a remediar su defecto en el habla y se ponía una piedrecita debajo de la lengua y se iba hasta la orilla del mar y allí gritaba con todas sus fuerzas hasta que su voz se oía clara y fuerte. Recitaba casi a gritos sus discursos. A los pocos años, aquel niño pobre, huérfano y tartamudo, llegó a ser el más brillante de los oradores griegos.

- Había una bella muchacha y tenía dos pretendientes. Uno era simpático y extrovertido; el otro tímido e introvertido. El extrovertido le decía a todo el mundo que su chica era maravillosa, buena, simpática y todas las maravillas del mundo, pero la chica escogió al tímido, porque el simpático le decía todo lo lindo a los demás, en cambio el tímido sólo se lo decía a ella.

- Raúl Follereau, el apóstol de los leprosos, refiere que, en una oportunidad, estaba haciendo una visita a una leprosería en una isla del Pacífico. Y en medio de tantas llagas y mutilaciones horribles, producidas por la enfermedad, observó que había un anciano enfermo, que siempre estaba sonriente y con los ojos luminosos. Tenía el cuerpo cubierto de llagas como sus compañeros, pero irradiaba amor y paz.

Follereau lo espío para encontrar una razón a su felicidad. Y descubrió que todos los días, al amanecer, el anciano leproso se arrastraba hasta la verja de la leprosería y se quedaba esperando. No esperaba la salida del sol. Esperaba a una anciana señora, que tenía el rostro arrugado, pero unos ojos llenos de dulzura. La mujer no decía una sola palabra. Sólo le dirigía miradas llenas de dulzura y las más hermosas sonrisas. Y el rostro de aquel hombre se iluminaba y le respondía también con sonrisas. Después de unos pocos minutos, el anciano se incorporaba y regresaba al pabellón de los enfermos.

Cuando Raúl Follereau le preguntó quién era, le respondió: *Es mi esposa. Antes de venir aquí, me curaba en secreto con todos los remedios que encontraba. Ella todos los días me recubría la cara con una pomada, excepto un*

³¹ Comastri Angelo, *Non uccidete la libertà*, Ed. San Paolo, Turín, 2005, p. 131.

pequeño espacio, lo suficiente como para colocar sus labios y darme un beso. Pero me cogieron y me trajeron aquí. Ella me siguió. No la dejaron entrar. Por eso, cada día viene a verme y me hace sentir que me quiere. Sólo por ella vale la pena seguir viviendo. Su sonrisa me alegra la vida y me hace sentirme feliz.

Veamos ahora un cuento. Érase una vez una bellísima joven llamada Rupunzel, que vivía con una bruja feísima. Vivía prisionera de la bruja en una torre en la que no había espejos y de la que no podía escapar. La bruja era su única compañía y le repetía constantemente: *Rupunzel eres tan fea como yo, mientras la miraba con sus ojos legañosos y cabellos alborotados y su tez cetrina y arrugada.*

Rupunzel se decía: *Si soy tan fea como esta bruja, no quiero salir nunca de esta torre para que nadie me vea jamás.* Y así seguía viviendo en la torre, prisionera de su creencia en su propia fealdad.

Pero un día, que estaba triste y aburrida, Rupunzel se asomó a un ventanuco y vio a un príncipe encantador, cabalgando sobre un caballo blanco. El príncipe, a su vez, vio a la bella Rupunzel y se detuvo bajo su ventana, la miró sonriente y le dijo: *Te amo.* Ella se emocionó y le sonrió y, sin pensarlo dos veces, descolgó sus largas trenzas rubias por la ventana. El príncipe trepó por ellas y, de ese modo, ambos pudieron verse cara a cara y mirarse a los ojos. Entonces, Rupunzel se vio, por primera vez en su vida, reflejada en los ojos del príncipe como en un espejo y se dio cuenta de que era muy bella, y se sintió libre. Saltó al suelo, subió a la grupa del caballo del príncipe y la pareja se alejó a toda prisa de la torre y de la bruja. Y, como suele decirse, colorín colorado, este cuento se ha acabado. Y vivieron felices, porque el amor del príncipe transformó su vida.

Veamos otro cuento. Una vez se organizó una carrera de ranas, que debían subir a lo más alto de una torre. Al principio, todas salieron con entusiasmo para alcanzar la meta, pues el premio era extraordinariamente grande. Pero los espectadores, ya desde el comienzo de la carrera, empezaron a burlarse de ellas y les decían a gritos y riendo: *Nunca podréis alcanzar la meta, os han puesto una meta imposible. ¿Por qué no desistís de vuestro empeño? Sois unas tontas. Nadie podrá jamás alcanzar semejante altura para ganar...* Y tanto era lo que gritaban y se burlaban, que muchas iban desanimándose y se retiraban, llegando a convencerse de que realmente era imposible conseguir el objetivo final.

Por fin, quedó una rana, que intentaba una y otra vez, hasta que lo consiguió y llegó hasta la meta. Todos los espectadores se quedaron asombrados, no lo podían creer. Así que los periodistas fueron rápidamente a hacerle una entrevista y le preguntaron cómo había hecho para conseguirlo. Y la ranita sólo

les contestaba: ¿Qué? ¿Qué? Resulta que era sorda y ella había creído que todos la estaban animando con sus palabras, cuando, en realidad, era todo lo contrario.

Por eso, es tan importante hacer algo por los demás y no desanimarlos. ¡Hay que animar a los decaídos, sonreír a los tristes y apoyar a todos los que nos rodean para que puedan conseguir sus ideales! No estamos solos y los demás necesitan de nosotros para ser felices. No lo olvidemos jamás.

Jean Vanier cuenta lo que sucedió en una cárcel de alta seguridad de Kingston, Canadá. Les habló de los presos del amor de Dios. Pero uno de los reos lleno de rencor, le gritó: *Tú has tenido una vida fácil, no entiendes lo que nosotros vivimos. Yo, a los cuatro años, vi cómo violaban a mi madre ante mis ojos. A los siete años mi padre me vendió a unos homosexuales; a los trece unos hombres de azul (policías) vinieron a buscarme... Y, si alguien viene de nuevo a esta cárcel a hablarnos de amor, le romperé la cabeza a patadas.*

Le escuché sin decir nada y oré. Después le dije: Es verdad que mi vida ha sido fácil. Es verdad que no conozco vuestra vida, pero lo que sí sé es que todo lo que acabas de decir es muy importante. ¿Me autorizas a contar fuera lo que me has dicho?

- Sí, me respondió.

Entonces, añadí: “Vosotros tenéis cosas buenas que decirnos, pero algún día saldréis de aquí y quizás necesitéis oír ciertas cosas”. Después de la charla, le estreché la mano y me vino la inspiración de preguntarle si estaba casado y, como me contesto que sí, le dije: “Háblame de tu esposa”. Y aquel hombre tan violento, que tenía tanto odio dentro, se echó a llorar y me habló de su mujer que estaba en una silla de ruedas, vivía en Montreal y a quien no había visto desde hacía 2 años³². Ese hombre tan lleno de odio a la sociedad, sentía amor por su esposa. Bastó hablarle de ella, interesarse por ella, para que su odio se quebrara. Por eso, ¡cuánto amor podemos dar a quienes han sido rechazados y oprimidos por los demás!

No te canses nunca de decirle al que está a tu lado que lo quieres, que significa mucho para ti, que esperas mucho de él. Sólo así superarás su inseguridad y tendrás un verdadero amigo. Él necesita oírlo mil veces, no te canses de repetírselo y así tú mismo encontrarás tu propia felicidad al hacerlo feliz.

