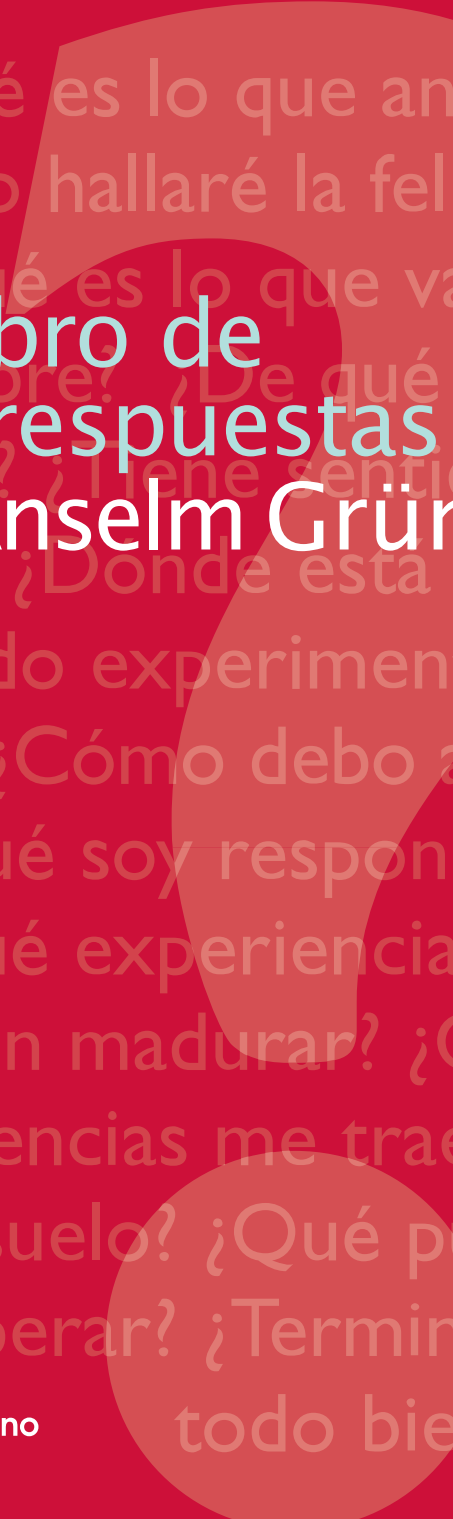




El libro de las respuestas de Anselm Grün

verbo divino

todo bien?

El libro de las respuestas de Anselm Grün

Anselm Grün

El libro de las respuestas de Anselm Grün

Edición preparada por
Anton Lichtenauer

evd

Editorial Verbo Divino
Avenida de Pamplona, 41
31200 Estella (Navarra), España
Tfno: 948 55 65 11
Fax: 948 55 45 06
www.verbodivino.es
evd@verbodivino.es

Título original: *Anselm Grüns Buch der Antworten*
Traducción: *Roberto H. Bernet*
Diseño de cubierta: Francesc Sala

© Anselm Grün, Anselm Grüns Buch der Antworten.
Antworten auf die Königsfragen des Lebens edited by
Anton Lichtenauer.

© Herder, Freiburg im Breisgau, 2007

© Editorial Verbo Divino, 2008

© De la presente edición: Verbo Divino, 2013

ISBN pdf: 978-84-9945-871-7

ISBN (versión impresa): 978-84-8169-806-0

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).

“Quiénes éramos y en qué nos hemos convertido,
dónde estábamos y a dónde hemos sido arrojados,
hacia dónde vamos presurosos, de qué somos redimidos,
qué es el nacimiento y qué el renacimiento”
(Clemente de Alejandría, *Excerpta ex Theodoto*)

“¿Quiénes somos? ¿De dónde venimos?
¿A dónde vamos? ¿Qué esperamos? ¿Qué nos espera?
Muchos se sienten confusos, tan sólo.
El suelo vacila, y no saben por qué ni de qué.
Esta situación suya es angustia,
y si se hace más determinada, miedo”
(Ernst Bloch, *El principio esperanza*)

