

Comunidad Santa

Resolviendo las contradicciones

Contenido

Introducción	3
La tensión entre Ahimsa “radical” y el permiso de consumir lácteos y huevos	3
Flexibilidad vs. exigencia de santidad	6
Reverencia animista fuerte + pragmatismo moderno	8
Ausencia de autoridad clara Vs. necesidad de coherencia	10
Idealismo elevado con poca atención a las sombras humanas	12
Cierre – Una invitación al corazón	13

Introducción

En el camino de la santidad práctica, la luz no teme mirar su propia sombra.

Al contrario: solo quien se atreve a contemplar con amor sus propias limitaciones puede caminar con mayor humildad, ternura y verdad. Por eso, en este espacio de “Resolviendo las contradicciones”, no presentamos un camino perfecto e inmaculado, sino un sendero vivo, humano y sincero.

Aquí ofrecemos, con el corazón abierto y desnudo ante la Santa Divinidad, las tensiones que naturalmente surgen cuando un ideal elevado desciende a la tierra frágil y hermosa de la existencia cotidiana. No lo hacemos por desconfianza ni por debilidad, sino por un acto profundo de **transparencia y amor**.

Porque preferimos mostrar nuestras incoherencias con honestidad antes que esconderlas bajo un manto de falsa perfección. Porque creemos que la verdadera santidad no nace de ocultar las grietas, sino de dejar que la Luz divina entre por ellas.

Estas páginas son, entonces, un gesto de humildad y cuidado fraterno: un mapa que señala los lugares donde el camino se estrecha o se vuelve resbaladizo, para que nadie tropiece en la oscuridad ni se desanime por esperar una suavidad que la vida real no siempre ofrece.

Que quien lea estas reflexiones sienta no juicio, sino una mano tendida. Que perciba en ellas el deseo sincero de caminar juntos, con los ojos bien abiertos y el corazón lleno de misericordia.

Porque en la Comunidad Santa no buscamos almas impecables, sino corazones valientes que, aun reconociendo sus sombras, eligen seguir avanzando hacia la Luz, paso a paso, con amor, paciencia y gozo compartido.

Que la Santa Divinidad bendiga este esfuerzo de claridad y lo transforme en semilla de mayor comprensión, libertad y santidad para todos nosotros.

Primera tensión:

La tensión entre Ahimsa “radical” y el permiso de consumir lácteos y huevos

Esta es la contradicción más clara y significativa.

Los textos definen el **Ahimsa** como “la inocencia radical” y “el compromiso absoluto de no dañar a ningún ser vivo”. Hablan de reverencia por toda la creación, piden perdón incluso a los vegetales que comemos, y reconocen que los animales tienen agencia y dignidad.

Sin embargo, se permite explícitamente el consumo de huevos, leche, yogurt, ricota, crema de leche, etc. En la industria actual de lácteos y huevos (especialmente en gran escala) existe sufrimiento animal real: separación temprana de crías, confinamiento, mutilaciones, alta mortalidad, etc.

Esta es una **incoherencia notable**: se proclama un ahimsa muy elevado en el discurso, pero se adopta una posición intermedia (vegetarianismo lacto-ovo) que es más cómoda y culturalmente aceptable, pero no plenamente coherente con el principio radical que se predica.

Los textos intentan suavizarlo con flexibilidad y misericordia, pero queda una grieta entre la idealidad del principio y la práctica permitida.

Posición propuesta: El camino del respeto compasivo – Vegetarianismo lacto-ovo consciente

En la senda de la santidad práctica, aspiramos a vivir el **ahimsa** como una inocencia radical: el deseo profundo de no dañar innecesariamente a ningún ser que forme parte de la gran creación de la Santa Divinidad. Reconocemos que toda vida —animal, vegetal, humana— merece reverencia. Por eso, pedimos perdón y damos gracias incluso al vegetal que nos sustenta.

