



DESPIERTA Y ALÉGRATE

*Caminos
de sanación interior*

Xosé Manuel
Domínguez Prieto

Diseño: Pablo Núñez / Estudio SM

© 2016, Xosé Manuel Domínguez Prieto

© 2016, PPC, Editorial y Distribuidora, SA

Impresores, 2

Parque Empresarial Prado del Espino

28660 Boadilla del Monte (Madrid)

ppccedit@ppc-editorial.com

www.ppc-editorial.es

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la Ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de su propiedad intelectual. La infracción de los derechos de difusión de la obra puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y ss. del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos vela por el respeto de los citados derechos.

A mi hijo José Manuel

ÍNDICE

1. DESPIERTA	13
Dormidos o despiertos	14
Estar despiertos exige lucha y esfuerzo	15
¿Qué es lo que despierta a la persona?	17
Despertar, ¿de qué?	18
Quién debe despertar	24
Despertar, ¿a qué?	26
El recogimiento como vía para despertar ..	28
¿Cómo se alcanza el recogimiento?	30
2. ESCUCHA	33
Hacer silencio consiste en escuchar	40
Escuchar es atender	42
La escucha como espera activa	44
La escucha es vigilia, salir de la indiferencia	46
¿Qué podemos escuchar?	48
Perturbaciones de la escucha	49
3. NUEVO	52
Nacer de nuevo	53
¿No tengo nada que cambiar?	55
¡Puedo yo solo!	56
Cristo me ofrece poder ser yo plenamente ..	58

Todo o nada	60
Descubro que soy quien estoy llamado a ser	62
Podemos cerrarnos a la novedad	63
Otras actitudes erróneas que tratan de evitar la novedad	66
Dar importancia a lo realmente importante	68
4. CONFÍA	71
Confiar es estar abiertos a las sorpresas y regalos de Dios	72
Condiciones para poder confiar	77
Confianza: cuestión de fe	84
5. QUEDA EN PAZ	87
Idolatría e inquietud	87
La paz interior	90
¿Qué es lo que nos hace perder la paz?	94
Actitudes psíquicas que impiden la paz interior	96
¿Qué hacer con estas ideas negativas?	103
6. HUMILDE	108
Qué es la humildad	110
La humildad de María	111
Camino de la humildad: la desdeificación	114

7.	LIBRE	118
	Qué es la libertad	120
	Cómo se ejerce la libertad	122
	La libertad de	124
	Dominio de los propios impulsos	126
	La libertad para	128
8.	POBRE	132
	¿Aferrarme a lo «mío»?	132
	La pobreza como virtud de no aferrarme a nada	137
	Palabras duras frente al afán de riqueza	140
	Pobreza material y pobreza espiritual	145
	Sobriedad	146
	Exigencias de la pobreza	149
9.	SANA	151
	Sanado de mi inmadurez	156
	Qué vías de sanación propone Cristo	158
10.	COMUNIDAD	172
	Cristiano desde la comunidad	174
	¿Pertener a la Iglesia?	177
	¿Aceptar las «reglas» de la Iglesia?	182
	La clave última de la obediencia del creyente	185

11.	<i>ECCE</i>	188
	Diálogo entre Dios y el hombre	191
	<i>Ecce</i> como disponibilidad	194
	Aceptar o rechazar la llamada	198
12.	<i>FIAT</i>	206
	No intención	206
	Aceptación	209
	La respuesta a la misión es el <i>fiat</i>	213
	El <i>fiat</i> supone vivir de acuerdo con la propia verdad	214
	La «esclerocardía»	215
	Nueva concepción de la verdad desde el <i>fiat</i>	216
	<i>Fiat</i> : un acto de fe	216
	Mi <i>fiat</i> afecta al mundo entero	218
13.	<i>MISSIO</i>	219
	Elegidos	219
	La llamada es envío	221
	Misión como fertilidad. Propuesta evangélica	224
	Dos modos de vivir la misión: <i>apostolé</i> e <i>hypostolé</i>	228
	Lógica interna de la misión: las bienaventuranzas	229
	Bienaventurados los pobres en el espíritu, porque de ellos es el reino de los cielos (Mt 5,3)	230

Bienaventurados los mansos (sufridos), porque poseerán la tierra (Mt 5,4)	232
Bienaventurados los que lloran, porque ellos serán consolados (Mt 5,5)	234
Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia, porque ellos serán saciados (Mt 5,6)	235
Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán misericordia (Mt 5,7)	236
Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios (Mt 5,8)	237
Bienaventurados los que trabajan por la paz, porque ellos serán llamados hijos de Dios (Mt 5,9)	238
Bienaventurados los perseguidos por razón de la justicia, porque de ellos es el reino de los cielos. Bienaventurados vosotros cuando os insulten y os persigan y os calumnien de cualquier modo por mi causa. Alegraos y regocijaos, porque vuestra recompensa será grande en el cielo (Mt 5,10-12)	239
14. <i>MAGNIFICAT</i> (I)	241
Proclama la grandeza	241
Alabanza	245
Agradecimiento	246
Agradecemos el don donándonos	248

Proclama mi alma	249
El Señor	250
15. <i>MAGNIFICAT</i> (II)	255
Mi espíritu	255
Alegría	256
En Dios, mi salvador	260
Divinización o deificación	265

