© Francisco Insa, 2019
© Ediciones Palabra, S.A., 2019
Paseo de la Castellana, 210 – 28046 MADRID (España)
Telf.: (34) 91 350 77 20 – (34) 91 350 77 39
www.palabra.es
palabra@palabra.es

Diseño de cubierta: Miguel J. Tejero
Imagen de portada: © Istockphoto
ISBN: 978-84-9061-906-3
Depósito Legal: M. 28.952-2019
Impresión: Gohegraf, S.L.
Printed in Spain – Impreso en España

Todos los derechos reservados.
No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor.

Francisco Insa

Mirar con los ojos de Jesús

Consejos para llevar una vida limpia en el siglo XXI

EDICIONES PALABRA
Madrid

A Pedro Ballester,
un joven de ojos limpios
que nos mira desde el Cielo.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN 11

LA MIRADA DE JESÚS 17

El descubrimiento de Jimmy 19
¿Cómo miraba Jesús? 22

¿POR QUÉ VIVIR LA CASTIDAD? 31

Si no lo entiendo, no lo vivo 33
Tú eres tu cuerpo 35
Con esos ojos verás a Dios 39
El sexo es bueno... vivido con orden 41
¿Por qué me atrae el desorden? 45

LAS ARMAS PARA VENCER 55

Empezando a rezar 57
No basta con esforzarse 59
Oración 61
Frecuencia de sacramentos 64
Mortificación 68
Servicio a los demás 70
Tener amigos 72
Aprovechamiento del tiempo 79

Huir de las ocasiones 83
Trato con la Virgen 85

¿HAS PROBADO A CAMBIAR
DE ESTILO DE VIDA? 89

Atacar el problema por la retaguardia..... 91
Un terreno fértil 93
Fe y castidad 94
Esperanza y castidad 101
Caridad y castidad 104

UNA RED PEGAJOSA 109

El secreto de Jimmy..... 111
Internet: sus ventajas y sus riesgos 114
Aprende a usar la red 115
¿Estoy de psiquiatra?..... 120

CON AYUDA ES MÁS FÁCIL 131

Tres, dos, uno: ¡despegamos! 133
¿Cómo hablo? 136
La confesión 138
El acompañamiento espiritual 144

EPÍLOGO. NO SOLO
ES BONITO: ES POSIBLE..... 149

BIBLIOGRAFÍA 153

PRESENTACIÓN

Todos hemos oído hablar de la importancia de la castidad o pureza en la vida del cristiano. Sabemos que nada menos que dos de los Diez Mandamientos de la ley de Dios y una de las siete bienaventuranzas que enseñó Jesús hacen referencia a esa virtud. Sin embargo es frecuente encontrarse personas –jóvenes o mayores– que no entienden la necesidad de vivirla y se preguntan: ¿es una imposición caprichosa de Dios? ¿Se dirige solo a los cristianos o también los no bautizados deberían vivirla? ¿Afecta solamente a mi trato con Dios o también a otros aspectos de mi vida, a mis relaciones con los demás, a mi capacidad de amar? ¿Es posible *hoy* vivir como pide la Iglesia, aunque la tele, el cine e internet muestran imágenes tan explícitas y

muchos ven normal tener relaciones sexuales antes del matrimonio?

El presente libro se dirige a adolescentes entre 13 y 16 años aproximadamente y trata de dar una breve respuesta a estas preguntas. Me dirijo a ellos como lo he hecho tantas veces en conversaciones personales: de tú a tú, de forma directa, clara y delicada; invitando, sugiriendo, abriendo perspectivas. No trato de dar todas las respuestas a todas las preguntas ni de hacerlo de una forma exhaustiva. Hay otros libros más completos y encontrarás algunos en la bibliografía final.

Mi intención es más bien presentar *algunas* respuestas e incluso suscitar *otras preguntas:* hacer pensar. Me conformaría con que el lector acabase medio convencido y con ganas de profundizar. En efecto, la virtud de la pureza es tan grande que no se puede abarcar en unas cuantas páginas. Y es que nos abre las puertas a una nueva forma de ver el mundo y a los demás: nos permite verlos *con los ojos de Jesús*.

Estas páginas pueden ser también de ayuda a los que se dedican a la formación cristiana de la juventud: los padres en primer lugar, pero también sacerdotes, agentes de pastoral, profesores de colegios y otros educadores. La sensibilidad actual lleva a ser muy prudentes a la hora de abordar estos temas con los jóvenes. Tal vez una manera de hacerlo sería sugerirles: «léete este folleto y hablamos de lo que quieras». Y rezar para que la gracia de Dios mueva las inteligencias y los corazones de los chicos para que comprendan y se comprometan a vivir de acuerdo con su gran dignidad de personas.

Antes de comenzar quería dar las gracias a tantas personas, jóvenes y adultos, que se han prestado a leer este libro, especialmente a los profesores Juan José De Paiz y Pablo Manterola, que han aportado su amplia experiencia de profesores de enseñanza secundaria y bachillerato. Gracias a las sugerencias de todos ellos el resultado

está más *pegado al terreno,* a la realidad del adolescente de hoy. Espero que de esta forma sea más útil al lector.

