

 **Ekstremalna**  
Droga Krzyżowa

# El camino del perdón

**De la herida a la curación**



 [www.edk.org.pl](http://www.edk.org.pl)



El Vía Crucis es un camino en el que se producen heridas. Jesús lo sabía, y por eso rezaba así: *Padre, si quieres, aparta de mí este cáliz* (Lc 22, 42). Nadie de nosotros quiere que lo hieran. Jesús tampoco quería experimentar situaciones donde pudiera ser lastimado. Pero durante la oración, una movilización interior le ayudó a abrirse al mundo al que le tenía miedo: *pero que no se haga mi voluntad, sino la tuya* (Lc 22, 42). Al ser lastimado, uno experimenta el dolor, cuando en realidad todos soñamos con un mundo ideal, en el que no haya dolor ni mal alguno. Añoramos un amor ideal, cuyas relaciones estén impregnadas de bondad y ternura. Sin embargo, un mundo así no existe. La oración de Jesús en el Huerto es un combate para aceptar una realidad brutal.

Por alguna extraña razón la gente tiene ganas de infligir daño a los demás. Y aunque Jesús no hizo daño a nadie, se encontró con personas que tenían ganas de lastimarlo. Jesús comprendía su misión: debía emprender el camino de la cruz, aceptando las heridas que le producirían y afrontando el dolor. Su misión conllevaba la experiencia del mal, pero también consistía en no dejarse contagiar: *Y cuando llegaron al lugar llamado «La Calavera», lo crucificaron allí, a él y a los malhechores, uno a la derecha y otro a la izquierda. Jesús decía: «Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen»* (Lc 23, 33-34). Este es el sentido del Vía Crucis: experimentar el mal, las heridas, el dolor, pero ¡sin dejarse contagiar! A pesar del dolor, no cambiar para peor. No podemos evitar que otros hagan cosas malas, pero sí podemos ponernos a salvo.

Os invito a vivir este Vía Crucis Extremo. Esta vez nuestras heridas estarán en el centro de nuestras reflexiones. Es obvio que todos hemos sido heridos. Es seguro que cada uno de nosotros será herido en el futuro, que experimentaremos dolor y deberemos tratar con gente mala. Esto será así, por alguna razón que no entendemos. Vivimos en un mundo así. Por lo tanto, no se trata de evitar el dolor y las heridas, porque esto es imposible. Se trata de no dejarse contagiar por el mal, evitar que los malos pensamientos no me abrumen, para que no me convierta en una piltrafa de persona desgraciada, una víctima del destino que, debido a las heridas recibidas, no puede llevar una vida normal. También se trata de que yo no cometa el mal, procurando tener una mente y un espíritu sanos. Se trata de mí.

El camino del perdón consiste en llevar a cabo un trabajo consigo mismo. No evitaremos el sufrimiento, pero aún podemos amar. Las reflexiones que te acompañarán en este camino son para ayudarte a descubrir formas de superar tus heridas. Una noche no es suficiente para cambiarlo todo. Esta noche, sin embargo, puede ayudarte a entrar en el camino del perdón. Puede convertirse en el inicio del proceso de curación. Puede ser un nuevo comienzo en tu vida. Os invito a entrar en este camino de transformación interior.

*P. Jacek WIOSNA Stryczek*



### Estación I: Jesús es condenado a muerte

*Cuando la gente acudió, dijo Pilato: «¿A quién queréis que os suelte, a Barrabás o a Jesús, a quien llaman el Mesías?». Pues sabía que se lo habían entregado por envidia (Mt 27,17-18).*

Jesús tenía enemigos: personas que tenían ganas o quizás una compulsión interna de querer herirlo. Esas personas eran, por ejemplo, los sumos sacerdotes. Su trabajo era servir a Dios. En la práctica, también querían enriquecerse con ello. Jesús, que en el templo vuelca las mesas de los cambistas (cf. J 2, 13-25), golpea justamente sus negocios. Los judíos tenían prohibido idolatrar y adorar a otros dioses. En las monedas romanas figuraba la imagen del emperador a quien se le rendía un honor divino. Con estas monedas, en el templo, no se permitía pagar, por ejemplo, por los animales que se sacrificaban como ofrenda. Se necesitaban cambistas que sustituirían la moneda romana con la imagen idolátrica con una moneda del templo. Los sumos sacerdotes gestionaban estos lugares de cambio y se beneficiaban de las diferencias en los tipos de cambio. Jesús, al comportarse como lo hizo en el templo, era consciente de que podía tener problemas con los sumos sacerdotes. No obstante, consideraba que más importante que su vida eran los asuntos de Dios. En el templo luchó por los ideales.

Este mecanismo se repite. Algunas personas, buscando solo su propio beneficio, están dispuestas a dañar a los demás. En su juicio, su propio bien y beneficio crecen hasta convertirse en algo tan grande que no deja ver el bien de los demás y les quita la sensibilidad.

Jesús fue condenado a muerte. Aparecieron personas que tenían la necesidad de hacerle daño. ¡No nos engañemos! Cada uno de nosotros, incluso sin saberlo, provoca a sus enemigos. Esto es cierto. Y nosotros deberíamos cuidar el no convertirnos nunca en enemigos de los demás. No convertirnos en personas que hacen el mal, aunque eso nos puede pasar, ya que les pasó también a los sumos sacerdotes.

