



La Cuaresma es un tiempo de gracia que nos invita a prepararnos para la Pascua, la fiesta más importante del año litúrgico. Pero ¿cómo vivir este tiempo de manera fructífera y profunda? ¿Qué significa prepararnos para celebrar la muerte y resurrección de Cristo? La respuesta nos la da el mismo Jesús, que antes de iniciar su ministerio público, se retiró al desierto durante cuarenta días, donde fue tentado por el diablo. Allí, Jesús nos enseñó cómo afrontar el combate espiritual que nos presenta la propia vida con sus retos, problemas, dificultades, tristezas, momentos de depresión; y cómo encontrar la esperanza propia de la vida cristiana que se consigue solo en el amor a Cristo.

El combate cristiano

La vida espiritual del cristiano no es pacífica, lineal y sin desafíos, al contrario, la vida cristiana exige un continuo combate: el combate cristiano para conservar la fe, para enriquecer los dones de la fe en nosotros. Un famoso dicho atribuido a Abba Antonio, el primer gran padre del monacato, dice así: “Quita la tentación y nadie se salvará”. Los santos no son hombres que se han librado de la tentación, sino personas bien conscientes de que en la vida aparecen repetidamente las seducciones del mal, que hay que desenmascarar y rechazar.

Todos nosotros tenemos experiencia de esto, todos: que te sale un mal pensamiento, que te vienen ganas de hacer esto o de hablar mal del otro... Todos, todos tenemos tentaciones, y tenemos que luchar para no caer en esas tentaciones. Si alguno de ustedes no tiene tentaciones, que lo diga, ¡porque sería algo extraordinario! Todos tenemos tentaciones, y todos tenemos que aprender a comportarnos en esas situaciones.

El examen de conciencia

Pero ninguno de nosotros está bien; si alguien se siente que está bien, está soñando; cada uno de nosotros tiene tantas cosas que arreglar, y también tiene que vigilar. Y a veces sucede que vamos al Sacramento de la Reconciliación y decimos, con sinceridad: “Padre, no me acuerdo, no sé si tengo pecados...”. Pero eso es falta de conocimiento de lo que pasa en el corazón. Todos somos

pecadores, todos. Y un poco de examen de conciencia, una pequeña introspección nos hará bien.

El examen de conciencia es una práctica espiritual que nos ayuda a reconocer nuestros pecados, nuestras faltas de amor a Dios y al prójimo, nuestras debilidades y nuestras heridas. Es un momento de verdad, de humildad, de arrepentimiento y de confianza. Es un momento de gracia, en el que podemos experimentar el perdón y la misericordia de Dios, que nos ama incondicionalmente y nos quiere sanar y renovar.

La confianza en Dios

De lo contrario, corremos el riesgo de vivir en tinieblas, porque ya nos hemos acostumbrados a la oscuridad, y ya no sabemos distinguir el bien del mal. Isaac de Nínive decía que, en la Iglesia, el que conoce sus pecados y los llora es más grande que el que resucita a un muerto. Todos debemos pedir a Dios la gracia de reconocernos pobres pecadores, necesitados de conversión, conservando en el corazón la confianza de que ningún pecado es demasiado grande para la infinita misericordia de Dios Padre.

La confianza en Dios es la actitud fundamental del cristiano, que sabe que no está solo en el combate espiritual, sino que cuenta con la ayuda y la protección de Dios, que es más fuerte que cualquier enemigo. La confianza en Dios nos lleva a abandonarnos en sus manos, a seguir su voluntad, a cumplir sus mandamientos, a orar con fe y a esperar con paciencia sus promesas. La confianza en Dios nos hace vivir con alegría y paz, sabiendo que él está con nosotros y que nos ama.

La lucha contra el mal

Esta es la lección inaugural que nos da Jesús. Recordemos que siempre estamos divididos y luchamos entre extremos opuestos: el orgullo desafía a la humildad; el odio se opone a la caridad; la tristeza impide la verdadera alegría del Espíritu; el endurecimiento del corazón rechaza la misericordia. Los cristianos caminamos constantemente sobre estas crestas.

La lucha contra el mal es una realidad que nos acompaña a lo largo de nuestra vida. El mal no es una abstracción, sino una persona: el diablo, el enemigo de Dios y de los hombres, que busca apartarnos de Dios y de su plan de salvación. El diablo nos tienta, nos engaña, nos acusa, nos desanima, nos divide, nos hace caer en el pecado y en la muerte. Pero el diablo no es invencible, sino que ha sido vencido por Cristo en la cruz y en la resurrección. Por eso, tenemos que resistir al diablo, con la fuerza de la fe, de la esperanza y de la caridad, con la ayuda de la gracia, de los sacramentos, de la oración, de la Palabra de Dios, de la Iglesia, de los ángeles y de los santos.

El camino de las virtudes

Por eso es importante reflexionar sobre los vicios y las virtudes: nos ayuda a superar la cultura nihilista en la que los contornos entre el bien y el mal permanecen borrosos y, al mismo tiempo, nos recuerda que el ser humano, a diferencia de cualquier otra criatura, siempre puede trascenderse a sí mismo, abriéndose a Dios y caminando hacia la santidad.

El camino de las virtudes es el camino de la perfección cristiana, que consiste en imitar a Cristo, el modelo de toda virtud. Las virtudes son hábitos buenos que nos hacen actuar conforme a la razón iluminada por la fe, y que nos orientan hacia el bien supremo, que es Dios. Las virtudes se clasifican en teologales (fe, esperanza y caridad) y cardinales (prudencia, justicia, fortaleza y templanza), y de ellas se derivan otras virtudes morales y espirituales. Las virtudes se adquieren con la repetición de actos buenos, con la ayuda de la gracia y con la oración.

El florecer del Espíritu

El combate espiritual, entonces, nos conduce a mirar desde cerca aquellos vicios que nos encadenan y a caminar, con la gracia de Dios, hacia aquellas virtudes que pueden florecer en nosotros, llevando la primavera del Espíritu a nuestra vida.

El florecer del Espíritu es el fruto de la acción de Dios en nosotros, que nos transforma y nos hace partícipes de su vida divina. El Espíritu Santo es el don de Dios que nos da la vida nueva, que nos hace hijos de Dios, que nos une a Cristo, que nos hace templos de Dios, que nos guía a la verdad, que nos consuela, que nos fortalece, que nos santifica, que nos da sus dones y sus carismas, que nos hace testigos de Cristo, que nos hace miembros de la Iglesia, que nos hace orar, que nos hace amar. El Espíritu Santo es el alma de la Iglesia y el principio de la comunión de los santos.

¿Cómo puedo aplicar esto a mi vida diaria?

Para aplicar lo que has leído en tu vida diaria, te sugiero que sigas estos pasos:

- * Haz un examen de conciencia cada día, reconociendo tus pecados y pidiendo perdón a Dios.
- * Practica las virtudes opuestas a tus vicios, con la ayuda de la gracia y la oración.
- * Resiste a las tentaciones del diablo, con la fuerza de la fe, de la esperanza y de la caridad.
- * Confía en Dios y abandónate en sus manos, siguiendo su voluntad y cumpliendo sus mandamientos.
- * Participa en los sacramentos de la Reconciliación y la Eucaristía, que son fuentes de sanación y de comunión con Dios y con la Iglesia.
- * Vive con alegría y paz, sabiendo que Dios está contigo y que te ama.
- * Prepárate para celebrar la Pascua, renovando tu compromiso bautismal y tu adhesión a Cristo resucitado.

(El presente texto es una reflexión basada en la catequesis del Papa Francisco sobre [el combate espiritual](#)).