³² Vanier Jean, *La fuente de las lágrimas*, Ed. Sal terrae, Santander, 2004, pp. 25-26.

- Un hijo le decía a su madre moribunda: *Fuiste la mejor madre del mundo.* Y ella le respondió: *¿Por qué no me lo dijiste antes?* Ella había esperado siempre una palabra de agradecimiento de su hijo y nunca la había encontrado, como si él tuviera derecho a esperarlo todo sin dar nada a cambio.

¡Es tan fácil hacer felices a los demás! Diles muchas veces, con palabras o sin palabras, que los quieres. Nunca creas que se lo has dicho bastante. El amor nunca se da por supuesto. Atrévete a amar a los otros una y otra vez sin cansarte jamás.

No importa, si no se lo merecen. Ellos necesitan de ti para ser felices y tú necesitas hacerlos felices para ser tú también feliz. Esto lo he comprobado miles de veces con los niños. Yo siento un cariño especial por los niños y procuro levantarles la autoestima, diciéndoles las palabras más lindas. Y ellos se ríen y se sienten felices y yo me siento feliz de su felicidad. Por consiguiente, no escatimes elogios sinceros. Muchos niños, y también adultos, necesitan que les reconozcas su valor para poder sentirse contentos y creer que su vida vale la pena ser vivida.

También hay que saber corregir a tiempo, ya que el corregir con amor y por amor es una obligación y una obra de misericordia. Un ejemplo. Un hombre iba a ser ejecutado y fue su madre a despedirlo. Pero él, en vez de echarse en sus brazos, le dio una bofetada y le dijo: *Moriré por tu culpa. Tú nunca me has corregido y siempre me has permitido hacer lo que quería. Si me hubieras corregido, ahora no estaría aquí.*

Hay frases y episodios de la infancia que uno nunca olvida. Si un padre le dijo a su hijo: *Nunca hagas daño a nadie, nunca mientas, reza todos los días al acostarte, reza todos los días antes de comer, confío en ti, eres un campeón, te quiero con todo mi corazón, me siento orgulloso de ti, tienes un gran futuro...* O una esposa que oye a su esposo decirle: *Si vuelvo a nacer sólo tengo un sueño: volver a encontrarte, eres lo más lindo de mi vida; si mil veces naciera, mil veces me casaría contigo.* O el maestro que le dice al alumno: *Llegarás lejos; tú puedes; lo has demostrado hasta ahora.*

Una manera hermosa de ser positivos es bendecir a todos los que encontramos en nuestro camino. Qué hermoso poder decir: ¡Que Dios te bendiga! Una señora tenía a su padre en agonía en el hospital y le dijo: *Papá, necesito que me bendigas antes de morir.* Y el papá con esfuerzo le dijo: *Te bendigo.* Y murió a los pocos minutos, pero dejando a su hija la bendición de padre que tantas veces hubiera querido recibir durante su vida y no había recibido. Es muy efectivo repartir bendiciones y palabras alentadoras a todo el mundo. Conocí una familia de diez hijos. Los papás todos los días bendecían a

sus hijos antes de salir de casa con la señal de la cruz, uno por uno. Hay familias a las que, cuando los niños se despiertan, lo primero que dicen es: *Papá (mamá) dame tu bendición*. Y lo mismo al acostarse. También hay niños que bendicen a sus papás con una oración.

Esto debería ser algo normal en familias católicas, especialmente en fechas memorables como en un cumpleaños, en Navidad o en circunstancias especiales de la familia como bautismos, matrimonios, etc. El papá debería reunir a todos y darles la bendición. Lo mismo podernos decir de repartir sonrisas por doquier. Es una bella manera de compartir nuestra alegría y hacer felices a los demás. No olvidemos que la sonrisa es la distancia más corta entre dos personas.

Si te es difícil vivir con algunas personas, no las cargues en la espalda, llévalas en tu corazón y ora por ellas. Ayúdalas a ver el lado bueno de la vida. Acéptalas como son y, con tu corazón limpio, perfuma el ambiente donde vives con paz, alegría y esperanza.

Pregúntate a ti mismo: *¿Soy un regalo de Dios para los demás?*

- Toma una sonrisa y regálasela a quien no quiere dártela.
- Toma un rayo de sol y hazlo volar hasta donde reina la noche.
- Toma la esperanza y dásela al que no la tiene.

Reflexiona: Pensamientos tontos los tenemos todos, pero el sabio los calla. Muchas veces te arrepentirás de haber hablado, pero quizás nunca de haber callado. No hables, sino para decir algo mejor que el silencio. Hay un dicho antiguo: Una vieja lechuza, muy discreta, vivía en un roble. Cuanto más veía, menos hablaba; cuanto menos hablaba, más oía. ¿Por qué no puedes ser tú como la lechuza? ¿Por qué sólo ves el lado negativo de las personas? ¿Quieres ganarte la amistad de alguien, contándole chismes o secretos de otros?

Recuerda: *Para volar nació el ave; para perfumar, la flor; para morir nació el hombre; para amar tu corazón.*

Tú naciste para amar. Por eso escribe Juan de Kronstadt (1828-1908), un místico ruso, en su libro "*Mi vida en Cristo*". *¿Qué es la vida?* Y responde: *El camino de un viajero que, apenas ha llegado a su destino, se le abren las puertas, se quita sus vestidos de viaje, deja el bastón de peregrino y entra en su casa (el cielo) para amar eternamente.*

CAPÍTULO III LENGUAJE NO VERBAL

EL PODER DEL AMOR

No solamente influye positiva o negativamente en nosotros lo que digan bueno o malo. También de la misma manera, influye el lenguaje no verbal, es decir, todas las manifestaciones corporales a través de las cuales podemos expresar nuestros sentimientos hacia los demás.

¡Cuántas lágrimas y pesares puede curar la mano cariñosa de una madre! Una caricia, una sonrisa, un apretón de manos, un abrazo, una mirada limpia, un saludo, ¡Cuánta paz y amor pueden transmitir!

En un hospital norteamericano hicieron unas investigaciones con niños recién nacidos y descubrieron que los niños nacidos prematuros crecían y engordaban tanto más rápidamente cuanto más caricias recibían. Otra experiencia parecida hicieron con niños de tres y cuatro años. Escogieron veinticuatro niños al azar y los dividieron en dos grupos de doce niños cada uno. Un grupo fue llevado todas las tardes a un centro de jovencitas retrasadas mentales para que cada una tomara a su cargo un niño y le diera cariño y amor, como si fuera su mamá. Ellas asumieron su papel con mucho realismo y los niños se sentían felices de ser queridos personalmente y no en grupo. Esta experiencia, de dos horas diarias cada día durante tres años, tuvo sus efectos. Después de 25 años, hicieron una evaluación de estos niños ya adultos. Y pudo comprobarse la gran diferencia. De los niños que habían seguido la vida normal del orfanato, algunos habían muerto jóvenes y todos habían fracasado en su matrimonio. Ninguno de ellos había conseguido un título profesional ni puestos destacados en la sociedad. En cambio, de los niños que habían recibido el cariño de las jóvenes retrasadas, todos menos uno tenían felices matrimonios y todos tenían trabajos bien remunerados. La diferencia la marcaba el amor.

