



## CORAZÓN EXPRIMIDO

### Descripción

***“Nada que entre de fuera puede hacer al hombre impuro. Lo que sale de dentro es lo que hace impuro al hombre”***

(Mc 7, 15).

El corazón; Jesús, Tú nos quieres hablar hoy de ese corazón, es lo que dice el Evangelio de la misa de hoy.

#### LA NARANJA

La primera meditación que grabé en 10 minutos con Jesús; en 10minconjesús (por allá en noviembre del 2018) hablé de una naranja. ¿De qué se acordarán ustedes de cada meditación? Prácticamente de nada... les aseguro.

Pero no importa, porque lo clave es lo que queda entre tú y Dios. Los propósitos de cambio, la lucha generosa, las ganas de vivir... Creo que es un fruto muy grande de un corazón entregado: las ganas de vivir.

Bueno, pero te decía lo de la naranja. Quiero recordar muy rápidamente aquella imagen que utilice en esa meditación, de hace ya varios meses. Era la historia de una persona que daba una conferencia y lleva a su conferencia una naranja, la pone en el escenario.

- 

¿Qué pasa si exprimo la naranja?

Entonces pregunta: si yo exprimiera esta naranja tan fuerte como pudiera, ¿que saldrá de esta naranja? Entonces, pues todos a una voz responden: Jugo, ¡por supuesto! Jugo. Y el conferencista dice: ¿jugo de qué, de manzana? ¡No! ¿de toronja? ¡No!

¿Qué saldría de ella? pues jugo de naranja, obviamente. Y ¿Por qué? porque cuando uno exprime una naranja, sale jugo de naranja. Bien, muy bien, muy bien, vamos bien. Bueno esto es una naranja y lo que hay dentro, es jugo de naranja.

•  
¿Qué sale de ti?

Vamos a suponer que esta naranja no es una naranja, sino que eres tú y tú y tú... iba señalando ahí en el escenario. Si alguien te aprieta fuerte y pone presión sobre ti y te dice algo que quizá a ti no te gusta; te ofende... ¿qué sale de ti?

Entonces, silencio en la corte... ira, odio, amargura, miedo... y ¿por qué sale eso? Y la respuesta de algún joven -que es de esos que están en la primera línea-, dice: porque eso es lo que tenemos dentro.

Señor ¿qué pasa si a nosotros nos exprimen como una naranja, qué sale de nosotros? Saldría esa ira, dolor, miedo... ¿Qué hay dentro de nosotros? No importa quién haga la contracción y quién haga la presión, puede ser incluso nuestra querida mamá, con un hermano, con un hijo o tu jefe o la esposa o el esposo. Si alguien dice algo acerca de ti que no te gusta ¿qué sale dentro de ti?

#### **SEÑOR, DE TI SALE AMOR**

Bueno, pues ahora miramos a Jesús también (no sé si tienes allí cerquita una Cruz) pero a Jesús lo exprimieron y ¿que salió de Él? Perdón, sangre de amor, de misericordia por nosotros. «Tú Jesús nos diste un vivo ejemplo de qué es lo que hay que tener en el corazón».

Porque a Ti te insultaron, te laceraron, te humillaron, te flagelaron, te trataron como El peor, te tratamos como el peor de los criminales; y de Ti, solamente salió amor, amor, amor...

#### **LO QUE SALE DEL CORAZÓN**

A Jesús le interesa solamente lo que hay en el corazón.

Hay un pasaje de la Escritura que a mí me gusta mucho; cuando Samuel recibe el encargo de ir a ungir y bendecir al nuevo rey de Israel escogido por Dios. Y la lección es para el pequeño David.

Y entonces comienzan a pasar todos los hermanos y el Señor le va diciendo: no, este no es, este no es, ese tampoco; y, finalmente, le dice: no te fijes, le dice el Señor a Samuel, no te fijes en su apariencia, ni en lo elevado de su estatura porque lo he descartado. No se trata de lo que vea el hombre, pues el hombre mira a los ojos, más el Señor mira el corazón.

---

## CORAZÓN PURO

Ahora Jesús, nosotros que estamos haciendo este rato de oración, estos 10 minutos de conversación Contigo, Tú miras nuestro corazón, qué hay en ese corazón. Ese corazón es el que habla hoy Jesús tan claro en el Evangelio, un corazón puro, pero no sólo la pureza relacionada con el sexto y el noveno mandamiento.

