

**Meister Eckhart**

## **Treinta días con un gran maestro espiritual**

En cierta ocasión le preguntaron a un enfermo por qué no le pedía a Dios que le curara de su aflicción.

Aquel respondió:

“En primer lugar estoy seguro de que el amoroso Dios no me habría afligido si eso no fuera lo mejor para mí.

En segundo lugar, sería erróneo desear mi voluntad y no lo que Dios quiere para mí.

En tercer lugar, ¿por qué habría de pedirle al rico, amoroso y generoso Dios algo tan insignificante?

### **PRIMER DÍA**

#### **Al comenzar el día**

#### **OBEDIENCIA VERDADERA**

La verdadera obediencia es la virtud que está por encima de todas las virtudes.

Sin ella no puede realizarse ninguna obra grande.

Todas las obras, grandes o triviales, se perfeccionan por la obediencia.

Ser obediente es estar libre de libre de cuidados y colmado de bendiciones.

Cuando nos purificamos, de manera natural Dios fluye dentro de nosotros y cuando sometemos nuestra voluntad, invitamos a Dios a querer para nosotros lo que el quiere para sí mismo.

Dios debe querer en mi lugar, y si no lo hiciera me descuidaría a mí y a sí mismo.

Cuando nada quiero para mí, Dios quiere en mi lugar.

Y ¿qué es lo que Él quiere para mí

Dios quiere que yo no quiera por mí mismo.

Cuando me despojo de mi yo el querer de Dios se asemeja a mi propio querer.

Una persona obediente jamás dice: “Esto es lo que quiero”.

Una persona obediente sólo buscar renunciar a sí misma, no pedirá que se le haga virtuosa o que se le dé la vida eterna; pedirá conocer solamente lo que Dios quiere.

Esa clase de oración es infinitamente superior a cualquier otra forma de oración.

El verdadero discípulo de Dios no se siente satisfecho cuando alguien le da cosas o le dice lo que quiere oír.

Lo único que anhelamos es hacer lo que más le gusta a Dios.

#### **En el curso del día.**

Cuando nada quiero para mí, Dios quiere en mi lugar.

#### **Al terminar el día.**

Dedica unos minutos a revisar tu día.

¿Puedes recordar momentos en que sometiste tu voluntad?  
¿Cómo fueron?  
¿Hubo momentos en que te resististe?

**Oración de la noche.**

Señor, ayúdame a entregarme completamente a Ti.  
Haz que mi voluntad siempre siga tu voluntad.  
Guíame por tus caminos y dame la fuerza de seguirlos.

**SEGUNDO DÍA****Al comenzar el día.****LA MEJOR ORACIÓN.**

La oración más poderosa que puede realizarlo todo, y la mayor acción que una persona puede hacer, proceden de un corazón puro.

Cuanto más puros sean nuestros corazones, más poderosas, preclaras, útiles, dignas de alabanza y perfectas serán nuestra oración y nuestra acción.

Un corazón puro es capaz de hacerlo todo.

Pero ¿qué es un corazón puro?

Es aquél que no perturba por nada, ni está atado a nada; no tiene preocupaciones, no desea seguir su propio camino sino que se siente feliz de estar inmerso en la amorosa voluntad de Dios.

Un corazón puro se olvida de sí mismo.

No hay obra tan insignificante que no pueda crecer en poder y en importancia, gracias a un corazón puro.

Que nuestra oración sea hecha de tal modo, que todas las partes de nuestro ser –nuestra mente, ojos, oídos, boca, corazón, miembros y sentidos- se esfuercen en conseguirnos la pureza de corazón; no dejemos de orar hasta encontrarnos unidos a Dios, hacia quien se dirigen todas nuestras oraciones y nuestra atención.

Una mente entregada completamente a Dios es la base del bien de la naturaleza humana y del espíritu.

Esfuézate para que Dios sea grande en ti, ten el celo de Dios en todas tus idas y venidas.

Aférrate a Dios y Él efectuará todo lo bueno.

Lo que antes buscaste, ahora te busca.

Lo que antes perseguiste, ahora te persigue.

Lo que antes dejaste, ahora te deja.

Quien realmente se aproxima a Dios, trae consigo todo cuanto es divino y hace que huya de él todo cuanto le es ajeno.

**En el curso del día.**

Si buscas a Dios lo encontrarás junto con todo lo bueno.

**Al terminar el día.**

Relájate por un momento y abandónate.

Recuerda algún momento o algún incidente de hoy en que estuviste ansioso o preocupado.

Revive ahora ese incidente, e imagínate a ti mismo sin ansiedades ni preocupaciones.

**Oración de la noche.**

Dios, ayúdame a encontrar un corazón puro con el cual te ame a ti y a toda la creación.  
Que en tu servicio me olvide de mí mismo.

**TERCER DÍA****Al comenzar el día.****SOLEDAD O SOCIEDAD.**

En cierta ocasión alguien me dijo que algunas personas prefieren la soledad y consideran que de ella depende la paz de su espíritu; luego me pregunto si el mejor lugar para ello no sería la iglesia.

Le respondí que *no*.

Mi explicación fue ésta:

Si obras bien, obras bien en dondequiera que estés y en cualquier lugar.

Si obras mal, obras mal dondequiera que estés y en todas partes.

Si aciertas en verdad llevas contigo a Dios y Dios te acompaña en todas partes: en la plaza pública, en la iglesia o en el retiro.

Si tienes verdaderamente a Dios y sólo a Él, nada podrá perturbarte.

¿Por qué?

Porque tienes puesta tu mirada en Dios y solo en Él.

Sólo Dios es todo para ti; en cada acción y en cada situación revelas a Dios y todas tus actividades se orientan hacia Él.

De Dios y no a de ti depende el valor de tus obras, pues tu eres simplemente el agente.

Si tu objetivo es Dios y sólo Él, entonces Dios realiza tus obras y nada puede perturbarte, ni la sociedad, ni las situaciones, i persona alguna; porque no ambicionas, ni buscas, ni deseas nada fuera de Dios, a quien te entregas con exclusividad.

Y así como la multiplicidad de las cosas no puede distraer a Dios, tampoco a ti, pues estás en Él en quien todas las cosas se unen y logran su perfección.

**En el curso del día.**

Que todas mis acciones se orienten a Dios.

**Al terminar el día.**

¿En qué momento te sentiste hoy más cerca de Dios?

Revive ahora ese momento.

¿Cuándo te sentiste hoy más lejos de Dios?

Al hacerlo, imagina que en este momento estás lo más cerca posible de Dios.

**Oración de la noche.**

Señor, haz que todas mis acciones hablen de Ti.

Haz que i corazón sólo te muestre a Ti, y que mis palabras sólo te proclamen a ti.

**CUARTO DÍA.****Al comenzar el día****LA UNIDAD DE PENSAMIENTO LO ES TODO.**

Aprende a Dios en todas las cosas, y acostumbra a tu mente a tenerlo siempre presente en tus sentimientos, pensamientos y deseos.

Fíjate cómo piensas en Dios. Trata de pensar en Él en todas partes, de la misma manera como lo piensas cuando lo sientes particularmente cercano. Lleva a Dios contigo en las multitudes y en los avatares del mundo secular.

No quiero decir con esto que los lugares públicos sean más importantes que la iglesia, o que los negocios sean más importantes que la meditación.

Conserva, sin embargo, en todos tus asuntos el mismo espíritu, la misma confianza y el mismo celo por Dios.

Si mantienes esta ecuanimidad en todas las cosas, nada podrá separarte de su presencia.

Pero si no eres consciente de la presencia de Dios y tienes siempre que estar leyendo libros sobre Él, escritos por este o aquel autor, o tienes que encontrarlo gracias a métodos, personas, lugares o técnicas especiales, ciertamente no has aún encontrado a Dios.

Te desviarás con facilidad, pues aún no buscas ni piensas ni amas sólo a Dios. De este modo, todo puede volverse un tropiezo para ti: las buenas y las malas compañías, la iglesia o el mercado, y no sólo las palabras y obras malas, sino también las palabras y las obras buenas.