La doctora Elisabeth Kübler-Ross anota: *Una vez encontré a una mujer negra, que trabajaba en la limpieza del hospital donde yo estaba. Ella era muy ignorante, nunca había ido a una escuela superior. Pero tenía algo que yo no sabía qué era y que la hacía extraordinaria. Cada vez que ella entraba a la habitación de un enfermo moribundo, algo sucedía y yo hubiera dado un millón de dólares para saber el secreto de esta mujer. Un día, la encontré en el pasillo y le pregunté: “¿Qué hace usted con mis pacientes moribundos?”. Ella se sorprendió por la pregunta y dijo: “Yo no hago nada, yo sólo limpio su habitación”. Pero me abrió su corazón y me habló de su dramática historia. Ella había crecido en un barrio muy pobre. Pasaban hambre, no tenían medicinas...*

En una ocasión, ella se sentó en el hospital con su hijo de tres años, esperando al médico, pues su hijo estaba muy enfermo. Y su hijo murió de neumonía en sus brazos, esperando, porque no lo habían querido atender a tiempo. Ella me dijo todo esto sin resentimiento, sin ira y sin odio. Y continuó: “Usted sabe, doctora, la muerte no me es ajena. Algunas veces, cuando entro en la habitación de un moribundo, ellos parecen muy asustados. Yo no puedo ayudarlos, pero me acerco a ellos y los toco con cariño y les digo: “No es algo tan terrible. Dios te ama”³³.

Jean Vanier relata lo siguiente: *Mis amigos Roberto y Susana esperaban su primer hijo. A partir del sexto mes de embarazo, sabiendo que el niño comienza a entender, Roberto le cantaba todas las tardes una canción al pequeño. Cada tarde, la misma canción. Él estuvo presente en el momento del parto de la pequeña Diana, que como todo recién nacido, empezó su vida gritando. Roberto comenzó a cantarle la canción de todos los días e, inmediatamente, cesó de gritar y volvió la cabeza hacia su papá. Había reconocido su voz³⁴.*

En este caso, el amor del padre, cantándole una canción todos los días, había hecho que su hija, ya desde el vientre de su madre, se sintiera feliz al oírla. ¡Cuánto bien se puede hacer, cuando el amor guía nuestra vida!

- *Mi pie izquierdo* fue una película basada en una historia real. Un niño desde su nacimiento sólo podía mover su pie izquierdo debido a una parálisis cerebral, pero con el apoyo de su madre y de toda su familia pudo superarse. Ese niño, llamado Christy Brown, era inteligente y consiguió con esfuerzo pintar hasta el punto de exponer sus cuadros en una galería de arte y publicó varios libros. También se enamoró y se casó y disfrutó varios años de un matrimonio feliz hasta su temprana muerte. En este caso, el amor de su familia lo transformó.

- El escritor ruso Turgueneff relata que, en cierta ocasión se encontró con un mendigo sucio y mal vestido. Dice: *Lloraba y pedía una limosna. Rebusqué en todos mis bolsillos, pero no tenía dinero. El mendigo esperaba. Su mano extendida temblaba ligeramente. Perplejo, cogí su mano sucia y la estreché y le dije: “Perdona, hermano, no tengo nada que darte”. El mendigo me miró, dejando entrever una sonrisa y correspondió al apretón de manos. “No te molestes, me dijo, gracias por este gesto que ha sido para mí un gran regalo. Gracias”.*

³³ Kübler-Ross Elizabeth, *The tunnel and the light*, Marlowe, New York, 1999, p. 116.

³⁴ Vanier Jean, *Toute personne est une histoire sacrée*, o.c., p. 66.

Guido de Fontgalland era un joven francés, cuya biografía es conocida en todo el mundo. Cuando solía dar limosna a un pobre, solía apretarle la mano. Y, cuando le preguntaron por qué lo hacía, respondió: *Quiero ofrecer algo a los pobres*. El dinero que doy es de mi padre, pero el apretón de manos es mío.

Cuenta Rilke que *en París pasaba siempre junto a una mujer a la que arrojaba una moneda en el sombrero. La mendiga permanecía totalmente impassible como si careciese de alma. Un buen día Rilke le regala una rosa. Y en ese momento su rostro florece. Él ve por primera vez que ella tiene sentimientos. La mujer sonríe, luego se marcha y durante ocho días deja de mendigar porque le han dado algo más valioso que el dinero*³⁵.

Refiere Jean Vanier: *Recuerdo a una mujer que mendigaba en Polonia a la puerta de una iglesia. No teníamos dinero polaco, pero uno de los nuestros, discapacitado mental, se arrodilló y le tomó las manos. El rostro de la mujer se iluminó, pues aquello era lo que necesitaba, ser reconocida como persona digna de amor y no como un cestillo en el que uno deposita una pequeña limosna*³⁶.

Reiko Kitahara era una joven católica, hija de un profesor, que vivía en Tokio después de la segunda guerra mundial. Ella quiso ir a vivir a una zona pobre, que había sido bombardeada en la guerra y había quedado reducida a escombros. Allí había crecido una barricada, llamada *la ciudad de las hormigas*. Era el hogar de los traperos, que buscaban por los basureros, ropa, hierros y cualquier cosa útil que pudieran vender. Reiko los visitaba, animaba a los ancianos, cuidaba a los enfermos y a todos les regalaba su maravillosa sonrisa.

Cuando los traperos iban a trabajar por las mañanas oscuras, ella salía a su encuentro para saludarlos y darles una bendición, deseándoles un día próspero y bueno. Al atardecer, estaba en el mismo sitio para saludarlos y bendecirlos de nuevo, al regreso a sus casas. Ellos la querían mucho y apreciaban aquellos gestos de cariño y compasión. Llegó a ser conocida por ellos en su idioma como *la virgen dichosa de la ciudad de las hormigas*. Después de algunos años, enfermó y contrajo la tuberculosis. Pero quiso quedarse entre ellos, porque aquella era su gente y allí quería morir. Vivía en una casita muy pobre como todos y no tenía medicinas ni comodidades. Murió joven y compadecida por todos. Cuando fueron a enterrarla, encontraron un cuaderno debajo de su almohada. Las únicas palabras que había escrito eran: *¿No vas a sonreír ahora mismo?* Eso era lo que siempre se recordaba a sí misma, cuando estaba enferma y cercana a morir. Ella quería ser la sonrisa viviente para los demás. No quería que los demás estuvieran tristes por ella. Ella vivía con Dios en su corazón y tenía la

³⁵ Ratzinger Joseph, *Dios y el mundo*, Ed. Círculo de lectores, Barcelona, 2002, p. 181.

³⁶ Vanier Jean, *No temas amar*, Ed. Sal terrae, Santander, 1980, p. 82.

esperanza de resucitar. Por eso, vivía feliz e irradiaba a todos su hermosa sonrisa y su alegría indestructible. Vivir para los demás había sido su meta, pero vivir con una sonrisa.

Recuerdo el caso que me contó una religiosa, de un hombre minusválido, que estaba solo en la vida y tenían que expulsarlo de todos los centros de acogida a donde iba. Era una persona llena de rencor y de violencia. No amaba, porque creía que nadie lo podía amar así como era. Su vida era muy triste. Un día llegó a una casa de caridad y pensaron también en expulsarlo. Pero ese mismo día proyectaron la película *La bella y la bestia*. Y, al hacer la evaluación entre todos, él dijo: *Cuando uno se siente amado, deja de ser una bestia*. Aquella película le había impactado positivamente y creyó que podía ser amado, como el hombre-bestia de la película. Empezó a creer en la sinceridad de las personas que lo rodeaban y todos empezaron también a demostrarle amor y comprensión. Poco a poco, empezó a cambiar su carácter y se hizo más amable. Murió al poco tiempo y a su entierro asistió el cardenal Leger de Quebec. El amor había transformado su vida.

