



El sacerdote madrileño presenta su nuevo libro, 'Un mundo dentro de ti', «para frenar, parar y buscar a Dios en el interior de cada uno», y advierte a los 'ciberapóstoles': «Hay que venir llorado de casa»

Es un apasionado del «sexto continente» -el mundo digital-, donde evangeliza a través de su plataforma [Se buscan rebeldes](#). Y con éxito. En [Instagram](#) cuenta con **casi 160.000 seguidores**, y cerca de 80.000 suscriptores suma su canal de **You Tube** «El Señor parece haber puesto **fuego en el corazón** de muchos misioneros digitales para llevar su Palabra», asegura con determinación.

Ignacio Amorós (Madrid, 1986) es el autor, además, de **siete libros**. El último, [Un mundo dentro de ti](#), lo acaba de publicar la editorial *Palabra*.

Da la impresión de que usted apunta con el libro a los jóvenes más alejados de la Iglesia. ¿Es así?

Sí, bueno, es un intento de dar a conocer la belleza de la espiritualidad católica, que es la más grande, la más profunda de la historia de la humanidad. Y ahora, en una sociedad en la que vivimos como acelerados, como que perdiendo la paz, muchas veces necesitamos momentos de frenar, de parar, de silencio.

La gente se va a la montaña; a veces te vas a la playa, buscas un rinconcito en tu casa para buscar paz interior. Y creo que nosotros,

en la Iglesia católica, tenemos que mover y promover nuestra espiritualidad, de cómo encontramos ese mundo dentro de nosotros. Por eso este libro lo hemos titulado *Un mundo dentro de ti*, porque Jesús decía que *el Reino de Dios está dentro de vosotros*.

Como decía el cardenal **John Henry Newman** —al que acaban de nombrar Doctor de la Iglesia—, en su *primera conversión* con 15 años, descubrió *el mundo invisible*, espiritual y, sobre todo, un mundo dentro de él, donde se conocía a sí mismo y de donde salían todas las cosas. Por eso es una invitación a cuidar nuestro corazón para que vivamos en paz y para aprender a dejarlo transformar por el amor de Dios.

Pero, muchas veces, cuando un joven siente ese vacío, lo que hace es ver más y más historias de TikTok, en lugar de ponerse a investigar en uno mismo...

Totalmente. Yo creo que vivimos en una sociedad, como decíamos, que va acelerada y, por un lado, buscas paz, buscas silencio. La gente busca serenidad. Tenemos una sed infinita de felicidad, de trascendencia, de amor, que no nos la llena ni el dinero, ni el poder, ni el honor, ni el número de seguidores en redes sociales, sino que buscas algo más. En esa búsqueda aparece ese mundo dentro de ti. Y, sobre todo, descubrir que hay un Dios que te ama.

Por eso, con este libro queremos llegar a todas las personas, pero especialmente a esos jóvenes en su lenguaje, intentando explicar lo que nos enseñó Jesús y los santos para saber frenar, hacer silencio, entrar en nuestro corazón y descubrir si esos pensamientos que llegan son de Dios, de mí mismo o del enemigo, y cómo tengo que enfrentarme a ellos.

La soledad, para los jóvenes de hoy en día —y no tan jóvenes— es la nueva peste... No es fácil decirles que la busquen...

Sí, la soledad da miedo, pero a la vez buscamos momentos de soledad para poder frenar el ajetreo. Llega un momento en el que no puedes ver más TikTok, más Instagram, más Netflix, porque la cabeza no puede más. Incluso te vas a la cama escuchando podcasts y viendo series. De alguna manera, este libro es una invitación a descubrir la soledad y el silencio para que emerja lo que tienes en tu corazón y, sobre todo, para escuchar la voz de Dios y encontrar esa paz interior que para nosotros la da Jesús.

Redes sociales y silencio

Un sacerdote volcado en redes sociales hablando de interioridad...

Sí, porque en redes sociales nos pedían contenido de este estilo: de oración, de mundo interior, de paz, de serenidad. Muchas veces vivimos en el pasado, anclados en la herida, o en el futuro, en el miedo de lo que va a suceder. Pero uno es feliz en el momento presente, la paz está en el momento presente y Dios está en el hoy.

Madre Teresa de Calcuta decía que Dios habla en el silencio en nuestros corazones, y nosotros escuchamos. Es una invitación a descubrir que tienes un mundo dentro de ti, para luego sacar el amor a Dios y al prójimo.

Es cierto que, cuando la gente tiene un poco ansiedad o está triste, se pone a buscar impactos en WhatsApp, en TikTok, en Instagram o en cualquier red social. Pero no acabas de estar tranquilo, sino que a veces esa bola se hace más grande. Entonces búscalo en la oración, búscalo en tu mundo interior.

Entiendo entonces que usted, que está muy metido en redes sociales, el paso previo siempre es el silencio, la interioridad, la oración...

Sí, siempre. Todo lo preparamos con estudio, con oración. Y sobre todo porque quiero ser feliz. Madre Teresa de Calcuta decía: *Ama la oración*. Y es más, todos los santos nos recomiendan ser almas de oración, porque es ahí donde podemos frenar, ver nuestra vida con perspectiva y, sobre todo, encontrarte con Dios que te habla, que te dice esa palabra que necesitas cada día, que te llena de su paz.