*Jesús, ayúdame para que no ceda a la tentación de lastimar a los demás, y para que pensar en mis propios beneficios no me transforme en una mala persona.*



*Porque el Hijo del hombre ha venido a buscar y a salvar lo que estaba perdido (Lc 19, 10).*

La cruz, en el Evangelio, tiene una definición precisa. Jesús vino para salvar a los pecadores, es decir, a las malas personas. Salvar a un pecador significa brindar ayuda a una mala persona para que se convierta en buena. El Evangelio, es decir, la Buena Nueva, es un mensaje que nos dice que una mala persona puede ser buena. Puede convertirse. La Buena Nueva puede ser buena para nosotros cuando descubrimos que podemos ser mejores personas. Por esa razón, elegimos el Vía Crucis Extremo, para que nuestras vidas sean mejores, para convertirnos.

También es una Buena Nueva para las malas personas que encontramos en los caminos de nuestras vidas. Ellos también pueden convertirse, dejar el mal y elegir el bien. A veces tenemos que ayudarles. Y esta es la cruz. Al ayudar a un pecador, a una persona mala para que se convierta, estamos al alcance de su mal, que nos puede afectar. Esta persona puede convertirse en una persona mejor, pero también puede ocurrir que nos ataque. Al lado de Jesús estaban crucificados dos malhechores: uno de ellos se convirtió y el otro blasfemaba contra Jesús.

A cada uno de nosotros, los discípulos de Jesús, nos ha sido dada la misión de salvar a los pecadores, de ayudar a los malos a ser buenos. Desafortunadamente, a menudo es un proceso doloroso. Puedes ser lastimado gravemente o incluso te pueden matar. Como Jesucristo en la cruz. Y sin embargo... ¿Cómo sería este mundo si estuviese gobernado por malas personas? ¿Si no hubiera idealistas que ayudan a los malos a ser buenos? ¿Si no estuviésemos nosotros? ¿Quizás estés pensando ahora en alguien a quien conoces, que se ha perdido y hace cosas malas? Piensa si puedes ayudarle... a ser una buena persona.

*Jesús, dame el coraje de la cruz. Condúceme, para que sea capaz de ayudar a los malos a volverse mejores personas. Ayúdame para que pueda llegar a ser una buena persona.*



### **Estación III: Jesús cae por primera vez**

*Acercándose Pedro a Jesús le preguntó: «Señor, si mi hermano me ofende, ¿cuántas veces tengo que perdonarlo? ¿Hasta siete veces?». Jesús le contesta: «No te digo hasta siete veces, sino hasta setenta veces siete (Mt 18, 21-22).*

Podemos estar seguros de que, si tratamos de cambiar este mundo para mejor, sufriremos muchos fracasos en el camino, experimentaremos numerosas caídas. Si pretendemos hacer algo bueno, seguramente nos encontraremos con innumerables dificultades. Pero el problema no son los fracasos. El problema son los traumas que resultan de los fracasos. Llega la tentación de desanimarse, de mirar el mundo a través de los fracasos...

Seguramente hay gente a la que todo le sale bien, que nunca fracasan, pero yo no conozco a nadie así. Al escribir estas reflexiones, me estoy acordando de los numerosos fracasos que he sufrido. Lo que me hace especial es el hecho de que después del fracaso número noventa y nueve, lo intentaré por centésima vez. El fracaso no significa que no puedes. Más bien, significa que el camino no va por ahí, que hay que hacer las cosas de forma diferente. El fracaso amplía nuestro modo de percibir el mundo. Al fracasar, no solo sabemos cómo hacerlo para que las cosas salgan bien, también aprendemos a evitar lo que no debemos hacer.

¿Qué habría pasado si Jesús se hubiese rendido después de su primera caída? No lo sabemos, pero seguramente nada bueno. Simplemente también habría fallecido. En el camino hacia el perdón, es necesario afrontar los fracasos, es decir, sacar conclusiones de los errores y transformarlo en un mayor conocimiento, en la sabiduría en lugar del desánimo. El fracaso no es gran cosa, en cambio el desánimo y el bloqueo ya son un gran problema.

*Jesús, me preocupan y duelen los fracasos. Ayúdame a aprender de los errores.*

### **Estación IV: Jesús se encuentra con su madre**

*Pero os digo que Elías ya ha venido y no lo reconocieron, sino que han hecho con él lo que han querido. Así también el Hijo del hombre va a padecer a manos de ellos (Mt 17, 12).*

Jesús durante el Vía Crucis era como una gran herida abierta. ¡Cómo tendría que sangrar entonces el corazón de su madre! Si resumiéramos el encuentro de esa manera, entraríamos en un camino que nos llevaría a la desesperación. ¿Cómo lidiar con la compasión cuando ocurre



algo tan malo? Con compasión, con compasión pasiva. ¿Cómo soportar el dolor al ver que algo horrible le sucede a un ser querido? ¡Es terrible!

Analícemos este encuentro de una manera diferente. María da a luz a Jesús. Sabe que tiene una gran tarea que hacer. Ella tiene una misión en la que no solo su Hijo, sino que también Ella, tiene que entregar su vida. Sabe que será difícil. Aparecerán adversidades y enemigos. María, como buena madre, debe criar a Jesús para que pueda enfrentarse a los desafíos. Para tratar con personas buenas y malas. Al igual que dio a luz con dolor, debe enseñarle cómo lidiar con el dolor y el sufrimiento. ¿Se puede preparar a alguien para la vida sin asumir el sufrimiento? Surge una cierta analogía: con el tiempo, en la vida de la madre el dolor del parto se convierte en la alegría de la maternidad, en un acompañar al hijo en su desarrollo... El dolor y el sufrimiento aparecen el inicio de nuestra vida. ¿Es razonable suponer que dolerá solo una vez y luego ya todo estará bien?

