

# Reflexiones, pensamientos e historias

## 5 de enero

*El Dios de toda gracia, el que os ha llamado a su eterna gloria en Cristo, después de breves sufrimientos, os restablecerá, afianzará, robustecerá y os consolidará.*

1 P 5,10

**I**ncrementar la resistencia al dolor ha sido objeto de incesantes búsquedas. Ya sea para escapar de él o para soportar sus embates sin doblegarse. Están por ejemplo los budistas, que pretenden alejarse tanto de lo placentero, como de lo doloroso, porque reconocen que aquello, tarde o temprano, conduce a esto. Otro ejemplo es la escuela de los estoicos, que propugna la resistencia ante los vicios y las pasiones, “fuerte, ecuánime ante la desgracia”. Un representante de esta escuela fue Séneca, quien al menos en sus obras se proyectó de acuerdo a esta doctrina, cuyos principios estriban en: *1. Conocimiento práctico, para saber cómo funciona el mundo; 2. Templanza, para restringir y moderar el carácter; 3. Justicia, para dar a cada quien lo suyo y reconocerlo en todo momento. 4. Coraje, para soportar la vida.* Principios que permiten al hombre y a la mujer dar cuenta de la realidad y distinguir.

¿Cuántos de nosotros llevamos a costas una pena que nos causa dolor y sufrimiento, y seguimos sometidos a ello porque no tenemos la valentía de superarlo? Aunque podemos identificar qué y quién nos causa ese dolor y sufrimiento nos sentimos atados, pareciera que nuestras vidas ya no tienen salida, que solo esperamos a que llegue el final de nuestra existencia.

¿Por qué no emergemos con fuerza de voluntad y disciplina y nos sacudimos de eso que nos afecta, para conducir nuestras vidas a otro nivel, sin ataduras, sin dolor, sin sufrimiento? El sufrimiento adquiere cotidianidad, a grado tal, que nos acostumbramos y aprendemos a vivir con él. Incluso, podría decirse que normalizamos una vida de sufrimiento apoyada en esta cultura occidental-cristiana que nos lo propuso como merito para alcanzar el cielo.

Y es que en ocasiones sabemos que lo que hacemos está mal y que nos hará sufrir, sin embargo, lo seguimos haciendo, tal vez porque tenemos apego a la fuente de sufrimiento y no sabemos vivir sin ella. Tal vez porque no hemos aprendido a tomar distancia, a relacionarnos de modo adecuado con aquello que genera dolor y sufrimiento o; porque en esta cultura nuestra hemos comprendido mal el lugar del dolor en la vida humana, llegando a considerarlo merito necesario para alcanzar el cielo.

Hemos llegado a afirmar que nuestro sufrimiento es merecido por haber causado el dolor y sufrimiento del hijo de Dios. Como si a Dios le gustara que suframos y hallara regocijo en nuestro dolor. Nada más alejado de la idea de un Dios BUENO y AMOROSO. ¿Por qué impedimos que Dios nos ayude en tan difícil empresa? ¿Por qué no abrir nuestro corazón y dejar que el creador guíe nuestros pasos, nos proporcione la suficiente fuerza para ser disciplinados y la voluntad necesaria para dejar de sufrir; para apartarnos o relacionarnos mejor con aquello que nos lleva a dolernos de modo innecesario?

Podemos hacer tantas cosas diferentes y nuevas, intentémoslo, cada día nos colma con su luz intensa, colores y aromas maravillosos, nuevas oportunidades... y si logramos cambiar, fortalecernos, reconstruir nuestro espíritu abatido, el transcurso del tiempo nos favorecerá y ya no recordaremos aquello que nos hacía sufrir, seremos personas nuevas, con deseos de ser felices y vivir en paz.

*El sufrimiento se abate con disciplina y voluntad.*