Tu dificultad radica en que Dios no es todavía para ti.

Si Dios fuese todo para ti, te sentirías a gusto dondequiera que estuvieses y en medio de todo el mundo.

Estarías en Dios y nadie podría perturbarte o detener la obra que Dios realiza en ti.

#### **En el curso del día.**

Si Dios fuese todo para mí, nada podría perturbarme.

#### **Al terminar el día.**

Dedica un momento para recordar cuándo te sentiste hoy más cerca de Dios. Deja que tu experiencia se ensanche a recordarlo. Ahora imagínate teniendo ese mismo sentimiento de cercanía en otros momentos del día.

¿Cambian las cosas?

#### **Oración de la noche.**

Señor, Tú siempre estás cerca de mí, aunque yo no esté cerca de Ti ni sienta tu presencia.

Con la certeza de que Tú me guías a donde Tú quieres lo mejor para mí, déjame estar contento con mi actual condición espiritual.

### **QUINTO DÍA.**

#### **Al comenzar el día.**

#### **POSEER VERDADERAMENTE A DIOS.**

¿Qué significa poseer verdaderamente a Dios?

Esa posesión se fundamenta en el corazón y supone una conversión interior e intelectual hacia Dios. No depende de ningún método específico de contemplación; esto sería para la naturaleza una aspiración imposible; sería muy difícil y además no sería ni siquiera lo mejor de todo. No te sientas satisfecho con el Dios de tu pensamiento, porque cuando ese pensamiento desaparece de tu mente, también desaparece el Dios que has concebido.

Lo que quieres tener no es tu idea de Dios, sino más bien la realidad de Dios tal como es, que está por encima de todo pensamiento humano y de toda criatura. Cuando nos abrimos a Dios tal como es, Dios no se desvanece, a no ser que voluntariamente nos separemos de Él.

Cuando te abres a la divinidad de Dios y a su trascendencia, cuando permites que la realidad de Dios entre en ti, Él lo ilumina todo. Todo tiene el sabor de Dios y lo manifiesta. Él brilla continuamente en tu corazón. Llegarás a tener parte en el desasimiento, en la indiferencia y en la visión espiritual de quien constituye el gozo de tu corazón: el Dios siempre presente,

Sufrirás de verdadera sed y aunque tengas otras preocupaciones querrás beber. Mientras estás sediento desearás beber, no importa dónde estés, ni con quién estés, ni cuáles sean tus intenciones, pensamientos o actividades. Cuanto mayor sea la sed, más fuerte y profunda sea la esperanza de beber.

#### **En el curso del día.**

Todo tiene el sabor de Dios.

Dios brilla en todas las cosas.

**Al terminar el día.**

Descansa por uno o dos minutos. Imagina que, con cada exhalación, el día se va acabando.

Imagina que Dios entra en ti con cada inhalación.

Hoy ¿cómo has saboreado a Dios?

¿Dios cómo ha brillado hoy para ti?

**Oración de la noche.**

Dios bondadoso, toda tu creación brilla con tu esplendor.

Que yo pueda respirar esa gloria de manera que sea transformado por Ti y me sumerja completamente en tu esplendor.

**SEXTO DÍA.**

**Al comenzar el día.**

**EL ARTE DE LA ORACIÓN.**

Supón que amas algo con todo tu ser, de modo que nada ni nadie fuera de ello pueda darte alegría. Lo que amas siempre estará en tu pensamiento, dondequiera y con quienquiera que estés. Por doquier lo verás y cuanto más crezca tu amor, más intensamente lo verás en todas partes y en todas las personas. Nunca pensarás en descansar porque nunca estarás cansado de amarlo.

De la misma manera, cuanto más vemos en Dios todas las cosas, más se complace Dios con nosotros.

Ver las cosas de esta manera exige disciplina y amor, interés por el camino espiritual y un examen honesto y vigilante de la forma como percibes a las personas y a las cosas. Esta disciplina no puedes aprenderla apartándote del mundo; sin embargo, debes aprender a cultivar una soledad interior dondequiera y con quien te encuentres. Debes aprender a mirar profundamente las cosas y a descubrir a Dios en ellas. Debes fijar en tu mente una fuerte imagen de Dios y conservarla allí siempre. Todo esto se parece al que quiere aprender un arte como la escritura.

Constantemente debes ejercitarte en ella por difícil que parezca, quiéraslo o no. Mediante una práctica asidua aprenderás a escribir y a adquirir el arte de la escritura. Con el tiempo aprenderás a escribir de corrido y con estilo.

El escriba perfecto no tiene permanente conciencia de su destreza, pero gracias a ésta crea su obra. Del mismo modo tú debes estar, sin esfuerzo alguno, compenetrado de la presencia divina. Sumérgete en la esencia de la creación pero déjala en paz.

En el curso del día.

Mira profundamente las cosas y descubre a Dios en ellas.

Al terminar el día.

Deja que las preocupaciones del día se alejen.

Concéntrate en tu respiración y simplemente ponle atención.

¿Cómo encontraste a Dios hoy en tu vida?

¿Cómo hubieras podido encontrarlo en ella?

Oración de la noche-

Bondadoso Dios, dame la disciplina de buscarte en todas las cosas y en todos aquéllos a quienes encuentro.

Enséñame que ningún minuto se pierde si reconozco que me acerca a Ti.

**DÍA SÉPTIMO.****Al comenzar el día.****ESPERANDO AL SEÑOR.**

Jesús nos dijo: “Estad siempre en vela, esperando al Señor”.

La gente vigilante siempre está lista, lista constantemente a recibir al esperado, siempre preparada para descubrirlo en todo lo que sucede, y nada sería tan extraño como no esperarlo allí.

Tener conciencia de esto exige un esfuerzo muy grande a nuestras facultades. Queremos encontrar a Dios presente en todas las cosas de igual modo; en la misma medida en una cosa como en otra. Es cierto que una obra se diferencia de otra, pero si adoptamos la misma actitud en cada una de nuestras obras, todas serán iguales. Ninguna obra es menos sagrada que otra.

Brillaremos con la luz divina tanto en el mundo secular como en el mundo sagrado.. Esto no significa que tengamos que actuar de una manera mundana, sino que debemos ver todo lo que nos suceda a la luz de Dios.

En la vida espiritual puedes adoptar dos opciones: aprender a tener a Dios en tu vida diaria y mantenerte en su presencia, o abandonar enteramente mundo. Pero puesto que esto último no es una opción real, debemos aprender a poseer a Dios en todo lo que hagamos, en cualquier obra y en cualquier circunstancia. Que nada te obstaculice esto.

Cuando estés empezando a recorrer este camino y tengas que relacionarte con otras personas, entrégate con todas tus fuerzas a Dios y colócalo firmemente en tu corazón.

Une todo tu ser a Dios y que nada te separe de él.

**En el curso del día.**

Trata de encontrar a Dios presente, de la misma, en todas las cosas.

**Al terminar el día.**

Hoy ¿dónde sentiste presente a Dios?

Ahora reproduce en tu imaginación aquellos momentos de ausencia como momentos de presencia.

¿Dios cómo se hace presente aun en la aparente ausencia?

**Oración de la noche.**

Señor, te doy gracias por haber estado presente hoy en mí.

Haz que llegue a sentir tu presencia en todo lo hago.

Haz que vea todas mis actividades llenas de Ti, y que comprendas que nada es ajeno a Ti.

**DÍA OCTAVO.****Al comenzar el día.****EL SIGNIFICADO DE LA BUENA VOLUNTAD.**

Mientras tengas buena voluntad es imposible perder a Dios. Ciertamente nos es fácil pensar que hemos perdido a Dios. Cuando piensas esto ¿qué debes hacer? Actúa con plena confianza y seguridad. Sigue obrando de esta manera aunque te halles en la más extrema desgracia, y mantén la misma actitud en todas las situaciones de tu vida. El mejor que puedo darte es asegurarte que encontrarás a Dios allí donde lo perdiste. Recuerda cómo te sentiste cuando lo poseíste por última vez y obra de la misma manera ahora, cuando crees que lo has perdido, y lo encontrarás de nuevo.