Contenido

Prólogo	11
¿Qué es lo que anhelo?	
¿Cómo hallaré la felicidad?	15
¿Qué es lo que valgo?	
¿Soy libre?	73
¿De qué puedo fiarme?	
¿Tiene sentido creer?	121
¿Dónde está Dios?	
¿Puedo experimentar a Dios?	145
¿Cómo debo actuar?	
¿De qué soy responsable?	201
¿Qué experiencias me hacen madurar	
¿Qué vivencias me traen consuelo?	245
¿Qué puedo esperar?	
¿Terminará todo bien?	275
Índice analítico	325

Prólogo

No sólo a los teólogos se les reprocha que den respuestas sin saber cuáles son los problemas reales de los hombres. Sin embargo, frente a ellos tiene especial dureza la sospecha de que están dando respuestas a asuntos que ya no interesan a los hombres. Lo mismo expresa la reacción que suele suscitarse ante el eslogan de los grupos evangelistas de que Jesús es la respuesta a todas las preguntas: “Sí, Jesús es la respuesta, pero ¿cuál era la pregunta?”.

Quien recibe respuestas a preguntas que no ha planteado no tardará en cerrar los oídos. Y sólo quien plantea las preguntas apropiadas podrá encontrar respuestas que le resulten de ayuda. Una y otra vez lo vemos en las discusiones: el que plantea las mejores preguntas no sólo hace prosperar el diálogo, sino que contribuye también en mayor medida a resolver el problema.

La respuesta dependerá siempre de la pregunta, y en el inicio del pensamiento se encuentra la voluntad de saber, la curiosidad: las preguntas. Los filósofos ven en ello la “mayéutica”, el arte de ayudar a que el hombre “dé a luz”, descubra la verdad. Por ejemplo, Sócrates practica su filosofía planteando reiteradas preguntas acerca de lo que sus interlocutores realmente quieren y piensan y acerca de cómo entienden su vida. Y, en nuestro tiempo, Martin Heidegger llegó incluso a definir la existencia humana en su conjunto a partir de ese mismo impulso: la existencia humana puede preguntar —y tiene que hacerlo—.

Para la filosofía, es central la pregunta por el sentido del ser, sin más. El hombre tiene que plantearse esa pregunta por el sentido del ser. Sólo entonces podrá preguntar por el sentido de las diferentes cosas, por el sentido del ente, como la formula Heidegger. El teólogo Karl Rahner hizo suya la perspectiva de Heidegger, su maestro de filosofía. Rahner lo formula de la siguiente manera: “El hombre pregunta necesariamente”. Por eso la antropología filosófica ve la posición singular y propia del ser humano en el hecho de que es un ser que pregunta, un ser a quien todo lo que sale a su encuentro se le presenta en primer lugar como objeto de interrogación.

Pero no han sido sólo los grandes pensadores de la historia desde la Antigüedad hasta nuestro tiempo los que se han preguntado por el sentido de todas las cosas. Todo ser humano con una actitud reflexiva se pregunta siempre hasta el día de hoy: ¿Quiénes somos? ¿De dónde venimos? ¿A dónde vamos? ¿Qué esperamos? ¿Qué nos espera? Y todas estas preguntas nos colocan en relación: en relación con nosotros mismos, con otros seres humanos, con Dios. Sólo si buscamos una respuesta a estas preguntas se nos abrirán una y otra vez esas mismas relaciones y tendremos acceso al sentido que en esas relaciones puede revelárenos.

Las que encaro en este libro no son preguntas ficticias. Cuando pronuncio una conferencia doy siempre la posibilidad de que se establezca un diálogo. Unas veces se plantean pocas preguntas; otras veces se plantean muchas y de importancia central. En esas circunstancias puedo captar qué es lo que mueve interiormente a los hombres. Hay determinadas preguntas que vuelven a plantearse una y otra vez. A menudo son planteadas de

forma directa; otras veces, se hacen de forma velada, ocultas tras problemas aparentemente muy distintos. Son preguntas de personas normales, pero, aun así, son las “preguntas capitales”, las que tocan todos los grandes temas de la vida. Son preguntas para las que ni siquiera la ciencia más especializada tiene una respuesta técnicamente segura. Pero esas preguntas siguen moviéndonos, no nos dejan en paz. Las plantean personas jóvenes, personas en las más diversas situaciones de vida. Espero, pues, que, con las respuestas que doy en este libro pueda acertar también en lo posible con las preguntas de muchos lectores.