«¿Dónde estás, Adán?». Esta es la primera pregunta de Dios en el Génesis. Y es también la pregunta que resuena en cada uno de nuestros corazones una y otra vez. ¿Dónde estás respecto de quien estás llamado a ser? ¿Qué estás haciendo de tu vida? Y junto a esta pregunta se puede sentir una invitación: «Vuelve a mí». «Yo estoy a la puerta y llamo; si alguien oye mi voz y abre la puerta, entraré a él, y cenaré con él y él conmigo» (Ap 3,20). Casi es una súplica de Dios a ti y a mí: «Volved a mí de todo corazón» (Jl 2,12). Pero quizá no oigo ni la pregunta, ni la llamada, ni la invitación. Y me sumerjo en un eclipse de Dios. Pero no porque Dios se oculte, sino porque no escucho.

Quizá, en medio del ruido y el ajetreo en el que vivo, hace tiempo que soy incapaz de escuchar estas preguntas o estas llamadas. Quizá soy incapaz de escuchar en general. Pero si me concedo un tiempo de silencio, si aprendo a prestar atención, quizá descubra que soy visitado, que soy invitado, que Dios sigue a mi puerta esperando.

Tanto me he metido en la lógica de mi trabajo y profesión, tanto me he dejado absorber por los acontecimientos exteriores de mi vida, que se me ha olvidado

escuchar. Quizá por ello parece lejano ya el tiempo en que Dios tenía un papel central en mi vida. O quizá pienso que lo sigue teniendo, pero en la práctica estoy más volcado en mis acciones, trabajos, cosas y problemas que en él. Para todo tengo tiempo menos para encontrarme con Dios, que ya no lo vivo como prioridad. Incluso se puede llegar a pensar que es un lujo propio de personas ociosas, o de religiosas, religiosos y sacerdotes, pero que los que estamos en el mundo no tenemos tiempo para estas cosas. O también puede que haya sido mi propia inmadurez espiritual, resquicios de cierto infantilismo latente, los que me han llevado a apartarme de Dios porque no me ha dado lo que yo quería, lo que esperaba, porque no me han salido las cosas de la mejor manera (como si Dios fuese Aladino, el de la lámpara, que está ahí para satisfacer mis deseos, para solucionar mágicamente mis problemas o para darme alguna ventajita respecto de los no creyentes).

Pero Dios sigue ahí, esperándote, esperándome. A veces lo redescubrimos tras un dolor fuerte en la vida, tras un fracaso, cuando por fin se derrumban mis seguridades (que se derrumbarán, no lo dudemos). Pero también me puedo replantear mi vida, darme cuenta de la vorágine en la que estoy sumido y dejarme preguntar: «¿Dónde estás?». Porque, si me he perdido para Dios, me he perdido para mí.

Sin embargo, cuando la vida se va echando encima, cuando las heridas interiores crecen y ya he probado

todo remedio, y las cosas siguen igual o peor, se puede pensar que ya no hay mucho que hacer, y que, a estas alturas, lo de «Dios» y la religión suena ya un poco lejano. Quizá sea porque tenemos ahora nuevos dioses: mi cuenta corriente, mis viajes, mi salud, mi forma física, mis partidos de fútbol, mis ocios, mis compras, mi carrera profesional... Estos nuevos dioses quizá hayan desplazado hace tiempo a Dios en mi vida. Pero antes o después también experimentamos que estos dioses son frustrantes, que no nos dan la felicidad duradera esperada, que, más que hacernos crecer, simplemente nos han distraído, nos han hipnotizado mientras la vida se nos ha ido escapando de las manos.

Incluso puede que ya hayamos descubierto que esos dioses a los que hemos ido entregando la vida no han curado nuestras heridas, nuestros dolores, sino que incluso los han agrandado. Entonces quizá encontremos un tiempo de silencio, un momento de sosiego en el que volvamos a escuchar la pregunta: «¿Dónde estás?», y la invitación: «Volved a mí de todo corazón». Esto es lo primerísimo que nos pide Dios. Algo tan sencillo como escuchar. De ahí vendrá todo lo demás. Dios nos pide que demos solo un primer paso: escuchar. Por eso nos dice: «¡Ojalá me escuchases!» (Sal 81,9). Lo que está en juego es mi vida, mi sanación, mi alegría.

Y si tengo la valentía de abrir la puerta de mi corazón, de mi vida interior, por dormida o acorchada que esté, allí encontraré –o reencontraré– la clave de lo

que había estado buscando sin saberlo. Este camino de «vuelta a mi hogar interior», este camino de vuelta a casa, este camino de auténtica sanación interior, es la invitación que te hago ahora. Es un camino de interiorización, un camino que comienza despertando y escuchando, y acaba en la sanación, en la experiencia de aquel que nos está esperando al otro lado de la puerta de nuestro corazón. Este es un camino que antes o después toda persona puede realizar, porque, o bien se dirige a su primer encuentro con Dios, o bien recupera su experiencia de Dios, volviendo a aquel que ya conoció. Se trata de dejar transformar nuestra vida por Dios. No hay que hacer nada: hay que dejar que Dios haga en nosotros. Y quien experimenta esto recupera la alegría y la paz, los dos indicios más claros de salud interior.