Hay gente que dice tener buena voluntad, pero no tiene la voluntad de Dios; quiere hacer su voluntad y llegar a enseñarle al Señor lo que él debería hacer. Ésto no es buena voluntad.

Busca en Dios su amantísima voluntad. Él quiere que renunciemos a nuestra voluntad.

San Pablo habló mucho con Dios, pero sólo cuando renunció a su voluntad y dijo: “Señor ¿qué quieres que yo haga?” Dios pudo hacer lo que necesitaba hacer.

Cuando el ángel se apareció a María, nada de lo que hablaron los dos pudo convertirla en la madre de Dios, pero tan pronto como ella renunció a su voluntad, llegó a ser la madre del Verbo eterno, quien se hizo su hijo por naturaleza.

Tú no puedes ser tu mismo si no renuncias a tu propia voluntad; y no puedes encontrar realmente a Dios a menos que renuncies a ella.

**En el curso del día.**

Señor, ¿qué quieres que yo haga?

**Al terminar el día.**

¿Cuándo estuviste hoy más lleno de ti mismo?

¿Cuándo estuviste más lleno de Dios?

Trata de recordar y explicar estas dos experiencias.

¿Cuál fue más satisfactoria para ti?

¿Cómo habría sido estar lleno de Dios en el momento en que estuviste lleno de ti mismo?

**Oración de la noche.**

Señor, ayúdame a entregarme totalmente a Ti.

Sé que mi felicidad se halla en Ti.

Ten paciencia conmigo y guíame.

Tengo plena confianza de que Tú estás en mí en todo momento.

**DÍA NOVENO.****Al comenzar el día.****SOMETER LA VOLUNTAD.**

Tú has oído de muchas personas que quieren tener grandes experiencias. Quieren que suceda esto o aquello y desean lo bueno. Pero esto no es otra cosa sino querer seguir la propia voluntad.

Entrégate totalmente a Dios y alégrate con lo que Dios hace.

Miles de personas han ido al cielo sin haber renunciado efectivamente a su voluntad.

La única verdadera voluntad es la que se confunde con la voluntad de Dios, sin que quede nada de la propia.

Cuanto más suceda así, más unido estás a Dios.

Dar un paso para someterse a la voluntad divina vale más que atravesar el mar prescindiendo de ella.

Cuando te confundes con Dios, si alguien te toca debe tocar primero a Dios. El se convierte en tu ropaje. Para tocarte a ti es preciso tocar primero tu vestido. Por grande que sea la dificultad, si viene a través de Dios, Él es el primero en ser afectado por ella.

Nunca mortal alguno llegó a sufrir, poco o mucho, si que Dios no se sintiera afectado.

Si Dios sufre algo, previendo el bien que de ahí te resulta; y si tu estás dispuesto a soportar lo que Dios soporta y aceptar lo que te llega de Dios, entonces lo que recibes se vuelve divino.

La vergüenza se vuelve honor, la amargura, dulzura, y la oscuridad se transforma en luz.

**En el curso del día.**

Dar un paso para someterse a la voluntad divina vale más que atravesar el mar prescindiendo de ella.

**Al terminar el día.**

Dedica unos pocos minutos para descansar y recuerda tu jornada.

¿Recuerdas momentos de renuncia?

¿Momentos en que podrías haber renunciado a ti mismo?

¿Qué te impidió hacerlo?

¿Te hubiera ayudado haber renunciado a ti mismo?

### **Oración de la noche.**

Señor, ayúdame a fundir mi voluntad con la tuya.

Protégeme y sé mi ropaje.

Que yo sea tu propiedad.

## **DÍA DÉCIMO**

### **Al comenzar el día.**

#### **TODO CONTRIBUYE PARA EL BIEN.**

Todo recibe de Dios su sabor y se vuelve divino. Pero cuando tu mente está trastornada todo traiciona a Dios. Todo participa del mismo sabor, y Dios es el mismo para ti en medio de los momentos más amargos o de los placeres más dulces.

La luz brilla en las tinieblas y allí la percibimos.

¿Para qué sirven la luz y el entendimiento si no se utilizan?

La gente tiene que ver la luz cuando sufre o se halla en las tinieblas. Cuánto más somos nosotros mismos, tanto más estamos despojados de nuestro yo. Quien se niega a sí mismo nunca se aparta de Dios en lo que hace. Si cometes, errores, si mientes, si haces el mal pero te apoyas en Dios, Él cargará con la culpa. Tales cosas no deben impedir nuestra acción. Nunca podremos en esta vida escapar de tales flaquezas y faltas. No puedes rechazar el buen trigo porque a veces las ratas lo invaden.

Para los amigos de Dios, el sufrimiento y las calamidades inesperadas pueden ser fructíferas, pues todas las cosas, incluso el pecado, pueden redundar en bien.

### **En el curso del día.**

Para quien se apoya en Dios, todas las cosas, incluso el pecado, redundan en bien.

### **Al terminar el día**

Después de descansar un poco y dejar atrás los problemas del día, mirar los momentos penosos de tu vida.

¿Qué significó Dios para ti entonces?

¿Viste la luz en medio de tu oscuridad?

¿Sólo más tarde pudiste reconocer la luz?

### **Oración de la noche**

Bondadoso Dios, ayúdame a reconocer que Tú estás conmigo en la luz y en la oscuridad, en la anchura y en la estrechez, en los buenos y en los malos momentos.

Quiero celebrar tu presencia en mi vida.

## **DÍA UNDÉCIMO**

### **Al comenzar el día**

#### **EL PECADO COMO OPORTUNIDAD**

Haber cometido pecado no es pecado si hay arrepentimiento.

Sin embargo, no aceptes cometer pecado, por ningún motivo.



Quien se apoya en Dios sabe que Dios, leal y amoroso, ha sacado al hombre de una vida pecaminosa y lo ha llevado a una vida divina; ésta es la motivación de quien busca a Dios. Cuando te niegas totalmente a ti mismo, renuncias completamente a ti mismo y tu renuncia multiplica el poder del amor.

Si estuviese bien afianzado en la voluntad de Dios, no hubieras querido que el pecado hubiese ocurrido. Ciertamente el pecado ofendió a Dios, sin embargo, al haberlo cometido te has comprometido a acrecentar tu amor. La humillación que experimentamos al pecar aumenta en nosotros el amor de Dios. Sólo para obtener del pecado lo mejor para ti, Dios permite que el pecado se atravesase en tu camino. Cuando te das cuenta del pecado y lo abandonas y te levantas, el Dios leal te mira como si nunca hubieras caído en él. Ni por un instante Dios permite que tus antiguos pecados pesen contra ti, y no le importa ni su número ni su tamaño. Dios no te los hace pagar aunque fuesen todos los pecados del mundo, y confiará en ti como lo hace con cualquier otra criatura. Si Dios te encuentra preparado, no se fija en los que fuiste antes.

Dios es un Dios del presente. Tal como te encuentra ahora, te acepta; no por lo que fuiste sino por lo que eres ahora. Dios soporta todo el mal, el pecado y la violencia que ahora y en adelante puedas cometer, con tal de hallar la ocasión de convencerte de su amor, de ganar tu afecto y gratitud y de hacer más ferviente tu lucha, todo lo cual suele ocurrir después del pecado.

### **En el curso del día.**

Dios me acepta, tal como ahora me encuentra.

### **Al terminar el día.**

Esta noche al concluir tu día, reflexiona sobre tus faltas o pecados.

¿Cómo te sientes con respecto a ellos?

¿Te desalientan?

¿Puedes pasarlos por alto?

¿Puedes verlos como formas de acercarte más a Dios?

Oración de la noche.

Señor, todo lo que me acontece en la vida puede ser un medio y una enseñanza para acercarme más a Ti.

Dame la confianza y la esperanza necesarias para que todo lo que me suceda me acerque a tu amor y a tu voluntad.