Como no se trata de preguntas relativas al conocimiento ni tampoco de respuestas objetivamente contrastables, mis respuestas son siempre subjetivas, parte de mi propia observación de la vida. Y, por supuesto, las doy sobre el trasfondo de la teología tal como yo mismo la he estudiado. No obstante, procuro siempre dar una respuesta que resulte satisfactoria también para mí mismo, por la que pueda responder ante mi razón y mi fe.

Las preguntas con las que se me confronta me impulsan a mí mismo a pensar. No sé de antemano la respuesta. Pero intentar buscarles una respuesta supone un reto a mi propia reflexión. A veces esto me permite poder experimentar con alegría y gratitud que se suscitan en mí respuestas que antes no había encontrado, es decir, respuestas motivadas por quienes me plantearon sus preguntas.

Querida lectora, querido lector, quiera Dios que las respuestas que doy en este libro les impulsen a reflexionar por su propia cuenta y a buscar por sí mismos las res-

puestas que ustedes se darían a sus preguntas más profundas. Tal vez, las preguntas o las respuestas de este libro susciten también en ustedes nuevas preguntas. Y quizá justamente esas preguntas revistan una importancia central, y de su respuesta dependa que su vida resulte un logro. Ábranse a las preguntas que se susciten en su interior. Sobre el trasfondo de las preguntas planteadas en este libro, procuren darse respuestas confiando en que el Espíritu Santo actúa en ustedes y en que les inspirará las respuestas que pueden aquietar sus propias preguntas y dudas.

¿Qué es lo que anhelo?
¿Cómo encontraré la felicidad?

¿La felicidad es siempre y sólo una instantánea en la vida?

Felicidad significa una vida lograda. Es más fácil ponerse de acuerdo en ese punto que sobre la pregunta de si es posible una felicidad duradera. ¿Es todo una mera cuestión de estilo de vida? ¿O de actitud? ¿O de las circunstancias, como piensan algunos? “La intención de que el hombre sea feliz no está contenida en el plan de la creación”, dijo Sigmund Freud, fundador del psicoanálisis. Sin embargo, realmente existe la vida lograda. Ésa es mi experiencia. Y no sólo la mía, sino la de muchos seres humanos.

Felicidad significa también no estar en conflicto con uno mismo, estar de acuerdo y conforme consigo y con la propia vida. Esa experiencia también existe. No obstante, es cierto que los seres humanos no tenemos acceso a la felicidad absoluta. Lo que experimentamos es siempre una felicidad relativa. Como dicen los teólogos en su propio lenguaje, la felicidad absoluta sólo nos espera después de la muerte, en el cielo.

En nuestra vida cotidiana, la felicidad se ve siempre atacada y amenazada. Y, sobre todo, nunca podemos poseerla en el sentido de “retenerla”. Sólo algunas veces podemos tener la vivencia de un estado de felicidad absoluta. En esos momentos estamos en plena unidad con nosotros mismos y con todas las personas, con el mundo y con el fundamento último de toda la realidad.

En el momento en que tenemos experiencia no nos falta nada. Pero, un instante después, es posible que nos sintamos nuevamente desgarrados. Algo va mal en nuestra vida, y dejamos de sentirnos tan felices. No obstante, quien ha experimentado alguna vez la felicidad se ve fortalecido por esa experiencia. Y quien normalmente está de acuerdo y conforme consigo mismo, podrá afrontar y superar las críticas, las contrariedades o los golpes del destino de una manera diferente que quien está siempre descontento. Pero tampoco él vivirá en un estado de beatífica armonía cuando, por ejemplo, la muerte le arrebatase a un ser querido. También él se sentirá al comienzo interiormente estremecido por esa experiencia. Sentirá una desdicha de muerte. No obstante, si no se bloquea ante esos sentimientos y se expone al dolor, sentirá resonar en su interior, a pesar de las oscilaciones de la existencia, una melodía fundamental de felicidad. A veces, esa melodía se verá cubierta por otras: se producirán disonancias que trastocan las armonías. Pero en el silencio podemos volver a tomar contacto con esa melodía fundamental de felicidad que resuena en nuestro corazón. Y podemos vivir con la esperanza de que esa melodía fundamental penetrará cada vez más todos los ámbitos de nuestro cuerpo y de nuestra alma.

