

# **«El santo es capaz de vivir con alegría y sentido del humor»**

Las 54<sup>a</sup> Jornadas de Cuestiones Pastorales de Castelldaura, celebradas el 22 y 23 de enero, han recogido varios testimonios y ponencias sobre la alegría de la santidad. Se ha evidenciado que una vida identificada con Cristo comporta una vida alegre que no quiere decir que ésta carezca de sufrimiento.

24/01/2019

Las Jornadas comenzaron con reflexiones sobre la alegría en la predicación del Papa Francisco y en la Sagrada Escritura. Los ponentes pusieron de manifiesto que la alegría interior es connatural al cristiano. Y tres personas que vivieron una conversión espiritual compartieron su experiencia de alegría tras su encuentro personal con Dios.

El encuentro personal con Jesucristo es clave para descubrir la alegría de la santidad: es la idea que estuvo presente en el primer día de las Jornadas de Cuestiones Pastorales de Castelldeu en el que se abordó “la alegría de la santidad” desde los principales escritos del Papa Francisco, de la mano del Cardenal Francesco Monterisi, secretario emérito de la Congregación para los Obispos. En su intervención repasó los principales textos de Francisco, el “Papa de la alegría”, donde habla de la alegría cristiana.

De la Exhortación Apostólica  
Gaudete et exultate sobre la llamada  
a la santidad en el mundo  
contemporáneo, resaltó que una  
característica de la alegría cristiana  
es el sentido del humor y el valor  
positivo de la vida. En palabras del  
Papa Francisco, dijo que “el santo es  
capaz de vivir con alegría y sentido  
del humor” y que “sin perder el  
realismo, ilumina a los demás con  
espíritu positivo y esperanzado”.

En la segunda sesión, Bernardo  
Estrada, profesor de Nuevo  
Testamento en la Universidad  
Pontificia de la Santa Cruz, mostró  
con numerosas referencias que “en  
la Biblia hay muchos motivos para  
alegrarse: la contemplación de la  
creación como obra divina, la  
presencia del Señor junto a Israel en  
su peregrinación y la alianza que ha  
hecho con su pueblo”. “El Evangelio  
comprende toda la persona, cuerpo,  
alma y mente, señaló el sacerdote,

que sostuvo que “hay que considerar la Palabra de Dios fuente de alegría”.

## **Testigos de fe y alegría**

La primera jornada concluyó con una mesa redonda, moderada por Joan Costa, rector de la parroquia de Nuestra Señora de Belén (Barcelona), en la que tres personas relataron su proceso de conversión y de encuentro con Dios. Carmen Valls, jefe del servicio de estudios de postgrado en la Universitat Internacional de Catalunya, compartió su proceso de conversión a través de los retiros de Emaús y de los Grupos Alfa en Cataluña, “antes era una persona alegre y una triste cristiana”.

Por su parte, Francisco Sabio, subdirector general de energía de la Generalitat de Catalunya, explicó que venía de un entorno familiar donde no se rezaba y que, con el tiempo, ha ido comprendiendo cómo Dios le

marcaba el camino: “he pasado de estar de espaldas a Dios, a estar plenamente enamorado”, afirmó.

Por su parte, Eduardo Gratacós, empresario y emprendedor, ha comenzado su testimonio dando las gracias a los sacerdotes presentes porque “el Señor se sirve de los sacerdotes para llegar a las personas”. Explicó que él también tuvo “su encuentro personal con Dios”. “A veces te explican las cosas pero hasta que no te encuentras con Dios no hay conversión real, explicó. Hay que experimentar el amor de Dios. Cada vez que estás más cerca de Dios, eres más feliz. Los mandamientos son instrucciones para ser feliz”, recalcó.

Las Jornadas fueron inauguradas por su director, Domènec Melé, quien resaltó la importancia de hablar de la alegría en estos momentos; y también intervino el vicario del Opus

Dei en Cataluña, Ignasi Font, que recordó que “todos los santos han de ser necesariamente alegres” y animó a “reivindicar el valor de la sonrisa”.

## **La alegría, nota característica de todo auténtico cristiano**

Mons. Joan Josep Omella, Cardenal Arzobispo de Barcelona, concluyó las Jornadas de Castelldeaura con un coloquio. El Cardenal comenzó afirmando que “cuando uno vive una cosa, la transmite. Nosotros hemos de ayudar a la gente a que ellos mismos descubran que pueden vivir la santidad, la santidad de la calle”. También afirmó que algunos “nos hacen creer que hay una sociedad muy secularizada; yo veo mucha santidad y mucha entrega”.

Una cuestión que Mons. Omella puso sobre la mesa y que se repitió a lo largo de las Jornadas es que cuando uno encuentra Jesucristo siente una alegría que nace y surge del interior

de la persona, porque se siente amado: “hay que ayudar a la gente a que entienda esto”, insistió. Al final del coloquio afirmó que “la Iglesia necesita gente alegre”.

## **¿Cómo transmitir la alegría y el buen humor?**

En la mesa redonda del miércoles se habló de cómo transmitir la alegría y el buen humor, dos notas que deben ser propias de todo cristiano que ha tenido un encuentro personal con Dios.

Núria Xipell, que trabaja en la administración del Colegio Mayor Monterols, explicó que saca “la alegría de que otras personas se sienten alegres con nuestro trabajo y servicio. Con detalles que la sociedad no valora tanto, nosotros encontramos la alegría”. Anna Artés, compañera de trabajo de Núria, comentó que “desde nuestra vocación las obras de misericordia se

hacen posible. En el servicio estás sirviendo a Cristo; detrás de cada persona, encontramos a Cristo”.

El periodista Xavier Pérez, conductor de un programa de humor en RAC1, comentó que “la alegría es una forma de ser, todos podemos transmitir esta alegría; o vivo amargado y amargando la vida a los demás o hago humor de lo que me pasa. Tenemos que aprender a reírnos de nosotros mismos. Debemos de ser transmisores de paz y alegría”.

Por último, Josep Masabeu, de Braval, invitó a que “todos ayudemos a los demás. Con personas egoístas, nunca lograremos una sociedad cohesionada”. Porque en el voluntariado también se encuentra la alegría del que da y del que recibe.

El profesor Ignacio Fuster, de la Facultad de Teología de Cataluña, planteó qué es la alegría desde una vertiente filosófica: “la alegría

subjetiva siempre hace referencia a una situación objetiva que el ser humano culmina o realiza. Hay que respetar las pequeñas alegrías para experimentar las alegrías grandes o genuinas. La alegría brota de la unidad de los anhelos”.

---

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-es/article/alegría-santidad-jesucristo-jornadas-castelldaura/> (03/04/2026)