

“El pueblo que caminaba en tinieblas vio una luz grande; habitaban tierras de sombras, y una luz les brilló”. (Is 9, 2)

Este versículo del profeta Isaías anuncia desde nuestra perspectiva cristiana la llegada de Jesús el Mesías, el Hijo de Dios, que viene a establecer el reino de Dios: un reino de justicia de paz y de amor.

Requiere de nosotros la conversión que poco tiene que ver con la predicación de Juan el Bautista. No es una conversión de renuncia, de hacer sacrificios, sino un cambio profundo que se da por supuesto en el interior del corazón pero sobre todo se enraíza en la conciencia madura y adulta de cada persona.

Mientras entendamos la fe como algo que está “enfrente” de nosotras y no nos posea de pies a cabeza, no habremos captado la profundidad del mensaje de Jesús que nada tiene que ver con crear adeptas, sino con la salvación de la persona en todas sus dimensiones.

A veces, se “apodera” de nosotras una intuición que sabemos que no debemos soltar porque explica experiencias pasadas con una claridad tan fuerte que no es como para despreciar, primero porque explican muchas cosas personales, y también por lo que pueden llegar a ayudar a otros y a otras en su caminar.

Hace unos días, en el momento menos idóneo para hacer una reflexión profunda, se agolparon en mi mente una serie de pensamientos y sensaciones que me gustaría poner en orden para mí y para quien le pueda servir.

Dándole vueltas a mi experiencia de depresión, agotamiento mental, de hace ya más de 12 años he hurgado en las posibles causas y aunque todo me parecía motivo suficiente como para derrumbarme por dentro, nunca me he quedado totalmente satisfecha intentando encontrar un por qué.

Antes de aquella experiencia, fruto de mi intento de oración diaria sentía interiormente que mi visión de Dios, de mí misma y del mundo era demasiado individual. Es difícil de creer eso de una persona que dedica su vida a Dios y a los demás como misionera, pero no eran mis acciones sino toda mi concepción de la realidad la que se iba poniendo en crisis.

Me resultaba imposible creer en un Dios que me había creado para que yo llegara a la máxima perfección en la relación con Él y en la relación con los demás: que esa sería mi realización máxima.

Empecé a intuir sobre todo a través de la oración, que yo era parte de un universo y aunque por supuesto mi individualidad era importante, mi vida solo tenía sentido entendida como un todo: formando parte de Dios y del universo entero.

Todavía había mucho de dualidad en esta concepción pero iba dando pasos en lo que yo sentía que era una buena dirección.

A través de la meditación, de la oración de centramiento, del trabajo personal y comunitario, de las relaciones humanas, fui descubriendo mi verdadero yo, no creo haberlo descubierto plenamente todavía. Y fue esto lo que desencadenó la crisis...

Muchos autores hablan de la crisis de la edad madura, la de los cuarenta, que se complica con hormonas, con cambios fisiológicos y psicológicos, y que no se “cura” con ansiolíticos y antidepresivos.

Es una etapa dura de luz y de dolor. A mí me invadió el sentimiento de pensar que había desaprovechado la vida...”una parte ha pasado y esa ya no volverá”, me lamentaba. Todo se vuelve negro, oscuro y hasta Dios parece un absurdo y con ello toda opción tomada desde esa perspectiva.

Mi crisis tenía mucho que ver con mi idea de Dios y la de mí misma. Me resulta imposible describir la ansiedad que eso me producía y me encontraba “encarcelada” en una maraña de pensamientos que se repetían constantemente como una obsesión anulando toda la capacidad de sentir.

Sólo quería que pasase el tiempo por ver si el día siguiente me traería un poco de luz y esperanza.

Muchos días tristes, pensando que nunca volverá la alegría y las ganas de vivir; tiempo de fiarse de quienes te quieren bien y te aseguran que saldrás de ese agujero negro, renovada, ilusionada, transformada de verdad.

¡Qué razón tenían! ¡Así fue!...Después de limpiar mucha basura acumulada del pasado, a base de lágrimas, sinceridad y humildad, un día sin saber ni cómo ni por qué amaneció un sol radiante y con él una paz y una serenidad indescriptibles. Empecé a saborear cada minuto, a gustar la falta de tristeza y ansiedad segundo a segundo, intentando aprovechar todo el tiempo vivido en la penumbra y en sombra de muerte.

¡Qué razón tienen los que afirman que la segunda mitad de la vida es para vivirla desde la dimensión del “yo verdadero”!

Hay quien lo entiende como volver a la adolescencia y vivir aquello que no se pudo por educación o por represión. Esos sí que no han entendido nada.

Para encontrar el “yo verdadero” hay que hacer mucho silencio porque el yo superficial grita y patalea si no le damos lo que le hemos dado siempre.

Encontrarme con mi yo de verdad, es saberme y sentirme parte de un universo creado por amor y que subsiste solo en la medida que yo contribuyo a que crezca en esta dimensión.

Mi realización personal no está tanto en mis logros profesionales o personales, sino en mi contribución a que este universo nuestro sea más justo, más pacífico, lleno de vida y amor.

Yo soy parte integrante de este universo y me siento profundamente ligada a todos y a todo de una manera diferente a cómo lo sentía antes. No es una idea bonita y romántica es una realidad y quiero vivir consecuentemente con ella.

Por eso aprendemos mucho de la oscuridad porque nos hace apreciar la luz de otra manera. Cada vez que salimos de una crisis salimos transformadas y transformamos el mundo que nos rodea.

Nuestra vida es un continuo profundizar en lo que somos, aquello de lo que formamos parte, y en lo que estamos llamadas a ser.

Esa luz que le brilló al pueblo de Israel y a los contemporáneos de Jesús, y a los que nos queramos dejar tocar hoy, es ese Dios que no vive en las alturas en un cielo alejado de nosotros; de hecho “en Dios nos movemos, existimos y somos”, dice San Pablo en los Hechos de los Apóstoles. Somos Dios en participación y por eso la luz viene desde dentro cuando la dejamos brillar, nos llena de vida y de amor como lo hizo con Jesús y nos capacita para construir ese reino de Dios no desde fuera sino desde nuestra conciencia.

A partir de ahí nuestras acciones tienen garantía de no estar buscándonos a nosotras mismas, engordando nuestro ego. Cuando todo nuestro ser está unificado y nos sentimos parte de Dios, hemos dado con nuestra identidad más profunda. Nuestros esfuerzos irán encaminados a repartir liberación, como lo hizo Jesús.

Carmen Notario