## **DÍA DUODÉCIMO.**

### **Al comenzar el día.**

### **DEL PECADO AL ARREPENTIMIENTO.**

Dios tolera y permite el pecado y con frecuencia nos permite pecar, porque sabe que por el pecado podremos superar nuestra presente condición. ¿Con quién tuvo el Señor más intimidad y a quien amó más que a sus discípulos? Sin embargo, ninguno de ellos se salvó de caer en pecado mortal. Todos fueron graves pecadores. Por las Escrituras sabemos que los mayores pecadores son quienes llegan a amar con más sinceridad a Dios. Incluso hoy día no oyes hablar de alguien que haya realizado grandes obras que no haya cometido antes grandes errores. A través de esa experiencia Dios quiere enseñarnos la inmensa compasión que tiene por nosotros y nos quiere exhortar a ser más humildes y leales.

Siempre que nos arrepentimos el amor se renueva y crece en nosotros.

¿Qué es arrepentirse? Hay una forma de arrepentimiento que es terrenal y que nos sumerge en mayor aflicción, nos lleva al lamento y nos entrega a la duda. Ese arrepentimiento nos hunde en la miseria y no conduce a ninguna parte. En cambio, el arrepentimiento divino es completamente

distinto. Insatisfechos con nosotros mismos, nos volvemos hacia Dios y damos la espalda a todos los pecados con inquebrantable voluntad. Al elevarnos hacia Dios ganamos en seguridad y disfrutamos de una alegría espiritual que nos eleva por encima de toda miseria y nos une con Dios. Y cuanto más débiles y pecadores somos tanto más sentimos el deber de vincularnos a Dios mediante un puro amor.

**En el curso del día.**

Siempre que nos arrepentimos el amor se renueva y acrecienta en nosotros.

**Al terminar el día.**

Cuando hayas descansado de tu jornada de trabajo, dale una mirada a las dos clases de arrepentimiento. ¿Cuál se acomoda mejor a tu modo de ser?

Imagínate a ti mismo arrepintiéndote de acuerdo con la segunda forma, con alegría y confianza.

**Oración de la noche.**

Dios de amor, todos los caminos y los acontecimientos sólo conducen a Ti. Enséñame a ver todas las cosas como un regalo tuyo y a acercar a Ti toda la creación.

**DÍA TRECE****Al comenzar el día.****CONFIANZA Y ESPERANZA.**

Cuanto más graves consideres tus pecados, tanto más dispuesto estará Dios a perdonarlos y a entrar en tu alma para expulsarlos; porque cada uno se preocupa por extirpar lo que le parece odioso. Cuanto mayores sean tus pecados tanto más feliz estará Dios en perdonarlos y cuanto más desagradable le sean más rápido los perdonará. Cuando tu arrepentimiento llegue hasta Dios, tus pecados se hundirán en el abismo de Dios con mayor rapidez que en un abrir y cerrar de ojos. Si tienes gran esperanza y confianza en Dios demuestras un amor perfecto y verdadero.

La confianza es la mejor prueba de que se tiene un amor pleno. Tú tienes confianza cuando amas al otro con todo tu corazón. Si pones toda tu confianza en Dios, Él se convierte en tu mejor garantía y tu confianza será mil veces recompensada. Así como tú nunca puedes amar demasiado a Dios, tampoco podrás jamás confiar demasiado en Él. Lo mejor que puedes hacer es poner toda tu confianza en Dios, quien nunca abandona a quien se le entrega con confianza. Él, por medio de ti, realiza grandes cosas. Cuando tenemos una gran confianza comprendemos que ella es fruto del amor, el cual no sólo la produce sino que posee además un saber real y una seguridad absoluta.

**En el curso del día.**

La confianza es lo que mejor prueba la plenitud del amor.

**Al terminar el día.**

Después de reposarte piensa qué tanto confías en Dios.

¿Qué te ha servido para aumentar tu confianza?

¿Qué obstaculiza ahora tu confianza?

¿Cómo se transmite la confianza a otras personas?

¿En qué confías?

**Oración de la noche.**

Gran Dios,  
Tú eres mi esperanza,  
Tú eres mi confianza,

Tú eres mi amor.  
Mi vida está en tus manos.  
Muéstrame cómo  
Quieres que yo viva  
Para estar más cerca de Ti.

**DÍA CATORCE.**  
**Al comenzar el día.**

**SEGURIDAD EN LA VIDA ETERNA.**

Podemos tener dos formas de conocer lo relativo a la vida eterna. Una consiste en el conocimiento que deriva de lo que Dios mismo nos revela, esto ocurre raras veces. La otra es más útil y más frecuente entre las personas que aman plenamente: se apoya en el amor que le tenemos a Dios y en nuestra intimidad con Él que de tal manera nos unen a Dios que nos hacen confiar plenamente en Él y amarlo en todas las criaturas sin distinción alguna.

El amor implica confianza en el bien, y cuando descubres que Dios es tu amigo sabes lo que es bueno para ti y lo que te hace feliz. Tienes que estar seguro de que por más que ames a Dios, Él te amará infinitamente más y confiará mucho más en ti, porque Él mismo es la confianza que nos permite confiar en Él. La confianza perfecta y el amor no pueden coexistir con el pecado, antes bien lo ocultan completamente. El amor no sabe nada de pecado. El amor lo borra y lo hace desaparecer como si nunca hubiese existido. Lo que Dios hace lo lleva a cabo totalmente, como una copa que rebosa. Él siempre prefiere perdonar mucho que perdonar poco, y ni el pecado ni cosa alguna puede ser un obstáculo para su amor. Además, Dios valora de la misma manera a quienes lo aman, aunque sus pecados sean muchos o pocos. Al que mucho ama, mucho se le perdona, como lo dijo nuestro Señor.

**En el curso del día.**  
Dios es la confianza que nos permite confiar en Él.

**Al terminar el día.**  
Revisa hoy tu día y en tu imaginación duplica la confianza que tuviste. ¿Cómo hubiera sido entonces tu jornada?

**Oración de la noche.**  
Señor, condúceme por la senda de la confianza en Ti.  
Ayúdame a ver que la confianza que tengo en Ti no es otra cosa sino Tú mismo que te entregas amorosamente a mí y a toda la creación.

**DÍA QUINCE**  
**Al comenzar el día.**

**LA VERDADERA PENITENCIA.**

Muchas personas piensan que para hacer penitencia deben realizar cosas extraordinarias como ayuna, caminar con los pies descalzos y cosas por el estilo. Sin embargo, la mejor penitencia es huir completamente de todo lo que no es Dios ni divino ya sea en ti mismo o en las criaturas. La verdadera penitencia es mirar a Dios de frente con amor constante, de manera que todo lo que pensemos y nos produzca gozo esté lleno de Dios.

Cuanto más actúas así, más real es tu arrepentimiento; ésa es la conversión verdadera y se aprecia mejor a la luz de la pasión de Nuestro Señor. Cuanto más a imites, tanto más desaparecerán tus pecados, junto con el dolor que le producen.

Que el proyecto de tu vida sea imitar a Jesús, hacer lo que Él hizo y no hacer lo que se negó a hacer, imitar su vida y su pasión. Piensa siempre en Él, tal como Él ha pensado constantemente en nosotros. Esta penitencia no es sino un estado de ánimo que pone sólo a Dios por encima de todas las criaturas. Practica con fidelidad cuantas técnicas o ejercicios te ayuden a hacer eso. Ponle término a cuanto impide este estado de ánimo y no te preocupes si tienes que descuidar tu penitencia. A Dios no le interesa lo que tú haces sino la calidad de tu amor y la disposición de ánimo que apoya tus acciones.

**En el curso del día.**

La verdadera penitencia consiste en mirar a Dios de frente con amor constante.

**Al terminar el día.**

Dedica un tiempo para reflexionar sobre aquellas cosas que en tu vida te acercan más a Dios.

¿Qué cosas te separan de Dios?

¿Cómo podrías incrementar las cosas que te acercan a Dios?

**Oración de la noche.**

Señor, ayúdame a dejar todo lo que me hace sentir lejos de Ti.

Acércame cada vez más a Ti.

Que todas mis acciones estén llenas de amor y entrega, de modo que los demás puedan conocer tu gloria.