Mira lo que dice más adelantito el Evangelio:

***“Lo que sale de dentro del hombre eso sí hace impuro al hombre, porque de dentro del corazón del hombre salen los pensamientos perversos, las fornicaciones, robos, homicidios, adulterios, codicias, malicias, fraudes, desenfreno, envidia, difamación, orgullo, frivolidad. Todas estas maldades salen de dentro y hacen al hombre impuro”.***

(Mc 7, 20-23)

Si exprime la naranja ¿qué sale? ¡Ay Señor! no queremos repetir todas estas cosas que Tú has mencionado. 13 cosas, las acabo de contar, 13; empezando con los pensamientos perversos y terminando con la frivolidad, pasando por la envidia y por la codicia, bueno, bueno, bueno...

## PURIFICAR EL CORAZÓN

Pero entonces Señor ¿qué hago, qué hago? si me doy cuenta de que tengo estas vainas malucas en mi corazón... Pues purificarlas. Purificar el corazón. El corazón, además, es perfecto porque es un filtro a través del cual pasa el fluido de nuestros pensamientos, deseos, recuerdos, imaginación, propósitos. Y ahí se van depurando, purificando..., que tengamos ese deseo.

Recordaba un punto de *Camino* (ese librito pequeño de San Josemaría) el 661 que dice:

*“Caras largas..., modales bruscos..., facha ridícula..., aire antipático: ¿Así esperas animar a los demás a seguir a Cristo?”*

([Camino](#) P. 661)

Claro, caras vemos, corazones no. Y nuestra cara es un reflejo de lo que llevamos dentro, nuestros ojos, nuestras reacciones.

## ¡VE LOS CORAZONES!

Pensemos, por ejemplo, en la mujer adúltera; aquella mujer que llevan delante de Jesús, arrastrada, ya sucia, pecadora. Públicamente se sabía que era una pecadora y todos están dispuestos a arrojarle piedras y a matarla ahí delante del Señor.

---

Jesús está sentado en el piso, escribe con su dedo en la arena ¿En qué se fija Jesús en ese momento? pensemos un momento ¿en qué, qué está intentando mirar Jesús, con sus ojos llenos de misericordia? ¡Los corazones, los corazones!

#### CONVERSIÓN Y PERDÓN

Por eso les dice a los hombres: bueno,

***“El que esté libre de pecado que tire la primera piedra”.***

Y todos se van, todos se van de ahí, solamente queda Jesús y aquella mujer, pecadora pública.

***“Mujer, ¿quién te ha condenado?”***

***Nadie Señor.***

***Pues yo tampoco te condeno”.***

(Jn 8, 7-11)

¿Por qué? porque el Señor se dio cuenta que en ese corazón había deseos grandes de conversión, había arrepentimiento, había una necesidad de pedirle perdón a su Maestro que estaba ahí.

***“Yo tampoco te condeno, vete y no peques más”.***



#### ¿DÓNDE PURIFICAMOS EL CORAZÓN?

Esa mujer jamás, jamás, se volvió a separar de Ti Jesús. Por eso, ¿dónde purificamos el corazón? Pues en en los Sacramentos; para eso se quedó el Señor en los Sacramentos, para pedirle perdón.

Y la [confesión](#), a veces, puede ser una limpieza poderosa de un corazón que puede estar muy lleno de cosas malucas, que lo ensucian, que lo afean, que lo hacen reaccionar permanentemente mal.

Después Señor ¿qué tenemos que hacer? Entrenarnos para que reaccionemos bien siempre, incluso poder decirle por ahí a la gente: a ver, a ver, exprímanme... a ver qué sale de mí. Y cuando vayamos en carro por Bogotá... Mamma mía: a ver carros, desgraciados, como muchas veces nos gustaría llamarlos, exprímanme... a ver qué tengo en el corazón y que salga de nosotros paciencia, buenos modos.

#### VERNOS EN MARÍA, NUESTRA MADRE

Vamos a pensar en nuestra Madre, Santa María, Ella es la Madre del Amor hermoso. Madre mía, ayúdanos a purificar el corazón, que todo lo que entre en él, así sea ira, comparaciones, juicios, venganza, rencores, pues, que lo vayamos purificando. Que mirando tu Corazón Inmaculado, nos sintamos comprendidos, perdonados y animados a luchar.

Dice la Escritura:

***“María, por su parte, conservaba todas estas cosas meditándolas en su corazón”.***

(Lc 2, 19)

Conservaba todo: la alegría por el Nacimiento de Jesús, la tristeza por la hospitalidad negada en Belén, el amor de José y el asombro de los pastores; las promesas y las incertidumbres del futuro. Todo lo tomaba en serio nuestra Madre y todo lo ponía en su lugar, en su corazón, incluso la adversidad. Porque su corazón, arreglaba cada cosa con amor y confiaba todo en Dios.

Vamos a aprender de María esta actitud y que de nosotros solamente salgan sentimientos parecidos a los de nuestra Madre y a los de nuestro Señor.