

# **“Es preciso que seas hombre de vida interior”**

Es preciso que seas “hombre de Dios”, hombre de vida interior, hombre de oración y de sacrificio. –Tu apostolado debe ser una superabundancia de tu vida “para adentro”. (Camino, 961)

16 de marzo

Vida interior. Santidad en las tareas ordinarias, santidad en las cosas pequeñas, santidad en la labor

profesional, en los afanes de cada día...; santidad, para santificar a los demás. Soñaba en cierta ocasión un conocido mío -¡nunca le acabo de conocer bien!- que volaba en un avión a mucha altura, pero no dentro, en la cabina; iba montado sobre las alas. ¡Pobre desgraciado: cómo padecía y se angustiaba! Parecía que Nuestro Señor le daba a entender que así van –inseguras, con zozobras– por las alturas de Dios las almas apostólicas que carecen de vida interior o la descuidan: con el peligro constante de venirse abajo, sufriendo, inciertas.

Y pienso, efectivamente, que corren un serio peligro de descaminarse aquellos que se lanzan a la acción – ¡al activismo!–, y prescinden de la oración, del sacrificio y de los medios indispensables para conseguir una sólida piedad: la frecuencia de Sacramentos, la meditación, el examen de conciencia, la lectura

espiritual, el trato asiduo con la Virgen Santísima y con los Ángeles custodios... Todo esto contribuye además, con eficacia insustituible, a que sea tan amable la jornada del cristiano, porque de su riqueza interior fluyen la dulcedumbre y la felicidad de Dios, como la miel de panal.

En la personal intimidad, en la conducta externa; en el trato con los demás, en el trabajo, cada uno ha de procurar mantenerse en continua presencia de Dios, con una conversación -un diálogo- que no se manifiesta hacia fuera. Mejor dicho, no se expresa de ordinario con ruido de palabras, pero sí se ha de notar por el empeño y por la amorosa diligencia que pondremos en acabar bien las tareas, tanto las importantes como las menudas. (*Amigos de Dios, 18-19*)

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es-do/dailytext/es-preciso-  
que-seas-hombre-de-vida-interior/](https://opusdei.org/es-do/dailytext/es-preciso-que-seas-hombre-de-vida-interior/)  
(13/03/2026)