**DÍA DIECÍSEIS****Al comenzar el día.****HALLANDO TU CAMINO.**

A veces las gentes se angustian y descorazonan cuando contemplan las vidas de Jesús y de los santos; piensan que no son tan santas como ellos y que ni siquiera se sienten movidas a serlo. Al no considerarse dentro de ese grupo piensan que están muy alejadas de Dios y no confían en poder ser discípulos.

Jamás pienses de esta manera.

Nadie, nunca, está separado de Dios, ni por sus imperfecciones ni por sus debilidades ni por cualquier otra razón.

Y si por alguna circunstancia te sientes rechazado por los demás, piensa entonces de manera especial que Dios está cerca de ti y que te hace mucho daño pensar que Dios está lejos. Sea que te apartes de Él o que te acerques a Él, nunca te abandona. Dios siempre está presente, y si no ha podido entrar aún en tu vida, no está muy lejos de tu puerta.

Consideremos ahora la vida ardua y difícil del discipulado. En primer lugar, mira exactamente lo que Dios te pide hacer. Él no llama a todo el mundo a recorrer el mismo camino. Puede ser que tu camino más corto no sea el de las obras o de las privaciones; que, después de todo, pueden carecer de importancia, a no ser que Dios te las exija particularmente. En este caso te dará la fuerza para recorrer ese camino sin perjuicio para tu vida espiritual. Pero si ése no es tu camino tranquilízate y sigue adelante. Puedes admirar la vida de los guerreros espirituales, pero de nada te sirve envidiarlos o desear ser como ellos. Simplemente no es tu camino.

**En el curso del día.**

Nadie, nunca, está separado de Dios.

**Al terminar el día.**

Dedica un tiempo a reflexionar si alguna vez dejaste de acercarte a Dios porque no pudiste asemejarte a alguien a quien consideraste santo.

Ahora reflexiona sobre el camino que Dios te pide seguir.

¿Puedes transitar por ese camino?

De ese camino ¿qué te atrae y qué te produce temor?

### **Oración de la noche.**

Soberano Dios, te doy gracias porque me das la seguridad de que nunca te alejarás de mí. Ayúdame a encontrar el camino que me has señalado y dame el coraje para seguirlo.

## **DÍA DIECISIETE**

### **Al comenzar el día**

#### **NECESIDAD DE INTELIGENCIA.**

Quizás piensas que el camino de Jesús es el mejor y que siempre debemos seguirlo. Es cierto, pero debemos seguirlo con inteligencia y no simplemente imitando sus acciones. Por ejemplo: Jesús ayunó durante cuarenta días y cuarenta noches. A nadie se le pide imitarlo literalmente. Como en muchas cosas que hizo, tenía la intención de que lo siguiéramos según el espíritu, no según la letra.

Siempre debes usar tu inteligencia en tu camino espiritual. A Jesús le interesa más tu amor que tus obras.

A Cristo debes seguirlo a tu manera. Pero, ¿qué significa esto?

Que cada persona debe determinar individualmente las técnicas específicas y el régimen que es preciso adoptar para seguirlo. La acción acompañada de inteligencia es preferible a la imitación literal.

Jesús ayunó cuarenta días. Imítalo concentrando la atención en algún mal hábito tuyo, esforzándote en no caer en él. Pero ¡ten cuidado! Es preferible que abandones ese hábito sin lamentarlo que abstenerte totalmente de la comida. No olvides que a menudo es más duro reprimir una palabra airada que dejar de hablar, más duro estar solo entre la multitud que en un desierto, más duro terminar una tarea pequeña que una importante. A través de tus debilidades puedes seguir a Jesús y no debes pensar que Él se halla lejos de ti.

### **En el curso del día**

Debo seguir a Cristo a mi manera.

### **Al terminar el día.**

Descansa por unos pocos minutos y reposa lo que has hecho en el día. ¿Dónde tuviste hoy ciertas ideas de cómo deberías seguir a Jesús?

¿De qué mal hábito has querido liberarte?

¿Cómo podrías ir despojándote de ese hábito?

¿De qué manera podrás evaluar tu progreso?

### **Oración de la noche.**

Dios, ayúdame a ver el camino que has trazado para mí.

Abre mis ojos a lo que está ocurriendo en mi vida.

Dame la profundidad para ver lo que me retiene y la gracia para dejarlo.

## **DÍA DIECIOCHO**

### **Al comenzar el día.**

### **ENTRÉGATE A DIOS.**

No te preocupes por el vestido o la comida, pues pueden volverse demasiado importantes para ti. Educa, más bien, tu mente y tu corazón para estar por encima de ellos de modo que, a excepción de Dios, nada mueva tu espíritu.

¿Por qué?

Sólo un espíritu débil se deja mover por apariencias externas. Deja que tu interior guíe tu exterior, sólo así encontrarás contento.

Si eres rico, alégrate por ello, pero acepta de buena gana lo contrario.

Adopta la misma actitud con respecto a la comida, los amigos, la familia, la salud o con todo aquello que Dios te dé o te quite.

Entrégate a Dios y deja que Él te dé lo que quiera. Acepta con alegría y gratitud lo que te den y tómalo como un don de Dios, sea que lo hayas escogido o no. Reconoce que al recorrer ese camino estás siguiendo lo que Dios quiere de ti. Aprende gustosamente de Dios en todos los acontecimientos. Seguir sólo a Dios es andar por la senda recta.

Con tal espíritu de ánimo puedes saborear fama y comodidades, y aceptar la infamia y la miseria si llegasen a atravesarse por tu camino. Come con alegría y pura conciencia, y si quieres ayunar mantén el mismo espíritu.

Ésta es probablemente la razón por la que Dios llena de molestias y sufrimientos a quienes más quiere, de otro modo su inmensa bondad no lo podría permitir. Las bendiciones que brotan del sufrimiento son muchas e inmensas.

#### **En el curso del día.**

Aprende de Dios en todos los acontecimientos.

#### **Al terminar el día.**

Una vez más piensa esta noche en el camino que Dios te ha propuesto.

¿Cuáles son los problemas que debes trabajar ahora mismo?

¿Cómo crees que puedes trabajar esos problemas?

#### **Oración de la noche.**

Señor, ayúdame a contentarme con lo que soy y con lo que hago en la vida.

Líbrame de toda preocupación ajena a lo que quieres de mí.

Déjame ver mis faltas y ayúdame a superarlas.

### **DÍA DIECINUEVE**

#### **Al comenzar el día**

#### **CONFORMASE A CRISTO**

Si bien Dios no quiere privarte de las cosas buenas, a veces las retiene de modo que te quedes solamente con la buena voluntad de Dios. Con tal que Dios esté contento, alégrate con lo que sucede. En tu vida interior únete de tal manera a la voluntad de Dios que no te preocupen ni los métodos ni las obras. Cuídate de toda peculiaridad en la ropa, en la comida y en las palabras. No uses palabras grandilocuentes ni adoptes gestos extraños que ciertamente no sirven para nada.

Ser discípulo de Jesús significa no buscar atraer la atención sobre sí mismo. Tú estás llamado a mostrar al mundo a Cristo, no tus propios atributos, sin embargo, habrá ocasiones en que te destagues en medio de la muchedumbre. Después de todo tú debes asemejarte en todas las cosas a Cristo de manera que los demás vean en ti la imagen divina, que es hoy el reflejo de Dios en el mundo. En todo lo que hagas busca asemejarte lo más posible a Jesús. Tu siembras, Cristo recoge la cosecha. Trabaja con gran esmero y con plena convicción y educa tu corazón y tu mente para presentar a Cristo al mundo siempre.

En el curso del día.  
Hoy soy para el mundo el reflejo de Dios.

Al terminar el día.  
Descansa por un momento respirando lenta y profundamente. Mira tu día ¿Cómo manifestaste a Cristo al mundo?  
Recuerda alguna situación en la que no manifestaste a Cristo.  
Imagina cómo podrías cambiarla, de manera que pudieras mostrarlo.  
¿Qué te impidió hacerlo?  
¿Qué ventajas traería hacerlo?