La experiencia ha demostrado que las personas que sufren una deficiencia mental están entre las más oprimidas y rechazadas de nuestro mundo. Por ello, cuando aceptamos a alguien discapacitado mental en El Arca, lo primero que tratamos de decirle es que es bienvenido, que somos felices de que exista y esté con nosotros, que lo amamos y lo aceptamos como es. Algunos sólo entienden el lenguaje de los gestos y hay que tocarlos con cariño para que entiendan que se les quiere. El lenguaje no verbal es muy importante para ellos: el tono de voz, la actitud hacia su cuerpo, la mirada. Sus gritos, su violencia o gestos autodestructivos, son mensajes para decirnos que están descontentos con el mundo que los rodea.

Si ellos descubren que sirven para algo, se sienten contentos. Muchos de ellos, a veces, con gran fervor trabajan en el jardín o en el taller y sienten alegría, porque adquieren una imagen positiva de sí mismos. Hay que ayudarlos para que realicen algunas tareas y sientan la alegría de servir y hacer algo bueno.

Cuando visito los hospitales, tomo en mis brazos a los niños discapacitados. Abandonados en su soledad, en su cuna, tienen los ojos tristes. Al abrazarlos, su cuerpo vibra con el calor de mi cuerpo y sus brazos se agitan y comienzan a reír, como un hombre que está en el desierto y encuentra un oasis con agua.

Un día, un hombre en el metro de París comenzó a gritar. Yo estaba sentado y esperé, de pronto, su mano se extendió ante mí. Yo tomé su mano y la

*cerré entre mis manos, lo miré, era un hombre joven de unos 25 años, sucio, con barba, con vestidos sucios y de mal olor. Yo le pregunté: “¿Cómo te llamas?”. Le sonreí y le puse en su mano una moneda de un franco. Él me miró con ternura y me dijo: “Nosotros estamos los dos en el mismo saco”. Su mirada hacia mí, cambió su rostro, pues tenía necesidad de tener un nombre, de ser alguien y yo le pregunté su nombre y lo miré como a una persona*³⁷.

Philip Kearney, de la Comunidad *El Arca* de Jerusalén, escribía: *Tenemos ocho hombres con una profunda discapacidad mental y física. Dos de ellos son palestinos musulmanes, tres son palestinos cristianos y otros tres son israelíes judíos. Todos ellos son felices, viviendo juntos, encontrándose y hablando unos con otros. Irradian una paz imposible de hallar en el mundo que los rodea. Todas las semanas salgo de paseo por calles y parques con ese grupo extraño y maravilloso. Los palestinos, que los conocen desde hace años, vienen a saludarlos, poniéndoles las manos sobre la cabeza en un gesto que parece de acogida y de bendición. Un poco más lejos son los israelíes los que vienen a saludar al grupo, reconociendo a los suyos. La alegría que procuran estos encuentros a quienes se nos acercan es perfectamente visible. Hasta hoy, es el único grupo que he encontrado con representantes de las tres grandes religiones de este país, que no sólo viven juntos día a día, sino que salen a pasear tomados de la mano por las calles de Jerusalén*³⁸.

En la Pascua de 1981, tuvo lugar la segunda peregrinación de “FE y LUZ” a Lourdes. Éramos doce mil peregrinos, cuatro mil personas con deficiencias y cuatro mil padres y cuatro mil amigos suyos. Los deficientes pertenecían a 350 comunidades de todo el mundo. Fue una explosión de alegría. El domingo de Pascua hubo una celebración en la explanada de la basílica. Desde todas las esquinas de la ciudad se ponían en marcha las comunidades para el Encuentro. Todo el mundo llevaba poncho de colores y formas diferentes. Llegaban cantando detrás de sus estandartes. Era la celebración de los pequeños y de los pobres. Algunos llegaban en silla de ruedas, otros andando mal y otros muy desfigurados, pero todos, o casi todos, sonrientes, gritando y estallando de alegría.

*Uno del equipo de televisión me preguntaba: ¿Cómo explica usted esto? Yo tengo un trabajo y tengo dinero. Pero ellos tienen una alegría que yo no tengo. Le respondí, citando esta frase de la Escritura: “La piedra rechazada por los arquitectos es ahora la piedra angular”*³⁹

³⁷ Vanier Jean, *Toute personne est une histoire sacrée*, o.c., p. 64.

³⁸ Vanier Jean, *Busca la paz*, Ed. Sal terrae, Santander, 2006, p. 74.

³⁹ Vanier Jean, *Hombre y mujer los creó*, Ed. PPC, Madrid, 2001, p. 206.

EL AMOR DE DIOS

El poder más grande del mundo está en Dios y en su amor divino por cada ser humano. Por eso, el amor de Dios ha cambiado las vidas de millones de personas que estaban tristes y deprimidas por su baja autoestima o por sus propios problemas o enfermedades.

Veamos algunos casos de cómo el amor de Dios puede cambiar nuestras vidas.

Dice Jean Vanier: *Hace un tiempo me encontraba dando un retiro y vino a verme una pareja. Ella estaba embarazada y doce médicos les habían confirmado que el cerebro del niño que esperaban estaba profundamente dañado. Los doce médicos les habían aconsejado el aborto. Me pidieron mi opinión. Y les dije que no podía aceptar la idea de matar a un niño ni siquiera enfermo. Les prometí que les ayudaría en el caso de que el niño naciera con una deficiencia... Algunos meses más tarde, la madre dio a luz a dos gemelos en perfecto estado de salud*⁴⁰.

¿Dios había hecho un milagro? Es posible. De todos modos, el haber decidido amar a ese niño en lugar de rechazarlo, cambió su vida para bien. ¿Habrían podido perdonarse a sí mismos el haber matado a sus dos hijos? Lo más importante en la vida es el amor. El amor debe triunfar sobre el odio y la muerte; y la fuerza del amor en nosotros, debe llevarnos a superarnos en todo.

Otro caso: *Una joven de 17 años me escribió una larga carta en que me hablaba de su familia. Ella había sufrido mucho, porque tenía la impresión de que sus padres nunca la habían querido. Era como si hubiera sido un error o una equivocación. Sus padres hablaban siempre de sus hermanos y hermanas; nunca de ella. Ella fue a la escuela, pero ella no tenía amigos. Era como si ningún hombre la pudiera querer. Ella sufría mucho por la falta de amor. Un día se fue a un bosque, se sentó debajo de un árbol y, de pronto, dice ella: "Fui invadida de un sentimiento de ser amada por Dios". Fue una experiencia tan hermosa que hizo que se aceptara a sí misma. Si ella era amada por Dios, se podía amar a sí misma. Y, amándose a sí misma, podía dejar que los otros la amaran. Su vida cambió radicalmente*⁴¹.

Y continúa con la siguiente experiencia de vida: *Una anciana negra de ochenta años, vivía sola en un barrio de Cleveland. Había ido yo a visitarla. Se*

⁴⁰ Vanier Jean, *Hombre y mujer los creó*, Ed. PPC, Madrid, 2001, p. 218.