Sin embargo, el verdadero ahimsa no es una regla rígida que se impone desde afuera, sino una actitud del corazón que busca el menor daño posible **teniendo en cuenta la realidad completa** de la vida humana. Aquí reside la sabiduría del camino medio.

Por qué elegimos el vegetarianismo lacto-ovo como postura base (y no el veganismo estricto)

1. **El cuidado del templo sagrado (el cuerpo humano).** El propio cuerpo es un préstamo sagrado que debemos habitar con responsabilidad. Numerosos estudios científicos muestran que una dieta **lacto-ovo vegetariana bien equilibrada** es nutricionalmente adecuada para la mayoría de las personas en todas las etapas de la vida, incluyendo niños, embarazadas, ancianos y personas con recursos limitados.

En cambio, una dieta **vegana estricta** requiere una planificación muy detallada, acceso regular a alimentos fortificados o suplementos (especialmente vitamina B12, hierro, zinc, calcio, vitamina D, omega-3 de cadena larga y proteína de alta calidad), y controles nutricionales frecuentes.

Para muchas familias —especialmente aquellas en situación de pobreza, con poca acceso a atención médica especializada, o que viven en regiones donde ciertos alimentos fortificados son caros o inexistentes— imponer el veganismo podría generar deficiencias que debiliten el cuerpo. Y dañar el propio templo sagrado por exceso de rigor también es una forma de violencia (ahimsa hacia uno mismo).

2. **Misericordia hacia los más vulnerables:** La Santa Divinidad no desea que, en nombre de la pureza, perjudiquemos a los niños en crecimiento, a las mujeres embarazadas que necesitan

nutrir una nueva vida, a los ancianos cuya absorción de nutrientes disminuye, o a las personas ya debilitadas por la enfermedad o la pobreza.

Forzar un régimen que aumenta el riesgo de anemia, problemas de crecimiento, fatiga crónica o complicaciones en el embarazo, aunque sea con la mejor intención espiritual, contradiría el espíritu de **compasión activa** que también forma parte de nuestro camino. La misericordia hacia el ser humano concreto no es una debilidad del ahimsa: es su expresión más madura.

3. **El principio del menor daño posible en el mundo real.** Aunque la industria de los lácteos y huevos tiene sombras importantes (y debemos trabajar para reducir las eligiendo fuentes éticas cuando sea posible), el daño directo es generalmente menor que el de la producción de carne. Además, en muchas culturas tradicionales, los lácteos y huevos provienen de animales que forman parte de sistemas familiares donde no siempre se mata al animal.

El ahimsa perfecto sería no consumir ningún producto que implique sufrimiento animal. Sin embargo, en este mundo imperfecto, la sabiduría consiste en elegir el camino que **reduce más daño global** sin generar nuevo daño en la salud y la estabilidad familiar de las personas que desean caminar en santidad.

4. **El camino de la progresión amorosa, no de la exigencia repentina.** Pedimos a cada persona que avance según su conciencia, su salud y sus posibilidades. Para algunos, el siguiente paso será reducir o eliminar huevos y lácteos provenientes de industrias intensivas y buscar alternativas éticas o locales. Para otros —especialmente los más vulnerables—, mantener un vegetarianismo lacto-ovo consciente ya representa un salto enorme de ahimsa respecto al consumo de carne.

Lo importante no es alcanzar la perfección externa de inmediato, sino purificar el corazón: comer con gratitud, con atención, pidiendo perdón a la vida que nos sustenta, y esforzándonos por reducir el sufrimiento allí donde podamos.

Nuestra postura respecto a esto

En la Comunidad Santa practicamos el **ahimsa** como reverencia profunda hacia toda forma de vida. Por eso elegimos no consumir carne de animales que fueron sacrificados.

Al mismo tiempo, reconocemos con humildad que el cuerpo humano es un templo sagrado que debemos cuidar con sabiduría. Una dieta lacto-ovo vegetariana, cuando se vive con atención y gratitud, permite nutrirnos adecuadamente sin imponer riesgos innecesarios a los niños, las embarazadas, los ancianos o las personas de recursos limitados.