Oración de la noche  
Bondadoso Dios, quiero ser tu imagen para los demás de manera que todos conozcan tu gloria, tu amor y la paz que Tú otorgas.  
Muéstrame con mayor claridad a Jesús y ayúdame a conformarme a la imagen de Cristo.

## **DÍA VEINTE**

### **Al comenzar el día.**

### **DIOS, NUESTRO FUNDAMENTO**

Aunque Dios siempre es fiel, algunas veces permite que sus amigos padezcan y que el apoyo sobre el cual descansan se derrumbe.

Los que aman a Dios se deleitan mucho en vigiliias, ayunos y cosas parecidas porque en ello encuentran alegría, sostén y esperanza. De este modo las obras se convierten en su soporte.

Dios quiere, sin embargo, remover todo apoyo para convertirse en la única esperanza. Lo hace movido exclusivamente por la misericordia y la bondad, pues lo que Dios quiere no es otra cosa sino su propio bien, y ninguna acción nuestra podrá ejercer sobre Él la mínima influencia.

Los amigos de Dios deben abandonar todas las ideas de ayunos y vigiliias y cosas parecidas y remover todo apoyo, para que sólo Dios seas su sostén.

Dios quiere proporcionar los bienes abundantemente, pero sólo como prueba de su libre bondad, de modo que sólo Él sea para nosotros el ancla, y que al sentir nuestra nada podamos experimentar la extraordinaria generosidad del Señor.

Cuanto más inermes y pobres seamos al pedir la ayuda de Dios, más profundamente nos internaremos en Dios y más sensibles seremos a sus preciosos dones.

Sólo Dios debe ser nuestro apoyo. Dios y sólo Dios, nuestra esperanza.

### **En el curso del día.**

Sólo Dios es mi ayuda y mi sostén.

### **Al terminar mi día.**

Recuerda un momento o un acontecimiento de tu vida en el que te hayas sentido sin piso. Revívelo en tu memoria. ¿Cómo te sentiste en ese momento?

Mirando hacia atrás y a partir de tu situación actual ¿puedes sentir en aquel acontecimiento la presencia de Dios.

¿Puedes ver cómo esa terrible experiencia te acercó a Dios y te hizo depender más de Él?

### **Oración de la noche.**

Señor, tu eres mi ancla y mi esperanza.

Acércame a Ti

Y permite que sólo me adhiera a Ti.

En tu bondad ayúdame a liberarme de todos los apoyos que tengo y a unirme sólo a Ti, esperanza mía.

## **DÍA VEINTIUNO**

### **Al comenzar el día.**

#### **LA VOLUNTAD DE DIOS Y LA NUESTRA.**

Tenemos que aprender a no buscar en nada nuestro propio interés; el interés de Dios es lo único que debe preocuparnos.

Dios no nos da los dones para que nos apeguemos a ellos y encontremos en eso nuestra satisfacción. Dios concede todos los dones, los celestiales y los terrestres, con el propósito de que sea mejor recibido el don por excelencia. Y ¿cuál es ese don?

Es Dios mismo.

Con los dones que nos concede, Dios sólo trata de prepararnos para el don que es Dios mismo. Cuanto Dios ha realizado en el cielo o en la tierra fue hecho con miras a ese único don: la plenitud de nuestra felicidad.

Tú tienes que aprender a ver a Dios detrás de cada favor y de cada acontecimiento y nunca debes encontrar tu satisfacción en las cosas mismas. En este mundo no existe lugar de descanso para nadie ni par los más santos. Siempre debes estar listo a recibir los dones de Dios que se renuevan continuamente. Que sus dones te despojen del egoísmo y te ayuden a despreocuparte de lo que te pertenece. No desees nada para ti, nada, ni placeres, ni espiritualidad, ni el reino de Dios, ni nada que satisfaga tu voluntad. Dios nunca se da a aquél cuya voluntad está en desacuerdo con la suya.

Cuanto más te apartes de tu voluntad más penetrará Dios en ti. No basta entregarse una vez, debes hacerlo siempre, sólo así encontrarás la libertad.

### **En el curso del día.**

Yo veo a Dios detrás de todas las cosas.

### **Al terminar el día**

Descansa por unos minutos y revisa tu día.

Recuerda las veces en que viste a Dios en todas las cosas y percibiste lo que Dios quería para ti.

También recuerda aquellos momentos en que las cosas y los acontecimientos te envolvieron y no pudiste verlos como lo que Dios quería para ti.

### **Oración de la noche.**

Señor, ayúdame a liberarme de mis propios planes y deseos. Enséñame a quererte sólo a Ti y a desear tu voluntad.

## **DÍA VEINTIDÓS**

### **Al comenzar el día.**

#### **LA PRÁCTICA DE LA ENTREGA**

No te sientas satisfecho con sólo pensar en las virtudes de la pobreza, la obediencia o la bondad. No. Muestra más bien sus frutos en tus acciones. Mira frecuentemente tu interior con el fin de que otros puedan también escudriñarte y ponerte a prueba. Tampoco es suficiente obrar virtuosamente siendo pobre o humilde o renunciando a ti mismo. Estas acciones deben volverse habituales.

Prácticalas hasta lograr la esencia de la virtud de modo que te sea natural obrar virtuosamente. Sólo serás completamente virtuoso cuando vivas sin ninguna prevención y realices grandes cosas sin pensar que ellas son importantes, cuando obres sola y simplemente porque amas el bien.



Practica el olvido de ti mismo hasta el punto de no retener nada como tuyo. Entrégate en cuerpo y alma a deshacerte totalmente de tu voluntad. Cuando te sientas desalentado y deprimido piensa si en ese momento eres tan fiel a Dios como cuando lo experimentas cercano. ¿Obras del mismo modo cuando sientes que Dios está cerca y te apoya que cuando te sientes abandonado y sin consuelo? Al amigo fiel cuya voluntad es constante, ningún tiempo le resulta demasiado breve. Pues cuando deseas hacer cuanto puedes –no sólo ahora sino por todo el tiempo de tu vida- tu voluntad equivale a todo lo que pudieras lograr en mil años: a los ojos de Dios ya lo has hecho todo.

**En el curso del día.**

Que yo viva y actúe movido por el amor al bien.

**Al terminar el día.**

Descansa por algunos minutos y revisa tu día. Piensa en aquellos momentos en que fuiste consciente de obrar movido sólo por el bien. ¿En qué momento dejaste de obrar así? ¿Puedes percibir qué se interpuso en tu camino? ¿Qué te hizo olvidar tu intención primera? No te culpes al hacer este ejercicio, sólo estás buscando examinar tu comportamiento.

**Oración de la noche.**

Soberano Dios, ayúdame a ver todo lo que se interpone entre mi voluntad y lo que quieres para mí. Líbrame de cuanto me separa de Ti y haz que sólo me una a Ti.

**DÍA VEINTITRÉS****Al comenzar el día.****ADHERIRSE A UN CAMINO**

Cuando emprendas algo nuevo –un nuevo trabajo, una nueva vida- ponlo en las manos de Dios. Pídele con toda tu fuerza y tu amor que te ayude a llevarlo a buen término de la forma que te parezca más adecuada y mejor. Asegúrate de no estar buscando tu propio interés sino tan sólo la voluntad de Dios. Entonces considera como respuesta lo que Dios disponga. Ello será lo más conveniente para ti y por eso deberás estar totalmente satisfecho. Quizás más tarde se te presente una nueva solución. Si eso sucede considérala como un nuevo camino que Dios te presenta. Confía en Dios en todo lo que haces, y emplea todas las cosas para unir tu voluntad a la suya. Dios siempre nos envía lo que es bueno y óptimo para nosotros, pero nos lo da de múltiples formas.

**En el curso del día.**

Todo lo que hago hoy se conforma con la voluntad de Dios.

**Al terminar el día.**

Eckhart habla de la necesidad de escoger un camino y de apropiárselo.

**Oración por la noche.**

Dios de mi esperanza, todos los caminos conducen a Ti.

Ayúdame a escoger mi camino y dame la paciencia para perseverar en él, en medio de todos los obstáculos, hasta que sólo pertenezca a Ti.

