



## 17. SU CARNET, POR FAVOR

Seguro que vas a entender lo que voy a contarte porque estás familiarizada con esos letreros que aparecen en las paredes de las casas o en las vallas (*graffiti* les llamáis ¿no?). Cuando éramos jóvenes vivimos juntas unos días de oración que nos llenaron de una alegría contagiosa. Durante mucho tiempo decidimos que nuestra divisa y nuestro saludo sería lo que habíamos descubierto en aquellos días: "¡Dios sólo!". Nos lo repetíamos como un guiño al encontrarnos, lo escribíamos en cualquier espacio libre...

Muchos años después, no me queda más remedio que reconocer que aquella fuente de alegría siguió siendo la misma y me siento como responsable (qué preciosa responsabilidad...) de hablarte de los caminos que pueden llevarte a ella.

Lo primero que quiero decirte es que la alegría, como la felicidad, "su hermana mayor", no viene de fuera, no es algo que depende de nada ni de nadie. Ser feliz es un arte que se aprende, como se aprende a sembrar una planta y después a cultivarla; y, como todo arte, exige concentración, disciplina, esfuerzo y perseverancia. (¿A que no te imaginabas que estas palabras que suenan tan serias iban a aparecer al lado de la palabra "alegría"?).

Otro dato: la alegría es diferente del placer: el placer es estupendo y deseable cuando sabemos ponerlo al servicio de la alegría, pero cuando la enturbia o la compromete, lo hemos echado todo a perder.

Mucha gente cree que el límite del placer (de eso que se llama "disfrutar de la vida") es el dolor, o la muerte. Y resulta que no es así: el límite del placer es la alegría. En cuanto empezamos a perderla por determinadas maneras de buscar el pasarlo bien y disfrutar, una lucecita roja empieza a avisarnos de que algo va mal, de que eso que estamos viviendo, "no le sienta bien" a la alegría que se esconde en el fondo de nuestro corazón. Por eso, el poner el placer al servicio de la alegría, es uno de los aprendizajes fundamentales del hombre y la mujer libres.

Cuando para tanta gente hoy la aspiración máxima es el dinero, los cristianos tendríamos que repetir tercamente otra cosa: que el mayor tesoro es la alegría, ese sí espontáneo a la vida que nos brota dentro, a veces cuando menos lo esperamos. Pero es un tesoro que no se conquista, sino que se encuentra, como aquel tesoro escondido del que hablaba Jesús. Pero a la vez hay que cultivarla porque es una "elección" más que una "casualidad". La gente feliz no es aquella a la que le va mejor en la vida, sino la que ha preparado su "programa" interno para sacarle su parte luminosa a la vida, mientras que otros parecen empeñados en no mirar más que su parte sombría.

Has nacido para ser feliz, no para ser perfecta, ni eficaz, ni para responder a los que los demás esperan de ti ¿Por qué no analizas las causas que son para ti un obstáculo para vivir alegre? Puede ser que te empeñes en autocastigarte recordando todos y cada uno de tus errores y llevando un inventario de tus fallos y tus fracasos. A lo mejor es porque tienes la tendencia a compararte con los demás que te parecen más inteligentes, capaces o valiosos que tú. A lo mejor es el perfeccionismo que te hace pensar que todo tiene que ir totalmente bien y además inmediatamente. Otras veces son frases que te vas grabando internamente y que ponen cimientos de arena a tu alegría: "No puedo estar contenta si estoy sola" (y eso te produce un miedo tremendo a la soledad); "soy así y no puedo cambiar" (y eso te inmoviliza y estanca); "tengo

que hacerlo todo bien" (y no te perdonas ninguna equivocación); "la felicidad debe ser completa" (y la más mínima cosa la estropeará...).

Creo que es importante descubrir cuáles son los "hombrecitos grises" que, como en el cuento de Momo, tiñen tu vida de desánimo y tristeza. Después de vivir muchos años, tengo que decir que la gente más alegre que he conocido ha sido la más despreocupada de si era o no era feliz, porque lo que más le importaba era felicidad de los otros...

Dicen que nadie puede vivir en plenitud a menos que sepa que su vida tendrá algún día final. Somos peregrinos haciendo un viaje y Dios quiere que disfrutemos del trayecto. ¡Buen viaje!

Te quiere,  
SOFIA