El veganismo estricto puede ser un camino hermoso para quienes tienen las condiciones de salud, económicas y de conocimiento para sostenerlo con plenitud. Lo honramos y lo respetamos. Pero no lo convertimos en exigencia universal, porque la verdadera santidad no sacrifica la salud del prójimo en nombre de un ideal.

Así, caminamos en el **camino medio de la compasión**: reducir el daño todo lo posible, cuidar el vaso sagrado que se nos ha confiado, y avanzar con ternura tanto hacia los animales como hacia nuestros hermanos y hermanas humanos.

Segunda tensión:

Flexibilidad vs. exigencia de santidad

Los documentos insisten mucho en que la santidad es **práctica, cotidiana y gozosa**, y enfatizan la flexibilidad (“la flexibilidad es sagrada”, “no es una obligación”, “cada persona según su momento vital”).

Al mismo tiempo, proponen prácticas bastante demandantes: ayunos de 24h semanales, 72h mensuales, y un ciclo largo anual; disciplina mental constante; ahimsa también en el pensamiento; mudita como deber; transformación de cada acto cotidiano en ofrenda, etc.

Esto puede generar una incoherencia vivencial: se dice “no seas rígido”, pero el conjunto de prácticas y la altura ética propuesta (limpieza constante del “cristal del alma”) exige una disciplina que, para muchas personas comunes, puede resultar exigente o incluso abrumadora.

Resolución de la tensión: El camino medio de la santidad gozosa

En la senda de la santidad práctica habitamos una hermosa paradoja: aspiramos a lo más alto, pero caminamos con los pies en la tierra.

Por un lado, proclamamos que **la flexibilidad es sagrada**. No deseamos imponer yugos pesados ni crear almas angustiadas por no alcanzar un estándar imposible. La Santa Divinidad no mide el amor por la perfección de nuestras prácticas, sino por la sinceridad del corazón que se ofrece tal como es en cada momento. “Cada persona según su momento vital”, decimos con ternura. La santidad debe ser **gozosa**, no una carga que aplaste.

Por otro lado, proponemos prácticas exigentes: ayunos rítmicos, disciplina del pensamiento, cultivo constante de mudita, ahimsa que llega hasta el silencio de la mente, y el deseo de convertir cada acto cotidiano —comer, trabajar, hablar, descansar— en una ofrenda pura. Esta altura puede parecer abrumadora para muchas personas comunes que ya cargan con dolores, responsabilidades y limitaciones.

¿Cómo reconciliar ambas cosas sin caer en la rigidez ni en la tibieza?

Distinción clara entre Ideal y Práctica

El Ideal es la llama que ilumina el camino: Es el anhelo profundo de vivir en completa pureza del corazón. Es el **ahimsa total** en pensamiento, palabra y obra. Es la mudita que brota espontáneamente ante la alegría ajena. Es la capacidad de habitar cada instante como una oración viva. Es la limpieza constante del “cristal del alma” hasta que la luz de la Santa Divinidad pueda brillar sin obstáculos.

Este ideal es hermoso, necesario y sagrado. Sin él, el camino perdería su orientación y su profundidad.

La Práctica, en cambio, es el gesto amoroso y misericordioso con el que cada persona comienza a caminar hacia ese ideal, **desde donde se encuentra hoy**.

No se trata de alcanzar la perfección de un día para otro, sino de dar pasos sinceros y sostenibles. La verdadera santidad no consiste en cumplir todas las prácticas con rigor militar, sino en avanzar con humildad, constancia y alegría, sin violencia contra uno mismo.

El principio del “esfuerzo amoroso y proporcionado”

La Comunidad Santa propone, por tanto, el **camino medio**:

- Las prácticas (ayunos, oración, disciplina mental, servicio, etc.) son **invitaciones poderosas**, no obligaciones rígidas.
- Cada persona, según su edad, salud, responsabilidades familiares, trabajo y momento espiritual, decide hasta dónde puede comprometerse en cada temporada de su vida.
- Lo que importa no es la cantidad de horas de ayuno o la perfección de la mudita, sino la **dirección del corazón** y la sinceridad del intento.