**DÍA VEINTICUATRO****Al comenzar el día.****EL CAMINO NO TOMADO**

Cundo adoptes una práctica espiritual o un camino, no te preocupes de que al hacerlo vas a perder algo. Si estás con Dios nada te faltará. Así como es improbable por naturaleza que Dios carezca de algo, es improbable también que nos falte algo cuando estamos unidos a Dios.

Sigue, pues, tu propio camino tal como te lo da Dios y confía en que ese camino incluirá todos los buenos caminos. Pero si no eres capaz de reconciliar un camino con otro, tómalo como signo cierto de que uno de los dos no es de Dios.

Un bien no entra en conflicto con otro cuando un bien mayor choca con uno menor, uno de ellos no es de Dios. Dios construye, no destruye. Lo cierto es que Dios siempre da lo mejor a todos y nunca acepta que una persona esté caída cuando puede estar erguida. La sabiduría divina discierne lo que es mejor para cada uno.

Tú podrías preguntar: Si Dios sabe lo que es mejor ¿por qué no se lleva a una persona en la infancia si sabe que más tarde ella caerá en pecado? Ciertamente Dios no destruye nada que es bueno por el contrario, Dios perfecciona y lleva a plenitud la naturaleza, nunca la destruye. La gracia no reemplaza la naturaleza sino que la perfecciona. Somos libres de escoger entre el bien y el mal. Dios nos señala las consecuencias del bien del mal, de la vida y de la muerte, pero mantiene nuestro libre albedrío.

#### **En el curso del día.**

Dios construye, no destruye.

#### **Al terminar el día.**

Sigue reflexionando sobre el camino que Dios quiere que recorras. ¿Existe algún conflicto entre los diferentes caminos, o es asunto de escoger uno u otro?

Si hay conflicto, trata de discernir cuál te lleva realmente a Dios.

#### **Oración de la noche.**

Señor, muéstrame el camino que quieres para mí y haz que en él encuentre mi alegría. Cuando esté en peligro de descarriarme, hazme entender que ése es mi camino y que sólo si lo sigo fielmente llegaré a casa.

### **DÍA VEINTICINCO**

#### **Al comenzar el día**

#### **EL MUNDO INTERIOR Y EL MUNDO EXTERIOR.**

Si te retiras a tu mundo interior, empleando todas tus potencias, puedes llegar a un estado en el cual no tengas ideas ni restricciones, en el cual existas sin actividad alguna interior o exterior.

Cuando suceda esto, pregúntate si quieres regresar a la misma antigua vida. Si no lo deseas sal de este estado y vuelve a algún tipo de trabajo, mental o físico. Nunca cedas a este deseo por agradable que parezca. Tales estados no son naturales, no estás actuando tú sino que estás siendo actuado. No se trata, pues, de un trabajo espiritual ya que éste supone aprender a cooperar con Dios.

Esto no significa tener que abandonar la vida interior, no. Más bien debes aprender a trabajar en el crecimiento espiritual de modo que la unidad conseguida se convierta en acción en el mundo y que esa acción externa te conduzca a la unidad interior. Siguiendo este programa aprenderás a ser libre, no tendrás que apegarte a nada ni huir de nada. Concentra tu atención en tu vida interior y desde allí sal al exterior. Si, por algún motivo, tu vida en el mundo entra en conflicto con tu trabajo interior, dedícate a tu interior. Idealmente ambos mundos deberían marchar juntos, en ese caso estarías trabajando con Dios.

#### **En el curso del día.**

Trabajar espiritualmente es aprender a cooperar con Dios.

**Al terminar el día.**

Esta tarde, tras el descanso, considera las dimensiones interna y externa de tu vida y de tu trabajo. ¿Olvidas una dimensión a expensas de la otra? ¿Te das cuenta de que el movimiento hacia delante y hacia atrás que aconseja Eckhart es el ritmo verdadero de la espiritualidad? ¿Cómo funciona en tu vida espiritual ese entrar y salir?

**Oración de la noche.**

Amoroso Dios, ayúdame a sentir tu presencia sea que mi atención se dirija a mi interior o hacia el mundo exterior. Enséñame el ritmo para entrar en casa y salir de ella. No me dejes caer en una vida parcializada.

En todas las cosas acércame a Ti.

**DÍA VEINTISÉIS****Al comenzar el día.****EL SER Y LA NADA**

Exactamente ¿de qué manera alguien “trabaja con Dios”?

Lo logras desprendiéndote de tu yo y de tus propios esfuerzos. La única acción del camino espiritual es anular el yo; sin embargo sin la ayuda de Dios no es posible lograrlo. Si no es con ella la anulación siempre será imperfecta. La humildad logra su objetivo sólo cuando Dios nos humilla por medio de nosotros mismos. Sólo entonces encontramos la paz y la real felicidad. Esa humillación de la humanidad es, al mismo tiempo, exaltación de Dios. “El se humilla será ensalzado”.

La humillación no es algo separado de la exaltación. La altura máxima de exaltación se halla exactamente en los más profundos abismos de la humillación. Cuanto más profundos los valles más elevadas las montañas circundantes. Altura y profundidad son efectivamente la misma cosa. Cuanto más te humillas más serás exaltado. Jesús dijo: “ El mayor entre vosotros que sea el servidor de los demás”. Quien quiera ser lo primero debe ser también lo segundo. Para ser aquello, debes ser esto. Servir es llegar a ser grande, de modo que el servidor es realmente el más grande de todos. De ese modo se cumplen las palabras del evangelista: “El que se humilla será exaltado”. Nuestro ser en plenitud depende de nuestro dejar de ser.

**En el curso del día.**

Ser plenamente depende de dejar de ser.

**Al terminar el día.**

Después de haber descansado algunos minutos respirando lentamente, reflexiona sobre la tensión que existe entre humillación y exaltación, ser y no ser, esclavitud y dominación. ¿Qué sentido tiene esto para ti? ¿Confías en esto aunque por el momento no tenga sentido para ti? ¿Qué experiencias te ayudan a confiar en ello?

**Oración de la noche.**

Querido Dios, ayúdame a servirte en todo. Hazme entrar en las paradojas del camino espiritual y consuélame cuando mi fe sea débil, así como me llenas de esperanza cuando mi fe es fuerte.

**DÍA VEINTISIETE****Al comenzar el día****LA POBREZA ESPIRITUAL**

La Escritura dice: “Se han enriquecido con todas las virtudes”. Esto es imposible conseguirlo a menos de ser pobres en todas las cosas materiales. Para poder llegar a poseerlo todo, debes, en primer lugar, despojarte de todo. Esto es un trato justo, hermoso, y, cuando reflexionas en ello, es efectivamente una verdadera ganga.

Si Dios se nos da como don y, además, nos da todas las cosas para que sean libre propiedad nuestra, debe privarnos de todas nuestras posesiones. No es correcto conservar ni siquiera la brizna de polvo que pueda entrar en nuestros ojos.

Todos los bienes de Dios ya sean dones de la naturaleza o de la gracia, o fueron creados para ser considerados como exclusiva propiedad privada. Ni tu madre ni ninguna persona fueron excepción. A menudo y para darnos una lección, Dios nos priva tanto de los bienes físicos como espirituales. Debemos considerar que lo que tenemos no nos ha sido dado sino tan solo prestado. No tenemos derecho de propiedad sobre nada: ni el cuerpo, ni el alma, ni la mente ni las potencias, ni los bienes o la fama, ni los amigos o parientes, ni los bienes materiales. ¿Por qué obra Dios de esta manera? Porque quiere que seamos exclusivamente suyos. En esto reside su principal alegría y su mayor gozo y cuanto más vivimos sólo por Él, más gozo experimenta. Cuanto más acumulamos para nosotros, tanto menos lo poseemos a Él y cuanto menos sea nuestro apego a todas las cosas, tanto más lo tendremos a Él y con Él todas las cosas.

#### **En el curso del día.**

Todo lo tengo, es prestado, no dado.