Queridos padres, los niños deben ser educados para la vida real. ¡Habrà dolor! Querido participante del Vía Crucis Extremo, debes ser educado para la vida real y formarte para poder afrontar el dolor y el sufrimiento. Debes ponerte en situaciones difíciles muchas veces en las que sufrirás para acostumbrarte a esta experiencia. Si no lo haces, incluso el más mínimo dolor que te afecte, te cegará y paralizará. Incluso un pequeño sufrimiento te derrumbará.

Ahora estás en el Vía Crucis Extremo. Recuerda: ¡debe doler! Sin embargo, este dolor no es nada en el contexto de la transformación: ¡mejora, es tu oportunidad! Puedes ser mejor, o al principio tal vez simplemente baste con que sea bueno. Puedes encontrarte en este camino. Y entonces, ¿qué pasará con el dolor y el sufrimiento? Definitivamente te acompañarán. Acepta que vengan a ti. Acéptalo y encontrarás la paz interior.

*Jesús, dame el coraje para fortalecer mi resistencia al dolor y al sufrimiento, para que en la hora de la prueba pueda afrontar las contrariedades del destino.*

### **Estación V: Jesús es ayudado por el Cirineo**

*Pedro replicó: «Aunque todos caigan por tu causa, yo jamás caeré». Jesús le dijo: «En verdad te digo que esta noche, antes de que el gallo cante, me negarás tres veces» (Mt 26, 33-34).*

En la necesidad se conoce al amigo de verdad. Bien dicho. ¿Pero por qué quedan tan pocos amigos, especialmente cuando los necesitamos? Durante estas reflexiones, no analices si tienes amigos que te puedan acompañar en la necesidad. Reflexiona solo si tú eres un buen amigo para con tus seres queridos en sus necesidades. Después de todo, estás en un camino que



debe cambiarte. Debes ser mejor. Recuerda por qué ahora entras en la oscuridad, soportas inconvenientes, te cansas. ¿Qué puedes hacer para cambiar a mejor?

Los amigos nos dejan en la necesidad porque piensan en sí mismos. El dolor y el sufrimiento nos centran en nosotros mismos, porque esto nos duele. He observado un extraño fenómeno que cuando alguien habla de sus problemas, el miedo aparece en los ojos del oyente. No se solidariza con el difícil destino de la persona a la que escucha, sino que más bien piensa en sí mismo, preguntándose si él mismo no estará en peligro. La fuerza de esta respuesta egoísta es enorme. Diré más: a pesar del hecho de que me entreno espiritualmente toda mi vida, yo también en esta situación me pregunto qué me pasará. ¿Me dolerá también? Esta reacción es muy natural.

Recordemos: cuando Jesús fue detenido, sus amigos y discípulos huyeron. Vieron lo que le pasaba a Jesús y no querían estar en esa situación. Incluso Pedro, el amigo más íntimo de Jesús, se acobardó. Así es el instinto de supervivencia. ¿Es cierto? ¿Estamos condenados por nuestra naturaleza a ser cobardes? No. Con el tiempo, gracias al trabajo espiritual, los apóstoles se prepararon para el martirio. Y no decepcionaron en esa última prueba. Antes, al cumplir con su misión, se acostumbraron a las dificultades, fracasos, dolor y sufrimiento. Maduraron.

Así es. Se acobardan aquellos que son inmaduros en su amistad. Los sumos sacerdotes son un ejemplo de inmadurez. Solo pensaban en los beneficios personales. Solo se preocupaban de sí mismos, por lo que comenzaron a hacer cosas malas: enviaron soldados para capturar a Jesús e incitaron a la multitud. Los sumos sacerdotes se convirtieron en malas personas.

Se puede e incluso se debe entrenar la amistad: para poner los ideales por encima de los propios beneficios, soportar pacientemente el dolor y el sufrimiento, no huir de ellos porque no sirve para nada. Puedes vivir con eso. Pero huyendo de los problemas, no puedes vivir la amistad, no puedes amar.

Ojalá seamos verdaderos amigos para con nuestros amigos cuando estén en necesidad.

*Jesús, permanece junto a mí, para que nunca decepciones a mis amigos.*

## **Estación VI: La Verónica limpia el rostro de Jesús**

*Jesús, viéndola llorar a ella y viendo llorar a los judíos que la acompañaban, se conmovió en su espíritu, se estremeció y preguntó: «¿Dónde lo habéis enterrado». Le contestaron: «Señor, ven a verlo». Jesús se echó a llorar (Jn 11, 33-35).*



El dolor y el sufrimiento son inevitables. Sin embargo, es bueno tener a alguien que nos acompañe cuando nos toca soportarlo. Las reflexiones sobre el gesto de Verónica deberían llevarnos en dos direcciones. En primer lugar, hacia la sensibilidad, hacia nuestro propio trabajo de sensibilidad y delicadeza, porque cuando quieres acompañar a alguien que sufre, debes ser delicado. No puedes entrar con buenos consejos en la vida de otra persona, imponiendo soluciones, poniéndole etiquetas y haciendo comentarios como: “Te lo dije”.

