



SERENIDAD ANTE TODO

Frente al vértigo de la vida moderna, al estado de ansiedad que busca desprenderse rápidamente de la situación en que se está, a fin de abordar la próxima, frente al deseo vehemente de alcanzar algo, la sabiduría de todos los tiempos ha logrado encontrar el camino para obtener la serenidad y paz espiritual.

TEXTO: PABLO MARINI
ILUSTRACIÓN: GASTÓN LENTINI

Cada vez con más frecuencia me encuentro en el diálogo cotidiano con personas que me expresan su "cansancio existencial", un agotamiento estresante que aparece comúnmente hacia fin de año, pero que algunos manifiestan incluso en una especie de "depresión postvacacional". Situaciones que tienen más que ver con toda una actitud de intranquilidad frente al sentido total de la existencia que con los inevitables vaivenes de la vida. Algo que tiene que ver con "el estar aquí deseando estar allá, o lo que es lo mismo, estar en el presente, pero deseando estar en el futuro".

Es evidente que actitudes de este tipo nos hacen perder algo preciosos: la serenidad y paz de nuestro espíritu. Y es obvio también que el hombre moderno, con su pretensión de "controlarlo todo", está más cerca de vivir alterado que de navegar en las serenas aguas de la paz espiritual.

Un bien que se puede perder

Los pensadores antiguos, y especialmente el cristianismo, a través de la reflexión espiritual de sus más grandes santos, han podido señalar varios factores causantes de la intranquilidad y el desasosiego. Y al mismo tiempo han indicado qué actitudes pueden llevar a la serenidad.

Por ejemplo, el estoico Séneca (siglo I d.C.) recomendaba la vida austera, ajena al lujo excesivo e inútil. Saber elegir las compañías, saber contenernos, templar la gula, mitigar la ira, mirar con buenos ojos la pobreza y reverenciar la templanza. Todo esto está muy bien, pero ¿es posible esto para el hombre con sus solas fuerzas?

Si hay algo que la experiencia humana ha confirmado es que el medio más seguro de perder la paz es, precisamente, buscar asegurar la propia vida con ayuda sólo del esfuerzo humano, de los proyectos y decisiones personales. ¡Cuántas inquietudes sufren quienes buscan "salvarse a sí mismos", olvidando las impotencias, las limitaciones de nuestras fuerzas, la imposibilidad de prever tantas cosas, las desilusiones que pueden causarnos las personas en quienes confiamos! Se pierde la serenidad y la paz cuando nos aferramos a una cantidad de cosas: bienes materiales, afectos, deseos, proyectos, y

Se pierde la serenidad y la paz cuando estoy concentrado en lo negativo de mi situación, en lo que me falta para ser feliz ("la verdadera vida está en otra parte") y me olvido simplemente de vivir.

nos cuesta enormemente soltarlos; o cuando no alcanzamos inmediatamente aquello a lo que tendemos.

Se pierde la serenidad y la paz cuando no estoy satisfecho con mi vida, con mi persona, con mis condiciones, y vivo con el sentimiento constante de que, mientras las cosas sean así, me será imposible vivir verdadera e intensamente.

Se pierde la serenidad y la paz cuando llevo en mí la nostalgia constante de "otra vida", mejor, más favorecida, donde allí sí podría hacer cosas valiosas.

Se pierde la serenidad y la paz cuando estoy concentrado en lo negativo de mi situación, en lo que me falta para ser feliz ("la verdadera vida está en otra parte") y me olvido simplemente de vivir.

Se pierde la serenidad y la paz cuando quiero cambiar a cualquier precio a quienes me rodean.

Se pierde la serenidad y la paz cuando uno se deja ganar por el desaliento y la tristeza ante la visión de su propia miseria, de la experiencia de sus propias faltas, de las caídas que tiene todavía a pesar de su buena voluntad para corregirse. Y lo peor es que muchas veces ese dolor y desaliento tienen mezclados gran parte de orgullo herido porque la imagen ideal que teníamos de nosotros mismos se ha visto brutalmente afectada.

En realidad, la clave de la auténtica serenidad y paz interior la dieron hace muchos siglos los más grandes místicos y santos: el Santo Abandono. La fe en la acción eficaz y real de Dios en nuestras vidas. Lo que los teólogos llaman Providencia. Pero sólo podemos experimentar esto si dejamos espacio para que pueda actuar. Es como una persona que debe saltar en paracaídas. No podrá sentir que las cuerdas del paracaídas la sostienen hasta que no haya saltado. Es necesario primero saltar, sólo entonces podrá sentirse "llevado". Muchos no creen en esa Providencia porque nunca han tenido la experiencia, y no hacen la experiencia porque nunca han dado el salto al vacío, el paso de la fe.

Y un último consejo, un tanto paradójico: no debemos, sobre todo, perder la paz porque no logremos siempre estar en paz tanto como deseamos.○

Para pensar

La llamada "Oración de la serenidad", cuyo origen, antiguo o moderno, es incierto, y cuya forma final se le atribuye al teólogo cristiano Reinhold Niebuhr (1892-1971), es todo un programa para alcanzar la serenidad: "Dios, concédeme la serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, el valor para cambiar las cosas que puedo cambiar y la sabiduría para conocer la diferencia; viviendo un día a la vez, disfrutando un momento a la vez; aceptando las adversidades como un camino hacia la paz; pidiendo, como lo hizo Dios, en este mundo pecador tal y como es, y no como me gustaría que fuera; creyendo que Tú harás que todas las cosas estén bien si yo me entrego a Tu voluntad; de modo que pueda ser razonablemente feliz en esta vida e increíblemente feliz Contigo en la siguiente. Amén."