#### **Al terminar el día.**

Después de un breve descanso piensa en tu actitud con respecto a las posesiones, al talento, a la salud y a la vida misma.

¿Le crees a Eckhart? ¿Por qué dudas de sus enseñanzas en este punto? ¿Qué te llama la atención de su enseñanza?

#### **Oración de la noche.**

Maravilloso Señor, Tú eres cuanto yo deseo, tengo y busco. Me pongo en tus manos con la confianza de que me conducirás al lugar en el que Tú eres todo en todas las cosas.

### **DÍA VEINTIOCHO**

#### **Al comenzar el día.**

#### **POBRE DE ESPÍRITU**

Si te niegas a ti mismo Dios será tuyo más de lo que te puede pertenecer cualquier cosa. Dios será tuyo con todo lo que Él te puede ofrecer ni más ni menos. Te pertenecerá mil veces más que cualquier propiedad que hayas poseído y guardado en una caja fuerte. Dios y todo cuanto es suyo te pertenecerá a ti como nunca cosa alguna te ha pertenecido. Esta propiedad divina la ganamos simplemente rechazando en este mundo todo lo que no sea Dios.

Cuanto más completa y perfecta sea nuestra pobreza espiritual, tanto más aumenta nuestra posesión de Dios. No pienses, sin embargo, que esto es una especie de recompensa, como si se tratase de un beneficio o de un premio para ti. Todo se busca por el amor a la virtud, como lo dice Pablo: El que no tiene nada, lo posee todo”. No tienes propiedad cuando no quieres nada ni pretendes adquirir nada, ni en ti mismo ni con respecto a las cosas del mundo. Cuando ni siquiera deseas poseer a Dios.

¿Qué es entonces ser verdaderamente pobre de espíritu?

Es vivir prescindiendo de todo lo que no es esencial. Si puedes prescindir de todas las cosas porque no las necesitas, serás más feliz que si las posees y las consideras necesarias. Alguien entra realmente al reino de Dios cuando tiene la suficiente sabiduría para dejar todo por causa de Dios.

**En el curso del día.**

Quien nada posee, lo tiene todo.

**Al terminar el día.**

Descansa por unos minutos y empieza luego a examinar cuál es tu actitud hacia las cosas. ¿Eres posesivo? ¿Con las cosas, con las personas, con la salud? ¿Hay aspectos de tu vida con respecto a los cuales adoptas una actitud de desprendimiento semejante a la que describe Eckhart? ¿Te imaginas qué sería tomar una actitud de desprendimiento?

**Oración de la noche.**

Señor, haz que tenga sed sólo de Ti.

Líbrame de cuanto me ata, de modo que confíe en que sólo en Ti puedo hallar la plenitud y la felicidad.

**DÍA VEINTINUEVE****Al comenzar el día.**

Tú podrías decir que tus debilidades te impiden seguir este camino. Pues bien, pídele al Señor que retire de ti esas flaquezas y debilidades, si ésa es su voluntad. No puedes escapar de su alcance. Si las retira, dale gracias a Dios, pero si no, sopórtalas por Dios. No las consideres faltas, sino míralas como un ejercicio que te permitirá crecer y adquirir la paciencia.

Alégrate con lo que Dios te da. Confía en que Dios nos da a todos lo óptimo y lo que más necesitamos.

Un vestido no le queda bien a todo el mundo, es necesario que corresponda a las medidas de cada cual. Así sucede también con nuestro camino hacia la santidad. Si confías en Dios te darás cuenta de que tienes lo suficiente tanto en tiempos de escasez como en tiempos de abundancia. En toda circunstancia conténtate con la voluntad divina, y agradece que su voluntad se haga, de modo que para ti esto sea más importante que cualquier otra cosa que pudiera darte.

Al vivir así todo se convierte en un don y todo es Dios para ti. Conténtate con todo lo que Dios hace, tanto cuando te da algo como cuando te lo quita, de modo que no exista diferencia alguna entre lo que eres ahora y la situación ideal que podrías imaginar para ti.

**En el curso del día.**

Para mí, todas las cosas son un don.

Para mí, todas las cosas son de Dios.

**Al terminar el día.**

Después de descansar, sigue pensando sobre la actitud de aceptación que empezaste ayer. ¿En qué aspecto de tu vida encuentras dificultad para aceptar tu situación?

¿Qué te gustaría cambiar?

¿Lo que ahora eres cómo podría ser la forma escogida por Dios para sacarte adelante?

Trata de ver tu vida presente como el camino especial que te conduce a Dios.

**Oración de la noche.**

Señor, que sepa contentarme con la vida que me has dado.

Muéstrame el camino en mi actual situación.

Dame fe para creer que Tú me has llamado tal como soy, y que esto basta para seguirte.

**DÍA TREINTA**

**Al comenzar el día.**

¿ES DE DIOS?

Quizás temes no entregarte lo suficiente a tu trabajo espiritual y ser indiferente con respecto a tu camino. Tómallo como un ejercicio, ten paciencia contigo mismo y tranquilízate. Dios es comprensivo y fácilmente tolera el fracaso con tal de que nosotros como amigos suyos nos sintamos en paz.

¿Por qué no habríamos de encontrar la paz con todo lo que Dios nos da o con todo lo que debemos dejar de lado? Por equivocados o indolentes que seamos, si aceptamos recibir de Dios lo que hace o no hace, precisamente porque viene de Él, entonces puede decirse que sufrimos por causa de la justicia y por ello somos bienaventurados. No te quejes, pero si insistes en quejarte hazlo sabiendo que aún no estás contento con tu suerte. Sólo si tienes demasiado, puedes lamentarte. La persona espiritual aprecia lo mismo las pérdidas que las ventajas. Pero ¿acaso Dios no obra especialmente a través de algunas personas más bien que a través de otras? ¡Alaba a Dios por eso! Si tú eres una de esas personas escogidas, acéptalo. Pero si no lo eres también debes alegrarte. Considera solamente a Dios y no te preocupes si Dios obra en ti o si lo haces tú, por tu cuenta. Si tu mente está en Dios. Dios obra en ti. No te pongas a hacer comparaciones. A la larga de nada sirve que alguien sea mejor en una cosa y que otro se destaque en otra cosa. Deja que Dios obre a través de ti y déjalo actuar. No te preocupes si la obra es tuya o de Él; naturaleza y la gracia son de Dios. ¿Qué te importa a ti cómo quiere Dios obrar?

Deja que Dios obre donde, cuando y como le plazca.

**En el curso del día.**

Tanto la naturaleza como la gracia son de Dios.

**Al terminar el día.**

Esta noche repasa los treinta días transcurridos.

¿Qué te ha enseñado Eckhart sobre la vida espiritual?

¿Cómo puedes poner en práctica esta enseñanza?

¿Cómo es tu vida un camino suficiente para llegar a Dios?

¿Cómo puede esta vida presente volverse una practica espiritual más consciente?

**Oración de la noche.**

Señor, te agradezco el don de la vida y te doy gracias por aceptarme como soy en mi camino hacia Ti.

Acompáñame en el viaje y siempre acércame a tu amor.

**Una palabra final.**

Este libro fue escrito para ser sólo una puerta. Una puerta hacia la sabiduría espiritual de un maestro preciso y una puerta que conduzca a tu propio camino espiritual.

Puedes llegar a la conclusión que Meister Eckhart es alguien cuya experiencia de Dios quieres seguir más de cerca y con mayor profundidad, en cuyo caso deberías conseguir el texto de sus obras completas. Recientemente se han publicado varias traducciones de ellas. Léelas y ora con ellas pues son una puerta a su mundo espiritual.

También puedes pensar que su experiencia no te ha ayudado.

No hay problema con esta conclusión. Existen muchos otros maestros. En alguna parte debe existir el maestro preciso para tu viaje del espíritu, que es especial y absolutamente único.

Una y otra vez durante estos treinta días, Eckhart te ha recordado que no existe un camino, que cada uno de nosotros tiene que hacer su propio viaje y que cada camino es de igual valor y utilidad. “Fíjate sólo en lo que Dios te pide hacer. No todos son llamados a Dios por el mismo camino.

FIN.

===