Aunque existe una comprensión intuitiva de la felicidad, de lo que la felicidad es en realidad y en sentido profundo, la pregunta por la felicidad ha movilizado a los pensadores de todos los tiempos. El asunto ha llevado a distinguir entre una comprensión de la felicidad como casualidad impredecible y de la felicidad como algo que corresponde a la determinación más profunda de la condición humana. También distinguimos entre una felici-

dad del “bienestar”, que se siente cuando en lo exterior todo marcha bien, cuando se es reconocido y se tiene éxito, y una felicidad que viene de dentro, cuando el hombre está en armonía consigo mismo. Esa felicidad no es algo que se dé sin más, sino que depende de que yo trabaje conmigo mismo, de que me decida a asumirme incondicionalmente y a desprenderme de ciertas ilusiones tras las que hasta ahora he corrido. Esta segunda felicidad es expresión de una actitud ante la vida por la que tengo que decidirme, y no siempre me resultará fácil.

La filosofía estoica ve la felicidad perfecta de las personas en el sometimiento total a la voluntad de Dios. Según Epicteto, un destacado representante de la filosofía estoica que ha influido también en muchos pensadores posteriores, el hombre tiene que aprender a querer cada una de las cosas que acontecen. Escribe Epicteto: “No procures que los acontecimientos se den como tú lo deseas, sino desea los acontecimientos tal como ellos suceden: así tendrás una vida feliz”. En otro pasaje dice el mismo autor: “Levanta por fin la cabeza como un hombre liberado de la esclavitud; arriégate a elevar tu mirada hacia Dios y a decirle: ‘A partir de ahora, haz conmigo lo que tú quieras; mis pensamientos te pertenecen. No rechazo nada de lo que te parezca bien; condúceme a donde quieras y vísteme con el atuendo que te plazca’”.

Suena muy hermoso, pero pocas personas serán inmediatamente capaces de una actitud semejante. Los autores cristianos que siguen a Epicteto afirman que sólo llega a ser feliz quien se entrega totalmente a Dios, quien se hace uno con su voluntad y quien en todo lo que le sucede reconoce el amor de Dios. Pero tampoco esta

¿Qué es lo que anhelo? ¿Cómo encontraré la felicidad?

actitud es fácil de alcanzar. Es la meta del camino espiritual. Y un camino tiene siempre algo de proceso. Además, un camino no se define siempre y sólo por su tramo más fácil y rápido de recorrer. Bien puede ser que haya elementos activos de esfuerzo y de ejercicio asociados a ese otro elemento de entrega y abandono. Y sólo pocas personas podrán afirmar de sí mismas que han alcanzado ya la plena e indefectible conformidad con lo que Dios les envía y que, por tanto, son felices independientemente de lo que les suceda en lo exterior.

¿He de buscar mi felicidad o me saldrá ella al encuentro?

Siⁿ duda, somos capaces de trabajar en la consecución de nuestra felicidad. Normalmente, la felicidad no se nos dará sin más, pero, como es natural, también sucede a veces algún acontecimiento feliz que nos llega de forma imprevista. Los griegos lo llaman *eutyche*. Con este término se quiere expresar que, a veces, el destino juega a nuestro favor y, por ejemplo, nos toca la lotería. Pero esta forma de felicidad, o de “suerte”, es la de menor valor para los griegos. La verdadera felicidad es la *eudaimonía*, que consiste en la buena relación con el propio *daimon*, con el acompañante interior del alma, con el núcleo divino que cada uno lleva dentro. Y esta buena relación puede ser objeto de un trabajo. A través de la contemplación se entra en contacto con la propia alma, o sea, con ese plano de la realidad en el que Dios ha dejado su huella en el ser humano.

La felicidad es expresión de una vida plena. Así, trabajar en la propia felicidad significa en primer lugar vivir conscientemente, vivir con todos los sentidos despiertos, emplear la fuerza que hay en mí y entregarme a una tarea o a una persona. Sin embargo, con la felicidad no puede hacerse como si se practicara una suerte de *jogging* para activar la producción de hormonas de la felicidad que susciten emociones positivas en el cerebro. Una felicidad así sólo es un sentimiento momentáneo, incapaz de mantenerse y de sostener a la persona.