LA MIRADA DE JESÚS

El descubrimiento de Jimmy

En verdad se llama Jaime Pérez, pero pronto se dio cuenta de que con ese nombre no iría muy lejos. Por eso le gustó que sus compañeros de clase empezaran a llamarle Jimmy. Le pareció mucho más cool y trató que también en casa le llamaran así. Ahora hasta a su madre se le escapa de vez en cuando.

Jimmy tiene 16 años. Le va bien en el cole, tiene muchos amigos y amigas y una de ellas ahora es su novia. Estudia en un colegio que se define cristiano (tiene hasta un capellán), pero él funciona en otra onda. Hizo la primera comunión porque todos la hacían, pero nunca fue a misa los domingos. Simplemente

nunca terminó de entender para qué, y además sus padres tampoco van.

Hace dos años tuvo que pasar una semana en cama. Nada grave, una gripe. Tal vez lo peor fue el aburrimiento. Una mañana, harto ya de mandar desde el móvil mensajes que ninguno respondía, empezó a revolver en el armario y encontró un libro. Era un evangelio que le regalaron por la primera comunión, una edición con dibujos de calidad, tan buena que siempre pensó que solo servía de adorno.

Por curiosidad o por falta de un plan mejor comenzó a hojearlo. Se detuvo a leer algunos capítulos y se sorprendió. El Jesús que salía ahí era distinto de la imagen que él se había hecho. Siempre le había parecido una figura distante, especialmente cuando en las clases de religión hablaban de él como el Hijo de Dios. Pero lo que Jimmy encontraba ahora era distinto: un hombre como él, con sentimientos, con personalidad. Le caía bien y en algunos aspectos hasta le entraban

ganas de parecerse a él. Al terminar el día cerró el libro y lo dejó en su estantería, más a mano, porque nunca se sabe. Y se quedó dormido mientras le venían a la cabeza algunas de las escenas y dibujos que había visto. Sobre todo se le habían quedado grabados los ojos de Jesús. Era como si le mirasen a él, no sabía, de una forma amable... como con cariño.

¿Cómo miraba Jesús?

Quizá has leído el evangelio o al menos algunos capítulos, y hasta conoces de memoria muchas de las cosas que Jesús hizo y dijo. Sin embargo hay un detalle que muchas veces se nos escapa cuando leemos demasiado rápido la vida de Cristo: ¿te has detenido alguna vez a considerar cómo era la mirada de Jesús? ¿Te has fijado alguna vez en sus ojos? De este aspecto de su Humanidad Santísima podrás sacar contenido para tu oración y muchas consecuencias para tu vida de cristiano. Vamos a detenernos un poco en algunos pasajes.

«Jesús, después de pronunciar estas palabras, elevó sus ojos al cielo y dijo: "Padre, ha llegado la hora. Glorifica a tu Hijo para que tu Hijo te glorifique"» (*Jn* 17, 1). La mirada de Jesús está en primer lugar fija en el Padre, en un diálogo continuo que muchas veces se hace explícito (cfr. *Mt* 14, 19, *Mc* 6,

41, *Lc* 9, 16, *Jn* 11, 41). Nos enseña a vivir mirando y sabiéndonos mirados por nuestro Padre Dios y a dirigirnos a Él con confianza mientras estamos en clase, en casa o en la calle, mientras estudiamos o jugamos al fútbol...

«Al marchar Jesús de allí, vio a un hombre sentado al telonio, que se llamaba Mateo, y le dijo: "Sígueme". Él se levantó y le siguió» (*Mt* 9, 9). La mirada de Jesús se detiene también sobre los hombres y les invita a seguirle, como ocurrió con los apóstoles: Juan y Andrés (cfr. *Jn* 1, 38), Pedro (cfr. *Jn* 1, 42), Bartolomé (cfr. *Jn* 1, 47), y así con los Doce (cfr. *Mt* 4, 18-19; *Mc* 1, 16-17). ¡Qué fuerza tendría esa mirada! Hasta el punto de que los llamados, «dejadas todas las cosas, le siguieron» (*Lc* 5, 19). No se impone, no obliga, no fuerza, simplemente invita. Habitualmente obtiene una respuesta positiva, pero no siempre...

«Jesús fijó en él su mirada y quedó prendado de él. Y le dijo: "Una cosa te falta:

anda, vende todo lo que tienes y dáselo a los pobres, y tendrás un tesoro en el cielo. Luego, ven y sígueme"» (*Mc* 10, 21). Tal vez la clave del sí de los apóstoles es que la mirada de Jesús estaba llena de cariño. Y sin embargo el joven rico dice que no, y Jesús le deja marcharse. Se va triste, eso sí, y parece que debió de dejar también un poco triste a Jesús, porque lanza una nueva mirada a su alrededor acompañada de un desahogo: «Jesús, mirando a su alrededor, les dijo a sus discípulos: "¡Qué difícilmente entrarán en el Reino de Dios los que tienen riquezas!"» (*Mc* 10, 23).