⁴¹ Vanier Jean, *Toute personne est une histoire sacrée*, o.c., p. 190.

encontraba enferma y se había pasado el día vomitando. Me dijo: “Hijo mío, hace 40 años que voy caminando con Jesús, cuarenta años en su compañía”. Y era verdad, le brillaban los ojos y de su rostro irradiaba algo. Mientras la miraba, maravillado de la belleza de su gesto, ella se echó a reír. Y me dijo:

- *Ahí tienes, debes estar viendo a Dios en mí.*

Y era cierto, Dios estaba en aquella viejecita, hecha un ovillo, que se había pasado todo el día devolviendo ⁴²

- *Melissa no encontraba sentido a su vida y había intentado suicidarse tres veces, pero en el último momento algo la había detenido. Su rechazo a sí misma y a la vida, se debía a que sus padres habían intentado abortarla. A través de la oración, Dios sanó su corazón herido y pudo aceptarse a sí misma y perdonarse los errores y pecados cometidos. Dice el padre Ronald: *Melissa era una chica de 15 años, pero su rostro reflejaba tristeza. Cierta día me invitaron a una noche de adoración y alabanza... Después expuse el Santísimo Sacramento... Melissa no dejaba de llorar y su llanto era cada vez más fuerte. Al final, cuando todo terminó y ella seguía llorando, pidió hablar conmigo. Me preguntó si era verdad aquello de que Dios nos ama y nunca nos abandona... Entonces, me enteré de que hacía unas semanas su papá había dejado el hogar para irse con otra mujer. Cuando Melissa le salió al encuentro para decirle por qué se iba de casa, nunca pensó en la respuesta que iba recibir. Aquel día su papá destruyó su corazón de hija. Le dijo: “Tú quién eres para venir a reclamarme, si tú no deberías estar aquí; pues, cuando tu madre salió embarazada, te íbamos a abortar”. En ese momento, la vida de Melissa se derrumbó, hubiera preferido ser abortada a escuchar esas palabras de su padre.**

Desde ese momento, comprendió muchas cosas, recordaba que de niña nunca tuvo una caricia de su padre y nunca le escuchó decir: “Te quiero mucho, hija”. Mientras ella me hablaba, yo iba orando por ella. Cuando terminó de contarme lo que estaba viviendo, le dije que Dios la amaba mucho y, aunque sus padres quisieron abortarla, el Señor de la vida estaba a su lado. No hay nada que temer, cuando Dios va con nosotros. Todos nos pueden fallar, pero Jesús ha venido a darnos la vida.

Hoy Melissa está en la universidad y ha comprendido que Dios le da un corazón nuevo para amar. Ya no vive angustiada ni deprimida. Piensa que algún día su papá volverá a casa y, si no vuelve, de todas maneras, lo ha perdonado y lo ama ⁴³.

⁴² Vanier Jean, *No temas amar*, Ed. Sal terrae, Santander, 1980, p. 28.

⁴³ La Barrera Ronald, *El poder de la oración*, Ed. Huellas, Trujillo (Perú), 2003, p. 77.

Escribe el padre Roberto DeGrandis: *Yo oré por una señora que tenía una imagen pobre de sí misma. En consejería ella compartió que su padre había deseado un niño, cuando ella nació, y se le dio el nombre del niño escogido previamente. Más adelante, su papá la vestía con pantalones jeans como a un niño y la llevaba a hacer todas las tareas con él en la finca. Luego llegó otro bebé: una niña muy bella. Los padres se enamoraron de esta segunda niña y, mientras crecía, le permitieron tomar clases de piano. La primera hija también quería tomar clases de piano, pero se le dijo que no tenían suficiente dinero. Ella era alta y se sentía un tanto torpe.*

Su hermana era pequeña, delicada y ágil. Observé que, cuando me compartía su vida no sonreía... Pedimos al Señor que rompiera las cadenas de la falta de valor en su vida, el sentimiento de inferioridad, de rechazo y que le diera el amor de padre que ella no había recibido. El poder del Señor cayó sobre ella. La sanó y comenzó a sonreír. Había un nuevo resplandor en su rostro. Tenía una nueva autoimagen. Se sentía que era alguien, amada por Dios ⁴⁴.

Un testimonio. *Me llamo María Aparecida y mi esposo Geraldo Cardoso. Cuando lo conocí, yo tenía 16 años y él 19. Yo estudiaba y él trabajaba. Era un muchacho pequeño con una voz muy fuerte y era hermoso. Comenzamos a frecuentarnos y nos casamos, amándonos muchísimo, aunque sin conocernos bien.*

Vivimos felices un año y medio. Después comenzó mi calvario. Geraldo comenzó a beber. Salía del trabajo e iba al bar y tenía que ir a traerlo del bar. Esto duró 18 años.

Cambiamos de ciudad, pero él empeoró, llegó a perder el trabajo por la bebida. Pero yo no dejé de rezar el rosario, porque me daba fuerza para continuar con él. Tuvimos que cambiarnos varias veces de barrio, porque Geraldo ocasionaba problemas en todas partes. Yo rezaba mucho y nunca pensé separarme. Teníamos tres hijos.

Un día se me acercó y me dijo: “Voy a dejar de beber. ¿No me crees?”. Le dije: “Sí, te creo, porque tengo fe que un día cambiarás”. “¿Sabes por qué quiero dejar de beber? Porque me avergüenzo de verte rezando tanto, mientras que yo sólo te doy disgustos”.

Y lo dejó. Al quinto día quiso rezar conmigo, aunque no sabía rezar. Yo le enseñé a rezar. Ese día no lo olvidaré, era el dos de mayo de 1992. Ahora

⁴⁴ DeGrandis Robert, *Sanación de la autoimagen*, Ed. AMS, Bogotá, 2004, pp. 2-8.

nuestros hijos son profesionales y están casados. Geraldo está jubilado y rezamos juntos todos los días. Somos felices. Vamos a misa todos los días por la mañana, porque no podemos pasar un día sin recibir a Jesús. Recitamos el rosario en casa, pero una vez a la semana lo rezamos en casa de un vecino para dar nuestro testimonio. Ahora somos felices.

La Madre Teresa de Calcuta declara: *Tenemos millares de leprosos. ¡Son tan admirables! La última Navidad fui a verlos y les dije que ellos tienen a Dios como un regalo, que Dios los ama especialmente, que ellos le son muy queridos y que su mal no es el pecado. Un anciano, que estaba completamente desfigurado, intentó venir hasta mí y me dijo: “Repítame eso otra vez, que me ha venido muy bien. Yo he oído decir siempre que nadie nos ama. Es maravilloso saber que Dios nos ama. Dígamelo otra vez”.*

Raúl Follereau, el padre de los leprosos, dice: *Un día vi a un leproso que, en sus brazos, sólo le quedaba un dedo. Y dijo: “He perdido mis manos y mis dedos, pero he conservado mi coraje. Yo deseaba ser alguien, alguien que trabaje y cante. Entonces, aprendí a servirme de mis manos, sin manos. Cien veces, se me cayó al suelo la herramienta y cien veces me puse de rodillas para recogerla. Acabo de conseguir mis primeras legumbres en mi jardín, porque tú me enseñaste que no era un indeseable y podía confiar en Dios”.*

Hay una anécdota muy interesante del joven Karol Wojtyła cuando era seminarista en Cracovia. La hizo pública la señora Edith Zirer, al ser nombrado Papa, con el nombre de Juan Pablo II. Ella vive en Haifa, Israel, desde 1951 y tiene dos hijos. Consiguió tener una audiencia con el Papa para agradecerle personalmente la ayuda recibida por él en enero de 1945. Dice: *El 28 de enero de 1945, los soldados rusos me liberaron del campo de concentración de Hassak, donde había estado encerrada casi tres años, trabajando en una fábrica de municiones. Yo tenía trece años y me sentía confundida y enferma. Estaba sola y sin familia. Dos días después, llegué a una estación ferroviaria entre Czestochowa y Cracovia. Estaba convencida de haber llegado al final de mi viaje. Me eché por tierra en un rincón de una gran sala, donde se reunían decenas de prófugos que en su mayoría todavía vestían los uniformes con los números de los campos de concentración. Entonces, Karol Wojtyła me vio. Vino con una gran taza de té, la primera bebida caliente que había podido probar en las últimas semanas. Después me trajo un bocadillo de queso, hecho con pan negro polaco, que estaba divino. Pero yo estaba demasiado cansada y no tenía ganas de comer.*

