

ORIENTACIÓN ESPIRITUAL EN NUESTRA TRADICIÓN

LA FELICIDAD (Antonio Blay)

Se suele considerar que la felicidad es algo del otro mundo y que en esta vida es imposible encontrar nada que sea definitivamente pleno. Pero eso se dice contando solamente con el modo formal de funcionar.

Nosotros estamos destinados a vivir la felicidad, a vivir la plenitud, la más grande felicidad que podamos soñar. es nuestro destino porque es nuestro origen, nuestra fuente.

La naturaleza de nuestro ser, la identidad profunda de nosotros mismos está hecha de felicidad porque somos expresión directa de la felicidad de Dios, del Absoluto.

Como siempre, el problema está en que nosotros consideramos que la felicidad ha de ser el producto de algo que nos ha de venir como consecuencia de cumplirse una serie de requisitos, de exigencias, de condiciones que nosotros ponemos en nuestra vida. Yo me he hecho una idea de mi mismo, de la vida y creo que solo en la medida en que se cumplan los deseos, los proyectos óptimos que yo tengo de mi, de los demás y de mi situación en la vida, solo entonces podré ser feliz, Este es un error de base.

La felicidad no está nunca en el mundo, no procede de nada ni de nadie. La felicidad está en la fuente de nuestro ser; está en la Mente divina que nos está haciendo existir. La felicidad es la naturaleza más profunda de nosotros mismos. Es algo que existirá en nosotros en la medida en que nos obliguemos a cultivarla, a abrirnos a ella. No es algo que nos ha de venir; es algo que se ha de producir en nosotros cuando dejemos de buscarla en lugar erróneo.



Lo primero que yo tendría que meditar largamente es que todo el placer, toda la satisfacción que me pueden dar las cosas, las personas, las situaciones, no son nada más que una pequeña partícula de la felicidad absoluta que es Dios; no otra felicidad, sino la misma que creo que me pueden dar la situaciones más idealizadas.

La misma felicidad que yo pueda encontrar en un amor pleno, correspondido, en un clima ideal de amistad, en una buena



música, incluso en una buena comida, incluso en las experiencias más elementales de nuestra vida; esta misma felicidad en grado absoluto, esto es Dios. No es que tengamos que renunciar a una felicidad para que, en cambio, se nos dé otra que dicen que vale más, no. Toda felicidad que vivimos es expresión de la única felicidad que es el Absoluto.

Lo malo está que nosotros nos limitamos a desear una felicidad, un modo de felicidad a través de unas circunstancias concretas y determinadas y esta condición que ponemos, este estar pendiente de unos modos particulares de querer ser y vivir, esto es lo que pone límites a nuestra capacidad de descubrir y realizar esta felicidad.

Las cosas mejores de la vida solo hacen que despertar en mí algo de esa felicidad. Yo tendría que meditar sobre la naturaleza del bien, de lo agradable, del bienestar que busco en la vida y tendría que poder descubrir cómo este bien que busco en la vida es una expresión del mismo Dios que me está animando, que se está expresando con la vida y la conciencia en mí.



Cuando yo pueda ver que Dios es la felicidad absoluta e inalterable y que ese Dios está presente en mí y que está pidiendo que yo lo reconozca, que me abra a Él, entonces no tendré que andar corriendo detrás de unas situaciones o huyendo de otras porque descubriré que nada puede darme lo que ya está en mí desde siempre. Aprenderé a amar a ese Dios que está en mí como en todas partes y abrirme a esta Presencia que es amor, que es felicidad.

Entonces la vida interior no es una vida de obligaciones, esfuerzos, ascesis, sino que es una vida de expansión, de conciencia plena, una vida de constante descubrimiento de un modo nuevo de ser feliz.

Lo que es imposible es que yo pueda vivir esta felicidad, que pueda tomar posesión de ella pues es mi herencia, si yo, al mismo tiempo estoy creyendo que la he de encontrar en otro sitio o que la de realizar a través de unas circunstancias exteriores, a través de que las personas, las situaciones o las circunstancias me sean propicias en tal sentido y otro. Esto es imposible.

Por esto es tan importante que yo pueda aclararme sobre dónde puedo buscar y cómo funciona esta felicidad.

En la felicidad ocurre como en la vida, como el impulso vital. El impulso vital nunca me viene por fuera sino que es la esencia misma, el centro mismo de mi ser

que tiende a irradiarse y que, en la medida en que se exterioriza y se expresa de un modo inteligente, crece.

El amor-felicidad es exactamente igual. En la medida en que yo le doy paso, lo expreso, lo cultivo, lo acepto y no le pongo límites, en esa misma medida crece como crece la inteligencia en la medida en que la ejercite y la exprese.