Quien solo puede hacer el ayuno semanal de 24 horas con esfuerzo y amor, ya está honrando la senda. Quien en un período difícil solo logra guardar silencio unos minutos al día y ofrecer una pequeña oración, también está caminando en santidad. Quien, por gracia, puede sostener los tres ritmos de ayuno y cultivar una presencia más constante, lo hace como ofrenda, no como mérito superior.

Una imagen que ayuda a comprenderlo

Imagina que la santidad es como subir una montaña sagrada cuya cima es la unión plena con la Santa Divinidad.

El ideal es mirar hacia la cima con reverencia y deseo sincero. La práctica es dar pasos firmes y compasivos según la fuerza de cada caminante: algunos suben con pasos largos y vigorosos, otros avanzan más despacio, algunos necesitan detenerse a descansar, otros ayudan a quienes van más atrás.

Lo importante no es quién llega primero o más alto en un momento dado, sino que **ninguno se quede atrás por exigencia cruel**, y que todos sigan mirando hacia arriba con amor.

Nuestra postura respecto a esto

En la Comunidad Santa distinguimos con claridad entre el **Ideal** y la **Práctica**.

El Ideal es la llama pura: vivir en total ahimsa, con el corazón lleno de mudita, transformando cada gesto de la vida cotidiana en una ofrenda de amor a la Santa Divinidad. Esta aspiración nos eleva y nos da dirección.

La Práctica es el camino de la misericordia: cada persona avanza según sus fuerzas, su salud, su momento vital y sus responsabilidades. La flexibilidad no es debilidad, sino sabiduría amorosa.

No pedimos perfección inmediata, sino **esfuerzo sincero y gozoso**. Quien hace lo que puede con todo su corazón, ya está viviendo la santidad práctica.

Así, evitamos tanto la rigidez que aplasta como la tibieza que adormece. Caminamos en el justo medio: con aspiración elevada y compasión profunda hacia nosotros mismos y hacia los demás.

Tercera tensión:

Reverencia animista fuerte + pragmatismo moderno

Los textos tienen una visión claramente **animista y perspectivista**: toda la creación (montañas, ríos, plantas, animales) tiene presencia y dignidad. Esto es hermoso y profundo.

Sin embargo, el proyecto se presenta como compatible con la vida moderna, el trabajo, la familia y la economía actual. Hay poca reflexión profunda sobre cómo sostener esa reverencia animista radical dentro de un sistema económico que, por su naturaleza, suele tratar a la naturaleza como recurso.

Esto genera una tensión no resuelta del todo: ¿cómo se vive la “reciprocidad sagrada con la creación” cuando se depende de sistemas que la dañan estructuralmente?

Resolución de la tensión: La reciprocidad sagrada en un mundo imperfecto

En el corazón de la Comunidad Santa late una verdad hermosa y exigente: **toda la creación está habitada por la Santa Divinidad**. No solo los seres humanos, sino también los ríos, las montañas, los bosques, los animales, las plantas y hasta el aire que respiramos poseen presencia, dignidad y un punto de vista propio. Vivir en santidad significa entrar en una **reciprocidad sagrada** con toda la creación: nosotros la honramos, la cuidamos y le damos gracias, y ella, a su vez, nos sostiene y nos santifica.

Sin embargo, vivimos en un mundo donde la economía moderna, en gran medida, trata a la naturaleza como un simple recurso al servicio del progreso y el consumo. Esta realidad genera una tensión real: ¿cómo podemos proclamar una reverencia animista profunda mientras participamos, aunque sea indirectamente, en sistemas que dañan ríos, suelos, bosques y animales?

No pretendemos resolver esta contradicción de forma mágica ni perfecta. La resolvemos con **humildad, conciencia y pasos progresivos**.

