

MEDITACIÓN K.

Construir tu vida a través de una regla de vida personal



Queridos peregrinos,

Nos acercamos al final de nuestra peregrinación, y probablemente hayas comenzado a preguntarte qué vas a hacer para poner en práctica todas las buenas resoluciones que has hecho a lo largo de estos tres días.

Tendrás **que cambiar de vida**, tendrás que llegar hasta el final en tu conversión, para que tu vida tenga todo su sentido y que tu acción, ahora **mejor orientada**, pase a ser **más efectiva**.

Sí, lo quieres; pero solo, puede ser difícil. Volvemos con tanta facilidad a nuestros problemas.

¡Así que! ¿Por qué no tomar la decisión de **implementar una regla de vida personal**? Te ayudará a responder a tu vocación (sea cual sea) y te hará vivir de acuerdo con aquellas resoluciones que has tomado, y que, con la gracia de Dios, tendrás.

I. En primer lugar, ¿qué es una regla de vida?

Consiste en la **elección de medios precisos** para luchar por la santidad todos los días, según las exigencias de nuestro deber de estado. Sin

embargo, **la adopción de esta norma es totalmente necesaria**, de lo contrario nuestras buenas resoluciones a menudo no son más que intenciones piadosas. Gustave Thibon lo dijo lapidally: “*Donde se rompe la regla, el amor se pierde.*”

¿Cómo implementar tal regla?

Aquí tienes tres presupuestos que regirán su implementación:

- Tu regla descansará enteramente en la **conciencia**, de que solo la vida que nuestro Señor te ofrece es **interesante**. Así, lejos de convertirse en una camisa de fuerza, será, por el contrario la marca de una preferencia, de un deseo auténtico de vivir como Dios os pide.
- En segundo lugar, debe ser **personal**, adaptado a la medida de cada uno. Además, es indispensable la ayuda de un **padre espiritual**, tanto para elaborarla como para seguirla fielmente.
- Finalmente, su éxito estará en su equilibrio.

II. ¿Cómo será fructífera?

Para que sea fructífera, se centrará al menos en las cuatro áreas principales de nuestra vida: la vida espiritual, la guerra espiritual, la formación personal y nuestros deberes de Estado:

1. 1. Vida espiritual

No olvidéis nunca, queridos peregrinos, que la unión personal con Nuestro Señor Jesús es el corazón de la vida cristiana. Cultivar esta unión será, por tanto, vuestra prioridad absoluta.

Para ello, tendréis que cultivar cuidadosamente tres medios principales:

- **una vida de oración diaria** que nada te podrá quitar: oración de la mañana y de la noche, un tiempo de oración, el rosario... tú eliges lo que razonablemente puedes hacer.
- **una vida sacramental regular**: confesión (una vez al mes es una

buena media); comuniones bien preparadas, seguidas de una verdadera acción de gracias.

- la **dirección espiritual** te será de gran ayuda. Te ayudará a profundizar en una verdadera vida de oración, y a librar eficazmente la guerra espiritual sin la cual no puede haber vida cristiana.

2. Guerra espiritual

Nadie puede escapar consecuencia de nuestra herida por el pecado original. Por tanto, queridos peregrinos, es necesario enfrentarse cara a cara y no ocultarla a nuestros ojos.

Aquí están las cuatro áreas donde puedes enfocar tus esfuerzos:

- **Evitar ocasiones de pecado:** Por ejemplo, eliminando citas peligrosas, salidas cuestionables, espectáculos y películas.
- **Organizando bien tu día:** Por ejemplo, asegurándote de no perder tiempo en el ordenador con juegos, Facebook, sitios, etc. El ordenador es, para muchos de nosotros, la fuente más dañina para el equilibrio de la vida. Realmente tienes que tomar decisiones y liberarte de esta nueva droga. Atención también a la dependencia de los portátiles, 'iPods'... Nada como esto para destruir las comunicaciones reales y establecer relaciones superficiales.
- **Combatir defectos:** Por ejemplo, orgullo, avaricia, deterioro, envidia, avaricia, ira, pereza...
- **Finalmente, aplicándose para adquirir virtudes:** Por ejemplo, prudencia, justicia, fuerza, templanza, etc.

3. Entrenamiento personal

Si la cuestión de la formación personal siempre ha sido importante, ahora se está convirtiendo en una urgencia **absolutamente crucial**.

Ante la decadencia del pensamiento y el hundimiento sin precedentes de la cultura de masas, urge, queridos peregrinos, reaccionar. Concretamente, esto significa que vuestra regla incluirá una preocupación por **estructurar**

y alimentar vuestra vida espiritual y vuestra vida intelectual en general.

Una **sana utilización de vuestro tiempo** permitirá aprovechar los medios apropiados, que son abundantes: lecturas, conferencias, sesiones, universidades de verano, grupos de formación, etc. Tómate, por ejemplo, diez minutos cada tarde para leer en serio un libro de formación. ¡En un mes habrás leído un libro entero!

4. Deberes del Estado

Por último, tu regla te ayudará a tener verdadero culto por tus deberes de Estado. No olvides que **la santidad** que Dios quiere para vosotros no es etérea, sino que **viene por el más fiel cumplimiento de vuestros deberes de estado, con espíritu sobrenatural.**

Por tanto, que el estudiante se tome en serio sus estudios; el padre de familia, que viva su profesión como un verdadero cristiano, sin descuidar a su mujer y la vida familiar; y la madre de familia, que se organice de tal modo que pueda cuidar bien de sus hijos y tener tiempo para su marido.

Además, todos deben recordar que el Buen Dios espera que, habiendo recibido gratuitamente, sepamos **dar gratuitamente.**

Por eso, una **actividad misionera** adaptada a cada persona (aunque sea muy pequeña) es **esencial** para recordar que no estamos solos, y que muchas personas a nuestro alrededor nos necesitan.

Queridos peregrinos,

En definitiva, podéis ver que una regla de vida es una traducción práctica del deseo de **vivir auténticamente la propia vida cristiana** a todos los niveles. **Por tanto, es esencial adoptar una regla de vida.**

Por eso, si aún no lo habéis hecho, **pedid a la Virgen María** que os obtenga la gracia de hacerlo antes de que termine esta peregrinación; Ella no dejará de concedéroslo. Y ahora guardemos silencio, para **revisar o poner en práctica** nuestra Regla de vida personal.