La sabiduría cristiana recoge este proceso de conversión desde el comienzo de su historia. Cuando la gente acudía a los Padres del desierto –monjes y eremitas del siglo IV que vivían austeramente en Siria y Egipto– para recibir su consejo sobre cómo ir o cómo volver a Dios, sobre cómo orientar su vida, muchos de ellos acostumbraban a decirles solo una palabra. A veces solo una palabra puede iluminar y sanar nuestra vida más que un discurso. Justamente esto es lo que proponemos. Nos limitaremos a apoyarnos en unas pocas palabras-clave que puedan servir para iluminar nuestra experiencia espiritual, a modo de camino.

Caminar por caminos interiores no consiste en realizar actos esotéricos, sino encontrarnos, en lo profundo, con quien es nuestra fuente, con quien nos ha amado, llamado y creado. Estas palabras van dirigidas únicamente a favorecer nuestra experiencia de Dios. En realidad, es maravilloso descubrir que no se trata de ponerse a hacer cosas, sino de que Dios haga en mí. Por mi parte, solo he de «abrir mi puerta» para que entre en mi casa, es decir, crear las condiciones para esta acción de Dios en mí.

Para recorrer este camino existe una condición previa: *escuchar*. Sin escuchar no es posible llevar a cabo un proceso de profundización en la propia espiritualidad. El activismo nos vuelve sordos a la experiencia del espíritu. Al contrario, escuchar nos *despierta*. Al despertar descubriremos que todo es *novedad* en nuestra vida, y que existen ciertas actitudes que permiten la novedad de Dios en mi vida: la *confianza plena en él* y la de experimentar la *paz interior* y la *humildad*. El resultado es una liberación de la propia persona: quedo *libre* interiormente para acoger a Dios y quedo libre exteriormente mediante la *pobreza*. Con este proceso de liberación he comenzado el proceso de ser *sanado*. Sin embargo, es necesario descubrir antes o después que, para los cristianos, el camino de la espiritualidad no es un camino individual, sino que ocurre desde, con y para la *comunidad*.

Finalmente, reconozco que la vida espiritual no es algo que «yo» haga, sino algo que hace Dios en mí;

reconozco esta menesterosidad y la necesidad de mi disponibilidad diciéndole simplemente a Dios: *Ecce*, aquí estoy.

Y así será posible decir: *Fiat*, a la misión a la que el Señor nos llama, a ocupar el lugar que me corresponde en la historia de la humanidad. Es entonces cuando estaremos en disposición de proclamar: *Magnificat!*, canto de alegría por la grandeza de Dios y por nuestra salvación, porque Dios permite que sane y recupere mi vida, mi auténtica vida, desde la Vida. Es, sin duda, la aventura más apasionante que se puede vivir, la aventura del camino hacia Dios, que es también la aventura de la auténtica sanación interior.

DESPIERTA

El príncipe Siddharta Gautama era un joven mimado. Hasta sus veintinueve años estuvo viviendo en su palacio sin más preocupación que la de disfrutar de una vida tranquila, llena de belleza, con todo tipo de placeres y con cuantos objetos podía desear. Pero una tarde decidió salir de su palacio acompañado por su cochero para asomarse al mundo y ver cómo era. Corrió el riesgo de dejar su comodidad y, gracias a ello, tuvo los cuatro encuentros que fueron decisivos: primero se encontró con un viejo abandonado (llevándose la sorpresa de constatar que no siempre sería joven). A continuación se encontró con un enfermo (descubriendo que no siempre se tiene salud). Más tarde se encontró con un cortejo fúnebre que acompañaba a un muerto (dándose cuenta así de que no se vive para siempre). Por último se encontró con un renunciante, es decir, alguien que lo había dejado todo para buscar la verdad y la iluminación (descubriendo así que podía haber algo más importante que el bienestar).

Tras estos cuatro encuentros decide dejar su palacio: ha comenzado el camino hacia su despertar, el camino de la iluminación –*bodhi*–, que es el que le llevaría finalmente a ser el *buda*, es decir, el iluminado, el despierto.

DORMIDOS O DESPIERTOS

Podemos vivir de dos maneras: dormidos o despiertos. Cuando el Evangelio se refiere a estar dormidos o despiertos no se refiere al hecho fisiológico de estar durmiendo o en vigilia, sino a estados personales, biográficos, a estados de conciencia.

Estar dormido, en sentido evangélico, significa no tener conciencia de quién soy, de cuál es mi llamada. Está dormido quien no escucha. La somnolencia vital da lugar a la inconstancia, a la inconsciencia, a cambiar según las suscitaciones del ambiente social. Quien está dormido vive para lo que no es esencial, gasta grandes energías y mucho tiempo en lo que no va a quedar, en lo que es subjetivamente deseable en un determinado momento, pero no es en sí realmente importante. Estar dormido supone vivir desintegradamente en muchos frentes inconexos, vivir en diversos ámbitos sin conexión entre ellos, como compartimentos estancos: vida laboral, vida de ocio, vida familiar, vida deportiva e incluso vida religiosa. Cada una con su lógica interna y sin conexión con todas las demás. En estos casos, la mente divaga de una cuestión a otra, la voluntad se tensa en la diversidad de frentes abiertos, en los diversos intereses que se sostienen, y el sentimiento está a merced del éxito o el fracaso en cada uno de ellos. La persona vive sin rumbo fijo, atenta a lo que en cada momento más suscita su interés. En este esta-

do no se puede llevar una vida plena; por eso el mandato es tajante: «Despierta, tú que duermes, levántate de entre los muertos» (Ef 5,14). ¡La somnolencia de conciencia se identifica con la propia muerte! En efecto, dormir es una forma de estar muertos en vida.

