

## VITAMINAS PARA RESISTIR EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS

### *PERMANECER CON DOSIS DE CONFIANZA-ESPERANZA*

*María Luisa Berzosa fi*

Me piden de Caritas Salamanca una reflexión bajo ese título genérico y yo la he titulado como se indica. ¿Por qué? Permanecer me sugiere varias actitudes que pueden ayudar en este confinamiento que se prolonga. Si bien el significado original de este verbo se refiere a estar en un lugar sin moverse, -entiendo que a esto nos ha obligado la pandemia que sufrimos, sin salir de casa- también permanecer me habla de resistir, de tener paciencia, de saber respetar los ritmos, de acompañar la vida a lo sorprendente que llega sin previo aviso.

Es importante mantenerse a tono con una misma, no dejar de lado los ejes que nos sostienen habitualmente y que ahora necesitan ser reforzados. No me estoy refiriendo ni de lejos a una postura estoica como de “aguante”, ni mucho menos; la permanencia en una situación que se prolonga sin fecha puede alterarnos el sistema nervioso, y nos afecta el humor, el sueño, la calma, la programación de planes y proyectos pero también nos proporciona otras vitaminas que nos nutren: el silencio, la interioridad, el mirarme por dentro -quizá huyo de ese espejo porque hace tiempo que no me miro- y encuentro cosas que no me gustan.

Permanecer un día y otro sin actividad aparente puede llevarnos al cansancio y a la rutina porque parece que todos los días son iguales, sin brillo de novedad alguna, y sin embargo, cada jornada confinada puede llenar el aire de sorpresas, de encuentros, de noticias que se me van quedando dentro si hago espacio en mi corazón. Y no ignoro que muchas personas están sufriendo intensamente la enfermedad y la muerte, la carencia de elementos básicos para vivir como seres humanos y no me repliego en mí, sino que mantengo ojos, oídos y corazón abiertos para que me lleguen otros aires, no siempre agradables, pero de los que no puede alejarme.

Las leyes sanitarias nos imponen un modo de vivir, un ritmo, nos confinan en casa, nos obligan a la permanencia, pero no llegan a mi interioridad, sigo siendo yo dueña de mis pensamientos, de mis emociones, de mi silencio y me permito pensar, orar, escuchar música, leer, escribir, admirar la belleza de una primavera que se impone.

Pero esta permanencia puede hacerse difícil si no va envuelta en esperanza, que es la capacidad de creer que es posible aquello que anhelamos y deseamos. Si se matan o se adormecen nuestros deseos, la esperanza no se sostiene porque esperar ya es desear, proyectar, soñar, intuir futuro, vislumbrar que amanecerá un tiempo distinto para esa humanidad sufriente.

Pero la esperanza como la permanencia no indican pasividad, todo lo contrario; encierran una actividad intensa, seguir haciendo camino interior, continuar mirándome en ese espejo que me devuelve mi verdadero rostro sin autoengañarme, proyectar y proyectarme, no permitir que mis sueños se cierren.

Y otra vitamina cuya dosis no conviene olvidar para mezclarla con la esperanza es la confianza; el verbo latino *fidare* se refiere a poder fiarme y a poder creer, hay una fusión con la fe, porque si creo me fío y cuanto más me fío más aumenta mi confianza y más firme se hace mi fe.

Crear, esperar, confiar ... vitaminas que nos revitalizan, en pequeñas dosis pero diarias, permanentes, sin olvido de ninguna de ellas, sin dejarlas para mañana, al día necesitamos esa porción pequeña que nos da el sustento suficiente para levantarnos al día siguiente y sentir que podemos continuar, que hay horizonte, que asoma de nuevo el sol y así sucesivamente hasta que nos van anunciando nuevas fases, etapas con ritmo distinto pero prestemos mucha atención, vamos a seguir necesitando estas vitaminas, poco a poco entramos en modos distintos a los anteriores y podemos sentir la tentación de correr impulsivamente para “vengarnos” del obligado confinamiento y si es así pocos efectos nos han hecho las vitaminas de la permanencia.

También permanecer en esperanza confiada tiene eco evangélico: permanecer unidos a Cristo como la vid a los sarmientos, solamente así daremos fruto. Que esta situación no nos separe de esa fuente de vida, de recibir ahí el cuidado para cuidar a nuestros hermanos y hermanas. Y solamente así podremos dar mensajes positivos, sin ignorar la cruda realidad que nos toca, pero también sin anuncios apocalípticos ni alarmistas, sino por el contrario, dándonos la mano mutuamente para no aflojar, para no ceder al pesimismo que nos debilita las fuerzas. Y con las vitaminas mezcladas de confianza y esperanza, que no falte la dosis de alegría y buen humor que ayudan a permanecer.

Nos puede ayudar recordar la palabra del poeta:

*Hubo mil cosas que no elegí, que me llegaron de pronto  
y me transformaron la vida.*

*Cosas buenas y malas que no buscaba, caminos por los que me perdí,  
personas que vinieron y se fueron, una vida que no esperaba.  
Y elegí, al menos, cómo vivirla.  
Elegí los sueños para decorarla, la esperanza para sostenerla,  
la valentía para afrontarla.*

(R. Kipling)

Y otro Poeta nos dio su promesa:

*“Animo. Soy yo. No temáis”.* (Mateo 14, 25)