Él me obligó a comer. Después, me dijo que tenía que caminar para coger el tren en la próxima estación. Lo intenté, pero caí al suelo. Entonces, él me tomó en sus brazos y me llevó cuatro kilómetros sobre la nieve para tomar el

tren hacia la salvación. Hacía mucho frío y caía la nieve. Pero recuerdo bien su chaqueta marrón y su voz tranquila, que me contaba la muerte de sus padres y de su hermano, de la soledad en que se encontraba y de la necesidad de no dejarse llevar por la desesperación, sino de luchar para sobrevivir. Su nombre se quedó grabado indeleblemente en mi memoria ⁴⁵.

Jean Vanier manifiesta: *Cuando estuve en Bangladesh, recibí una bella lección. Después de una conferencia a un grupo de padres, de amigos y educadores de personas con discapacidad mental, un hombre se levantó y dijo: “Mi nombre es Domingo, tengo un hijo, Vicente, que tiene un retardo profundo. Era un niño hermoso al nacer, pero a los seis meses tuvo mucha fiebre que le provocó convulsiones. Su cerebro y su sistema nervioso fueron afectados. Hoy con 16 años, no puede hablar ni caminar ni comer solo. Es totalmente dependiente. Él no puede comunicarse sino por el tacto. Mi esposa y yo hemos sufrido mucho. Hemos rezado mucho a Dios para que lo curara. Y Dios ha escuchado nuestras oraciones, aunque no de la manera que esperábamos. Él no ha curado a Vicente, pero Él ha cambiado nuestros corazones. Él nos ha dado a mi esposa y a mí la alegría y la paz de tener un hijo como él* ⁴⁶.

Recuerdo haber tenido el año pasado la alegría de hablar a los padres de los niños que están en la escuela de “El Arca” de Ouagadougou, en África, y les dije: Mucha gente dice que vuestros hijos están locos y debido a ello los desprecian o los temen. Pero ¿creéis que Dios dice tu hijo está loco? No. Dios dice: “Tu hijo es mi hijo amado”.

En el grupo estaba sentado un anciano musulmán de hermoso rostro y larga barba. Yo había observado que jugaba continuamente con su hijo que tenía una discapacidad bastante grande. Levantó la mano y dijo: “Le doy las gracias. Nadie nos había dicho nunca que nuestros hijos son amados por Dios”. Y yo le dije: “Veo su rostro y es un rostro sabio; noto que Dios está en usted. Muchos padres le necesitan. Debe hablar a los padres de los niños discapacitados para que comprendan que Dios los ama” ⁴⁷.

El padre Marcelino Iragui cuenta el caso de una chica a quien su madre, cuando ella tenía cinco años, le había visto manipulando el sexo y le había gritado: “*Sucia, no hagas eso, que es pecado*”. La niña se sintió tan culpable y sucia que creía que nadie podría quererla, ni siquiera Dios. *Su autorrechazo y autocondenación llegó a ser tal que, en su juventud, rechazaba toda señal de amistad por sentirse indigna y porque le era imposible creer en el amor de los*

⁴⁵ www.zenit.org del 6 de febrero de 2004.

⁴⁶ Vanier Jean, *Toute personne est une histoire sacrée*, o.c., pp. 190-191.

⁴⁷ Vanier Jean, *La fuente de las lágrimas*, o.c., p. 58.

demás. Tenía 20 años, cuando pudo perdonarse a sí misma y abrir su corazón a Jesús. De ahí comenzó un lento y penoso proceso de curación y apertura a la vida y al amor⁴⁸.

El padre Ronald La Barrera cuenta el caso de una mujer que lloraba mucho y le dijo: *Yo soy mala, porque yo maté a mi hijo*. Ella había abortado y creía que no podía tener perdón de Dios y no se lo perdonaba a sí misma. Oraron por ella y comenzó a calmarse. *Me comentó que tenía 18 años y que hacía seis meses que había cometido el aborto. Se había confesado, pero seguía sin perdonarse lo que había hecho. Su angustia la tenía oprimida; pero, después de la oración, ella sintió una gran paz en su corazón al saberse perdonada por el niño y por Dios*⁴⁹.

Malcolm Muggeridge (1903-1990), brillante periodista inglés del *Manchester guardian* y del *Daily Telegraph* de Londres se convirtió a la fe católica por su admiración a la Madre Teresa de Calcuta a la cual visitaba frecuentemente en Calcuta. Una vez le preguntó: *¿Dónde encuentra usted la fuerza para vivir aquí en medio de tanto dolor y de tanta miseria?* La Madre Teresa le respondió: *En la Eucaristía*.

Cuando Malcolm se convirtió afirmó: *He pedido el bautismo y deseo ser católico para recibir aquella eucaristía que en estas hermanas produce el milagro del amor. El amor es el corazón del cristianismo*⁵⁰.

Nunca te digas a ti mismo: *No valgo para nada. Todo me sale mal. No puedo confiar en nadie. Soy poco importante. Y ¿si me matara? Nadie me quiere. Si desaparezco, haría un favor a mi familia. La gente es mala y mi vida es un desastre. No vale la pena vivir...* Dite más bien a ti mismo: *Yo soy hijo de Dios. Valgo más que todo el universo. Dios es mi papá*.

Estas palabras son como cuchillos que van matando tu alma y tus ilusiones. Es cierto que, en ocasiones, puedes tener fracasos, enfermedades, accidentes. O puedes sufrir las consecuencias de la maldad de otras personas y padecer injusticias, robos, agresiones... Pero, a pesar de todo y de todos, Dios te ama con un amor infinito y espera mucho de ti. Y te dice, como Jesús en Evangelio: *No tengas miedo, solamente confía en Mí* (Mc 5, 36).

También el amor puede hacer milagros espectaculares. El padre Jorge Loring nos cuenta un milagro que conoció directamente: *Yo resido en Cádiz. He*

⁴⁸ Iragai Marcelino, *Jesús sana hoy*, Ed. El Carmen, Vitoria, 1987, p. 77.

⁴⁹ La Barrera Ronald, *El poder de la oración*, Ed. Huellas, Trujillo-Perú, 2003, p. 43

⁵⁰ Comastri Angelo, *La sposa bella*, Ed. San Paolo, 2007, p. 18.

estado 21 años de capellán de las grandes factorías navales de la bahía gaditana. Un día se cayó una pieza de una grúa y cogió a dos hombres. Uno murió y el otro quedó herido. Fui a ver al herido a la clínica san Rafael y allí estaba su mujer y su suegra. Y su suegra me dice: “Padre, yo tengo mucha fe porque a mí la Virgen me curó la vista. Nosotros vivíamos en el campo. Allí no teníamos luz eléctrica y nos alumbrábamos con candiles de carburo. Me reventó en las manos un candil de carburo y me quemó los ojos y quedé ciega”.