Por el contrario, el despierto es aquel que, escuchando, es consciente de lo objetivamente importante, del orden de valores, de lo que merece la pena. Quien está despierto, desde estos valores y desde lo que orienta y da sentido a su vida, vive unificadamente. Por tanto, el despierto es aquel que es capaz de ver la realidad desde la luz de Dios, desde la presencia de Dios, y desde esta conciencia ordena su vida y la vive como unidad. Esta persona es consciente de su vida, de su llamada, de su lugar en el mundo, y por eso es firme en sus acciones, en sus compromisos, es lúcido en sus elecciones. No vive los diversos ámbitos de su vida como si tuviese varias personalidades, sino que en todos responden desde un mismo principio, a partir de una misma fuente y con un único criterio de actuación.

ESTAR DESPIERTOS EXIGE LUCHA Y ESFUERZO

Estar despiertos no es una actitud natural ni fácil: exige una vigilancia, un estar en vela, porque la lógica interna de los asuntos del mundo siempre nos puede absorber. Las invitaciones en el Evangelio a la vigilia son

continuas: «Vivid con sobriedad y estad alerta» (1 Pe 5, 8); «Procurad que vuestros corazones no se emboten por el exceso de comida, la embriaguez y las preocupaciones de la vida [...]. Velad, pues, y orad en todo tiempo» (Lc 21,34-36). En efecto, tanto la diversión, el bienestar, como las preocupaciones de la vida cotidiana –laboral, familiar, social– pueden ser causa de adormecimiento de conciencia. Incluso en el ámbito de personas religiosas, las hay tan ocupadas de las «obras de Dios» que en su activismo se han olvidado del propio Dios, a quien dicen servir con sus obras. Por tanto, para todos hace falta un entrenamiento, una «ascesis» (la palabra *ascesis* en griego se refiere al *entrenamiento de los atletas*), un resistirse a todo aquello que me adormezca. San Pablo insiste en el mismo sentido: «¡No durmamos como los demás, sino vigilemos y vivamos sobriamente!» (1 Tes 5,6). Nos va la Vida en ello.

Humanamente, estar vigilante supondría ver la propia vida desde la conciencia de la propia muerte. Pablo Domínguez, dos meses antes de su muerte, en una conocida carta enviada a las hermanas de *Iesu Communio*, dice:

No quiero acabar esta carta fraterna –y filial– de gratitud sin hacer mención a la última de las llamadas de consagración que para todos *está cerca*: me refiero a la muerte, que es ese encuentro amorosísimo, en abrazo eterno, con el Esposo. Todos tenemos un «día y hora» que el Padre –en su

eternidad— conoce. Me interrogo: ¿no deberíamos esperar ese día con el mismo entusiasmo, ardor, deseo y sobrecogimiento ante el don que nos espera con que esperamos los acontecimientos de consagración de esta vida? Suplico al Espíritu Santo que nos conceda mirar ahora nuestra vida con los ojos y el corazón que tendremos en ese momento último y definitivo: ¡lo que en el momento de la muerte tiene importancia la tiene ahora! ¡Lo que en ese momento sea accidental también lo es ahora! En definitiva: ¡solo Cristo y solo el amor es lo importante! Cuando tengáis momentos de turbación, ¡recordadlo! Que no nos seduzca nunca el maligno con máscaras de falsos amores. ¡Solo Cristo y solo su amor es la Vida!¹.

Vigilia, y esta vigilancia, en su sentido más radical, supone vivir desde el acontecimiento del amor que Dios me tiene, del acontecimiento de Cristo en mi vida, rechazando todo aquello que sea incompatible con vivir la vida de Cristo en mí. Quien tiene a Cristo en el centro de su vida, quien actúa real y conscientemente en referencia a Cristo, está despierto.

¿QUÉ ES LO QUE DESPIERTA A LA PERSONA?

El dolor, la frustración, el fracaso, la enfermedad nos despiertan.

¹ P. DOMÍNGUEZ, *Hasta la cumbre*. Madrid, San Pablo, 2009, p. 180.

En segundo lugar, la escucha de la llamada nos despierta.

En tercer lugar, otra persona que esté despierta, por su testimonio, tiene capacidad de despertarnos.

Dolor, llamada y testimonio permiten a la persona *volver en sí*, acceder a su propia realidad, a su propio nombre. Facilitan, en efecto, salir del eclipse de mí mismo en el que vivía antes. Por eso, escuchar es ante todo despertar de quien no soy. La máscara es un eclipse de mi ser persona.

DESPERTAR, ¿DE QUÉ?

Despertar siempre es «despertar de» (la máscara) y «despertar a» (la propia identidad que procede de la llamada).