Nuestra postura: Reverencia consciente y camino de progresión

1. **Reconocimiento honesto de la tensión** Vivimos en un mundo caído y herido. Casi ningún aspecto de la vida moderna está completamente libre de impacto sobre la creación. La comida que comemos, la ropa que vestimos, el transporte que usamos y la electricidad que

consumimos suelen tener una huella que afecta a la tierra y a los seres que la habitan. Negar esta realidad sería ingenuidad. Ignorarla sería falta de reverencia.

2. **El principio de la reciprocidad sagrada imperfecta** La verdadera reverencia no consiste en alcanzar una pureza imposible de un día para otro, sino en cultivar una **conciencia cada vez más despierta** y actuar según nuestras posibilidades reales. La reciprocidad sagrada se vive en grados, no en absolutos.
3. **El camino de la reducción amorosa del daño** Más que exigir una ruptura radical e inmediata con el sistema actual (que para muchas familias sería imposible o destructivo), invitamos a un camino progresivo de **menor daño y mayor conciencia**:
 - Preferir, cuando sea posible, productos locales y de pequeña escala (alimentos, ropa, objetos).
 - Elegir leche y huevos de producciones éticas donde los animales sean tratados con dignidad (pastura libre, respeto a sus ciclos naturales, sin mutilaciones innecesarias).
 - Reducir el consumo innecesario y cultivar la sobriedad gozosa.
 - Apoyar, en la medida de nuestras fuerzas, iniciativas que restauren la tierra (agricultura regenerativa, reforestación, cuidado de ríos y bosques).
 - Cultivar una actitud constante de **gratitud y petición de perdón** antes de usar cualquier recurso de la creación.
4. **El hogar como primer espacio de reciprocidad** Aunque no podamos controlar el sistema económico global, sí podemos transformar nuestro hogar y nuestra célula en un pequeño santuario donde la relación con la creación sea más tierna y consciente. El jardín, la huerta familiar (aunque sea pequeña), la forma de consumir, el trato con los animales domésticos y la educación de los niños en reverencia hacia la naturaleza son espacios donde la reciprocidad sagrada puede vivirse de manera real y cotidiana.
5. **Actitud interior por encima de la perfección externa** La reciprocidad sagrada más importante ocurre en el corazón. Una persona que vive en una gran ciudad, depende del sistema actual y aún así come con gratitud, pide perdón a la vida que la sustenta, reduce su consumo con amor y enseña a sus hijos a respetar la creación, está más cerca del espíritu de este camino que alguien que vive en el campo pero lo hace con indiferencia o arrogancia espiritual.

Nuestra postura respecto a esto

Reconocemos con humildad que vivimos en un mundo herido, donde la economía moderna frecuentemente trata a la creación como mero recurso. Esta realidad genera una tensión sincera entre nuestra profunda reverencia animista y el pragmatismo de la vida cotidiana.

No respondemos a esta tensión con ingenuidad ni con rigorismo imposible. La respondemos con **conciencia despierta y misericordia práctica**.

Aspiramos a vivir la reciprocidad sagrada con toda la creación: honrando su dignidad, reduciendo el daño en la medida de nuestras posibilidades y cultivando gratitud y perdón ante cada recurso que utilizamos.

Por eso invitamos a preferir, cuando sea posible, el consumo local, ético y de pequeña escala; a practicar la sobriedad gozosa; y a transformar nuestro hogar en un espacio donde la relación con la tierra sea más tierna y consciente.

Sabemos que nuestros esfuerzos serán imperfectos. Aun así, la Santa Divinidad mira con ternura el intento sincero del corazón que, aunque inmerso en un sistema imperfecto, elige caminar hacia una mayor reverencia y menor violencia contra su creación.

Cuarta tensión:

Ausencia de autoridad clara Vs. necesidad de coherencia

La Comunidad Santa rechaza jerarquías fuertes y promueve la autogestión espiritual y las células pequeñas. Esto es coherente con su espíritu de libertad.