No hay métodos rápidos para producir en uno la felicidad. Si ha de ser duradera, la felicidad exige una actitud interior. Erasmo de Rotterdam define el núcleo de la felicidad como “querer ser el que eres”. No es una receta fácil, por cierto: requiere trabajo interior. Es decir: debo desembarazarme de las ilusiones que me he hecho de mí mismo, de la ilusión de ser perfecto, de ser el mejor, el más inteligente, el más exitoso. Esto no significa que deba reconciliarme penosamente con el que en realidad soy; se trata más bien de decirme a mí mismo un “sí” consciente. Quiero ser el que soy. Estoy de acuerdo conmigo y con mi vida. No quisiera ser otra persona. Dejo, por tanto, de compararme con otros y de sentir envidia de quienes tienen más que yo. Soy yo mismo y, con todo el corazón, quiero ser el que soy. Una postura así requiere un cambio de actitud. No consiste en un truco rápido y fácil de hacer. Captar la necesidad de esa actitud interior supone un buen afán, pues ella ofende nuestro sentimiento de grandeza y las ilusiones narcisistas que tenemos de nuestra propia vida.

Hoy en día abundan los consejeros que ofrecen a cambio de buen dinero cursos o acompañamiento personal para hacer más felices a los hombres. El gran interés que despierta ese tipo de ofrecimientos habla de las esperanzas y de la necesidad de ayuda de los seres humanos. Pero ni el mejor acompañante será capaz de darme una receta para el éxito en mi búsqueda de la felicidad. El camino hacia la felicidad está siempre dentro de mí. Y si no estoy dispuesto a desprenderme de ciertas ilusiones —de que mi vida es perfecta, de que soy el mejor y de que todo me resulta bien—, poco podrán ayudarme todos los cursos que prometen la felicidad. El

camino hacia la felicidad está dentro de mí. Sólo un acompañante que me apoye para llegar a estar en consonancia con mi propio ser puede ayudarme a recorrer el camino hacia la meta. Pero tampoco podrá garantizarme la felicidad.

Que yo llegue a ser feliz dependerá siempre de mi decisión. Y para ello hace falta un poco de humildad y la disposición a reconciliarme con mis propios límites. Los grandes discursos acerca de las sensaciones asociadas a la felicidad sólo conducen al desencanto o a una euforia efímera que no tarda en dejar paso a la decepción.

Podemos buscar consciente y activamente la felicidad. Toda filosofía ha sido siempre en última instancia búsqueda de la felicidad. Los filósofos de todos los tiempos han señalado una y otra vez caminos por los cuales podemos encontrar la felicidad. Pero esos caminos constituyen un reto total para las personas. Ambas cosas son necesarias: el esfuerzo de pensar qué es realmente la felicidad, pero también el camino práctico, que pasa siempre por el encuentro con la propia verdad, para poder sentirnos felices (no siempre, por cierto, pero sí con creciente frecuencia).

Hay personas que piensan que no han buscado la felicidad, sino que la felicidad ha venido en busca de ellas. Es perfectamente posible. Pero también esto requiere una determinada actitud interior, una actitud de apertura y de gratitud. Si asumo con gratitud lo que me sale al encuentro desde fuera, la felicidad vendrá a menudo en busca de mí, aunque yo mismo no la haya estado buscando ni haya estado corriendo constante-

¿Qué es lo que anhelo? ¿Cómo encontraré la felicidad?

mente tras ella. Como vivo con una actitud de agradecimiento, adquiero la capacidad de percibir la felicidad que viene en busca de mí, de gozar de ella agradecido y de alcanzar así el sosiego, el contento interior.

¿Es ese sosiego y contento lo más importante?

Utilizamos el concepto de contento de diferentes maneras. Decimos que una persona está contenta cuando está en paz consigo misma, un estado que se asemeja al de la felicidad: estoy de acuerdo conmigo, en paz conmigo y con todo lo contrario que hay en mí. Este tipo de contento tiene íntimamente que ver con la gratitud. Estoy agradecido por lo que tengo y por lo que soy. Estoy en consonancia y armonía con aquel que me ha creado tal como soy. Y le estoy agradecido por lo que me ha dado: por aquello de lo que ha me ha creído capaz y ha querido ponerme como reto en la vida.