Puedo admitir que en mi momento más difícil los que más me ayudaron eran los que realmente estaban conmigo. Pasamos el tiempo juntos. No pudieron resolver mis problemas porque eran demasiado difíciles para todos nosotros. Su presencia no cambió mucho la situación. No fue mucho mejor, pero cuando estábamos juntos, me sentía bien. Es como exponer las heridas al sol para que se curen y cicatricen más rápido. No obstante, la gran mayoría de la gente me proponía sus ideas. Quería cambiarme a la fuerza. Cada vez que me abría o decidía quedar con alguien, sentía como si estuvieran pisando mis heridas con sus botas. Al observar innumerables casos similares de muchas personas, se puede ver lo difícil que es ser sensible y compadecerse de verdad. La sensibilidad es una característica única.

Cuando veo a alguien que sufre, solo intento estar a su lado. No escapo, no hago ver que no sé, que no veo. Me presento. Estoy. No puedo hacer mucho. Estoy, solo esto ya es mucho. La segunda dirección que nos lleva a reflexionar sobre el gesto de la Verónica, es adquirir amigos de verdad, como ella, para no estar solo en la necesidad. ¿Pero cómo hacerlo? Creo que debes elegir bien a tus amigos. Pero esto probablemente no será suficiente. Necesitas un golpe de suerte. ¿O tal vez el coraje de entrar en situaciones difíciles? Las personas que se esfuerzan todos los días para poder aguantar las dificultades y los obstáculos son más resistentes ante la adversidad. Se puede contar más con ellos, por eso vale la pena ir con esas personas al Vía Crucis Extremo. Vale la pena experimentar juntos algo difícil. Vale la pena asumir grandes desafíos juntos. Ganar, así como perder.

Sin embargo, no se sabe si la Verónica aparecerá en nuestra vida cuando llegue un momento difícil. Demasiadas personas experimentan sus tragedias a solas. ¿Qué podemos hacer? Cámbiate a ti mismo. Ábrete a Dios y a otras personas.

*Jesús, te pido que me ayudes a ser más sensible, para que las personas que tengo cerca nunca deban sufrir la soledad.*





## Estación VII: Jesús cae por segunda vez

*Mientras conversaban y discutían, Jesús en persona se acercó y se puso a caminar con ellos. Pero sus ojos no eran capaces de reconocerlo (Lc 24, 15-16).*

La segunda caída es como un símbolo de los problemas y adversidades que van apareciendo sin cesar. A pesar de los intentos sucesivos de superarlos, son una barrera infranqueable. Nos desalientan. ¡Hasta qué punto uno puede verse lastimado por los recurrentes problemas cotidianos que vuelven sin cesar, dificultades que la vida ordinaria acarrea! ¡Hay que ver cómo la vida llega a convertirse a veces en un ciclo trágico de desgracias que se van repitiendo!

¡Cuántas personas sufren por este motivo! ¿Tal vez tú eres una de ellos? ¿Quizás hoy has ido a recorrer un Vía Crucis Extremo, para poder finalmente liberarte del círculo vicioso de la infeliz vida cotidiana? Si es así, has hecho bien. No tienes por qué vivir de esta manera. No estás condenado al fracaso eterno.

Ahora te llamo: ¡despierta! Si te sientes como un prisionero, eres un prisionero de ti mismo. Como les pasaba a los discípulos que volvían a Emaús: sus ojos estaban como ofuscados, no fueron capaces de reconocerlo (cf. Lc 24,16).

¿Crees que la realidad y las personas te obligan a vivir una vida que tú no quieres vivir? Si esto es lo que te ocurre, es así porque tú mismo te has sometido a este tipo de vida; además, eres un cobarde y que no tienes el coraje de cambiar.

Cuando en realidad, ¡tú tienes un gran influjo en tu propia vida! Puedes levantarte por la mañana con la pierna izquierda o bien con la derecha. Puedes desayunar o no. Puedes elegir el camino para ir a trabajar o a la escuela, más hacia la derecha o hacia la izquierda. Un pequeño cambio puede comenzar un gran cambio. Lo importante es que no sigas haciendo lo que hacías hasta ahora, porque tenemos esquemas en nuestra cabeza, tendemos a seguir rutinas. Incluso cuando nuestra vida no nos acaba de gustar, sin embargo tenemos más miedo a lo desconocido. Elegimos la tragedia de la vida cotidiana para no arriesgarnos a encontrarnos con algo diferente.

Afortunadamente, estás en el Vía Crucis Extremo. Te has comportado de modo diferente al habitual. Esto ya es un gran avance. Este puede ser un buen comienzo. Ahora, por la noche, en lugar de dormir cómodamente en casa, has aceptado el desafío. En lugar de descansar, has preferido este esfuerzo y luchas. Muy bien. ¿Quizás lo repitas mañana? Harás el siguiente paso, luego otro paso, y así sucesivamente.

He estado practicando el método que describí anteriormente durante años. Ya no me



puedo imaginar que mi vida siga siendo igual. ¿Por qué tendría que serlo? Sé cómo es, pero no sé cómo puede llegar a ser. Al menos quiero intentarlo. ¿Tal vez tú también tienes ese deseo? Tu vida está en tus manos.