La debilidad es que, al no haber una autoridad doctrinal clara ni mecanismos fuertes de corrección, puede ser difícil mantener la coherencia del camino cuando surjan interpretaciones muy distintas (especialmente sobre hasta dónde llega el ahimsa, qué es aceptable en la alimentación, en la educación de los hijos, etc.).

Resolución de la tensión: Libertad en el espíritu y coherencia en el corazón

La Comunidad Santa ha elegido, conscientemente, un camino de **libertad y confianza**. Rechazamos jerarquías humanas fuertes, autoridades centrales rígidas y mecanismos de control doctrinal. Creemos que la verdadera santidad brota del encuentro personal y sincero con la Santa Divinidad, no de la obediencia externa a una estructura de poder. Por eso organizamos la vida en células pequeñas, como familias espirituales, donde cada persona es invitada a autogestionar su propio avance con humildad y responsabilidad.

Esta libertad es uno de nuestros mayores dones. Sin embargo, genera una tensión legítima: sin una autoridad doctrinal clara ni mecanismos fuertes de corrección, ¿cómo preservamos la coherencia del camino cuando surjan interpretaciones muy diversas —sobre el alcance del ahimsa, la alimentación, la educación de los hijos, el servicio o la vida familiar—?

No resolvemos esta tensión creando una autoridad externa que imponga unidad. La resolvemos **profundizando en la autoridad interior**.

El verdadero centro de unidad: el corazón purificado

Nuestra coherencia no descansa principalmente en reglas externas ni en una doctrina fija, sino en dos columnas vivas que cada persona cultiva en su interior:

- **Ahimsa del pensamiento y del corazón** — más exigente que el ahimsa externo. El daño más profundo no siempre ocurre en la acción visible, sino en la indiferencia, el juicio, el orgullo espiritual o la falta de amor. Una persona que aún consume lácteos pero lo hace con gratitud, pide perdón y cultiva mudita hacia los demás, puede estar más cerca del espíritu del camino que alguien que sigue un veganismo estricto pero lleno de superioridad, crítica o rigidez hacia sus hermanos.
- **Mudita y humildad sincera** — El gozo por el bien ajeno y el reconocimiento humilde de que nadie posee toda la verdad.

Cuando estas dos actitudes viven en el centro del corazón, las diferencias de interpretación (que siempre existirán) no se convierten en división, sino en enriquecimiento mutuo. Una célula madura sabe discernir: “Esta hermana camina de esta forma según su conciencia y posibilidades; yo camino de otra. Ambas buscamos lo mismo con sinceridad.”

Herramientas prácticas para sostener la coherencia sin rigidez

- **El estudio humilde y compartido** — Las células se reúnen para estudiar los textos juntos, no para imponer una única lectura, sino para escuchar cómo la Santa Divinidad habla en cada corazón.
- **La conversación fraterna y el discernimiento colectivo** — Ante diferencias importantes, se invita al diálogo amoroso, a la oración conjunta y a buscar el camino que más honre tanto el ahimsa como la misericordia.
- **El ejemplo vivo como guía principal** — Más que reglas, son las vidas de quienes caminan con mayor ternura, coherencia y gozo las que iluminan el sendero.
- **La libertad responsable** — Cada persona es libre, pero también responsable ante la Santa Divinidad y ante sus hermanos. La libertad sin responsabilidad se vuelve caos; la responsabilidad sin libertad se vuelve opresión.

Nuestra postura respecto a esto

La Comunidad Santa ha optado por un camino de libertad confiada: sin jerarquías humanas fuertes, confiando en que la Santa Divinidad guía directamente el corazón de cada buscador.

Esta libertad trae consigo una tensión hermosa: ¿cómo mantener la coherencia cuando cada persona interpreta el camino según su conciencia?

Respondemos profundizando en la **autoridad interior**. Más que reglas externas, ponemos en el centro el **ahimsa del pensamiento y del corazón** y la **mudita sincera**.

