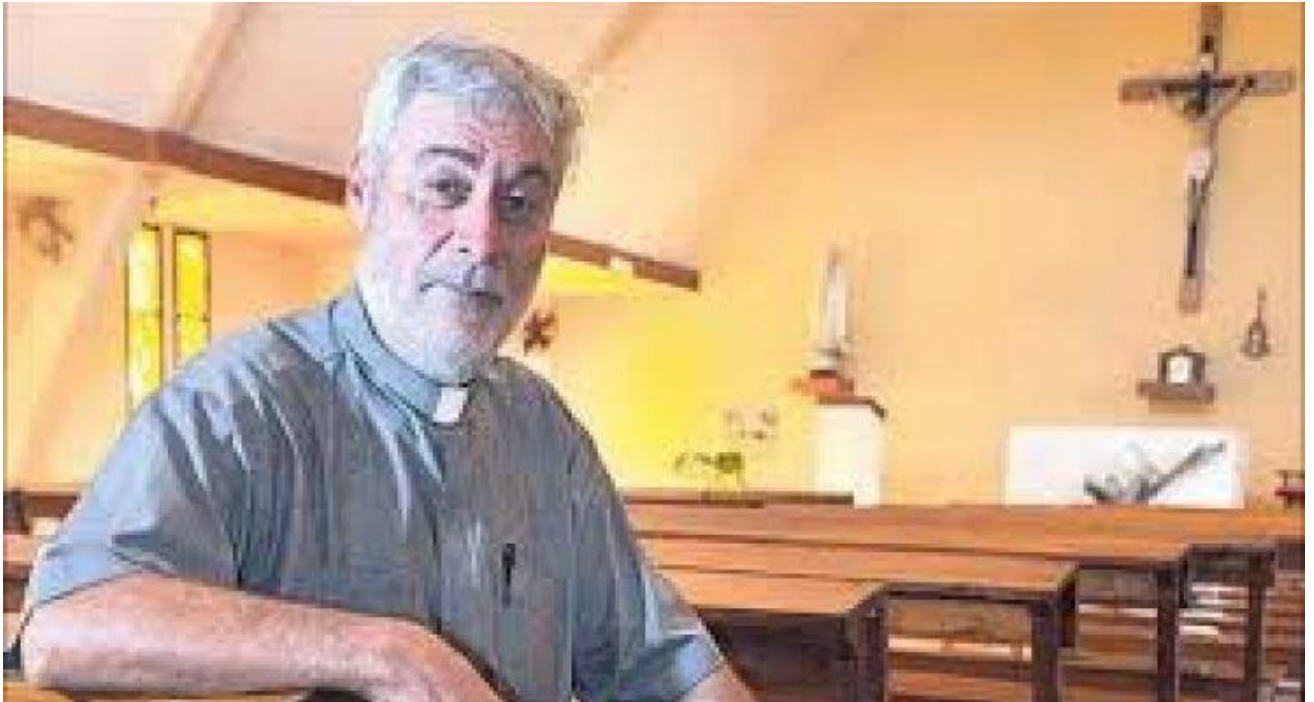


REFLEXIÓN DE MAMERTO MENAPACE



“Mi percepción a medida que envejezco es que no hay años malos. Hay años de fuertes aprendizajes y otros que son como un recreo, pero malos no son. Creo firmemente que la forma en que se debería evaluar un año tendría más que ver con cuánto fuimos capaces de amar, de perdonar, de reír, de aprender cosas nuevas, de haber desafiado nuestros egos y nuestros apegos. Por eso, no debiéramos tenerle miedo al sufrimiento ni al tan temido fracaso, porque ambos son sólo instancias de aprendizaje.

Autor: MAMERTO MENAPACE – monje benedictino. - 14/12/2020

Nos cuesta mucho entender que la vida y el cómo vivirla depende de nosotros, el cómo enganchamos con las cosas que no queremos, depende sólo del cultivo de la voluntad. Si no me gusta la vida que tengo, deberé desarrollar las estrategias para cambiarla, pero está en mi voluntad el poder hacerlo. Ser feliz es una decisión, no nos olvidemos de eso. Entonces, con estos criterios me preguntaba qué tenía que hacer yo para poder construir un buen año porque todos estamos en el camino de aprender todos los días a ser mejores y de entender que a esta vida vinimos a tres cosas:

1) A APRENDER A AMAR,

2) A DEJAR HUELLA Y

3) A SER FELICES.

EN ESAS TRES COSAS DEBIÉRAMOS TRABAJAR TODOS LOS DÍAS, EL TEMA ES CÓMO Y CREO QUE HAY TRES FACTORES QUE AYUDAN EN ESTOS PUNTOS:

- **Aprender a amar la responsabilidad como una instancia de crecimiento.** El trabajo sea remunerado o no, dignifica el alma y el espíritu y nos hace bien en nuestra salud mental. Ahora el significado del cansancio es visto como algo negativo de lo cual debemos deshacernos y no cómo el privilegio de estar cansados porque eso significa que estamos entregando lo mejor de nosotros. A esta tierra vinimos a cansarnos ...

- **Valorar la libertad como una forma de vencerme a mí mismo y entender que ser libre no es hacer lo que yo quiero.** Quizás deberíamos ejercer nuestra libertad haciendo lo que debemos con placer y decir que estamos felizmente agotados y así poder amar más y mejor.

- **El tercer y último punto a cultivar es el desarrollo de la fuerza de voluntad, ese maravilloso talento de poder esperar, de postergar gratificaciones inmediatas en pos de cosas mejores.** Hacernos cariño y tratarnos bien como país y como familia, saludarnos en los ascensores, saludar a los guardias, a los choferes de los micros, sonreír por lo menos una o varias veces al día. Querernos. Crear calidez dentro de nuestras casas, hogares, y para eso tiene que haber olor a comida, cojines aplastados y hasta manchados, cierto desorden que acuse que ahí hay vida. Nuestras casas independientes de los recursos se están volviendo demasiado perfectas que parece que nadie puede vivir adentro.

Tratemos de crecer en lo espiritual, cualquiera sea la visión de ello. La trascendencia y el darle sentido a lo que hacemos tiene que ver con la inteligencia espiritual. Tratemos de dosificar la tecnología y demos paso a la conversación, a los juegos antiguos, a los encuentros familiares, a los encuentros con amigos, dentro de casa. Valoremos la intimidad, el calor y el amor dentro de nuestras familias. Si logramos trabajar en estos puntos y yo me comprometo a intentarlo, habremos decretado ser felices, lo cual no nos exime de los problemas, pero nos hace entender que la única diferencia entre alguien feliz o no, no tiene que ver con los problemas que tengamos sino que con la ACTITUD con la cual enfrentemos lo que nos toca.

Dicen que las alegrías, cuando se comparten, se agrandan. Y que en cambio, con las penas pasa al revés. Se achican. Tal vez lo que sucede, es que al compartir, lo que se dilata es el corazón. Y un corazón dilatado esta mejor capacitado para gozar de las alegrías y mejor defendido para que las penas no nos lastimen por dentro”.

Años de Campo