

“RESISTIR” EN LA DIFICULTAD, FORTALEZA

I

(Lectura meditada)

Oracion

Señor, te pido tu luz,

Nos prometiste que “tu Espíritu nos llevará a la verdad completa”.

Te pido luz para conocer mis dificultades, dificultades en mi vida contigo y con los otros, dificultades conmigo mismo.

Y también te pido fortaleza (resistencia) ante esas dificultades.

Si no conozco mis dificultades me puede parecer normal la vida “tibia”, sin fuerza espiritual, sin hermosos ideales... me puedo quedar en la tibia permanente y piense que eso es lo normal.

Muchas veces, Señor, nuestra fe tiene ese aspecto de “vida tibia”...

Señor, sin tu Espíritu, que es fuerza de vida nueva, pierdo la vida cristiana que ansía los cielos nuevos y la tierra nueva...

En las dificultades

¿Cuál es la actitud básica y primera ante las diversas y diferentes dificultades con que nos encontramos?

“Resistir”, nos dice S. Ignacio de Loyola en sus Ejercicios Espirituales [EE 13].

¿Qué contenido le podemos dar a esa expresión, a esa actitud?

Lo que no será “resistir”

Hay algunas formas de situarse ante la dificultad que se alejan de la vida cristiana.

1.- El **victimismo** como modo de no afrontar la dificultad, o, quizá más exactamente, de justificar nuestra resignación, nuestra pasividad o nuestra falta de recursos ante la dificultad.

Victimismo que adopta cantidad de variantes: desde el adolescente «todos están contra mí» o «nadie me entiende», pasando por aquello de las conspiraciones, las confabulaciones, la culpa siempre es de los de- más..., o por la variante política de la «herencia recibida».

2.- El **miedo**, que es una pésima manera de afrontar la dificultad. De entrada, porque el miedo agiganta la dificultad o la sensación de dificultad

y añade a la misma componentes que no están en la realidad, sino sólo en la mente o en el espíritu del temeroso; y también porque el miedo inmoviliza, paraliza y bloquea los recursos que la persona tiene para afrontar su dificultades. El

miedo nos va reduciendo a la impotencia ante las dificultades, minimizando o ignorando las posibilidades de la persona o de la instituciones.

3.- La **ensoñación**, la **“falsa ilusión”** de que se puede vivir sin dificultades, o la de que porque somos buenos o a cambio de serlo el Señor nos libará de las dificultades. Una ensoñación muy presente en la vida humana (así el “Libro de Job) Ensoñación que, quizá de formas menos dramáticas que el Libro de Job compartimos en el fondo muchos de nosotros.

Pues no; habrá dificultades. Y lo importante es situarse en ellas de modo adecuado. Y el modo adecuado, en primer lugar, es ese «resistir» en la dificultad.

¿Cuáles son sus componentes de este “resistir”? ¿A qué somos invitados por ese «resistir» ante las dificultades?

Estoy teniendo algunas de esta actitudes
cuando me llegan las dificultades:
victivismo,
miedo,
“falsa ilusión”?

Hoy vamos a meditar ante el Señor en dos actitudes básicas para enfrentarnos a nuestras dificultades.

Atender el cuidado de nuestra interioridad

Somos invitados a poner más atención en el cuidado de nuestra interioridad, para poner en juego, de verdad, todas las posibilidades interiores de nuestra persona, especialmente aquellas que están ocultas, aquellas que parece que no están, pero que, muchas veces de modo sorprendente, afloran en los momentos difíciles. Unas fuerzas de reserva que tantas veces desconocemos o minusvaloramos.

Pero, evidentemente, no se trata de estar atentos a la interioridad sólo en el

momento puntual de la dificultad, sino que hay una llamada al cultivo constante de nuestra experiencia interior, cultivo que la fortalece y que posibilita que de dicha experiencia obtengamos la fortaleza necesaria en el momento de la dificultad.

El impacto de una misma dificultad sobre la persona es muy diverso según lo fuerte que esté interiormente esa persona: si la dificultad nos viene cuando estamos débiles, su impacto será mucho mayor que si nos acaece cuando estamos más fuertes. La dificultad, cuando estamos fuertes, produce arañazos, pero cuando nos encuentra débiles puede dejar heridas profundas, y no es lo mismo una herida profunda que un arañazo.

La capacidad de pronta respuesta a la dificultad es importante. Es decisivo no dejarla crecer, el afrontarla antes de que tome demasiado cuerpo o fuerza. Y en esa agilidad de respuesta ante la dificultad, importante para que ella no gane demasiado terreno en poco tiempo, tendrá mucho que ver lo despiertos y activos interiormente que nos encontremos. Si no lo estamos, cuando nos demos cuenta, puede ser ya demasiado tarde.

Todo lo dicho sobre nuestra interioridad nos hace preguntarnos por nuestra “vida interior”

¿Hago meditación?

¿pienso mi vida ante el Señor?

¿Me dejo llevar solo por mis impulsos?

¿Sé tomar decisiones “contracorriente”?

¿Vivo solo de lo que dicen y hacen otros?

¿abandono mi responsabilidad?

Revisar nuestros modos de estar y situarnos en la vida

Con ocasión de la dificultad somos invitados también a revisar y preguntarnos lo adecuados o inadecuados que son nuestros modos de estar y situarnos en la vida, nuestras dinámicas de vida. Porque hay dificultades que tienen que ver con ello: con los modos y las dinámicas con las que vivimos y con las actitudes con las que afrontamos la vida

Dos ejemplos concretos:

1°.- Hay dificultades que tienen mucho que ver en origen o son potenciadas por un ritmo de vida inadecuado y desequilibrado, que es aquel que sobredimensiona unas dimensiones de la vida en perjuicio de otras que

también necesitan cuidado y atención. El desequilibrio en el ritmo de vida suele repercutir en forma de cansancios, desánimos, conflictos con las personas que me rodean, pérdida de ilusión y de calidad en aquello que se hace.

2º.- Hay dificultades que tienen que ver con las actitudes con las que nos situamos en la vida. Actitudes como el autocentramiento, la dependencia de la propia imagen o de la opinión ajena, la desmesura de las expectativas, la desproporción de los fines, la falta de serenidad en la vivencia del éxito y/o del fracaso... nos suelen abocar a decepciones, negatividades y agresividades.

Son sólo ejemplos. La llamada de fondo es ésta: el momento de la dificultad es también momento del autoexamen, porque entre las dificultades de la vida hay muchas que nos provocamos nosotros mismos o que, viniendo de fuera, nuestro ritmo de vida inadecuado o nuestras actitudes incorrectas potencian. Las más de las veces las dificultades externas son minimizadas o maximizadas según las actitudes con las que vivimos y con las que las afrontamos. Aquella misma dificultad que cuando estoy bien me parece abordable o asumible, cuando estoy mal me parece un obstáculo insalvable.

Llevo un ritmo de vida
(trabajo, relaciones familiares, responsabilidades, descanso...)
por el que olvido aspectos importantes de mi fe?

¿Estoy sólo pendiente de mi y así “agrandando”
o “me invento” mis dificultades?

Termino la oración

Le doy gracias al Señor por las “luces”, la verdad que he recibido en esta meditación...