

Vive con alegría

El contentamiento, para la mayoría de las personas, es un estado pasajero. El hombre busca acá y allá, en este o aquel libro, recetas y métodos para lograr la felicidad prometida, y con todo, pareciera que nunca la alcanza.

Logan Smith dijo: “Hay dos cosas que deben perseguirse en la vida: la primera es conseguir lo que se quiere; tras esto, disfrutar de ello. Sólo los más sabios logran lo segundo”.

El desafío más grande no es estar contentos, sino mantenerse en ese estado a lo largo del tiempo. La felicidad, para muchos, son lapsos pequeños que se esfuman demasiado rápido: la alegría por una materia bien rendida, el regalo de un amigo, algún dinero extra que se recibe, un logro personal, un partido ganado, el ascenso deseado. Todo esto motiva la alegría, pero solo por un rato, y... ¿después? Después todo vuelve a la normalidad, a ese estado de insatisfacción.

Nunca olvidaré el día siguiente al que rendí mi última materia en la universidad. Ser abogado (escribe José Luis) había sido el sueño de toda mi vida. Sin embargo, experimenté una sensación extraña. Tristeza y desazón; alegría y nostalgia. Una profunda melancolía llenó mi corazón. No podía comprender cómo una alegría tan intensa, por la que había esperado siete años, se me estaba escurriendo como el agua entre las manos.

Demasiado pronto aprendí que la felicidad no depende de las circunstancias externas.

Si estás detrás del contentamiento permanente, te tenemos buenas noticias. El libro de toda sabiduría, la Biblia, proporciona un consejo práctico: “*Gran ganancia es la piedad acompañada de contentamiento*”, 1ª Timoteo 6:6.

El contentamiento no es fruto de las circunstancias favorables. El sentido de realización y la satisfacción interior son independientes de lo que nos toque vivir.

Es verdad que lidiamos con la rutina diaria y muchas veces nos sentimos presionados por las responsabilidades cotidianas. Nos encontramos empujando demasiados proyectos, yendo demasiado rápido, tratando de hacer mucho. Nos sobran razones para estar disconformes. Tormentas de malos entendidos que se llevan mar adentro nuestra alegría. Vientos huracanados que arrancan de raíz nuestra esperanza. Rumores de inflación. Achique de personal. Recortes de salarios. Todos reportes negativos que atentan contra nuestra fe. Aun así, debemos aprender que el sentimiento de satisfacción permanente no es fruto de tiempos de bonanza, sino que es un estado que debemos preferir y elegir, sea éste un momento bueno o malo. Jesús nos recuerda que, en medio de la angustia, su gracia nos basta. Sería muy bueno si pudiéramos comprender que detrás de cada dolor, de cada lágrima y de cada sufrimiento, está Dios susurrándonos: “*Bástate mi gracia porque mi poder se perfecciona en la debilidad*”, 2ª Corintios 12:9.

Cuando confiamos en nuestras propias fuerzas y apelamos a nuestros propios recursos, el descontento es el resultado inevitable. La tensión, la angustia, el miedo y el desánimo son las consecuencias de no incluir a Dios en nuestros asuntos. Mirar a Dios y confiar en él es la decisión más acertada que podemos tomar. Él es fuente de toda provisión y la Biblia nos lo presenta como nuestro más seguro socorro. **Por ser Dios lo único necesario, ninguna otra cosa es suficiente; por ser Dios lo único suficiente, ninguna otra cosa es necesaria.**

Disfruta la vida

Ésta es la historia de mi abuelo (escribe Silvia).

Mi bisabuela materna fue una jovencita alemana que huyó de la primera guerra mundial y terminó trabajando como cocinera de una estancia, en la provincia de Santa Fe.

Se enamoró del dueño.

Luego de un romance furtivo, quedó embarazada. Nueve meses después nació un gringuito de ojos claros; mi abuelo.

Su padre nunca lo reconoció.

Vivió una infancia en la que lo discriminaron por ser hijo natural. Aunque su madre le dio cariño y apoyo, a mi abuelo no le alcanzó. Ya en la adolescencia, fue peón en la estancia de su propio padre.