Me traían a curar a Cádiz. Me curaba el doctor José Pérez Llorca. El doctor Pérez Llorca es miembro de la Real Academia de medicina, presidente de la Sociedad oftalmológica española, treinta años ha sido catedrático de oftalmología, inspector general del Cuerpo de Sanidad de la Armada, etc. Un médico de renombre. Un día mi hija le dice al doctor:

- Doctor dígame ¿hay solución para mi madre? Porque si no la tiene, no volvemos más porque estamos gastando un dinero que no tenemos.

- Siento decirle que lo de su madre no tiene solución, porque su ceguera es irreversible.

Y aquella mujer que había quedado ciega sintió tanta pena por no poder ver más a sus hijos que empezó a llorar. Y dice ella misma.

- Estando en cama me acuerdo de una imagen de la Virgen de Fátima que tenía y le dije con toda mi alma: “Madre Santísima, tu que eres tan milagrosa, que yo pueda ver otra vez”. Y al decir aquello empecé a sentir un fuego que me subía por dentro y que me salía por los ojos.

Su hija le quitó las vendas y tenía los ojos totalmente sanos. Regresan de inmediato a ver al doctor con quien habían estado a las doce del mediodía y él dijo: *Esto no tiene explicación.* Y dice el padre Loring: *Reunió a treinta dos testigos, hijos, hijas, yernos, nueras, vecinos... y redactamos la narración del hecho y firmaron todos, incluido el doctor y se hizo un acta notarial del caso para que quedara constancia del milagro*⁵¹.

Dios hace milagros. Cantemos al amor de Dios:

*Canta a la flor del campo,
canta al viento, canta al mar,
canta a luz que muere en el trigal.
Canta al amor sincero,
canta al fuego del hogar,*

⁵¹ Loring Jorge, *40 Conferencias*, Ed. Spiritus media, Cádiz, 1999, p. 196.

*canta a la verdadera libertad.
Canta a los verdes prados,
canta al aire, canta al sol,
canta al azul del cielo y al amor.
Canta a la gente humilde,
canta al mundo, canta a Dios.*

LA PALABRA DE DIOS

Dios nos ha creado con infinito amor. Nadie ha sido creado por fotocopia. Todos somos personas sagradas con un valor infinito ante nuestro Padre Dios, aunque no tengamos tantas cualidades como otros. Y Dios nuestro Padre nos habla en la Biblia y nos dice palabras hermosas que debemos escuchar atentamente para repetírnoslas y poder respirar hondo y creer en lo que nos dice nuestro Dios.

Él nos dice: Tú eres a mis ojos de gran precio, de gran estima y yo te amo mucho (Is 43,4). Te he amado desde toda la eternidad (Jer 31,3). Nunca se apartará de ti mi amor (Is 54,10). Aunque una madre se olvide de su hijo, yo nunca me olvidaré de ti (Is 49,14-15). Tú eres mi hijo amado, mi predilecto (Mc 1,11).

Escuchemos ahora lo que nos dice Og Mandino en su libro *Memorándum de Dios*. Palabras que Dios nos puede decir a cada uno y que pueden estar resumidas, cuando nos dice: *Tú eres mi hijo, yo te he engendrado hoy (Salmo 2,8).*

Tú eres el milagro más grande del mundo. ¿Estás ciego? No, puedes ver y los cien millones de receptores que deposité en tus ojos te permiten gozar de la magia de una hoja, de un copo de nieve, de un estanque, una águila, un niño, una nube, una estrella, una rosa, el arco iris... y la mirada del amor.

¿Estás sordo? No, puedes oír y los veinticuatro mil filamentos que puse en cada uno de tus oídos vibran con el viento de la arboleda, con la majestuosidad de una ópera, con el canto del petirrojo, con el juego de los niños y con la palabra te amo.

¿Estás mudo? No, puedes hablar. Ninguna otra de mis criaturas puede hacerlo y tus palabras pueden calmar al enojado, animar al abatido, estimular al cobarde, alegrar al triste, alentar al vencido, enseñar al ignorante y decir te amo.

¿Estás parálítico? No. Te puedes mover, no eres un árbol condenado a una pequeña porción de tierra, puedes pasear, correr, bailar y trabajar, ya que dentro de ti he diseñado quinientos músculos, doscientos huesos y siete mil nervios, que están sincronizados para obedecerte.

¿Eres enfermo mental? ¿No puedes pensar por ti mismo? No. Tu cerebro es la estructura más compleja del universo. Dentro de sus mil o más gramos hay trece mil millones de células nerviosas. He implantado en tus células más de mil trillones de moléculas proteicas. Y para ayudar a tu cerebro en el gobierno de tu cuerpo he dispersado en tu organismo cuatro millones de estructuras sensibles al dolor, quinientos mil detectores táctiles y más de doscientos mil detectores de temperatura... Tú eres mi creación más fina.

Tú eres único, el tesoro más valioso sobre la superficie de la tierra. Nunca ha habido entre los 70,000 millones de hombres que han caminado sobre el planeta un ser que haya sido exactamente igual a ti. Nunca hasta el fin del mundo habrá otro igual a ti. Eres una creación única en el mundo. De tu padre emanaron un sinnúmero de semillas de amor, más de 400 millones, y todas ellas, mientras nadaban dentro de tu madre, murieron todas, excepto tú. Sólo tú perseveraste dentro del amoroso calor del cuerpo de tu madre, buscando la otra mitad, una sola célula de tu madre, tan pequeña que se necesitarían más de dos millones de ellas para llenar una bellota. Sin embargo, perseveraste y encontraste la célula infinitesimal, te uniste a ella y empezó una nueva vida, tu vida.

Dos células, ahora unidas en un milagro, dos células cada una con 23 cromosomas y en cada cromosoma cientos de genes que regirán cada característica tuya, desde el color de tus ojos hasta el encanto de tus modales y el tamaño de tu cerebro. Con todas las combinaciones posibles, empezando por ese espermatozoide solitario de entre 400 millones de tu padre hasta los cientos de genes en cada uno de los cromosomas de tus padres, podría haber creado más de 300 millones de seres diferentes. Pero ¿a quién creé? A ti, único entre los únicos, un premio sin precio, poseedor de cualidades que nunca tuvo ni tendrá otro ser humano.

Y yo te creé con un propósito. Me necesitas y te necesito. Tenemos un mundo que reconstruir juntos. Yo jamás he perdido mi fe en ti. Te di el poder de pensar, el poder de elegir. Y puedes degenerar en la forma más baja de vida como renacer en la forma más elevada. ¿Qué has hecho con este tremendo poder? Usa, pues, sabiamente tu poder de elección. Elige amar en lugar de odiar, elige curar en lugar de herir, elige alabar en lugar de criticar, elige dar

en lugar de robar, elige vivir en lugar de morir. No olvides que eres mi mayor milagro. Y yo te amo.

REFLEXIONES

Es tremendamente triste ver jóvenes sin alegría, viejos de espíritu, que van sin rumbo por la vida, viciados por las drogas o el alcohol, que no tienen ilusión de ser mejores y sólo piensan en divertirse y gozar de la vida. Jóvenes negativos, inútiles, vacíos por dentro, violentos y rebeldes contra todo y contra todos, que no quieren oír hablar de esfuerzo, trabajo y sacrificio

Tú nunca te des por satisfecho, siempre hay un mundo inmenso por descubrir, siempre hay algo más por delante. Nunca digas basta. Siempre adelante en el camino del amor y de hacer el bien. Si eres anciano o enfermo, no te desanimes; mientras tengas un corazón para amar, puedes transformar el mundo con tu oración y tu sacrificio. No vivas de fotos amarillas, de recuerdos del pasado. Si no puedes correr, trota; si no puedes trotar, camina. Si necesitas una silla de ruedas o un bastón, úsalos, pero nunca te detengas.