Nosotros creemos que estas cualidades básicas son algo que, a semejanza de lo físico lo tendré por posesión acumulativa, algo que me ha de venir del exterior y reteniendo determinadas cosas del exterior me vendrá una determinada felicidad. Aplicando este criterio nos encontramos con fracasos continuos.

Nunca la felicidad nos vendrá por nada del exterior aunque es verdad que lo exterior puede despertarnos en un momento dado un grado determinado de felicidad pero entonces nos crispamos y queremos retener ese algo o esa persona o esa situación y le exigimos que perdure y me siga dando esa felicidad cada vez más y eso las cosas no pueden seguir haciéndolo porque las cosas nunca me han dado nada, solo me han despertado algo de bienestar.

Lo que he de hacer es ir directamente a la Fuente y descubrir que el modo de desarrollar la felicidad está en darla, en obligar a que se manifieste en mí de la misma manera que me pongo conscientemente a tomar el sol y calentarme bajo sus rayos.



Si yo me centro en la intuición que tengo de que Dios es la felicidad y al mismo tiempo la Fuente que me está comunicando mi propia vida en todas sus manifestaciones y me mantengo relajado en esta contemplación dirigiéndome afectivamente a este Dios amor, entonces estoy permitiendo que este amor, esta felicidad me llene desde dentro para que pueda irradiarla hacia fuera.

Este es el secreto de la felicidad. Nunca por acumulación ni por posesión de nada; solo por reconocimiento de la Fuente, de nuestra propia fuente y apertura de la mente y del corazón y de la voluntad a esta Presencia de Dios en nosotros.



Este cambio es el que cuesta realizar: el dejar de depender de las cosas y centrarnos en esta intuición y aspiración que tenemos dentro. Este cambio exige disciplina y hay que ejercitarlo el tiempo que haga falta hasta que podamos sentir esa Presencia gozosa y cálida dentro de nosotros. Solo hemos de meditar en la

naturaleza de Dios como amor Absoluto y mantener esa intuición en nuestra mente y en nuestra voluntad abierta y relajada.

Este mantenerse en silencio y abierto ante la Presencia de Dios es el camino y el medio concreto para descubrir que esta felicidad, este amor, esta plenitud está ahí en todo momento y que solo está esperando que nos pongamos receptivos y disponibles para poderse expresar sin necesidad de ningún estímulo exterior.

Esta práctica nos hace independientes del mundo exterior, nos libera de la dependencia de las situaciones, circunstancias, personas. Llega un momento en que uno siente esa felicidad, ese amor, ese calor especial que viene realmente de otro mundo y que es de una calidad totalmente distinta de todo lo que yo puedo fabricar por mí mismo.

Esta es la experiencia básica de la vida espiritual: descubrir experimentalmente que existe una Presencia activa, viviente, cálida, de algo inmenso dentro de nosotros; presencia a la que podemos abrir paso en nuestra mente, en nuestro corazón e incluso en nuestro cuerpo y entonces permitir que esa misma Fuerza, ese mismo amor invada toda nuestra personalidad y dirija nuestra acción y nuestra vida.

Al principio hay que ejercitarse en momentos aparte de la vida cotidiana porque no estamos adiestrados para poder mantener la atención simultáneamente dentro y fuera; por eso al principio es aconsejable que se dedique unos 10 minutos a un cuarto de hora a la práctica de esta apertura consciente de Dios presente. Después hay que renovarla a lo largo del día con frases cortas pero muy sinceras.

Entonces descubrimos que nuestra vida cambia, que tiene otra dimensión ignorada hasta entonces, una dimensión en profundidad y una riqueza de calidad que hace que las situaciones dejen de tener tanta importancia por sí mismas y se vean solo como un medio para poder expresar ese amor, esta luz interior. Entonces no hay situaciones pequeñas o grandes; todas son importantes porque el valor de la situación no me la da lo que espero de ella sino mi modo de vivirla y entonces se convierte en un medio para renovar la vivencia de Dios en mí y poderla expresar.

Si ponemos el sentido de nuestra vida en las cosas, en lo exterior, tropezaremos con obstáculos y desengaños hasta que descubramos que esta felicidad está justo en el extremo opuesto; que no está en el objeto sino en la raíz del sujeto; no en tú ni en las cosas sino en la base del yo allí donde Dios está haciendo que yo sea yo. Entonces el sentido de mi vida cambia. Ya no



busco mi afirmación, mi tranquilidad; eso ya lo tengo dentro, solo necesito abrirme más y más a esta Realidad interior, a esta Plenitud.

