



«Alegraos» -en latín “Gaudete”- es el lema del tercer domingo de Adviento. «¡Alégrese siempre en el Señor! Lo repetiré: ¡alégrese!». Lo leemos en la carta a los Filipenses. En la corona de Adviento, hoy se enciende la vela rosa.

«¡Me siento como si me hubiera tocado la lotería y quisiera abrazar al mundo entero!» -«¡Estoy que reviento de alegría!». - Tal vez, o con un poco de suerte, todo el mundo conozca el sentimiento de alegría infinita que conlleva algún acontecimiento. Es un sentimiento que hace flotar sobre el suelo, que produce «mariposas en el estómago».

La Sagrada Escritura habla a menudo de la alegría. Podemos encontrar más de 200 lugares en el Antiguo Testamento y más de 100 en el Nuevo Testamento. La Sagrada Escritura presenta la alegría de Dios como una fuente de poder («... porque la alegría en Yahveh debe ser vuestra fuerza», Neh 8,10b), que permite mantener el equilibrio

interior incluso en situaciones desagradables. La alegría es fruto del Espíritu Santo.

El servicio al prójimo también puede dar alegría al servidor, pues la alegría puede ser increíblemente contagiosa. Como dice un refrán asiático: «Miles de velas pueden encenderse con la llama de una sola sin que su luz se debilite, y la alegría no disminuye si se comparte».

Cuando somos felices, nos volvemos luminosos y nos abrimos al mundo. Es como una luz interior. Mira a una persona feliz. Irradia luz. Algo en su interior se abre e irradia hacia el exterior. Le libera y así cruza sus fronteras interiores hacia el exterior. A menudo se transforma, es diferente de lo habitual.

¿Y cuándo fue la última vez que se sintió realmente lleno de alegría, rió desde el fondo de su corazón o estuvo «en las nubes»? ¿Cuándo vivió por última vez un momento especial, fuera de lo común, en el que parecía flotar por encima del suelo?

Dicen que las personas que tienen visiones suelen ser felices. Y debido a esta felicidad, están plenamente motivadas - y este estado de ánimo no tiene nada que ver con la edad. Pero, ¿es siempre algo grande o especial lo que nos da momentos de felicidad? ¿O también pueden ser pequeñas alegrías cotidianas las que nos llegan al corazón?

La gente en la abundancia se cansa y se embota, ya no reconoce la alegría, se pierde y sólo queda el vacío. Por eso es o sería bueno tener límites, incluidos los límites al crecimiento y a los ingresos. En la naturaleza, los árboles tampoco crecen hasta el cielo. Hay un límite «natural» y esto también permite que otros crezcan y vivan. En nuestro pensamiento económico, sin embargo, no hay límite superior, lo que lleva a la desventaja de muchas personas y a la explotación de los recursos de nuestro planeta. Sólo cuando sentimos restricciones notamos el alivio cuando éstas se reducen o incluso desaparecen. Los tiempos de Adviento y Cuaresma nos lo recuerdan.

El Papa Francisco nos insta a difundir el Evangelio con alegría. ¿Cómo podemos hacerlo si hemos perdido la risa, el amor, el entusiasmo? ¿Si nuestras actividades empresariales o las preocupaciones de la vida cotidiana no nos ofrecen oportunidades, o sólo limitadas, de expresar nuestra alegría? A menudo, la Misa dominical se ha convertido en un ritual semanal que no proporciona inspiración nueva y refrescante, ni siquiera alegría. Y la pequeña oración diaria, esta conversación con Dios, puede haber pasado a un segundo plano o incluso haberse olvidado hace tiempo.

El tercer domingo de Adviento debe recordarnos la alegría y devolvérsela. Nos recuerda la promesa de Dios, que se hizo realidad en Jesús. En realidad, la alegría es de origen divino y el

cristianismo es, por su propia naturaleza, una religión de alegría. «*Cristo es la alegría*», dijo una vez el Papa Pablo VI.

«Pero, ¿adónde ha ido a parar la alegría?», debemos preguntarnos. ¿Sigue siendo contagiosa la alegría para que invite, promueva y motive? ¿Adónde se fue «el encendido» que atrae a personas de todas las edades? No en vano decía el Padre Jordán en uno de sus capítulos «¡Quien no arde no enciende!».

Es hora de redescubrir nuestra alegría y de volver a desatar el entusiasmo en nuestra fe. Dios nos ama, quiere estar con nosotros y para nosotros, en nuestras vidas y con nuestras preocupaciones. La fe y la cercanía a Dios es un don que cada uno recibe a su manera, pero no todos están dispuestos a apreciarlo o a afrontarlo. Quienes lo han reconocido y experimentado deben expresar su alegría y compartirla con los demás cada día.

Contagiamos de alegría a los que nos rodean.



**«¡Alégrate - siempre!» - HALLELUJAH**