



Jesús subía a la montaña para encontrarse

En la actualidad, estamos constantemente buscando hacer cosas que nos llenan de felicidad y alegría para lograr mantenernos bien, tanto física como emocionalmente, pero esta búsqueda se hace compleja, ya que vivimos en una sociedad que se caracteriza por la falta de tiempo que tienen las personas. También, muchas veces las redes sociales absorben gran parte de nuestro día, llevando a una mentalidad de preocupación por lo superficial. Para ver esto en nosotros es cosa de preguntarse cuántas veces hemos revisado el celular esperando una nueva notificación. Todo esto nos puede hacer sentir bien en un corto plazo, pero ¿realmente este tipo de actividades llenan mi vida? Éstas solamente entregan una felicidad aparente y momentánea porque nuestro corazón y nuestra vida espiritual no puede alimentarse exclusivamente de este tipo de cosas y busca más allá.

Ahora cabe preguntarse, ¿dónde debo buscar la felicidad? ¿Qué actividades me pueden ayudar? Lo más probable es que existan varias respuestas, y que ninguna sea más correcta que otra, pero me voy a centrar en un camino que a mí me ha ayudado a buscar la felicidad y a sentirme satisfecha tanto física como espiritualmente. Tal vez sólo debemos detenernos un poco y observar las cosas lindas que nos entregó Dios a través de la creación. Una de ellas es la naturaleza, la cual se puede manifestar de varias formas, por ejemplo, a través del mar, la flora, la fauna y las montañas. Esta última es especialmente importante para nuestro proyecto CIMA, en el que subimos cerros con niños de la Capilla María Santísima, haciendo una misa en la cima, para aprender que Él no se encuentra solo entre cuatro paredes y que amarlo implica pasarlo bien, hacer comunidad, cuidar nuestro cuerpo a través del deporte y cuidar la casa común. Cuando uno sube un cerro o hace algún paseo y logra llegar a la cima después de un gran esfuerzo, se tiene una sensación de sentirse más cerca del cielo, podemos experimentar la grandeza de la creación y nuestra pequeñez, y ahí, alejados de la ciudad, podemos estar en silencio y soledad, que es cuando es más fácil encontramos con Él y escuchar su voz. Esta es una experiencia de Dios muy fuerte, donde se respira profundamente y se siente el aire limpio, que nos permite descansar en Él. Además, desde ahí podemos observar todo lo que se encuentra a nuestro alrededor, lo que Dios nos ha regalado, cultivando así una actitud de agradecimiento y tomando conciencia de su amor por mí. Así, observando la creación, volvemos a una simpleza que nos genera paz y tranquilidad. Esta experiencia de sentirse más cerca de Dios cuando se logra llegar a la cima me produce ganas de quedarme ahí, al igual que los apóstoles en el monte Tabor, “Que bien estamos aquí, hagamos tres tiendas” (Mc. 9, 5-6), pero uno necesita bajar para poder compartir con amigos, familia y a todo aquel que encuentre en mi camino, este tesoro que es la experiencia de sentirme cerca y amado por Dios, y contar

toda la tranquilidad y paz que trajo en mi interior, lo único que me sacia. Es una sensación difícil de explicar, pero podría decir que cuando uno tiene ese contacto directo con la naturaleza, sin nada que te provoque alguna distracción, se genera una especie de purificación, ya que es la imagen de Cristo reflejado en la naturaleza.

Una de las actividades que me permite tener este contacto directo con Dios y la naturaleza, es nuestro proyecto CIMA, porque si bien existen muchos grupos que hacen trekking, aquí hay algo distintivo que es sentir a Cristo en medio de la naturaleza y especialmente de las montañas. Esto genera un bienestar tanto físico como mental, ayuda a la desconexión. Además, contribuye con el cuidado de nuestro cuerpo, que, al igual que una casa, debe ser cuidado y hay que preocuparse de él, lo que es una muestra de amor propio y amor al que me lo dio como regalo para realizar tantas cosas que me entregan alegría y que me mantienen contenta, desde permitirme subir un cerro hasta comulgar en la eucaristía. Pero, como dije anteriormente, es importante y necesario compartir esta experiencia e invitar a mis amigos y familia, porque, ¿qué saco con sentir a Dios sin compartirlo? El amor verdadero, como nos dice San Pablo en sus cartas, no es egoísta, no busca quedarse con lo encontrado para sí mismo; al contrario, es expansivo, se desborda, y por eso, al sentir realmente al Amor, uno solo quiere compartirlo con todos, uno quiere que todos puedan experimentar lo mismo. Por esto es necesario compartir los momentos que, por muy simples que sean, llenan nuestra vida espiritual que, al igual que nuestro cuerpo físico, debemos cuidar, siendo uno el reflejo del otro pues, cuando se habla de cuidar nuestro cuerpo es necesario tomar este segundo aspecto, porque es el que le da sentido a nuestra vida y es algo que todo ser humano posee, ya que Dios nos hizo a cada uno de nosotros como seres espirituales y corporales, porque nos hizo bajo su imagen y semejanza. Tomando en cuenta las palabras de Juan Pablo II “el yo es la unión del alma y el cuerpo”.

Por último, me gustaría expresar unas palabras para quienes no tienen fe. Lo más probable es que varias personas estén realizando este tipo de actividades, con alegría, solidaridad, compañerismo, sin buscar a Cristo en ellas; sin embargo, sin saberlo están haciendo lo que Dios quiere, que es vivir una espiritualidad desde donde yo puedo aportar, desde mi originalidad, ayudando al prójimo y preocupándome de él. Y les puedo asegurar que centrándose en este camino, van a ir sintiéndose de a poco más felices, pues la felicidad está en entregarse a los demás, en amar y ser amado.