Muchas veces se buscan métodos alternativos de meditación trascendental, de yoga, de New Age, que tienen semillas de verdad porque buscan un aspecto de interioridad, de lo sagrado, pero a la vez es incompatible con la fe católica, porque nosotros tenemos un Dios personal. Es una interioridad centrada no en uno mismo, sino en salida, para amar a Dios y al prójimo. Nos invita siempre a amar, a entregarnos. Por eso nosotros hemos querido invitar a todo el mundo a conocer la espiritualidad cristiana, que es la más profunda, la más elevada y la más rica de la historia de la humanidad. Lo tenemos todo en los santos.

¿Cuándo descubrió usted esa espiritualidad?

Me convertí con 15 años, porque mis amigos y yo no acabábamos de estar contentos, con una vida un poco vacía, y siempre quería más. Entonces hice algo muy peligroso, que fue ir a una capilla con el Santísimo expuesto, con la Biblia a la mano... ¡Eso es peligrosísimo! Me puse a leer y hay una frase que dice Jesús: *Yo soy el Camino, la Verdad y la Vida*. Descubrí el amor de Dios, sentí esa paz que te da el amor de Dios, el *gaudium*, la alegría llena de paz que no la puedes comprar con

dinero, que no la consigues con tus propios esfuerzos, sino que es un regalo de Dios.

Empecé a entrar en este mundo interior, en este mundo invisible para ver. No me entendía. Y ahí llegaron en mi auxilio los santos, los Doctores de la Iglesia. Empecé a leer a **San Francisco de Sales, Alfonso María de Ligorio, a Santa Teresa de Jesús, San Juan de la Cruz...** Me empezaban a enseñar y a explicar lo que me estaba pasando, cómo conocerme y cómo poder orientar mi vida para crecer cada día más. La verdad es que comencé ese camino y aquí estoy, intentando dar a conocer esta belleza de la espiritualidad cristiana.

«Dios habla bajito»

En su libro dice que Dios “habla bajito”. A veces, parece que habla “muy, muy bajito...”

Sí, Dios habla en el silencio, en nuestros corazones, como decía Madre Teresa. Y por eso siempre nos invitaba al silencio. Es que tenemos necesidad de silencio, pero a la vez tenemos miedo al silencio, porque en el silencio emergen nuestras sombras. El silencio es un altavoz de lo que tienes dentro. Emerge eso y entonces también emergen tus heridas. Y por eso tenemos miedo. Queremos silencio pero, a la vez, evitamos frenar la vida acelerada. Pero si invocamos al Espíritu Santo, Dios nos va moviendo y nos va hablando. Nos habla en el silencio nuestros corazones con inspiraciones, con mociones. Te pone el nombre de una persona a la que tienes que perdonar o amar. Te invita a mirar tu vida con otros ojos y movimientos mucho más profundos del corazón, más que una palabra. Dios habla, y sabes que es Dios porque te llena de paz interior, porque te invita a amar, te llena de esperanza, lo hace suave. Y ese es el arte del discernimiento que nos enseñó Jesús, **Ignacio de Loyola** sistematizó y que nosotros recogemos aquí en el libro en cuatro capítulos, intentando descubrir esa maravilla de la voz de Dios en nuestro corazón.

A la vez, parece que Dios también “habla alto” a muchos jóvenes. Lo hemos visto en los últimos años en distintas realidades como Hakuna, Emaús, Effetá... ¿Cómo lo interpreta usted?

Bueno, yo lo que creo es que los jóvenes tienen un gran corazón. Tienen grandes peligros por las redes sociales, por los apegos que se producen ahora. Pero, a la vez, el joven de hoy es muy solidario, le encanta la solidaridad; es auténtico, en una conversación ya se muestra cómo es, y busca algo que llene su corazón. Y como lo que le ofrece muchas veces el mundo es una vida egoísta centrada en ti mismo, no te llena. Buscan otra realidad. Y estos movimientos o métodos de evangelización carismáticos que se llaman, llevan a muchos de ellos a

experimentar un amor más grande y un camino que te invita a no conformarte con lo que te da el mundo, sino algo más grande. Y es ahí cuando se encuentran con Jesús.

Le he hecho esta pregunta a otros sacerdotes que evangelizan en redes sociales: ¿Qué siente usted cuando ve a un hermano que cae, que abandona la vocación, quizás por una excesiva exposición mediática?

Bueno, yo lo primero que siento es pena. Pero entiendo que a veces hay dificultades. Le pido a Dios nunca juzgar esas situaciones. Y, a la vez, he visto a muchos hermanos míos, sacerdotes, con mucha valentía, trabajar, tener dificultades. Algunos han pasado baches y se han levantado.

Fue muy bonito el encuentro que tuvimos de *influencers* y de misioneros digitales en Roma, en el que muchos dieron su testimonio de cómo están en redes evangelizando. Tienes que ir preparado, porque Jesucristo genera contradicción, no deja a nadie indiferente. O le amas, o le odias. En redes sociales tienes que ir *llorado de casa*, porque van a pasar cosas.

Esa presión a veces puede llevar al descuido de la oración, de la vida interior, de ese trato con Jesús. Las heridas y las dificultades de la vida pueden llevar a dejar el ministerio. Pero yo destacaría la cantidad de sacerdotes, religiosas, laicos que están en el continente digital con una llamada a evangelizar ahí, a dar testimonio. Tienen como un fuego del Espíritu Santo que les lleva a compartir su fe en redes sociales. Y, como en todas partes, en todos los sectores hay riesgos.

Yo procuro no juzgar, rezar por ellos y le pido a Dios que nos ayude a ser fieles, a cuidar yo mi vida interior, mi oración, mi trato con Jesús, para seguir sirviendo a Dios también en redes sociales.

Álex Navajas en eldebate.com