Te aconsejo leer despacio este pasaje completo (*Mc* 10, 17-31), porque nos da a conocer muy bien cómo encaja Jesús las reacciones de los demás, cómo son sus sentimientos... en fin, cómo es su corazón. Pedro salta a consolarle: «Ya ves que nosotros lo hemos dejado todo y te hemos seguido» y Jesús parece que vuelve a recuperar la alegría ante la entrega de aquellos hombres a los que

en diversos lugares llama no ya discípulos, sino amigos (cfr. *Mt* 9, 15; *Mc* 2, 19; *Lc* 5, 34; *Lc* 12, 4; *Jn* 15, 13-15). Jesús quiere a los suyos, los mira a la cara cuando les habla (cfr. *Mt* 19, 26, *Mc* 6, 20, *Lc* 20, 17), respeta sus decisiones aunque no cumplan con sus deseos, se alegra con su fidelidad (*Lc* 22, 28-30) y se entristece ante sus faltas: ¿cómo sería la mirada a Pedro que le acababa de negar tres veces durante el juicio ante el sanedrín? (cfr. *Lc* 22, 61).

«Al levantar la mirada y ver que venía hacia él una gran muchedumbre, le dijo a Felipe: "¿Dónde vamos a comprar pan para que coman estos?"» (*Jn* 6, 5). Jesús ve las necesidades de los que tiene alrededor, se conmueve y las soluciona. Quiere a las personas hasta el punto de *compadecerse* (padecer y sufrir con ellos). Así ocurre con la viuda que va a enterrar a su hijo (*Lc* 7, 13), la muchedumbre que anda como ovejas sin pastor (*Mt* 9, 36; *Mc* 6, 34), la multitud de enfermos (*Mt* 14, 14; *Mc* 10, 46-52; *Jn* 5,

6) o las hijas de Jerusalén (cfr. *Lc* 23, 28). Llega incluso a llorar ante la tumba de su amigo Lázaro (cfr. *Jn* 11, 33-36) y ante la ciudad de Jerusalén, que será destruida (cfr. *Lc* 19, 41). Y se conmueve ante la limosna de la viuda pobre (cfr. *Lc* 21, 2-3) y ante el arrepentimiento del Buen Ladrón (*Lc* 23, 43). Todos ellos se han llevado una mirada salvadora de Jesús.

«Jesús amaba a Marta, a su hermana y a Lázaro» (*Jn* 11, 5). Tenía amigos y amigas, y quería a todos. El grupo que le seguía incluía algunas mujeres (cfr. *Lc* 8, 2-3), pero era raro que Jesús se quedase a solas con ellas: «Llegaron sus discípulos, y se sorprendieron de que estuviera hablando con una mujer» (*Jn* 4, 27). Trataba a las mujeres con cariño, y esto lo sabía bien María Magdalena, que no olvidaría jamás la manera en que su nombre salió de los labios de Jesús recién resucitado (cfr. *Jn* 20, 16): ¡qué diferencia respecto al modo como lo habían pronunciado tantos hombres durante su vida pasada de *pecadora pública*! Precisamente ese cariño llevaba a Jesús a tratarlas con respeto y delicadeza, pero no con miedo ni de manera distante.

«Encontró en el Templo a los vendedores de bueyes, ovejas y palomas, y a los cambistas en sus puestos. Con unas cuerdas hizo un látigo y arrojó a todos del Templo, con las ovejas y los bueyes; tiró las monedas de los cambistas y volcó las mesas» (*Jn* 2, 14-15). Jesús se enfadaba. Vaya si se enfadaba. Le vemos incluso enfadado y triste a la vez ante los que se resisten a creer, a pesar de haber visto muchos milagros (cfr. *Mc* 3, 5). Pero solo lo mostraba cuando las situaciones lo exigían, y además era capaz de *desenfadarse* rápidamente: inmediatamente después de la expulsión de los mercaderes le seguimos viendo en el Templo de Jerusalén, pero ahora curando enfermos (cfr. *Mt* 21, 14).

En resumen, Jesús quiere a los hombres y a las mujeres, se alegra, se enfada y llora con

ellos, los anima a ser mejores pero respeta sus decisiones. Con Jesús la gente se podía comportar como en realidad era, sin miedo a quedar mal o a meter la pata. Por eso se estaba a gusto con Él, su compañía era atractiva y su personalidad, auténtica, uno se sentía querido. Por eso su invitación arrastraba a seguirle. Ese mismo cariño le llevaba también a respetar la libertad de los demás, también cuando no coincidía con lo que Él quería.

¿Te gustaría tener la mirada de Jesús? ¿Te gustaría querer a todos de esa manera? En estas páginas vamos a ver una condición para conseguirlo: la virtud de la castidad. Jesús quería así porque tenía una mirada y una vida limpias, y todos los que queremos imitar su forma de actuar, tener sus sentimientos (cfr. *Flp* 2, 5), hemos de seguir su ejemplo también en esto. Vale la pena, porque serás mejor amigo de tus amigos y de tus amigas, porque estarás más cerca del Padre y porque el propio Jesús nos ha

hecho una promesa: «bienaventurados los limpios de corazón, porque verán a Dios» (*Mt* 5, 8).