Ten coraje para vivir, aunque todos te critiquen. Ten una meta, revisa el rumbo de tu vida. Supérate. Aspira siempre a las alturas, a lo más alto y más profundo.

Hermano mío, vive para la eternidad, no pienses solamente en los cuatro días de este mundo. Vive para siempre. Hazte un futuro eterno y no un futuro humano con dinero y cosas materiales, que tendrás que dejar aquí un día. Cuando estés triste, mira al cielo, ora a tu Padre Dios. Mira la hermosura de las flores, oye una buena música, vete al campo a oír el susurro de la fuente o el silbido del viento. Escucha atentamente el trino de los pájaros. Déjate empapar de la belleza de la naturaleza y vuelve con nuevos bríos a continuar tu vida diaria, confiando en Dios.

No pongas tus ilusiones en las cosas pasajeras de este mundo. No hagas depender el éxito de tu vida de las cosas materiales. Pon el sentido de tu vida en el amor, que nunca envejece. Un hombre lleno de amor es un hombre lleno de Dios y de juventud espiritual. Por eso, aunque seas anciano o enfermo discapacitado, puedes seguir triunfando, sonriendo y siendo feliz hasta el último día de tu vida. Dios está contigo y cada día será para ti un nuevo triunfo de cara a la eternidad. Piensa que Dios te ha encomendado una misión única en el mundo, cúmplela. No seas mediocre, da lo mejor de ti mismo.

La vida se construye con pequeñas cosas llenas de amor. ¡Podemos con tan poco hacer felices a los demás! ¡Y podemos con tan poco hacer infelices a los demás! Tú sé de los que siembran siempre el bien y nunca el mal. Nunca hagas daño y, si no puedes hacer algo por alguien, al menos, deséale lo mejor y ora por él.

Por tu parte, no te preocupes tanto del qué dirán ni del miedo al ridículo. Si no te autoestimas, serás un eterno derrotado. Si te dejas acobardar por lo que dicen de ti, nunca darás un paso adelante. Tus amigos te ensalzarán y tus enemigos te humillarán, pero tú eres el mismo, digan lo que digan los demás. Es más importante lo que tú piensas de ti mismo que lo que piensan los demás. Levanta tu ánimo. Esfuérzate por superarte y Dios te bendecirá más de lo que puedes pedir o imaginar.

Libérate del rencor, perdona a quienes te han hecho daño. Acéptate como eres, con todos tus defectos y limitaciones. Hay esperanza para ti. No te destruyas a ti mismo con pensamientos negativos. Nunca hagas daño a nadie y no los desprecies ni les digas palabras ofensivas. Pide perdón y comienza una nueva vida. Son infinitamente más los tesoros que posees que tus defectos y fracasos. No mires tanto tu pasado, mira al futuro. Dios te espera al final del camino y quiere abrazarte con alegría y decirte con cariño de padre: *Bien, hijo mío, te estaba esperando. Me siento orgulloso de ti. Ven, te he preparado una felicidad eterna. Vamos a estar eternamente unidos. Te amo, hijo mío, y nunca dejaré de amarte.*

Y tú dile ahora: *Padre mío, gracias por amarme tanto, por esperarme y prepararme un lugar junto a ti en tu cielo. Gracias por la vida que me has regalado. Mientras llega ese momento supremo de encontrarnos, te prometo que seguiré trabajando por hacer felices a mis hermanos de la tierra. Mi sonrisa y mis palabras serán para ellos una fuente de alegría y de amor. Gracias por haberme creado, gracias por haberme llamado para esta gran misión. Gracias, papá. Ni toda la eternidad será suficiente para decirte cuánto te amo.*

CONCLUSIÓN

Después de haber leído este libro, te habrás dado cuenta de cuántas cosas hay todavía que puedes y debes mejorar. Todos debemos mejorar. No hay nadie perfecto, mientras vivimos en este mundo. Lo importante es que seamos conscientes de nuestras limitaciones y de nuestros errores del pasado. Primero para perdonarnos a nosotros mismos y pedir perdón a Dios y a quienes hemos ofendido. Y segundo para tomar la decisión de mejorar y poner más amor y alegría en la comunicación con los demás, sin hacer nunca daño a nadie conscientemente.

Nuestra vida entera debe ser un regalo de Dios para los demás. Y debe ser una fuente de amor para los demás. Que podamos corregir sin rencor ni violencia. Que podamos tratar, incluso a los de carácter más difícil, con paciencia y comprensión.

Dios está de nuestra parte y quiere que vayamos corrigiéndonos de nuestros defectos y mejorando nuestras cualidades. Para ello no te olvides que Dios es la fuente de toda luz y de todo amor. Pídele todos los días en la Eucaristía, que te llene de su amor para ser tú un instrumento en sus manos para bendecir y alegrar la vida de tus hermanos. Sé positivo y haz felices a los demás. Que tus palabras y obras sean siempre positivas.

Que Dios te bendiga y seas feliz con Dios en tu vida y en tu corazón. Tu hermano y amigo del Perú para siempre

Saludos de mi ángel para ti y para tu ángel.

Tu hermano y amigo del Perú.

P. Ángel Peña O.A.R.

Agustino recoleto

&&&&&&&&&&

Pueden leer todos los libros del autor en
www.libroscatolicos.org

BIBLIOGRAFÍA

- Amorth Gabriel y Roberto Zanini, *Más fuertes que el mal*, Ed. San Pablo, tercera edición, Madrid, 2011.
- Betancourt Darío, *Vengo a sanar*, Ed. Kerigma, México.
- Bonet José Vicente, *Sé amigo de ti mismo*, Ed. Sal terrae, Santander, 1997.
- Castañón Ricardo, *Cuando la palabra hiere*, Ed. Grupo internacional para la paz, Cochabamba (Bolivia), 2007.
- DeGrandis Robert, *Sanación de la autoimagen*, Ed. AMS, Bogotá, 2004.
- DeGrandis Robert, *Un milagro cambió sus vidas para siempre*, Ed. AMS, Bogotá, 2006.
- Gómez Navarro Eusebio, *La fuerza del amor*, Ed. de espiritualidad, Madrid, 2008.
- Iragui Marcelino, *Jesús sana hoy*, Ed. El Carmen, Vitoria, 1987.
- Izquierdo Moreno Ciriaco, *Crecer en la autoestima perdida*, Ed. Desclée de Brouwer, Bilbao, 2003.
- Lopera Higinio, *La vida sí tiene sentido*, Ed. AMS, Bogotá, 2008.
- Sangiotta Alir, *Come cambiare la persona con la quale vivi*, Ed. Medjugorje.
- Sangiotta Alir, *Quanto peggiore è la persona con la quale vivi, tanto meglio per te*, Ed. Medjugorje, segunda edición.
- Vanier Jean, *Amar hasta el extremo*, Ed. PPC, Madrid, 1997.
- Vanier Jean, *Acceder al misterio de Jesús*, Ed. Sal terrae, Santander, 2004.
- Vanier Jean, *Busca la paz*, Ed. Sal terrae, 2006.
- Vanier Jean, *No temas amar*, Ed. Sal terrae, Santander, 1995.
- Vanier Jean, *Hombre y mujer los creó*, Ed PPC, Madrid, 2001.
- Vanier Jean, *Toute personne est un histoire sacrée*, Ed. Plon, Paris, 1994.

&&&&&&&&&&&&&&&&&&