En primer lugar hemos de despertar de identificarnos con nuestras máscaras, con aquel ropaje que podemos confundir con nuestra propia identidad. A veces nuestro ser lo cambiamos por tener más (dinero, currículo) o con el personaje laboral. Otras veces creemos que somos lo que hacemos, nuestra actividad preferida, nuestro rol social. O en ocasiones nos enmascaramos tras normas, grupos, identidades nacionales o colectivas. En general, es máscara todo personaje que desempeñamos cuando sustituye a nuestra auténtica identidad.

Si una persona está llena llena de sí, de sus proyectos voluntaristas, de sus ideologías, de sus pertenencias, del personaje que cree ser o que le han hecho creer que es, no puede entrar en contacto con la realidad.

Un profesor de una universidad fue a visitar a un maestro zen. El profesor, tras saludarlo, le contó que él era doctor, magíster en tales y cuales materias, especialista en aquella otra disciplina, director de tal departamento, autor de tales y cuales libros, y que estaba allí para aprender del maestro zen. El maestro zen le escuchó atentamente y le ofreció una taza llena de té a su invitado, sirviéndole más té encima. El líquido se desbordó y se cayó. Dándose cuenta de esto, el profesor le avisó de que se estaba desbordando, a lo que le replicó el maestro zen:

–En efecto. Y usted ha llegado aquí como esta taza de té: totalmente lleno. Todo lo conoce: ¿cómo podría yo enseñarle algo? Hasta que usted no venga aquí vacío no puedo ofrecerle absolutamente nada.

Vaciarme de mis ruidos, de mis personajes, de mi currículum, y adoptar una actitud de escucha es condición necesaria para el descubrimiento de la llamada, es decir, de mi propia identidad.

La persona entra en el proceso de búsqueda vocacional cargado de sus personajes, de sus actividades, pertenencias, de sus ideas. Hace falta irse desnudando de todo ello y despertar con el fin de quedarse disponi-

ble para la escucha. Sin embargo, no escucha y no despierta quien se aferra a sus máscaras, porque le hacen sentir alguien:

Preguntó el maestro:

—¿Quién de vosotros sabe algo importante que no existía hace cincuenta años?

Respondió el discípulo sin dudar:

—Yo.

Las personas realmente importantes ni siquiera saben que lo son. Son los que se creen importantes quienes sufren cuando los demás no reconocen esa importancia. Así le ocurrió a aquella persona a quien le preguntaron:

—¿Quién eres?

—El hijo del alcalde —respondió él.

—No te he preguntado quién es tu padre, sino quién eres.

—El juez del pueblo.

—No te he preguntado de qué trabajas, sino quién eres.

—Soy abogado.

—No te he preguntado qué has estudiado, sino quién eres.

—El dueño de este chalé y de esa finca.

—No te he preguntado qué tienes, sino quién eres.

Finalmente, extrañado, hubo de reconocer que no sabía quién era realmente.

TÍTULOS DE LA COLECCIÓN

1. ANTHONY DE MELLO, TESTIGO DE LA LUZ, *Mª Paz Mariño*
2. ESTOY LLAMANDO A LA PUERTA, *Carlo Maria Martini*
3. FAMILIA Y VIDA LAICAL, *Carlo Maria Martini*
4. LA FAMILIA COMO VOCACIÓN, *Manuel Iceta*
5. AMOR DE TODO AMOR, *Hermano Roger*
6. EN EL NOMBRE DE JESÚS, *Henri J. M. Nouwen*
7. CÓMO ELABORAR UN PROYECTO DE PAREJA, *Isabel Frías / Juan Carlos Mendizábal*
8. EL REGRESO DEL HIJO PRÓDIGO, *Henri J. M. Nouwen*
9. MEDITACIONES PARA LAS FAMILIAS, *Carlo Maria Martini*
10. EL SERMÓN DE LAS SIETE PALABRAS, *José Luis Martín Descalzo*
11. PEREGRINO DE LA EXISTENCIA, *Ángel Moreno, de Buenafuente*
12. DESPERTAR, *Anthony de Mello*
13. HABLAR DE DIOS COMO MUJER Y COMO HOMBRE, *Elisabeth Moltmann-Wendel / Jürgen Moltmann*
14. «TÚ ERES MI AMADO», *Henri J. M. Nouwen*
15. LA IGLESIA DEL FUTURO, *Cardenal Tarancón*
16. CRISTIANOS EN LA SOCIEDAD SECULAR, *Cardenal Tarancón*
17. HOMBRES Y MUJERES DE DIOS, *Cardenal Tarancón*
18. CULTURA Y SOCIEDAD, *Cardenal Tarancón*