*Jesús, quiero cambiar. ¡Permanece junto a mí!*

### **Estación VIII: Jesús consuela a las mujeres de Jerusalén**

*Buscad el bien, no el mal, y viviréis, y así el Señor, Dios del universo, estará con vosotros, como pretendéis (Am 5, 14).*

Hay un refrán polaco que dice: “Te acabas asemejando a aquellos con quienes convives”. Si pasas mucho tiempo con alguien que te suele dar la lata, acabas siendo un latoso. Si pasas mucho tiempo con un quejica, también tú acabarás quejándote de todo. Esta es una terrible verdad sobre la vida. La gente que se suele quejar busca a sus semejantes, aunque parece que lo hagan para tener a alguien con quien compartir sus problemas. En la práctica, sin embargo, un quejica no escucha a otro como él. El quejica, en la persona que lo escucha, busca una confirmación de que, al quejarse, va por el buen camino. Protesta porque no es posible avanzar, tiene a todo el mundo en su contra. Y si alguien lo ha conseguido, seguro que es porque ha hecho alguna trampa, habrá cometido algo malo. Las personas buenas se encuentran como si estuvieran atrapadas, no pueden hacer nada. Están condenadas a vivir sometidos a una pasividad forzada, a perseverar llevando la cruz a cuestas. El mundo que llevan en su interior los quejicas es terrible, porque en ellos el elemento dominante es el mal del fracaso. El vacío, el sinsentido.

La cruz, en las enseñanzas de Jesús, significa que el pecador se convierte en una buena persona. La cruz significa un cambio para mejor. Nosotros, los cristianos, discípulos de Jesús, nos especializamos en cambiar para mejor, en sacar el bien del mal. Por eso, nosotros, los discípulos de Jesús, no nos quejamos. Vemos cómo son las cosas, vemos el mal, entendemos que hay personas malas en el mundo, pero tenemos la intención de cambiar lo que podamos para que todo sea mejor. Este es nuestro idealismo. Buscamos el bien, no el mal. Buscamos el cambio, en lugar de buscar una justificación para la pasividad. Nos superamos a nosotros mismos, no nos quedamos estancados. Somos idealistas. ¿Estás con nosotros?

*Jesús, no quiero quejarme. Ahora estoy en el Vía Crucis Extremo y tampoco quiero quejarme. Quiero buscar el bien, no el mal.*



## Estación IX: Jesús cae por tercera vez

*Por esto me ama el Padre, porque yo entrego mi vida para poder recuperarla. Nadie me la quita, sino que yo la entrego libremente (Jn 10, 17-18).*

Creo que todos los padres deberían algún día entablar una conversación con su hijo, y empezar diciendo: “Querido hijo, solo dos cosas son ciertas en tu vida: la primera, que morirás, y la segunda que a lo largo de tu vida conocerás a gente mala. El éxito, los logros, la amistad y el amor pueden suceder en la vida. Todo esto es bueno cuando se experimenta, pero no es seguro. Querido hijo, ¡prepárate para la vida real!”.

Imagina la siguiente situación. Un adolescente se entera de que tiene cáncer y que pronto morirá. ¿Qué debería hacer él al respecto? ¿Estaría listo para esta situación? ¿Sabía que iba a morir? Tenemos en nuestro interior un mecanismo que hace que empujamos el hecho de tener que morir al subconsciente. De hecho, lo sabemos, pero no queremos saberlo. Lo vemos en las películas y en los juegos. A veces vamos a un funeral. Sin embargo, la mayoría de nosotros, cuando llega la enfermedad y aparece la amenaza de una muerte inminente, no sabemos qué hacer con ello.

¿La muerte de un adolescente es una tragedia? No sé. Ciertamente en un mundo donde hacemos ver que la muerte no existe, sí lo es. Sin embargo, cada uno de nosotros es mortal, todos vamos a morir. Cualquier día podemos morir, por ejemplo en un accidente. No tenemos una garantía de vida, lo que sí tenemos es la certeza de la muerte. A menudo, con demasiada frecuencia la muerte viene como por sorpresa. Hay grandes tragedias: un niño enfermo, una muerte prematura, una enfermedad incurable. Estas situaciones son muy difíciles. Pero resultan más difíciles para las personas que fingen que la muerte no les concierne. Algo parecido ocurre cuando conocemos a gente mala, a personas que quieren hacernos daño. Esto con frecuencia nos sorprende, cuando de hecho millones de personas experimentan este tipo de situaciones. Esto es así ahora, pero siempre lo ha sido.

Por eso, debes meditar sobre el hecho de tener que morir. Considero que si todavía estoy vivo, eso es más bien una coincidencia. Todas las mañanas me despierto sorprendido de que todavía estoy vivo. Después de todo, cuando me acuesto no estoy seguro de que me levante por la mañana.

La conciencia de que somos seres mortales y el hecho de que hay personas malas a nuestro alrededor hace la vida mucho más fácil. No hay desengaños, decepciones. Existe la posibilidad de una defensa efectiva, la oportunidad de salir vencedor en la vida. No hay igualdad en lo que se refiere a la duración de nuestras vidas. Pero en la cuestión de salir



vencedor en nuestras vidas sí, hay una democracia absoluta. Cada uno puede ganar su vida. Entonces, ¿por qué engañarse a sí mismo y pretender que las desgracias no nos atañen? Claro que nos atañen, con certeza nos afectarán.

