¿Porqué tanto miedo al dolor?

Descripción

> **Los cristianos abrimos las puertas de la cuaresma el miércoles de ceniza con el deseo sincero de cambiar nuestro corazón, anhelando una conversión radical que nos haga mejores personas. Con un renovado esfuerzo por llenar nuestra vida de buenas acciones, pero a la vez de buenas intenciones. Es decir, que la motivación que nos empuja a actuar sea también buena y noble.**

A mi personalmente me conmueve ver cuánto miedo le tiene la gente al dolor, al sacrificio, a enfrentar los problemas que van llegando. Probablemente puede ser porque lo asocian con algo completamente negativo cuyo final es siempre funesto. Sin embargo esas mismas personas no tienen ningún empacho en pasar una y dos horas sudando en el gimnasio para mantener el mismo cuerpo que tenían a los 20 años; o haciendo unas dietas impresionantes, eliminando todos los carbohidratos y azúcares, comiendo vegetales que jamás elegirían, para mantener una dieta saludable o bajar de peso… Creo que aquí está el fondo de la cuestión.

Más que en nuestro natural y espontáneo rechazo al dolor y al sufrimiento, esta es un cuestión de libertad. Hace un año tenía a diez adolecentes en la sala de mi casa, niñas entre los 14 y 16 años, y conversábamos sobre la libertad. A los 15 años este es un tema fundamental, los "*teens*" de hoy (y de siempre) reclaman libertad y su derecho a la independencia. En nuestra conversación yo preguntaba a las chicas: "*¿Qué es la libertad? ¿Qué es ser libres?"*

– *"Es hacer lo que me da la gana",* respondió casi al instante una niña de 16 años, guapa, inteligente, un poco llenita y con un aire desafiante.
– *"Pues si* –le contesté- *Realmente, la libertad es poder hacer lo que yo quiero."*
– *"Entonces dime con toda sinceridad* –continué yo- *si te propones hacer una dieta, ¿la puedes hacer?"*
– *"Si, yo puedo hacer lo que yo quiera."*
– *"Muy bien* –le respondí- *pero se muy sincera conmigo… ¿Estas segura que al segundo día no te comes un chocolate?"*
– Lo pensó un poco y contestó con franqueza y decepción, *"pues sí, si me lo como."*

– *“Entonces no eres libre* –le dije- *porque no haces lo que realmente quieres hacer, que es la dieta.”*

Ahí está el quid del asunto, con nuestra inteligencia vemos claramente cuál es la meta, podríamos describir al detalle todos los grandes sueños y metas que tenemos para nosotros mismos, sabemos perfectamente a donde queremos llegar; pero somos pocos los que tenemos una voluntad de tal fortaleza y reciedumbre que nos ayude a conquistar los objetivos planteados. Como mi *“teen”* guapísima, muchos queremos hacer dieta, incluso por salud la necesitamos, pero son pocos los que pueden pasar un mes sin comer un gramo de azúcar; nuestra adicción o nuestro capricho puede más. **Al final nos damos cuenta que somos esclavos de nuestras pasiones; de nuestra pereza, de nuestro orgullo, impaciencia, mal carácter y tantas otras cosas que nos atrapan.**

Hoy escuchaba una meditación que me llega todos los días por WhatsApp, en la que el sacerdote decía: *“La liberad hay que conquistarla.”* ¡Nada más real! La libertad no solo es un derecho con el que nacemos.

> **La verdadera libertad (esa que nos permite hacer lo que realmente queremos, lo que con la cabeza sabemos que es lo que más nos conviene) es algo que se gana día a día en ese negar nuestros caprichos; en no comer ese pastel, poner un límite de tiempo para chatear en nuestro móvil, o cortar con esa serie en la que aparecen cosas completamente opuestas a mis valores… Es en el ejercicio diario de luchar contra nuestros caprichos y pasiones desordenadas, donde nos jugamos la libertad.**

Por eso a los cristianos nos viene fenomenal este tiempo de cuaresma. Este es el tiempo oportuno para echar un vistazo en nuestro interior, reconocer con humildad nuestros fallos y de la mano de Dios hacer un propósito firme de cambiar, de reparar. El sacrificio para un cristiano no es el del masoquista que busca el dolor por el dolor; es el del atleta consciente de que ha de entrenarse con disciplina y constancia para una carrera de fondo. Para acumular 28 medallas olímpicas en su corta carrera

deportiva, Michale Phelps no entrenó una semana, o un año; este gran nadador tuvo que entrenar todos los días de su vida, varias horas al día, desde muy pequeño. *"**Si quieres ser el mejor debes hacer cosas que otras personas no están dispuestas a hacer"**,* dijo en una entrevista durante las olimpiadas de 2011.

Estar dispuestos a hacer cosas que no son las que preferimos hacer, negar nuestros caprichos y pequeños gustos, un día sí y otro también, como un buen atleta. Con disciplina, con pasión, dedicación y la mira puesta en la meta.

¿Pero, cuál es nuestra meta?

Más valiosa que 28 medallas olímpicas, ¡nuestra meta es el verdadero premio mayor! El premio que no tiene fin, que no se pierde ni se corroe con los años.

"Hay muchas alegrías en este empeño por pasarla mal", le escribía un chico joven a San Josemaría, en plena guerra civil española, aludiendo a grandes sacrificios que estaban haciendo para llegar a más almas. Por contradictorio que parezca, cuando nos decidimos a fastidiarnos un poco la vida para hacer más ligera la de los demás, cuando nos olvidamos de nuestros caprichos, nuestra comodidad, nuestros derechos, o nuestro reconocimiento, es cuando comenzamos a ser verdaderamente felices.

Yo puedo dar fe de esto.

Cuando me ingresaron en el hospital para esperar por el donante eran muchos los amigos y familiares que me escribían de distintas ciudades del mundo. En ese momento yo no tenía la energía ni el tiempo para contestar uno por uno cada mensaje. Por eso decidí comenzar este blog y pensé muy despacio ¿cómo lo iba a titular? El título debía ser la idea central del blog, lo que diera coherencia a todo. *"La Vida es Bella»* ya era el nombre de una película que me impactó por su fuerza y su mensaje tan positivo; pero eso era exactamente lo que yo quería transmitir: Que la vida es mágica y uno puede ser genuina e inmensamente feliz, incluso en un hospital esperando por un trasplante con 50% de posibilidades de morir en el quirófano.

Michael Phelps termina su entrevista con esta frase: *"No debemos ponernos limitaciones, mientras mas grandes sean nuestros sueños, más lejos llegaremos*." Concuerdo absolutamente con el. Atrevámonos a soñar, y soñar en grande, a buscar ser el mejor en mi trabajo, la mejor hija, la mejor esposa, la mejor madre, la mejor amiga, el miembro de familia inigualable… Y entrenemos nuestra libertad todos los días para poder lograrlo. ¡Cuaresma es el tiempo oportuno para cambiar!

www.fromstanfordhospital.blogspot.com