

Ascender, descender y exactamente permanecer estable



¿A dónde deberíamos dirigir nuestra mirada?
¿Hacia arriba, hacia abajo, o precisamente hacia el camino que estamos recorriendo?

Bueno, hay diferentes clases de espiritualidades: *Espiritualidades del Ascenso*, *Espiritualidades del Descenso* y *Espiritualidades de Mantenimiento*, y todas son importantes.

Las *Espiritualidades del Ascenso* son espiritualidades que nos invitan a esforzarnos siempre por lo que es más alto, por lo que es más noble, por lo que nos amplía horizontes y lleva (simbólicamente) hacia arriba más allá de la fatiga moral y las rutinas espirituales en las que habitualmente nos encontramos. Esas espiritualidades nos dicen que podemos ser más, que podemos trascender lo ordinario y abrirnos camino a través de los viejos techos que hasta ahora han constituido nuestro horizonte. Nos dicen que si nos abrimos suficientemente seremos capaces de andar sobre las aguas, ser grandes santos, estar inflamados con el Espíritu y experimentar ya ahora los profundos gozos del Reino de Dios. Estas espiritualidades nos dicen que la santidad se basa en el ascenso y que nosotros deberíamos estar abriéndonos habitualmente hacia metas más altas.

Estas espiritualidades tienen una contrapartida, y esa contrapartida es lo que frecuentemente oímos de los oradores de graduación académica que siempre están desafiando a esos graduados a soñar grandes sueños, a alcanzar las estrellas.

Hay mucho que decir por este tipo de invitación. Buena parte de los Evangelios es exactamente ese tipo de desafío: Mantén tu mirada dirigida hacia arriba: Piensa con tu gran mente; siente con tu gran corazón; imagínate como hijo de Dios y refleja esa grandeza; deja que las enseñanzas de Jesús te abran; deja que el espíritu de Jesús te llene; deja que los altos ideales te engrandezcan.

Pero los Evangelios también nos invitan a una *Espiritualidad del Descenso*. Nos dicen que hagamos amigos con el desierto, con la cruz, con las cenizas, con la autorrenunciación, con la humillación, con nuestra sombra y con la muerte misma. Nos dicen que crecemos no sólo siendo movidos hacia arriba sino también descendiendo hacia abajo. Crecemos también dejando que el desierto nos ayude, renunciando a nuestros queridos sueños para aceptar la cruz, permitiendo que las humillaciones que ocurren profundicen nuestro carácter, teniendo el coraje de enfrentarnos a nuestro propio y profundo caos, y haciendo las paces con nuestra propia mortalidad. Estas espiritualidades nos dicen que a veces nuestra tarea, espiritual y psicológica, no es elevar nuestros ojos a los cielos, sino bajar la vista a la tierra, sentarnos en las cenizas de la soledad y la humillación, contemplar el agitado desierto que hay dentro de nosotros y hacer la paz con nuestros límites humanos y nuestra mortalidad.

No hay muchas contrapartidas seculares a esta espiritualidad (aunque sí ves esto en lo mejor de la psicología y la antropología). El desafío del descenso no es el que frecuentemente oírás de parte de un orador recién graduado.

Pero aún hay otro género de espiritualidades, una clase muy importante, a saber, las *Espiritualidades de Mantenimiento*. Estas espiritualidades nos invitan a un propio autocuidado, tener en cuenta que el viaje del discipulado es un maratón, no un *sprint*, y así poner atención a nuestros límites. No todos somos atletas espirituales, y el cansancio, la depresión, la soledad y la frágil salud, mental o física, pueden quebrarnos, si no somos cuidadosos con nosotros mismos. Estas espiritualidades nos invitan a ser cautos de un ascenso demasiado entusiasta y un descenso ingenuo. Nos dicen que el embotamiento, el aburrimiento y el tedio se nos juntarán a lo largo del camino, y así nosotros deberíamos tener un vaso de vino cuando necesitáramos y dejaría a nuestro aburrimiento dictar que, en una determinada noche, podría ser más saludable para nosotros espiritualmente ver una comedia sin sentido o un acontecimiento deportivo que emplear ese tiempo viendo una programa religioso. También nos dicen que respetemos el hecho de que, dada a veces nuestra fragilidad mental, hay descensos de los que deberíamos estar lejos. No nos niegan que necesitemos impulsarnos a nosotros mismos a nuevas alturas y que necesitemos tener el coraje, a veces, de afrontar el caos y el desierto dentro de nosotros; pero nos advierten de que siempre debemos tener en cuenta también lo que podemos manejar en un determinado tiempo en nuestras vidas y lo que no podemos manejar justamente entonces. Las espiritualidades buenas no te ponen en una universal cinta transmisora, el mismo camino para todos, sino tienen en cuenta lo que necesitas hacer para mantener tu energía y sanidad en un maratón de viaje.

Las *Espiritualidades de Mantenimiento* tienen una contrapartida secular, y nosotros podemos aprender aquí cosas del estrés de nuestra cultura sobre mantenimiento de la salud física de uno a través de un ejercicio adecuado, una dieta adecuada y unos hábitos de salud adecuados. A veces en nuestra cultura esto viene a ser unilateral y obsesivo, pero aún es algo de lo que las espiritualidades aprenden, a saber, que la tarea de la vida es solo crecer y enfrentarte valerosamente a tu sombra y mortalidad. A veces -muchas veces- la tarea más urgente es simplemente permanecer fuerte, sano y animado.

Las diferentes espiritualidades dan importancia a uno o al otro de éstos: *el ascenso, el descenso o* (menos comúnmente) *el mantenimiento*, pero una buena espiritualidad dará importancia a los tres: Dirige tu mirada hacia arriba, no olvides mirar hacia abajo y mantén tus pies firmemente asegurados en el suelo.

Ron Rolheiser (Trad. Benjamín Elcano)

Publicado en Ciudad Redonda

www.ciudadredonda.org/articulo/ascender-descender-y-exactamente-permanecer-estable