19. PALABRAS SENCILLAS DE NAVIDAD, *Jean-Marie Lustiger*
20. LAS SIETE PALABRAS DESDE AMÉRICA LATINA, *Nicolás Castellanos*
21. UNA VOZ PROFÉTICA EN LA CIUDAD, *Carlo Maria Martini*
22. LA COMUNIDAD. LUGAR DEL PERDÓN Y DE LA FIESTA, *Jean Vanier*
23. MARÍA, MADRE. DEL DOLOR AL CORAJE, *Peter Daino*
24. LA VOCACIÓN DE SAN MATEO, *Antonio González Paz*
25. UNA VOZ DE MUJER, *Mercedes Lozano*
26. ¿QUÉ SACERDOTES PARA HOY?, *Bernhard Häring*
27. ENEAGRAMA Y CRECIMIENTO ESPIRITUAL, *Richard Rohr*
28. DESDE LA LIBERTAD DEL ESPÍRITU, *Antonio Palenzuela*
29. ORAR DESDE BUENAFUENTE DEL SISTAL, *Ángel Moreno, de Buenafuente*
30. CARTA A MI SEÑOR, *Ángela C. Ionescu*
31. EN EL ESPÍRITU DE TONY DE MELLO, *John Callanan*
32. TRES ETAPAS EN LA VIDA ESPIRITUAL, *Henri J. M. Nouwen*
33. CADA PERSONA ES UNA HISTORIA SAGRADA, *Jean Vanier*
34. EVANGELIO EN LA PERIFERIA, *Comunidad de San Egidio*
35. ¿QUÉ DEBEMOS HACER?, *Carlo Maria Martini*
36. «¡OJALÁ ESCUCHÉIS HOY SU VOZ!», *Lluís Duch*
37. EL CUARTO MUNDO, *Àlex Masllorens*
38. «VIA MATRIS» Y «VIA CRUCIS», *Andrés Pardo*
39. QUERIDA IGLESIA, *Carlos G. Vallés*
40. ENCONTRARSE EN EL SOÑAR, *Ramiro J. Álvarez*
41. Y LA MARIPOSA DIJO..., *Carlos G. Vallés*

42. SIGNOS DE VIDA, *Henri J. M. Nouwen*
43. EL SANADOR HERIDO, *Henri J. M. Nouwen*
44. ROMPIENDO ÍDOLOS, *Anthony de Mello*
45. LA ORACIÓN CONTEMPLATIVA, *Thomas Merton*
46. LA VIDA, CONSTANTE OPORTUNIDAD DE GRACIA, *Richard Rohr*
47. FÁBULAS Y RELATOS, *José Luis Martín Descalzo*
48. ESPERANZA, MISERICORDIA, FIDELIDAD, *Juan María Uriarte*
49. EL PADRENUESTRO, *Bernhard Häring*
50. AMOR, ¿TÚ QUIÉN ERES?, *Manuel Iceta*
51. «HERIDA Y ANCHÍSIMA SOLEDAD», *Ángel Moreno, de Buena fuente*
52. OJOS CERRADOS, OJOS ABIERTOS, *Carlos G. Vallés*
53. VIRGEN DE SANTA ALEGRÍA, *Carlos G. Vallés*
54. PROYECTO DE UNA VIDA LOGRADA, *Bernhard Häring*
55. PARÁBOLAS, *Megan Mckenna*
56. «SIN CONTAR MUJERES Y NIÑOS», *Megan Mckenna*
57. EL PRESBITERO COMO COMUNICADOR, *Carlo Maria Martini*
58. VIVIR EN LA FRAGILIDAD, *Cardenal Danneels*
59. CRISTO, *Rabindranath Tagore*
60. PALABRAS EN SILENCIO, *Khalil Gibran*
61. EL CAMINO DE TIMOTEO, *Carlo Maria Martini*
62. EL AMOR DE PAREJA, *Mercedes Lozano*
63. ITINERARIO HACIA DIOS, *Ignacio Larrañaga*
64. EL SACRAMENTO DEL PAN, *Manuel Díaz Mateos*
65. LA VOZ INTERIOR DEL AMOR, *Henri J. M. Nouwen*
66. «¿PUEDES BEBER ESTE CÁLIZ?», *Henri J. M. Nouwen*

67. LA ORACIÓN. FRESCOR DE UNA FUENTE, *Madre Teresa / Hermano Roger*
68. HOMBRE AMABLE, DIOS ADORABLE, *Cardenal Danneels*
69. AMAR HASTA EL EXTREMO, *Jean Vanier*
70. LA CENA DEL SEÑOR, *Carlo Maria Martini*
71. LA VIDA EN CRISTO, *Raniero Cantalamessa*
72. FUERA DEL SENDERO TRILLADO, *Michel Hubaut*
73. LA ROSA Y EL FUEGO, *Ignacio Larrañaga*
74. ORACIONES DESDE LA ABADÍA, *Henri J. M. Nouwen*
75. LA ANUNCIACIÓN. CONVERSACIONES CON FRAY ANGÉLICO, *J. M^a Salaverri*
76. ORAR, TIEMPO DEL ESPÍRITU, *Ángel Moreno, de Buenafuente*
77. UN MINISTERIO CREATIVO, *Henri J. M. Nouwen*
78. HIJOS Y HERMANOS EN TORNO A JESÚS, *Julio Parrilla*
79. ENCONTRARNOS A NOSOTROS MISMOS, *Carlo Maria Martini*
80. LAS COMUNIDADES SEGÚN EL EVANGELIO, *Madeleine Delbrêl*
81. LA CONTEMPLACIÓN DE DIOS, TAREA APOSTÓLICA, *Juan José Bartolomé*
82. MI DIARIO EN LA ABADÍA DE GENESEE, *Henri J. M. Nouwen*
83. CRISTO ENTRE NOSOTROS, *Cardenal Pironio*
84. LAS PREGUNTAS DE JESÚS, *Fernando Montes*
85. DICCIONARIO ESPIRITUAL, *Carlo Maria Martini*
86. ADAM, EL AMADO DE DIOS, *Henri J. M. Nouwen*
87. EL CANTO DEL ESPÍRITU, *Raniero Cantalamessa*
88. LA BUENA NOTICIA SEGÚN LUCAS, *Richard Rohr*

