La Santa Sede

PAPA FRANCISCO

AUDIENCIA GENERAL

Aula Pablo VI
Miércoles, 7 de febrero de 2024

[Multimedia]

[El siguiente texto también incorpora partes no leídas que se consideran pronunciadas]

Catequesis. Vicios y virtudes. 7. *La tristeza.*

Queridos hermanos y hermanas, ¡buenos días!

En nuestro recorrido de catequesis sobre los vicios y las virtudes, hoy nos detenemos en un vicio bastante feo, la *tristeza*, entendida como un abatimiento del ánimo, una aflicción constante que impide al ser humano experimentar alegría por su propia existencia.

Ante todo, hay que señalar que, respecto a la tristeza, los Padres hacían una distinción importante. Hay, en efecto, una tristeza que conviene a de la vida cristiana, y que con la gracia de Dios se transforma en alegría: ésta, por supuesto, no debe rechazarse y forma parte del camino de conversión. Pero existe también un segundo tipo de tristeza que se *insinúa en el alma y la postra en un estado de abatimiento*: es este segundo tipo de tristeza el que hay que combatir resueltamente y con todas las fuerzas, porque procede del Maligno. Esta distinción la encontramos también en San Pablo, que cuando escribe a los Corintios dice lo siguiente: «La tristeza que proviene de Dios produce un arrepentimiento que lleva a la salvación y no se debe lamentar; en cambio, la tristeza del mundo produce la muerte.» (*2 Cor* 7,10).

Hay, entonces, una tristeza amiga que nos lleva a la salvación. Pensemos en el hijo pródigo de la parábola: cuando toca el fondo de su degeneración, experimenta una gran amargura, y esto le impulsa a recapacitar y a decidir volver a la casa paterna (cfr. *Lc* 15, 11-20). Es una gracia gemir por los propios pecados, recordar el estado de gracia del que hemos caído, llorar porque hemos perdido la pureza con la que Dios nos soñó.

Pero hay una segunda tristeza, que es *una enfermedad del alma*. Surge en el corazón humano cuando se desvanece un deseo o una esperanza. Aquí podemos referirnos al relato de los discípulos de Emaús. Aquellos dos discípulos salen de Jerusalén con el corazón desilusionado, y se confían al forastero, que en cierto momento los acompaña: «Nosotros esperábamos que fuera él – o sea, Jesús - quien librara a Israel.» (*Lc* 24,21). La dinámica de la tristeza está ligada a la *experiencia de la pérdida*. En el corazón del ser humano nacen esperanzas que a veces se ven defraudadas. Puede tratarse del deseo de poseer algo que no se puede conseguir, pero también de algo importante, como la pérdida de un afecto. Cuando esto sucede, es como si el corazón del ser humano cayera en un precipicio, y los sentimientos que experimenta son desánimo, debilidad de espíritu, depresión, angustia. Todos pasamos por pruebas que nos generan tristeza, porque la vida nos hace concebir sueños que luego se hacen añicos. En esta situación, algunos, tras un tiempo de agitación, se apoyan en la esperanza; pero otros se regodean en la melancolía, dejando que ésta se pudra en sus corazones. ¿Se siente placer en esto? Verán: la tristeza es como *el placer del no-placer*; es como tomar un caramelo amargo, sin azúcar, malo, y chupar ese caramelo. La tristeza es *el placer del no-placer*.

El monje Evagrio explica que todos los vicios persiguen un placer, por efímero que sea, mientras que la tristeza disfruta de lo contrario: del *adormecerse en una tristeza sin fin.* Ciertos lutos prolongados, en los que una persona sigue agrandando el vacío de quien ya no está, no son propios de la vida en el Espíritu. Ciertas amarguras resentidas, en las que una persona tiene siempre en mente una reivindicación que le hace adoptar el papel de víctima, no producen en nosotros una vida sana, y menos aún cristiana. Hay algo en el pasado de todos que necesita ser sanado. La tristeza, de ser una emoción natural, puede convertirse en un estado de ánimo maligno.

Es un demonio taimado, el de la tristeza. Los padres del desierto la describían como un gusano del corazón, que roe y vacía a quien lo alberga. Esta imagen es buena, nos ayuda a comprender. Entonces, ¿qué debo hacer cuando estoy triste? Detenerte y ver: ¿esta tristeza es buena? ¿No es una buena tristeza? Y reaccionar según la naturaleza de la tristeza. No se olviden de que la tristeza puede ser algo muy malo que nos lleva al pesimismo, nos lleva a un egoísmo que difícilmente se cura.

Hermanos y hermanas, debemos tener cuidado con esta tristeza y pensar que Jesús nos trae la alegría de la resurrección.

Por muy llena que esté la vida de contradicciones, de deseos incumplidos, de sueños no realizados, de amistades perdidas, gracias a la resurrección de Jesús podemos creer que *todo se salvará*. Jesús ha resucitado no sólo para sí mismo, sino también para nosotros, a fin de *rescatar todas las felicidades* que no se han realizado en nuestras vidas. La fe expulsa el miedo, y la resurrección de Cristo quita la tristeza como la piedra del sepulcro. Cada día del cristiano es un ejercicio de resurrección. Georges Bernanos, en su famosa novela *Diario de un cura rural*, hace decir al párroco de Torcy lo siguiente: "La Iglesia dispone de la alegría, de toda esa alegría que está reservada a este triste mundo. Lo que han hecho contra ella, lo han hecho contra la alegría". Y otro escritor francés, León Bloy, nos dejó esta maravillosa frase: "No hay más que una tristeza, [...] la de no ser santos". Que el Espíritu de Jesús resucitado nos ayude a vencer la tristeza con la santidad.

Saludos

Saludo cordialmente a los peregrinos de lengua española. El próximo domingo celebramos la Jornada Mundial del Enfermo. Pidamos a María, Salud de los enfermos, por todos los que sufren, para que sepan poner su confianza en Dios, experimentando la

alegría de saberse amados por Él. Que Dios los bendiga y la Virgen Santa los cuide. Muchas gracias.

Y no olvidemos las guerras, no olvidemos la atormentada Ucrania, Palestina, Israel, los Rohingya, muchas, muchas guerras que hay por doquier. Recemos por la paz. La guerra es siempre una derrota, siempre. Recemos por la paz. Se necesita la paz.

Resumen leído por le Santo Padre en español

Queridos hermanos y hermanas:

En la catequesis de hoy reflexionamos sobre el vicio de la tristeza. Se trata de ese estado de ánimo que todos llegamos a experimentar en algún momento de nuestra vida. Se presenta como un sentimiento de abatimiento y de aflicción constantes, y está ligado a una experiencia de “pérdida” de algo o de alguien.

Podemos distinguir dos tipos de tristeza: por un lado, está la tristeza que lleva a la salvación si se vive según la fe, porque nos impulsa a mirar nuestro interior, nos inspira el dolor y la amargura de haber pecado, colocándonos así en el camino del arrepentimiento y en la esperanza de recuperar la amistad con Dios. Pero, por otro lado, tenemos otra tristeza**,** aquella tristeza que, si nos descuidamos, puede convertirse en una enfermedad del alma; como un gusano que corroe y destruye el corazón. Nos hará bien pues combatir esta segunda tristeza —esta enfermedad— con la fe en la resurrección de Cristo, que nos colma de esperanza, de gozo y de paz.

Copyright © Dicastero per la Comunicazione - Libreria Editrice Vaticana