



24 de septiembre de 2019
“Sanación interior en Dios”
(Parte VII)

La ascesis: centinela de la libertad

Acercándonos ya al final del tema que hemos estado desarrollando durante los últimos días, estoy consciente de que habría muchos otros aspectos que tratar, con respecto a lo que Dios nos ofrece para la sanación y fortalecimiento de nuestra alma.

Lo que quería mostrar en esta temática es que nosotros, como católicos, tenemos un auténtico camino a través del cual nuestra alma, herida por el pecado original y por los pecados personales, puede ser reanimada por Dios. Si lo recorremos con perseverancia, entonces nuestra alma irá sanando cada vez más, y el Espíritu de Dios podrá impregnarnos.

Así como mencioné en la primera meditación de este tema, no he querido referirme a la sanación de enfermedades físicas ni tampoco de graves daños psicológicos que pueda haber en el alma. Asimismo, no abarcamos en este marco la situación de aquellas almas que estén bajo un fuerte influjo de los demonios, porque todas estas manifestaciones necesitarían de una ayuda especial.

Hoy quisiera hacer énfasis en la importancia de una ascesis prudente, que fortalece y levanta el alma.

Ascesis significa combate o esfuerzo. Esto quiere decir que, con la ayuda de Dios, yo lucho activamente para reconquistar el dominio sobre mis impulsos e inclinaciones negativas. Se trata sobre todo de fortalecer la voluntad.

Con un ejemplo concreto podremos entenderlo con facilidad...

Supongamos que tengo la tendencia a tomar demasiado alcohol. No me refiero aquí a una adicción enfermiza, que normalmente refleja un problema más fuerte; sino que estoy hablando de una inclinación a consumir más alcohol de lo que conviene; es decir, perder la medida.

Entonces, si me dejo llevar por esta costumbre negativa del placer desmedido y demasiado frecuente del alcohol, mi voluntad quedará cada vez más debilitada y caeré en una cierta falta de libertad respecto a esta sustancia. Mi alma estará esperando este deleite, con todos los efectos que trae consigo, y me lo pedirá una y otra vez. Aunque me doy cuenta de que esto no me hace bien, no podré cambiarlo mientras no tome una firme decisión de controlar este problema. Hace falta un acto de la voluntad, que habrá de concretizarse con la ayuda de Dios. ¡Y cuanto antes, mejor!

Lo que hemos dicho en este ejemplo referente al alcohol, cuenta para muchos otros

campos que podrían pasar más desapercibidos. Son todos aquellos campos que no tengo controlados con mi voluntad, en los que, de una u otra forma, me dejo llevar, de manera que pueden ejercer dominio sobre mí. No se trata aquí de pecados concretos - aunque, por supuesto, al ceder a mis debilidades tendré más disposición a caer en pecado. Antes bien, se trata aquí de que se pierde el dominio sobre sí mismo, de dejar de ser el “señor en la propia casa”; es decir, controlar las situaciones a través del entendimiento, de la voluntad y de la ayuda del Señor.

Entonces, será la ascesis la que nos ayude a reconquistar este dominio, ejercitándonos en ciertas formas de abstinencia. En el contexto de la temática que estamos tratando, no se trata de una renuncia drástica o absoluta a todos los placeres naturales, aunque esto podría ser oportuno en ciertas formas de vida particularmente ascéticas. Aquí nos referimos a refrenar las pasiones desordenadas, a no dejarnos llevar por la corriente de nuestra naturaleza humana caída.

La sanación del alma a través de una prudente ascesis, consiste en que ella recupera su libertad y, por ende, su dignidad. De esta manera, pueden sanar las profundas heridas que el pecado original le provocó.

El concepto de ascesis está relacionado con el dominio de sí mismo, aunque en nuestra meditación queremos enfocarlo directamente en el camino de seguimiento del Señor.

La ascesis para reconquistar la libertad no concierne solamente a nuestros comportamientos a nivel exterior; sino que también abarca aquellos campos en los que hay una falta de libertad más sutil; como, por ejemplo, la tendencia a hablar en exceso, a entretenerse demasiado en cosas de poca importancia, a atraer la atención de las personas sobre uno mismo, a ocuparse mucho tiempo en uno mismo y en su apariencia, con la vanidad que ello implica; la tendencia a discutir sobre cosas innecesarias, entre muchas otras inclinaciones que podríamos tener... A fin de cuentas, se trata de que en todos los campos donde exista un desorden espiritual en nuestra vida, nos esforcemos en reestablecer el orden que corresponde.

La ascesis refrena también los pensamientos y sentimientos, y es el guardián de toda nuestra vida, no a modo de un control severo que te privaría de cualquier gusto y alegría; sino como un custodio de la libertad. La ascesis identifica por sí misma dónde aún quedan carencias de libertad, tanto en la vida interior como en la exterior; así como también permite que Dios se lo muestre. Una vez habiéndolas reconocido, se esfuerza en vencerlas constantemente.

Podemos comparar a la ascesis con las riendas de un caballo, con las que el jinete lo direcciona hacia donde quiere ir. Así, la ascesis nos ayuda a emprender con nuestra voluntad y entendimiento el camino por el cual el Señor quiere guiarnos.

La ascesis será una lucha y un esfuerzo constante, hasta el final de nuestros días, porque

siempre estaremos confrontados a las inclinaciones de nuestra naturaleza caída, que, mientras dure nuestra vida terrena, no quedarán aniquiladas. Pero por medio de la ascesis podemos adquirir una mayor libertad, aunque haya derrotas, y así podremos elevarnos más fácilmente hacia Dios. Ya no nos perderemos tanto en las cosas de este mundo, porque no permitiremos que ejerzan su dominio sobre nosotros. Esto cuenta también para la relación con las personas, que también requiere de libertad interior, para que, por un lado, no se generen ataduras y apegos desordenados, y, por otro lado, puedan ser cada vez más profundas las verdaderas relaciones.

¡Dios es el único Señor de nuestra vida, y sólo a Él queremos pertenecerle por completo, sin límites! Por eso, a través de la ascesis ponemos cuidado en que sea el dominio de Dios el que se realice en nosotros, sin ser limitado por nuestras carencias de libertad a nivel exterior e interior.