

# 12 consejos para conseguir la paz

El 1 de enero se celebra la Jornada Mundial de la Paz. San Josemaría predicó en multitud de ocasiones sobre la necesidad de la paz: la interior y la externa, y ofreció algunos consejos para conquistarla.

28/12/2020

1. Santa María es —así la invoca la Iglesia— la Reina de la paz. Por eso, cuando se alborota tu alma, el ambiente familiar o el profesional, la convivencia en la sociedad o entre

los pueblos, no ceses de aclamarla con ese título: «Regina pacis, ora pro nobis!» —Reina de la paz, ¡ruega por nosotros! ¿Has probado, al menos, cuando pierdes la tranquilidad?... — Te sorprenderás de su inmediata eficacia.

### Surco, 874

2. Fomenta, en tu alma y en tu corazón —en tu inteligencia y en tu querer—, el espíritu de confianza y de abandono en la amorosa Voluntad del Padre celestial... —De ahí nace la paz interior que ansías.

### Surco, 850

3. Un remedio contra esas inquietudes tuyas: tener paciencia, rectitud de intención, y mirar las cosas con perspectiva sobrenatural.

### Surco, 853

4. Aleja enseguida de ti —¡si Dios está contigo!— el temor y la perturbación de espíritu...: evita de raíz esas reacciones, pues sólo sirven para multiplicar las tentaciones y acrecentar el peligro.

#### Surco, 854

5. Aunque todo se hunda y se acabe, aunque los acontecimientos sucedan al revés de lo previsto, con tremenda adversidad, nada se gana turbándose. Además, recuerda la oración confiada del profeta: “el Señor es nuestro Juez, el Señor es nuestro Legislador, el Señor es nuestro Rey; El es quien nos ha de salvar”.

—Rézala devotamente, a diario, para acomodar tu conducta a los designios de la Providencia, que nos gobierna para nuestro bien.

#### Surco, 855

6. Si —por tener fija la mirada en Dios— sabes mantenerte sereno ante las preocupaciones, si aprendes a olvidar las pequeñeces, los rencores y las envidias, te ahorrarás la pérdida de muchas energías, que te hacen falta para trabajar con eficacia, en servicio de los hombres.

Surco, 856

7. Cuando te abandones de verdad en el Señor, aprenderás a contentarte con lo que venga, y a no perder la serenidad, si las tareas —a pesar de haber puesto todo tu empeño y los medios oportunos— no salen a tu gusto... Porque habrán “salido” como le conviene a Dios que salgan.

Surco, 860

8. Cuando se está a oscuras, cegada e inquieta el alma, hemos de acudir, como Bartimeo, a la Luz. Repite, grita, insiste con más fuerza, «Domine, ut videam!» —¡Señor, que

vea!... Y se hará el día para tus ojos, y podrás gozar con la luminaria que El te concederá.

### Surco, 862

9. Lucha contra las asperezas de tu carácter, contra tus egoísmos, contra tu comodidad, contra tus antipatías... Además de que hemos de ser corredentores, el premio que recibirás —piénsalo bien— guardará relación directísima con la siembra que hayas hecho.

### Surco, 863

10. Tarea del cristiano: ahogar el mal en abundancia de bien. No se trata de campañas negativas, ni de ser antinada. Al contrario: vivir de afirmación, llenos de optimismo, con juventud, alegría y paz; ver con comprensión a todos: a los que siguen a Cristo y a los que le abandonan o no le conocen.

—Pero comprensión no significa abstencionismo, ni indiferencia, sino actividad.

### Surco, 864

11. Por caridad cristiana y por elegancia humana, debes esforzarte en no crear un abismo con nadie..., en dejar siempre una salida al prójimo, para que no se aleje aún más de la Verdad.

### Surco, 865

12. Paradoja: desde que me decidí a seguir el consejo del Salmo: “arroja sobre el Señor tus preocupaciones, y El te sostendrá”, cada día tengo menos preocupaciones en la cabeza... Y a la vez, con el trabajo oportuno, se resuelve todo, ¡con más claridad!

### Surco, 873

---

pdf | Documento generado  
automáticamente desde [https://  
opusdei.org/es/article/12-consejos-para-  
conseguir-la-paz-rezar-con-san-  
josemaria/](https://opusdei.org/es/article/12-consejos-para-conseguir-la-paz-rezar-con-san-josemaria/) (15/03/2026)