Pero el contento puede ser también una actitud en la que me doy demasiado pronto por satisfecho. Es la actitud de quien se regodea en su hartura y de quien está tan satisfecho de sí mismo que ya no deja que nada se acerque a la esfera de su vida. Esta actitud conduce al anquilosamiento del ser humano. Las personas satisfechas de sí mismas se cierran a toda crítica. Tienen la impresión de que lo saben todo mejor. No pueden entusiasmarse por nada ni se dejan cuestionar por nada.

Por último, hay también personas que se dan por satisfechas con lo alcanzado porque no tienen la valentía de seguir adelante y confiar en su propia vocación o en sus propias fuerzas. En este caso, se trataría de resignación, que no nos hace felices, sino que nos arrastra

más bien hacia abajo. Esta actitud podría calificarse con la frase con la que Peter Handke titula una de sus obras: *Wunschloses Unglück*, que podría traducirse como desdicha resignada, desdicha sin más deseos. Handke describe esta actitud en su madre, que se entregó de forma casi fatalista a su propia miseria interior. Las personas que viven en una resignación semejante, sin anhelos y sin el impulso de lograr cambios, se autolimitan a la pequeña realidad que conocen. Han perdido la capacidad de asombro y de esperanza. Y por eso no están abiertas a toda la grandeza de la que Dios considera capaz al ser humano (incluso en momentos que, vistos desde fuera, no parecen épocas “de rosas” o tiempos de luz).

¿Se puede ser feliz también cuando la vida le depara a uno experiencias negativas?

En las ocho bienaventuranzas Jesús nos ha señalado un camino múltiple hacia la verdadera felicidad. Él llama bienaventurados a los que lloran, a los perseguidos, a los pobres, a los que tienen que soportar injusticias. En consecuencia, el camino hacia la verdadera felicidad no elude las experiencias negativas de la vida. Muy al contrario, en el monte de las bienaventuranzas Jesús presenta una visión de conjunto de nuestra vida tal como es y nos señala un camino para llegar a ser felices incluso en la realidad de nuestro mundo, a menudo tan amenazante. Quisiera considerar en especial sólo dos de las bienaventuranzas que ilustran lo que acabo de decir. En la segunda bienaventuranza —que aparece como tercera en algunos códigos y traducciones—, Jesús promete a los afligidos la verdadera felicidad. La vida no es siempre éxito y felicidad exterior: perdemos a seres queridos, se nos escapan algunas oportunidades... Quien no lamenta las experiencias de pérdida de su vida se anquilosa interiormente. Sólo experimenta verdadera alegría el que también permite el sentimiento de tristeza. Quien reprime todos los sentimientos negativos se quedará también sin alegría.

Eso vale igualmente para la relación con nosotros mismos, que es muy importante para nuestro camino hacia la felicidad: aun cuando uno reconozca sus defi-

ciencias y debilidades y sienta aflicción por ellas, experimenta en ello la ayuda de Dios. Él le apoya para que, a través de las deficiencias, tome contacto con su verdadero ser: lo que no puedo vivir será suscitado por el dolor. Me llega de una manera nueva, desde otro ángulo.

Gregorio de Nisa, místico griego del siglo IV, nos ha señalado otro camino. Gregorio interpreta la bienaventuranza de Jesús de quienes son perseguidos a causa de la justicia a partir de la imagen de una competición deportiva. Cuando corro junto con otros deportistas, éstos me persiguen para impulsarme a alcanzar con mayor celeridad la meta. El misterio de la vida estriba para Gregorio en que lo hostil y lo negativo —la enfermedad, las penurias, la muerte, el odio y la enemistad— no puede hacernos daño si lo entendemos a la luz de esta octava bienaventuranza. Una enfermedad puede impulsarnos a correr hacia Dios, nuestra meta verdadera. Tampoco la persecución por hombres malvados puede impedirnos alcanzar la verdadera felicidad que nos espera en la meta de nuestra carrera. Y no se trata de consolarnos con esperanzas vanas para el futuro. Esta bienaventuranza nos muestra un camino para poder encontrar nuestra felicidad aunque nos hallemos en un mundo que nos amenaza y persigue. Así pues, quien habla de felicidad no habla de diversión y entretenimiento superficial. No es una felicidad rápida y barata en la que giramos en torno a nosotros mismos y dejamos de considerar todo lo negativo del mundo, sino una felicidad que es posible en la realidad tal como la encontramos.