Reconocemos que el daño mayor muchas veces nace de la indiferencia, el juicio o el orgullo espiritual. Por eso, una persona que aún camina con pasos más lentos en la práctica externa, pero lo hace con amor, gratitud y deseo de no dañar, puede estar más cerca del espíritu de la senda que quien observa todas las formas externas pero con rigidez o superioridad.

Así, cultivamos una unidad que no es uniformidad, sino comunión de corazones que, aunque caminen a ritmos distintos, miran hacia la misma Luz.

Quinta tensión:

Idealismo elevado con poca atención a las sombras humanas

Los textos hablan mucho de alegría, mudita, gratitud y luz. Hay menos elaboración profunda sobre cómo manejar el fracaso repetido, la recaída, la rabia, la envidia persistente o las dinámicas tóxicas dentro de las propias células.

Aunque hay materiales sobre perdón y tormentas adolescentes, en general predomina un tono esperanzado y luminoso que podría resultar insuficiente para personas que atraviesan crisis profundas o tienen heridas psicológicas importantes.

Resolución de la tensión: Luz y sombra en el camino de la santidad práctica

Nuestros textos respiran un espíritu de **alegría radiante**, gratitud y luz. Hablamos de mudita, de la santidad como fuente de gozo, del hogar como santuario y de la posibilidad de transfigurar lo cotidiano en ofrenda. Este tono luminoso y esperanzado es intencional: queremos que el camino sea atractivo, no una carga sombría.

Sin embargo, esta luz predominante puede dejar en sombra una realidad inevitable: la vida humana está llena de **fracasos repetidos**, recaídas, rabia que arde, envidia que regresa, heridas antiguas que duelen y dinámicas tóxicas que surgen incluso dentro de las células más sinceras. Para quienes atraviesan crisis profundas, depresión, traumas o luchas psicológicas intensas, un mensaje demasiado luminoso puede sentirse insuficiente o incluso lejano.

¿Cómo abrazamos esta tensión sin oscurecer la esperanza ni caer en un realismo amargo?

Nuestra respuesta: Santidad que abraza la sombra con ternura

La verdadera santidad no consiste en negar las sombras ni en vivir permanentemente en la cima luminosa. Consiste en **aprender a caminar con ellas**, sin violencia contra uno mismo y con misericordia profunda.

1. **El fracaso no es el fin del camino, sino parte de él** La purificación del “cristal del alma” no es un proceso lineal. Es un camino de caídas y levantadas. Cada recaída, si se recibe con humildad y sin autocastigo feroz, puede convertirse en una oportunidad de mayor compasión. El ahimsa también se aplica hacia uno mismo: no nos golpeamos por no ser perfectos.
2. **La sombra como maestra** La rabia, la envidia, el miedo o la apatía no son enemigos a destruir, sino partes de nosotros que piden ser vistas, abrazadas y ofrecidas a la Santa

Divinidad. En lugar de reprimirlas con fuerza de voluntad, las reconocemos con honestidad (“hoy siento esto”), las llevamos a la oración y al silencio, y pedimos que sean transfiguradas.

3. Herramientas concretas para las noches oscuras

- **El círculo de misericordia:** En las células, crear espacios seguros donde se pueda compartir con honestidad las luchas sin temor al juicio.
- **La práctica del perdón hacia uno mismo:** Rituales sencillos de autoperdón después de una recaída.
- **El acompañamiento fraterno:** Animar a que nadie camine solo en la oscuridad; que haya “hermanos de sombra” dispuestos a escuchar sin intentar arreglar rápidamente.
- **La espera consciente:** Entender que algunas heridas sanan lentamente y que la paciencia con uno mismo es una forma elevada de ahimsa.

4. Equilibrio entre luz y sombra

El tono luminoso sigue siendo central porque la santidad verdadera termina generando gozo, aunque sea un gozo maduro que ha atravesado el dolor. Pero este gozo no niega la noche: la atraviesa.