Entonces la vida se convierte en una constante expresión de esta Plenitud. Ya no quiero nada, no busco nada para mí del mundo, de las personas. Ya no estoy pendiente de si me alaban o no, de si me aceptan o no, de si me son simpáticos o no; ya no vivo en el constante riesgo de ser rechazado, criticado, tener éxito o fracaso; sé que mi único éxito está en la realización de esta plenitud divina en mí y que este éxito está asegurado y está en mí y lo puedo cultivar momento tras momento.

Entonces dejo de vivir angustiado; entonces la vida se convierte en el gozo de ir expresando esta plenitud en cada circunstancia y en un medio de ser realmente útil a los demás, de ayudarles a que ellos sean más ellos mismos y vayan encontrando esa autenticidad y esa plenitud.

No quiere decir esto que yo tenga que convertir a los demás según lo que yo pienso o vivo; no necesito que los demás adopten mi modo de ver. Sé que todos estamos destinados a esta plenitud que es el origen, el fin y el objetivo de nuestra existencia y que nadie se puede perder por el camino.

Yo tendría que poder revisar mis actitudes en la vida diaria y ver si soy consecuente con este principio de que la Plenitud está a mi alcance abriéndome a Dios. Tendría que ir reconquistando esas tendencias que hay en mí y que son producto de muchos años de vivir de una manera extrovertida para rectificar mis actitudes y no buscar nunca mi afirmación sino la afirmación de Dios en mí. Nada puede hacerme feliz sino es el abrirme a Dios en mí. He de ser pues consecuente con esto.

Si el sentido de mi vida es encontrar esta Plenitud, lo es también en cada momento concreto de mi vida; es una consigna de cada momento y he de preguntarme: ¿Estoy "ahora" abriéndome a la Felicidad, al Ser, a la Verdad? o todavía estoy esperando que algo o alguien me dé un poco más de afirmación o satisfacción?

La práctica de la meditación y de la Presencia de Dios hecha cada mañana permite rectificar esta perspectiva. Podemos tener la impresión de que esto nos aísla de las personas, nos disminuye el estímulo, el interés o la motivación que antes teníamos. Ciertamente cambia la motivación pero cambia para mejorar.

Cuando yo hago algo no por mi éxito o fracaso sino porque a través de ello puedo expresar lo que vivo, lo haré con más intensidad y mucho mejor que si estoy preocupado de si salgo bien o mal de aquello.

Nosotros somos como unos instrumentos conscientes, inteligentes, en manos de Dios para poder expresar un poco más su plenitud en la tierra. Somos canales para poder iluminar, mediante su acción a través nuestro un poco más a los demás. No porque yo tenga que enseñar nada ni tenga que cambiar o iluminar a nadie sino solo porque dejo que Dios a través de mi haga su trabajo de redención, de iluminación. No soy yo quien hago; soy yo quien dejo que Dios haga en mi y a través de mi. En el momento en que yo creo que hago algo estoy cortándome de esta apertura hacia Dios, estoy cerrándole la puerta. Para que Dios actúe en mi es preciso que yo mantenga mi mente y mi afectividad abierta a esta Presencia. Esto lo he de hacer con una actitud sencilla pero entera, humilde pero con toda mi fuerza, con mi capacidad de vivir las situaciones con realismo.

Entonces la vida adquiere un sentido nuevo. Que no consiste en realizar grandes cosas o en tener éxito sino que la vida más aparentemente minúscula puede adquirir una significación enorme cuando se convierte en un canal de transmisión de un poco más de luz, de fuerza, de paz, de gozo para los demás. Y al hacer más felices a los demás nosotros nos vamos transformando. Esto es algo tan real como las cosas más reales que existen.

No es cuestión de sentimentalismos sino de tener una actitud entera, sólida, maziza pero con una gran apertura a Dios. Entonces de mi actitud decidida, clara, sólida, fuerte, se filtrará algo que el otro percibirá y se beneficiará aunque no se dé cuenta.

Preguntas para el diálogo

- ***¿El concepto de felicidad que teníamos coincide con el que nos dice el autor? dicho de otro modo. ¿Ha cambiado algo nuestra idea de la felicidad?***
- ***¿Tengo alguna objeción que hacer al autor? ¿En qué no estoy de acuerdo?***
- ***¿Se puede ser feliz y al mismo tiempo tener dificultades, enfermedades u otro sufrimiento?***
- ***¿Qué me ha aportado este texto para ayudarme en la situación en que estoy?***



25 Nov.06 – Catequista: P.R.