¿Por qué la religión prohíbe tantas cosas que son fuente de placer y diversión?

La religión quiere mostrar al ser humano cómo puede ser feliz de forma duradera. Y parte de que el ser humano sólo llegará a ser feliz si vive de forma acorde con su ser y en consonancia con Dios. Hay quienes tienden al placer inmediato. Pero mucho de lo que resulta placentero a corto plazo puede arruinar con el tiempo la alegría y el goce. Uno puede exponerse también a la presión de gozar y divertirse constantemente.

El goce y la diversión son algo diferente de la alegría. La alegría ensancha el corazón del hombre y le resulta benéfica. La diversión distrae y, por eso, no tiene a la larga una función terapéutica. La cuestión es cómo puede encontrar el hombre el camino hacia la verdadera alegría. Justamente, éste es el tema de muchas religiones.

Si bien en todas las religiones hay tendencias que ven el placer y la sexualidad como algo negativo, esta postura no corresponde a la esencia de la espiritualidad judeocristiana. El Antiguo Testamento canta el placer de la unión sexual entre el hombre y la mujer como el mayor regalo que Dios ha concedido al ser humano. La Iglesia primitiva hizo propia esta espiritualidad integradora del placer, pero no ha faltado la influencia de la orientación maniquea, hostil al cuerpo, que ha oscureci-

do más de una verdad cristiana. Es importante que reconozcamos nuevamente el valor positivo del placer, de la alegría, de la felicidad tal como se nos ofrece en la Biblia. Pero la Biblia sabe también que nuestra relación con el placer y la sexualidad es quebradiza. La sexualidad puede encantar al hombre, pero también puede herirle. Y hoy en día hay seres humanos que sufren no porque la Iglesia les prohíba la sexualidad, sino porque justamente en la sexualidad experimentan profundos traumas. Por eso, una sana espiritualidad debe presentar la vida tal como es. No colocará el sufrimiento en el centro, pero tampoco lo dejará fuera de consideración. Pues sólo si vemos nuestro anhelo de goce y de felicidad sobre el trasfondo de nuestra existencia real, a menudo frágil y desgarrada, hallaremos el camino hacia la verdadera felicidad sin cerrar los ojos ante lo que desde siempre constituye una amenaza para ella.

El cristianismo habla de una alegría indestructible que no puede ser empañada por ninguna contrariedad. Juan Crisóstomo, un padre de la Iglesia del siglo IV, pregunta en un sermón cómo es posible alegrarse continuamente. Enumera una serie completa de cosas que nos impiden estar alegres, como la muerte de un ser querido, la pérdida del honor y de la salud. Y nos muestra después el camino hacia la alegría permanente: “Quien se alegra en el Señor no puede ser arrojado de esa alegría por nada que le suceda. Todo lo demás de lo que nos alegramos es mudable, fugaz, y está fácilmente sometido al cambio”.

Los sabios de todas las religiones han desarrollado la reflexión acerca del modo como se puede llevar la vida a un logro consumado. Y, más allá de las fronteras cultura-

les e históricas, sus consideraciones coinciden en lo siguiente: la ascesis y la felicidad no se contradicen entre sí. No debemos renunciar porque la religión o alguna ley no nos conceda disfrutar de algo, sino porque queremos ser felices de forma duradera. Hildegarda de Bingen dice que la disciplina es el arte de poder alegrarse siempre. Si comemos una porción de pastel podemos alegrarnos de ello. Pero cuando devoramos la quinta porción, la vivencia ya no tiene que ver con el placer, sino más bien con el remordimiento de conciencia, con la decepción por no haber podido controlarnos y con el convencimiento de que nuestro aparato digestivo se rebelará.