Espero que esta meditación te traiga paz de espíritu y te ayude a distanciarte de ti mismo. No serás el único en morir. No serás el único en verte lastimado por alguien. ¡Pero puedes “ganar” tu propia vida, puedes salir vencedor!

*¡Jesús, ayúdame a salir vencedor en mi vida!*

### **Estación X: Jesús es despojado de sus vestiduras**

*Cayó a tierra y oyó una voz que le decía: «Saúl, Saúl, ¿por qué me persigues?». Dijo él: «¿Quién eres, Señor?». Respondió: «Soy Jesús, a quien tú persigues. (Hch 9, 4-5).*

Las heridas, cuando más duelen es cuando alguien las toca o las reabre. Por si no fuera poco el hecho que tenemos una herida que nos duele, aún hay quien se dedica a hurgar en ella. Entra en nuestra vida llena de heridas. No presta atención a nuestro dolor, en realidad lo intensifica. Creo que cada uno de nosotros recuerda tales situaciones de su vida. Yo diría que es la vida misma...

Por lo general, esto ocurre cuando nos separamos de una persona que nos resultaba muy cercana. El mero hecho de romper con alguien es difícil. Cuando hay cercanía, esto nos hace vulnerables, por lo que es fácil lastimarnos. A menudo este lastimarse es mutuo, lo hacemos el uno al otro.

Jesús es despojado de sus vestiduras; esta debería ser la estación para que la mediten las personas que se separan, o que lo harán en el futuro. A veces se puede leer, por ejemplo, sobre una pareja que se ha separado sin hacerse daño, es decir, prefirieron no hablar de las debilidades ni lavar los trapos sucios en público. Pero este no suele ser el caso. ¿Por qué?

La herida y la cercanía significan que duele mucho. Y el dolor cambia la forma de ver el mundo. Entonces, cuando esto ocurre, todo el mundo es como un gran dolor, porque solo sentimos dolor. Las personas que ceden ante la presión del dolor no sienten más que eso. Pierden la sensibilidad y la capacidad de prestar atención. Se vuelven crueles. También buscan a los culpables de su dolor. Acusan a otros e incluso se vengan. Aunque es sabido que la destrucción que resulta del dolor no produce alivio alguno. La venganza es dulce solo en los melodramas. En la realidad, la venganza hace que dos formas de maldad se superpongan: el mal del dolor y el mal hecho a la otra persona.



Lo que generalmente observo durante tales rupturas es una especie de búsqueda de popularidad. ¿A quién más puedo contarle mis desgracias, alguien que me escuche cuando acuso a otro? ¿Cómo puedo seguir lastimando? Sin embargo, todavía no he conocido a alguien que encontrara alivio por este camino. Lo único que logró la persona que va por este camino fue que él mismo se convirtió en una mala persona.

Creo que si a alguien le duele, en lugar de buscar a los culpables, es mejor procurar su propia salud. La curación. Es mejor ocuparse del propio corazón que buscar a alguien a quien culpar. La tentación de dejarse llevar por el dolor existe y es muy fuerte, pero hace que las personas se conviertan en monstruos.

*Jesús, rescátame, para que no hable mal de los demás.*

### **Estación XI: Jesús es clavado en la cruz**

*Antes del juicio, examínate a ti mismo, y a la hora de la visita encontrarás perdón.*

*Antes de caer enfermo, humíllate, y cuando peques, muestra arrepentimiento (Eclo 18, 20-21).*

Las heridas son como una prisión: aquí me duele, allí también duele. A cada paso encuentro algo que toca dolorosamente mis heridas. Jesús fue inmovilizado en la cruz, pero sin embargo, procuraba el perdón: «Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen» (Lc 23,34). Quien no trabaja consigo mismo la capacidad de perdonar, se encierra, se deja atrapar en la red de sus heridas. Lo peor en la vida de una persona que no puede perdonar es que cree que a todos les pasa lo mismo, que todos viven este dolor, concluyen que es la verdad sobre el mundo. Y de esta manera, él mismo se vuelve un miserable.

¿Cómo entrar en el proceso del perdón? Dejando de buscar culpables, porque esto no sirve para nada. El perdón solo tiene un nombre: convertir lo que es malo en bueno. ¿Ha recibido una mala nota en la escuela? No acusa al profesor, sino que cambia su método para adquirir los conocimientos. ¿Alguien ha sido traicionado? Intenta edificar una relación más madura con la siguiente persona. ¿Un ser querido ha fallecido? Busca amigos con los que puede aprovechar mejor el tiempo que se nos da. Cada vez que nos planteemos la cuestión sobre continuar de forma constructiva nuestra vida, cómo darle una buena continuidad, emprendemos de nuevo el proceso del perdón ¿Qué lecciones puedo sacar de esta herida, cómo ser más sabio, cómo amar más, cómo salir vencedor?

Es obvio que mientras sintamos dolor y la pérdida que resultan de una herida, nos encontraremos mal con la situación. Sin embargo, cuando vemos la posibilidad de que todo



sea mejor, prevalecerán la esperanza y el optimismo. El perdón es un verdadero arte. Nacemos con la tendencia de querer buscar a los culpables, pero eso podemos cambiarlo tratando de habituarnos a trabajar con nosotros mismos, porque no cambiaremos el mundo que nos rodea, pero sí podemos cambiarnos a nosotros mismos.