89. AL SERVICIO DEL EVANGELIO, *Cardenal Pironio*
90. ÁNGELES EN LA TIERRA, *Megan Mckenna*
91. LEER LOS EVANGELIOS CON LA IGLESIA, *Raymond E. Brown*
92. PARA VIVIR LA PALABRA, *Carlo Maria Martini*
93. ACOGER NUESTRA HUMANIDAD, *Jean Vanier*
94. NUESTRO MAYOR DON, *Henri J. M. Nouwen*
95. JOB Y EL MISTERIO DEL SUFRIMIENTO, *Richard Rohr*
96. PARÁBOLAS Y ENEAGRAMA, *Clarence Thomson*
97. LA AVENTURA DE LA SANTIDAD, *Hermano John de Taizé*
98. VIVIR LOS VALORES DEL EVANGELIO, *Carlo Maria Martini*
99. LE HABLARÉ AL CORAZÓN, *Manuel Díaz Mateos*
100. CAMBIAR DESDE EL CORAZÓN, ESCUCHAR AL ESPÍRITU, *Henri J. M. Nouwen*
101. HOMBRE Y MUJER LOS CREÓ, *Jean Vanier*
102. RETRATO DE TAIZÉ, *Chantal Joly / Hermano Roger*
103. LAS FUENTES DE TAIZÉ. AMOR DE TODO AMOR, *Hermano Roger*
104. EL TAMBOR DE LA VIDA. PARTITURAS DE RITMOS DEL ALMA, *Carlos G. Vallés*
105. EXTIENDE TU MANO, *Julio Parrilla*
106. LA FAMILIA, COMUNIDAD DE AMOR, *Atilano Aláiz*
107. GUSTAD Y VED QUÉ BUENO ES EL SEÑOR, *Ángel Moreno, de Buenafuente*
108. ¿OCASIÓN O TENTACIÓN?, *Silvano Fausti*
109. DIARIO DEL ÚLTIMO AÑO DE VIDA DE HENRI NOUWEN, *Henri J. M. Nouwen*

110. PODEMOS VIVIR EN PLENITUD, *Clemente Kesselmeier*
111. «CUANDO ORÉIS, DECID...», *Carlo Maria Martini*
112. SENDEROS DE VIDA Y DEL ESPÍRITU, *Henri J. M. Nouwen*
113. SOBRE LA JUSTICIA, *Carlo Maria Martini*
114. DIOS SOLO PUEDE AMAR, *Hermano Roger*
115. LA ESCALA DE LAS BIENAVENTURANZAS, *Jim Forrest*
116. LA CENA EN EMAÚS, *Antonio González Paz*
117. EL PATITO FEO, *Emanuela Ghini*
118. EN EL DESEO Y LA SED DE DIOS, *José Miguel de Haro*
119. CUENTOS AL AMANECER, *Mamerto Menapace*
120. CUENTOS DESDE LA CRUZ DEL SUR, *Mamerto Menapace*
121. EL DIOS DE LOS IMPERFECTOS, *Teófilo Cabestrero*
122. ¡ES EL SEÑOR!, *José María Arnaiz*
123. RETABLO DE MAESE PEDRO, *Antonio González Paz*
124. EL CAMINO DE LAS ESCRITURAS. I. LÁMPARA PARA MIS PASOS, *Mamerto Menapace*
125. EL CAMINO DE LAS ESCRITURAS. II. LUZ EN MI SENDERO, *Mamerto Menapace*
126. DIOS TAMBIÉN REZA, *Ignacio Rueda*
127. EL RELOJ DE ARENA, *Santos Urías*
128. MIRYAM DE NAZARET, *Juan de Isasa*
129. RELATOS DESDE EL ORIENTE PACÍFICO, *Kiko Sagardoy*
130. SOY LO QUE HAGO, *Carlos F. Barberá*
131. VIVIR COMO UN NIÑO. MEDITACIONES SOBRE «EL PRINCIPITO», *Antonio González Paz*
132. SOMBRAS VIVAS, *Tintxo Arriola*
133. LA LUZ DEL ALMA, *Ana María Schlüter*