La fe y la razón tienen que estar en mutua relación. Y esto no vale sólo para la plasmación intelectual de la religión, sino también para la vida práctica y para el anuncio de la moral. Y si a lo largo de la historia el cristianismo ha colocado muchas exigencias en nombre de la religión, exigencias que surgían de un corazón frustrado y desdichado, se hace necesaria de nuevo justamente esa razón para poder juzgar si esas exigencias sirven realmente a la felicidad del ser humano a largo plazo o si sólo le niegan el derecho a la felicidad.

La felicidad que me regala otro ser humano, la felicidad que siento en la realización lograda de la vida, la vivencia feliz por la experiencia de la belleza en el arte o en la creación... son cosas que tienen un horizonte más vasto. En todo ello es en última instancia Dios el que me está haciendo objeto de sus dones. Y en toda felicidad relacionada con esas vivencias anida la promesa de una felicidad indestructible y permanente. Sólo si realizo las experiencias de felicidad a la luz de esa promesa podré disfrutar plenamente de ellas sin el

¿Qué es lo que anhelo? ¿Cómo encontraré la felicidad?

temor de que me sean arrebatadas. La felicidad inmediata podrá pasar, pero la promesa que capto en ella no pasa, sino que hallará cumplimiento. Es un motivo de gratitud, y ya desde ahora.

¿Qué aporta la gratitud como actitud de vida, siendo que hay tantas cosas malas?

La gratitud supone un previo reconocimiento. Quien agradece reconoce cuánto tiene para agradecer cada día. Ve los muchos pequeños regalos que le llegan día a día: el regalo de una mirada amistosa, el de un encuentro feliz, el de una palabra que reconforta y toca el interior. El filósofo romano Cicerón concibió la ingratitud como un olvido. Para él, la gratitud es la actitud más importante del ser humano. Es la condición para la “concordia”, para la unión entre las personas y la armonía de los corazones. La falta de gratitud constituye para él una amenaza de la *humanitas*, de la actitud de humanidad. Por eso, muchos pensadores han considerado la ingratitud como uno de los pecados más fundamentales. El Talmud dice que la ingratitud es peor que el robo. Y Johann Wolfgang von Goethe opina que “la ingratitud es una suerte de debilidad. Nunca he visto que hombres capaces fuesen ingratos”.

Si tomamos conciencia de nuestro propio yo, hemos de reconocer que nadie es una isla. La gratitud hace al hombre porque en ella tomamos conciencia del carácter relacional de nuestra existencia, sentimos la unión con otros y reconocemos que no vivimos solos. Esto vale para nuestra relación con otras personas de las que dependemos y sin las cuales no podríamos vivir, pero vale también para nuestra relación con Dios, que es el fundamento

más profundo de nuestra existencia. La gratitud es la oración más profunda, dijo una vez el benedictino David Steindl-Rast.

El ingrato no es realmente hombre, por el mero hecho de que no puede percibir ni realizar importantes posibilidades positivas de la vida. Cicerón está convencido de que sólo los hombres agradecidos pueden trabar amistad y vivir en comunión. Los hombres desagradecidos son seres desagradables, y a todos nos gustaría no tener nada que ver con ellos. No nos sentimos a gusto en la cercanía de las personas desagradecidas. Se tiene la sensación de que nunca se puede corresponder a sus expectativas. Por eso, nos mantenemos alejados de ellas, pues de su ser emana una atmósfera negativa y destructiva. El ingrato destruye la armonía de los corazones. No puede celebrar y, en última instancia, es incapaz de sentir alegría. No es posible dar alegría a los hombres ingratos. Son insaciables y nunca están contentos. Y tampoco es posible llevarse bien con personas irreflexivas y desatentas. Quien no sabe o no quiere pensar, reflexionar, no vive realmente. La gratitud da un sabor maravilloso a la vida.

La gratitud transforma mi vida. “Quien comienza a agradecer empieza a ver la vida con nuevos ojos” (Irme-la Hoffmann). Albert Schweitzer aconseja: “Cuando te sientas débil, decaído y desdichado, comienza a agradecer para que te vaya mejor”. Si contemplo mi vida con gratitud, lo oscuro que hay en ella se aclarará y lo amargo adquirirá un sabor agradable. La gratitud me preserva de la pusilanimidad y de la amargura, y me lleva más cerca de Dios. De san Felipe Neri se cuenta que rezaba la siguiente oración por la noche: “Señor, te agradezco que