La persona que es capaz de perdonar pasa por la vida tratando de ser una mejor persona. Quizás la vida lo nutre con el mal, pero él lo digiere, lo transforma y lo convierte en el bien. Los cristianos, los discípulos de Cristo son personas que devoran el mal, pero pase lo que pase, cada vez nos vamos convirtiendo en mejores personas.

*Jesús, ayúdanos a transformar el mal en bien, para que podamos vencer al mal con el bien.*

### **Estación XII: Jesús muere en la cruz**

*Porque muchos son los llamados, pero pocos los elegidos (Mt 22, 14).*

La muerte es la paradoja de la vida. Ya que vamos a morir, ¿por qué debemos esforzarnos? Quizás aquí radica la tentación de los suicidas: ¿por qué esforzarse? Si de todos modos, todos moriremos. Jesús no vivió para morir, sino que murió para resucitar de entre los muertos. Él dice: *Yo entrego mi vida para poder recuperarla. Nadie me la quita, sino que yo la entrego libremente* (cf. Jn 10, 17-18). Él cambia la inevitabilidad de la muerte por la elección. ¿Qué significa esto? Más o menos, significa que en nuestra vida no se trata de si prosperamos o no. Se trata más bien de en quién nos convertimos. Nuestra vida es una serie de decisiones sucesivas que nos van formando, a través de las cuales nos vamos creando a nosotros mismos. No importa si somos pobres o ricos, pero lo que sí importa es si somos valiosos. Lo que importa no es lo que tenemos, sino quiénes somos.

Me gusta decir que Dios elige bien a sus amigos para toda la eternidad. Cada día de nuestras vidas es una ocasión para convertirnos en alguien. Es una oportunidad para nuestro desarrollo. No importa lo que somos capaces de hacer, sino quiénes somos.

Jesús no permitió que le quitaran la vida. Lo que sí hizo es tomar la decisión de entregarla. Era la siguiente etapa en su proceso de convertirse en Alguien. Se podría decir que la resurrección consiste en llegar a convertirse en alguien. La resurrección no es la resurrección de nuestro cuerpo, de los átomos de los que estamos hechos, sino que es la continuidad natural del proceso de llegar a quien seremos, para un día convertirnos en quien estamos llamados a ser. Este es nuestro valor, que resulta de las sucesivas decisiones que fueron moldeando nuestras vidas.



Por eso no es tan importante si ganamos o perdemos. Lo importante es que salgamos victoriosos de cada experiencia, que cambiemos para mejor.

No hay mayor valor en la vida que QUIENES HEMOS LLEGADO A SER.

¿Y el amor? El amor resulta de eso: de quienes somos. Un mayor amor es la obra de las grandes personas. Si alguien es una persona que vale mucho, de gran categoría, entonces su amor será extraordinario. Mientras que si la persona es miserable y se encuentra como perdida, entonces, en la relación y en el amor, al destruirse a sí mismo, destruirá a los demás.

*Jesús, quiero seguir desarrollándome. Deseo llegar a ser alguien, permanece junto a mí.*

### **Estación XIII: Jesús es bajado de la Cruz**

*Se acercaron y lo despertaron gritándole: «¡Señor, sálvanos, que perecemos!». Él les dice: «¿Por qué tenéis miedo, hombres de poca fe?». Se puso en pie, increpó a los vientos y al mar y vino una gran calma (Mt 8, 25-26).*

Cuando la esperanza se acaba, ésta es una de las experiencias más terribles que nos puede pasar. Entonces sentimos que solo existe: el pasado, un presente doloroso y un futuro que nos parece que ya no existe. Este es un dolor que nos afecta a todos. Cuando experimentamos la desesperanza, nos parece que esto solo nos pasa a nosotros. La falta de esperanza constituye una soledad terrible. En la práctica, sin embargo, esto sigue sucediendo continuamente, unas veces lo experimentan unos, otras veces, otros.

No vale la pena juzgar por las apariencias. Alguien sonríe, va bien vestido, tiene mucho dinero, seguro que todo le va bien. Nada más erróneo. A lo mejor lo tiene todo, pero siente un terrible vacío. ¿Quizás otros nos miran así? Estábamos al límite de nuestras fuerzas, nos sentíamos perdidos y heridos, gritábamos de dolor, y las personas que nos rodeaban no entendían nada. Es la falta de esperanza.

¿Qué se puede hacer? Creo que probablemente un gran porcentaje de personas que ahora siguen este Vía Crucis Extremo tienen este problema. Y si ahora no lo tienen, con certeza lo habrán tenido, o tendrán que enfrentarlo algún día. Entonces, ¿qué hacer al respecto?

Solo hay un camino y no es nada intuitivo. Este es el momento cuando uno debe detenerse. A menudo, el dolor te hace huir de ti mismo. Pero es entonces cuando debes detenerte y no tratar de aliviar el dolor con alcohol, drogas u otras adicciones. Tienes que acostumbrarte a él. Y, lo más importante, es que en una fervorosa oración se lo entregues todo a Dios, y sosteniendo tus infortunios en tus manos, se los ofrezcas a Dios.



