El Jueves Santo es un día de profunda reflexión para los cristianos, ya que conmemora la Última Cena de Jesús con sus discípulos, el lavatorio de los pies y el momento en que Cristo instituyó la Eucaristía. Sin embargo, uno de los aspectos más conmovedores y transformadores de este día es el mandamiento nuevo que Jesús dio a sus apóstoles: **«Amaos los unos a los otros como yo os he amado»** (Juan 13:34). Este mandamiento no solo resume la esencia del mensaje de Jesús, sino que también nos desafía a vivir una vida de amor sacrificial, humildad y servicio. En este artículo, exploraremos el significado de este mandamiento, su relevancia en nuestra vida cotidiana y cómo podemos aplicarlo en un mundo que tanto necesita amor auténtico.

El contexto del mandamiento: La Última Cena

El mandamiento del amor fue dado por Jesús durante la Última Cena, un momento íntimo y lleno de significado. Jesús sabía que su hora estaba cerca y que pronto sería traicionado, arrestado y crucificado. En este contexto, Él eligió compartir con sus discípulos un mensaje que sería el núcleo de su enseñanza: el amor. No se trataba de un amor superficial o condicional, sino de un amor que reflejaba el suyo propio: un amor que se entrega hasta el extremo.

Jesús no solo habló de amor, sino que lo demostró con acciones. Antes de dar este mandamiento, lavó los pies de sus discípulos, un acto de humildad y servicio que rompió con todas las expectativas de la época. Con este gesto, Jesús mostró que el amor verdadero no se trata de poder o grandeza, sino de servir a los demás con un corazón generoso.

El amor de Jesús: Un modelo a seguir

Cuando Jesús dice «como yo os he amado», nos está invitando a mirar su vida como el ejemplo perfecto de amor. El amor de Jesús fue:

1. **Incondicional**: Jesús amó a todos, incluso a aquellos que lo traicionaron, lo negaron o lo crucificaron. Su amor no dependía de las acciones de los demás, sino de su naturaleza divina.
2. **Sacrificial**: Jesús dio su vida por nosotros. Su amor no fue solo de palabras, sino de acciones concretas que llegaron hasta el sacrificio supremo en la cruz.
3. **Humilde**: Jesús, siendo Dios, se hizo siervo. Lavó los pies de sus discípulos, mostrando

que el amor verdadero no busca ser servido, sino servir.
4. **Perdonador**: Desde la cruz, Jesús perdonó a sus verdugos. Su amor no guarda rencor, sino que busca la reconciliación y la sanación.

Este es el tipo de amor que estamos llamados a imitar. No es un amor fácil ni cómodo, sino un amor que exige entrega, sacrificio y humildad.

El mandamiento nuevo: ¿Por qué es «nuevo»?

Jesús llama a este mandamiento «nuevo», pero ¿por qué? El Antiguo Testamento ya hablaba del amor al prójimo (Levítico 19:18). La novedad radica en la medida y el modelo de este amor: **«como yo os he amado»**. El amor cristiano no se limita a amar a los que nos aman o a aquellos con quienes nos sentimos cómodos. Es un amor que trasciende las barreras humanas y se extiende incluso a los enemigos (Mateo 5:44).

Este amor es nuevo porque está fundado en la gracia y la verdad de Cristo. No es un simple sentimiento, sino una decisión consciente de imitar a Jesús en nuestra forma de relacionarnos con los demás.

El amor como signo de los discípulos de Cristo

Jesús dijo: **«En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si os tenéis amor los unos a los otros»** (Juan 13:35). El amor no es solo una recomendación, sino el sello distintivo de los seguidores de Cristo. En un mundo marcado por la división, el egoísmo y la indiferencia, el amor cristiano debe ser una luz que brille en la oscuridad.

Este amor no es solo para ser vivido dentro de la comunidad cristiana, sino que debe extenderse a todos, especialmente a los más necesitados: los pobres, los marginados, los enfermos y los que sufren. Como nos recuerda san Juan: **«Si alguno dice: 'Amo a Dios', y odia a su hermano, es un mentiroso»** (1 Juan 4:20).

Desafíos para vivir el mandamiento del amor

Vivir este mandamiento no es fácil. En nuestra vida cotidiana, nos enfrentamos a situaciones que ponen a prueba nuestra capacidad de amar:

- **El egoísmo**: A menudo, ponemos nuestras necesidades por encima de las de los demás.
- **El rencor**: Guardar resentimientos nos impide amar como Cristo nos ama.
- **La indiferencia**: En un mundo acelerado, es fácil pasar por alto las necesidades de quienes nos rodean.
- **La cultura del descarte**: Vivimos en una sociedad que valora a las personas por lo que tienen o producen, no por lo que son.

Para superar estos desafíos, necesitamos la gracia de Dios. El amor cristiano no es algo que podamos lograr por nuestras propias fuerzas; es un don que recibimos de Dios y que debemos pedir en oración.

Cómo vivir el mandamiento del amor en la práctica

1. **Servir a los demás**: Siguiendo el ejemplo de Jesús, podemos buscar oportunidades para servir a los demás, especialmente a los más vulnerables. Esto puede ser a través del voluntariado, la caridad o simplemente estando presentes para quienes nos necesitan.
2. **Perdonar**: El perdón es una expresión poderosa del amor cristiano. Perdonar no significa olvidar o justificar el mal, sino liberarnos del rencor y abrirnos a la reconciliación.
3. **Amar a los enemigos**: Este es quizás el aspecto más difícil del mandamiento de Jesús. Amar a quienes nos han hecho daño requiere una gracia especial, pero es posible con la ayuda de Dios.
4. **Vivir en comunidad**: El amor cristiano se vive en comunidad. Participar activamente en la vida de la Iglesia, apoyar a nuestros hermanos en la fe y construir relaciones auténticas son formas concretas de vivir este mandamiento.
5. **Reflexionar sobre el amor de Cristo**: Meditar en la Pasión de Jesús nos ayuda a comprender la profundidad de su amor y a inspirarnos para amar como Él lo hizo.

El impacto del amor cristiano en el mundo

El mandamiento del amor no es solo un ideal espiritual; tiene el poder de transformar el mundo. Cuando vivimos este amor, nos convertimos en instrumentos de paz, justicia y reconciliación. El amor cristiano puede sanar heridas, construir puentes y llevar esperanza a un mundo quebrantado.

En un mundo marcado por la violencia, la desigualdad y la soledad, el amor de Cristo es más necesario que nunca. Como dijo san Teresa de Calcuta: **«No todos podemos hacer grandes cosas, pero sí podemos hacer pequeñas cosas con gran amor»**.

Conclusión: Un llamado a amar como Cristo

El mandamiento de Jesús en el Jueves Santo, **«Amaos los unos a los otros como yo os he amado»**, es un llamado radical a vivir una vida de amor auténtico. Este amor no es un sentimiento pasajero, sino una decisión diaria de imitar a Cristo en nuestra forma de relacionarnos con los demás.

En este Jueves Santo, pidamos a Dios la gracia de amar como Él nos ama. Que nuestro amor sea un reflejo de Su misericordia, un testimonio de Su presencia en el mundo y una luz que guíe a otros hacia Él. Como nos recuerda san Pablo: **«Y ahora permanecen la fe, la esperanza y el amor, estos tres; pero el mayor de ellos es el amor»** (1 Corintios 13:13).

Que este mandamiento del amor sea el centro de nuestra vida y la fuerza que nos impulse a ser verdaderos discípulos de Cristo.