

## El cultivo del espacio interior

---

Quien es capaz de vivir dentro de sí, de recoger sus sentidos y potencias hasta sosegar el alma, desarrolla una personalidad más rica.

Para no limitarse a nadar en la superficie de la vida, es preciso dedicar tiempo a pensar lo que nos ha pasado, lo que hemos leído, lo que nos han dicho, y sobre todo las luces que hemos recibido de Dios. Reflexionar ensancha y enriquece nuestro espacio interior.

**En el silencio, podremos escuchar la voz del Señor. Callar es hermoso; no es ningún vacío, sino vida auténtica y plena, si permite establecer un diálogo íntimo con Dios**

## La sabiduría de corazón

---

La capacidad de recogimiento nos permite asentar cada vez con más profundidad los motivos que guían nuestra vida.

La prudencia, muchas veces, llevará a informarse bien antes de enjuiciar o tomar una decisión, porque con frecuencia las cosas no son como aparecen a primera vista.

Antes que nada: pedir consejo a Dios: «no tomes una decisión sin detenerte a considerar el asunto delante de Dios». Así es más fácil un juicio ponderado, sin ceder a la ligereza, la comodidad, el peso de la vida pasada, o la presión del ambiente. Y tener la disposición de rectificar, si más tarde nos damos cuenta de que nos hemos equivocado.

**La coherencia cristiana —fruto de una interioridad cultivada— nos pone, en definitiva, en condiciones de entregarnos a un ideal, y de perseverar en él**

Fuente: José Benito Cabaniña, Carlos Ayxelà  
opusdei.org

# Coherencia para edificar el orden interior y la paz

---

La paz y el dominio de si



Colección +breve  
Más títulos en [masclaro.org/+breve](https://masclaro.org/+breve)



Una de las notas de la personalidad madura es la capacidad de conjugar el despliegue de una actividad intensa con el orden y la paz interior. El orden, la coherencia, es un botín que vamos ganando en la batalla de todos los días.

### El señorío de sí

---

No se nos escapan los obstáculos que existen para alcanzar esta armonía interior. Sentimos una cosa y queremos otra, notamos que estamos divididos entre lo que nos apetece y lo que debemos hacer. Incluso puede llegar a parecernos que tampoco pasa nada por ser un poco incoherentes, lo que en el fondo denota un amor vacilante.

Como todos estamos expuestos a estas pequeñas desviaciones del rumbo, se trata de que seamos sencillos, y las corriamos con perseverancia; así se evita el riesgo de acabar a la deriva en el alta mar de la vida.

### Para tocar la melodía de Dios

---

Al poner orden en nuestro interior no se trata sólo de que nuestra inteligencia “domine” la imaginación y encauce la fuerza de los sentimientos y afectos: tiene que descubrir todo lo que estos compañeros de viaje pueden y quieren decirle.

**San Agustín escribía «la paz de todas las cosas es la tranquilidad del orden»**

**Esta batalla no sólo tiene que ver con las cosas que manejamos y las tareas que llenan nuestro día, sino también con nuestro corazón. La coherencia del cristiano crece con el dominio de sí, el orden de la actividad exterior, el recogimiento interior y la prudencia**

**El señorío de sí, también conocido como templanza, no es frialdad cerebral: Dios nos quiere con un corazón que sea «grande, fuerte y tierno y afectuoso y delicado»**

Se trata de educar los afectos, de fomentar una sensibilidad por lo que es auténticamente bueno, porque responde a nuestro ser personal, con todas sus dimensiones.

La experiencia acumulada de siglos, también en los lugares adonde no ha llegado el cristianismo, muestra que los afectos y los instintos, sin control, pueden arrastrarnos como las aguas de una riada que siembra destrucción por donde pasa. Si nuestro espíritu no logra encauzar de manera estable esas fuerzas instintivas y afectivas de nuestra naturaleza, no puede tener paz ni sosiego: no puede existir vida interior.

### Tomar las riendas de nuestro día

---

Un paso importante para ser señores de nosotros mismos es el de sobreponernos a la pereza, que puede paralizarnos poco a poco.

Para que la vida no se nos lleve por delante, nos servirá tomar la iniciativa para planificar —sin cuadricularnos— dando prioridad a lo que debe estar en primer lugar y no a lo que surge en cada momento. Así evitamos que lo urgente se coma lo importante.

En nuestro día hay algunos momentos clave que podemos fijar de antemano: la hora de acostarnos, la hora de levantarnos, los tiempos que vamos a dedicar exclusivamente a Dios, la hora de trabajar, la hora de las comidas... Después está todo el campo de hacer bien lo que debemos hacer, con rendimiento, atención y perfección, es decir, con amor.

**El corazón abandonado al vaivén sentimental resquebraja la armonía de nuestra personalidad. También erosiona, a veces de modo importante, nuestras relaciones con los demás**

**También conviene estar atentos al otro extremo, el activismo desordenado. Madurez de la personalidad significa aquí ponderación, orden en nuestra actividad**