Nunca perdonó. A medida que los años trascurrieron, el odio lo fue endureciendo. Se hizo más y más mezquino. Deseaba tener dinero, al que contaba una y otra vez. Cuanto más crecía su capital, mayor era la desconfianza hacia los que le rodeaban, junto a un temor creciente de perder lo que había logrado.

A los 50 años de edad, decidió vender los campos que había adquirido con mucho esfuerzo; depositó el dinero en el banco y, como si fuera un chiste del destino, éste quebró y pasó, en un solo día, de ser el más rico del pueblo a no tener absolutamente nada.

Este hecho, en lugar de hacerlo reflexionar acerca del valor efímero de las riquezas, lo hizo más avaro y rencoroso. Con razón el sabio Salomón nos aconseja: *“No te afanes por hacerte rico; sé prudente, y desiste. ¿Has de poner tus ojos en las riquezas, siendo ningunas? Porque se harán alas como alas de águila, y volarán al cielo”*, Proverbios 23:4.

El malhumor de mi abuelo no se puede olvidar fácilmente. Envejeció, pero con las canas no vino la paz, sino la furia. Roncaba de noche y gruñía de día.

Nunca cambió.

Un día, que aparentaba ser igual a cualquier otro, ocurrió algo extraño.

Su padre biológico estaba muriendo. Lo mandaba a llamar porque, arrepentido de haberle negado el apellido, ahora, antes de morir, quería reconocerlo como hijo, como su único hijo.

Mi abuelo no se presentó. Llegó un segundo pedido. Tampoco fue.

Su padre murió, ajeno a la realidad de nuestra familia porque así lo decidió mi abuelo.

Pasaron algunos meses y recibió una carta del apoderado legal para que se presentara a recibir la fortuna que su padre le había dejado en el testamento.

Jamás lo hizo.

Con uno y mil ruegos mi abuela, mi madre y mi tío le pedían que aceptara la herencia. Aunque su amor al dinero era grande, su rencor era mayor.

Tan amarga fue su amargura que impregnó la vida de los que estaban cerca.

Mi abuelo murió una tibia mañana de septiembre, pocos años después que su padre. Casi nadie lo lloró.

Si había algo que lamentar, era la triste manera en que eligió vivir.

Toda su vida la gastó en odiar y acaparar, y terminó odiado y desposeído. **Es que la avaricia y el odio tienen el poder de despojarnos en vida.**

Sus años llegaron a 76, pero su vida fue tan pequeña que cabe en estas pocas líneas.

Que no nos acontezca igual.

En la vida de cada persona existen experiencias agradables y situaciones difíciles. Jesús mismo afirmó: *“En el mundo tendréis aflicción...”*, Juan 16:33, dando por sentado que los problemas serían una parte de nuestra vida cotidiana.

Los años me enseñaron una preciosa lección: **las circunstancias adversas no se pueden evitar, pero los momentos agradables se pueden elegir.**

Un día, mientras caminaba, descubrí lo que estoy diciendo. Muchas personas permanecen demasiado tiempo rumiando lo malo, se aferran al dolor y a las experiencias negativas, y con esa actitud, sus vidas se van opacando. Eso lo puedes ver en las salas de espera de cualquier hospital o consultorio médico. Si prestas atención, mucha gente hace una competencia con los otros pacientes para cotejar quién sufrió más, a quién lo operaron más veces, etc. Historias truculentas que intentan despertar lástima. Los que optan por enfocarse en el lado negativo de la vida, se tornan huraños e intratables. Con el tiempo es más fácil que exploten de ira o de tristeza, que de alegría. ¿Conoces a alguien así? Tú puedes invertir esa manera casi natural de reaccionar. Elije cultivar la alegría y prefiere revivir las experiencias que te proporcionen felicidad.

¿Por qué no darnos permiso para disfrutar?

Podemos ser generosos, reír con ganas, pensar lo bueno, darnos un gusto, hacer feliz a alguien más. Podemos decir “te amo” a quienes tenemos cerca. Perdonar. Amar. Abrazar. Hoy es un día hermoso. Atrévete a vivirlo. Disfrútalo y compártelo, ya que **la vida es demasiado breve para ser pequeña.**

El contenido de la presente lectura corresponde al capítulo 6 del libro Supérate