134. INDIA ENSEÑA, *Carlos G. Vallés*
135. REVIVE EL DON RECIBIDO, *José Luis Pérez Álvarez*
136. EL CRISTO DE SAN DAMIÁN, *Francisco Contreras Molina*
137. VERBOS DE VIDA, *Francisco Álvarez*
138. LA BIBLIA DE LA EXPERIENCIA, *Alberto Iniesta*
139. FIARSE DE DIOS, REÍRSE DE UNO MISMO, *José María Díez-Alegría*
140. DIOS, ¿UN EXTRAÑO EN NUESTRA CASA?, *Xavier Quinzà Lleó*
141. DÍA A DÍA CON MONSEÑOR ROMERO
142. LOS CAMINOS DEL SILENCIO, *Michel Hubaut*
143. LA VIRGEN DEL PERPETUO SOCORRO, *Francisco Contreras Molina*
144. GRATUITO, *Patxi Loidi*
145. TODO A CIEN. DE LAS COSAS PEQUEÑAS, *Ignacio Rueda*
146. ¿PRESIENTES UNA FELICIDAD?, *Hermano Roger*
147. ORAR EN EL SILENCIO DEL CORAZÓN, *Hermano Roger*
148. ALEGRÍAS RECOBRADAS, *Carlos G. Vallés*
149. CREYENTE CRISTIANO, *Jean-Yves Calvez*
150. DAME, SEÑOR, TU MIRADA, *Nuria Calduch-Benages*
151. LA SONRISA EN LA MIRADA, *Santos Urías*
152. SACERDOTES, *Carlos Amigo Vallejo*
153. ORAR CON LOS MÍSTICOS, *Maximiliano Herráiz*
154. EL CANTO DE LOS MIRLOS, *Antonio García Rubio / Francisco J. Castro Miramontes*
155. EL ADIÓS DEL PAPA WOJTYLA, *Marco Politi*
156. EL SERMÓN DE LA MONTAÑA, *Carlo Maria Martini*
157. A LA SOMBRA DEL ÁRBOL, *Antonio García Rubio / Francisco J. Castro Miramontes*

158. SEMILLAS DE LUZ, *Ángel Moreno, de Buenafuente*
159. SAN PABLO NOS HABLA HOY, *Raúl Berzosa / Jacinto Núñez Regodón*
160. ¿ES POSIBLE HABLAR DE DIOS?, *Jean-Pierre Jossua*
161. MARÍA, UNA MUJER JUDÍA, *Frédéric Manns*
162. EL SEÑOR RESUCITADO Y MARÍA MAGDALENA, *Francisco Contreras Molina*
163. VIVIR EN INVIERNO, *Jesús Garmilla*
164. EL CÁNCER ME HA DADO LA VIDA, *Francisco Contreras Molina*
165. HENRI NOUWEN. LAS CLAVES DE SU PENSAMIENTO
166. ESTA NOCHE EN CASA, *Henri J. M. Nouwen*
167. GENTE POR JESÚS, *Antonio García Rubio / Francisco J. Castro Miramontes*
168. CONFESIONES DE UN CURA RURAL, *Francisco Contreras Molina*
169. LA HENDIDURA DE LA ROCA, *Dolores Aleixandre*
170. «SALGAMOS A BUSCARLO FUERA DE LA CIUDAD», *Toni Catalá*
171. GRACIA Y GLORIA, *José Luis Pérez Álvarez*
172. VIVIR PARA AMAR, *Hermano Roger*
173. PLEGARIAS ATEAS, *Ignacio Rueda*
174. MEDITACIONES SOBRE LA ORACIÓN, *Carlo Maria Martini*
175. MIL PENSAMIENTOS PARA ILUMINAR LA VIDA, *José Luis Vázquez Borau*
176. LAS MUJERES DE LA BIBLIA, *Jacqueline Kelen*
177. ¡OJALÁ ESCUCHÉIS HOY SU VOZ!, *Juan Martín Velasco*
178. AMAR LO QUE SE CREE, *Antonio González Paz*

179. COMO EN UN ESPEJO, *Mercedes Lozano*
180. A LA ESCUCHA DE LA MADRE TERESA, *José Luis González-Balado / Janet Nora Playfoot Paige*
181. COMENTARIO A *NOCHE OSCURA DEL ESPÍRITU Y SUBIDA AL MONTE CARMELO*, DE SAN JUAN DE LA CRUZ, *Fernando Urbina*
182. ENCUENTROS CON JESÚS, *Carlo Maria Martini*
183. NO PODEMOS CALLAR, *Ángela C. Ionescu*
184. ESCOGER AL POBRE COMO SEÑOR, *Dominique Barthélemy*
185. EL BARRO DE LOS SUEÑOS, *Tintxo Arriola*
186. ¿CÓMO VOY A COMPRENDER, SI NADIE ME LO EXPLICA?, *Ángel Moreno, de Buenafuente*
187. ¿TÚ CREES?, *Raniero Cantalamessa*
188. BALBUCEOS DEL MISTERIO, *Sandra Hojman*
189. SENDEROS HACIA LA BELLEZA, *José Alegre*
190. ORACIONES DE INVIERNO, *Bittor Uraga*
191. JESÚS, MAESTRO DE MEDITACIÓN, *Franz Jalics*
192. BIENAVENTURADOS, *José Luis Pérez Álvarez*
193. EMIGRANTE: EL COLOR DE LA ESPERANZA, *Mons. Santiago Agrelo*
194. CAER Y LEVANTARSE, *Richard Rohr*
195. PEREGRINOS DE CONFIANZA, *Hermano Alois, de Taizé*
196. HACIA LA LUZ, *Carlo Maria Martini*
197. EL CAMINO DE NUESTRA SEÑORA, *Antonio González Paz*