Lo peor es tener que esperar. Sin embargo, a veces hay que esperar. Con frecuencia, tanto más tiempo hay que esperar, cuanto más uno trata de huir de su dolor. Y luego viene la esperanza. He aquí la historia del profeta Elías: *Le dijo: «Sal y permanece de pie en el monte ante el Señor». Entonces pasó el Señor y hubo un huracán tan violento que hendía las montañas y quebraba las rocas ante el Señor, aunque en el huracán no estaba el Señor. Después del huracán, un terremoto, pero en el terremoto no estaba el Señor. Después del terremoto fuego, pero en el fuego tampoco estaba el Señor. Después del fuego el susurro de una brisa suave. Al oírlo Elías, cubrió su rostro con el manto, salió y se mantuvo en pie a la entrada de la cueva. Le llegó una voz que le dijo: «¿Qué haces aquí, Elías?» (1 Re 19, 11-13)..*

Así pues, ábrete al silencio en el que puedes encontrarte con Dios, y junto a Él, la esperanza... es decir, el futuro.

Sé que esta idea de afrontar el vacío no es nada intuitiva. Más bien, sentimos la necesidad de escapar del sufrimiento, como Elías, que se escondió en una cueva, huyendo de las personas que querían matarlo. Sin embargo, mediante el método de la prueba y el error, descubrí que solo funciona esto: hay que detenerse. Aguantar el dolor y tratar de mirar lo que me está sucediendo desde cierta distancia. Hay que ofrecérselo todo a Dios. La autoridad poderosa de Elías también nos convence, puesto que él es considerado como uno de los mayores místicos de la historia. Y así es como lo vivió.

*Jesús, quiero buscar contigo mi futuro, deseo buscar la esperanza.*

#### **Estación XIV: Jesús es sepultado**

*Estaban hablando de estas cosas, cuando él se presentó en medio de ellos y les dice: «Paz a vosotros». Pero ellos, aterrorizados y llenos de miedo, creían ver un espíritu\*. Y él les dijo: «¿Por qué os alarmáis?, ¿por qué surgen dudas en vuestro corazón? Mirad mis manos y mis pies: soy yo en persona. Palpadme y daos cuenta de que un espíritu no tiene carne y huesos, como veis que yo tengo». Dicho esto, les mostró las manos y los pies (Lc 24, 36-40).*

Ya has llegado al final de tu Vía Crucis Extremo. Es hora de resumir este recorrido nocturno, independientemente de si te ha dolido, o tal vez te has comportado como un héroe acostumbrado a realizar grandes esfuerzos.

Jesús ha sido depositado en el sepulcro, como si esto ya fuera el final de todo. Pero si esto precisamente ha sido el comienzo. En unos momentos cambiaría el curso de la vida del mundo. Los muertos se levantaron de sus tumbas, los apóstoles fueron hasta los confines más lejanos del mundo con el poder del Espíritu Santo. Desde el sepulcro hasta los confines del





mundo, debían llevar a todas partes la Buena Nueva: *¡vence al mal con el bien!* (Rom 12,21). Socorre a los pecadores, ayúdalos a convertirse en buenas personas. Pero, sobre todo, sálvate a ti mismo.

Después de la resurrección, Jesús atravesaba las paredes del cenáculo. La primera vez que se apareció a los Apóstoles, Tomás no se encontraba allí con ellos: *Y los otros discípulos le decían: «Hemos visto al Señor». Pero él les contestó: «Si no veo en sus manos la señal de los clavos, si no meto el dedo en el agujero de los clavos y no meto la mano en su costado, no lo creo* (Jn 20,25).

¿Cómo reaccionó Jesús ante aquella situación?

*Y A los ocho días, estaban otra vez dentro los discípulos y Tomás con ellos. Llegó Jesús, estando cerradas las puertas, se puso en medio y dijo: «Paz a vosotros». Luego dijo a Tomás: «Trae tu dedo, aquí tienes mis manos; trae tu mano y métela en mi costado; y no seas incrédulo, sino creyente»* (Jn 20, 26-27).

¡Eureka! El Resucitado tiene heridas. Pero no tiene miedo de que el apóstol meta sus dedos dentro de la herida, a pesar de que puede hacerle daño. Jesús pudo resucitar de la muerte siendo perfecto, sin afectarle el dolor. Sin embargo, él consideró que la perfección radica en dejarse lastimar. Gracias al amor, la herida puede ser curada. Si consideramos que Jesús resucitado es la forma más perfecta de hombre, las heridas y la curación forman parte de esta perfección.

Así que ánimo. ¿Sientes hoy algún dolor? ¿Descubres alguna herida dentro de ti? ¿No puedes perdonar? Tu destino es similar a la vida de Jesús. Jesús convirtió todo este mal en un bien mayor. No se desanimó.

Piensa, ¿acaso Jesús, como primera reacción, no debería haber evitado encontrarse con Tomás, quien quería meter sus dedos en sus heridas? Debería haberlo evitado para protegerse. Sin embargo, no lo hizo. Las heridas no deberían hacer que uno pierda la fe. No deben conducir a una falta de apertura al amor o a la amistad. Las heridas son el camino común a la hora de edificar la madurez y la grandeza.

Por eso te digo ahora: ¡conviértete en un gran hombre, en la medida de tu cansancio y dolor!

Amén.

Que el Señor te bendiga. Que encuentres la sanación y puedas crecer hasta alcanzar un amor verdadero y grande. ¡Ojalá el Señor pueda ver que eres tan estupendo, que quiera pasar toda la eternidad contigo!

Amén. ¡Aleluya!

*Jesús, ayúdame a ser una buena persona. Amén, ¡Aleluya!*