Nuestra postura respecto a esto

Nuestra Comunidad Santa se nutre de una visión luminosa: la santidad como fuente de alegría, gratitud y mudita. Sin embargo, reconocemos con ternura que el camino humano también atraviesa sombras profundas: el fracaso repetido, la recaída, la rabia, la envidia persistente, las heridas antiguas y las dificultades en las relaciones dentro de las propias células.

No pretendemos vivir solo en la cima de la montaña. La santidad práctica abraza tanto la luz como la sombra.

El fracaso no nos descalifica; es parte del aprendizaje. La rabia y la envidia no son enemigos a exterminar, sino maestras que nos invitan a mayor compasión y entrega.

Por eso cultivamos el **ahimsa hacia nosotros mismos**, el perdón sincero después de cada caída, y espacios fraternos donde se pueda compartir la vulnerabilidad sin juicio.

La luz no niega la noche: la ilumina. Y es precisamente atravesando la noche con paciencia y compañía que la alegría se vuelve más profunda y auténtica.

Cierre – Una invitación al corazón

Hermanos y hermanas en este camino sagrado,

Hemos mirado con honestidad las tensiones que habitan en nuestro sendero: entre ideal y realidad, entre exigencia y misericordia, entre reverencia radical y compasión humana. No las hemos

ocultado, porque la santidad verdadera no se construye sobre perfección aparente, sino sobre transparencia y amor.

Estas contradicciones no son fallas del camino, sino invitaciones vivas. Son el espacio donde el alma aprende a danzar entre la aspiración más pura y la ternura hacia lo concreto. Son el fuego que nos refina, el agua que nos humilla, y el viento que nos enseña a volar con alas todavía imperfectas.

Que nunca olvidemos esto:

La Santa Divinidad no nos llama a ser impecables, sino a ser **sinceros**. No nos exige llegar a la cima sin caídas, sino a levantarnos cada vez con mayor humildad y mayor amor. En cada tensión equilibrada con sabiduría, en cada paso dado con conciencia entre la luz y la sombra, estamos ofreciendo algo precioso: una santidad viva, encarnada, humana y, por eso mismo, profundamente divina.

Que estas reflexiones no nos detengan ni nos desalienten, sino que nos impulsen a caminar con mayor claridad, libertad y ternura. Que nos ayuden a sostener el ideal elevado sin aplastar a nadie —ni a nosotros mismos—, y a abrazar la creación con reverencia sin olvidar que también nosotros formamos parte de su fragilidad.

Que cada célula, cada hogar y cada corazón se convierta en un pequeño laboratorio de armonía: donde el ahimsa y la mudita se besen, donde la exigencia y la misericordia se abracen, y donde la reciprocidad sagrada con toda la Creación se viva día tras día, con pasos humildes pero decididos.

Que la Santa Divinidad, que habita en el centro de toda vida, nos guíe, nos sostenga y nos llene de su Luz. Que nos conceda la gracia de equilibrar con sabiduría estas tensiones, no para alcanzar una perfección fría, sino para ofrecerle a Ella un amor cada vez más puro, consciente y gozoso.

Y que, en este caminar compartido, nuestra Comunidad Santa sea un humilde reflejo de su Corazón: abierto, misericordioso, reverente y lleno de esperanza.

Que así sea. Con gratitud profunda y corazón abierto,

En la senda de la santidad práctica.

Atribución/Reconocimiento 4.0 Internacional

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Usted es libre de:

1. **Compartir** — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato para cualquier propósito, incluso comercialmente.
2. **Adaptar** — remezclar, transformar y construir a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente.
3. La licenciante no puede revocar estas libertades en tanto usted siga los términos de la licencia

Bajo los siguientes términos:

1. **Atribución** — Usted debe dar [crédito de manera adecuada](#), brindar un enlace a la licencia, e [indicar si se han realizado cambios](#). Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciante.
2. **No hay restricciones adicionales** — No puede aplicar términos legales ni [medidas tecnológicas](#) que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia.