

LO ESENCIAL ES LO INTERIOR

Seudónimo: Chirivella. Ciclo: Bachillerato

"Lo esencial es lo interior". Es la inmortal frase que nos dejó Chaminade, tan conocida que en ocasiones es hasta ignorada, pese a guardar una verdad tan cierta como necesaria de entender. Este tiempo de cuarentena le ha dado a Chaminade la razón ante aquellos que no se lo querían creer.

Acostumbrados a una rutina sin pausa, por primera vez en mucho tiempo la situación nos obligó a parar y sentir, y eso que no es fácil sentir, o quizá esta no es la forma adecuada de expresarlo, porque todos sentimos, incluso sin darnos cuenta: lo difícil a veces es descifrar esos sentimientos y emociones que recorren nuestro cuerpo, que son lo que nos construye como personas, como unidad, diferenciándonos de los demás. Durante el tiempo de cuarentena, son incontables los sentimientos que he experimentado, desde la alegría causada por la inocencia cuando se anunció que pasaríamos quince días en casa, hasta puntos de desesperación y estrés, pasando por altibajos que afectarían a la estabilidad emocional. El tiempo de confinamiento sirvió como oportunidad para todos los que la quisieron aprovechar, para entender mejor nuestros sentimientos y, de esta forma, conocernos mejor a unos mismos, conocer cómo somos ante nosotros mismos y no ante el resto.

Por supuesto, tan importante como el confinamiento lo es la causa, la pandemia mundial por el Covid-19. Todos nosotros estamos viviendo una situación que se sale de lo ordinario, y aunque al principio fuera difícil, nos hemos tenido que adaptar y actuar en consecuencia.

Nuestra responsabilidad como sociedad nunca había sido tan grande, pudiendo tener cada uno de nuestros actos una influencia crucial. Lo más obvio es llevar la mascarilla y seguir los protocolos, evitando los contagios en la mayor medida posible, aunque la responsabilidad no termina ahí. Somos responsables de cuidar a nuestros mayores y a la gente con menos recursos y más necesidades, debemos encargarnos de que estén bien atendidos, y de que no sientan que están solos pese a que el contacto físico se haya limitado.

La abnegación en el sacrificio, la satisfacción de saber que has hecho las cosas bien, también son parte de esos sentimientos y emociones que nos construyen como personas.

A lo que he querido llegar, es a que todo el tiempo que hemos estado confinados, "encerrados con nosotros mismos", ha sido un ejercicio para conocernos mejor, entender nuestras emociones y conductas y descubrir qué es lo esencial en nuestras vidas, porque, cómo dijo Chaminade, más allá de todo lo material, "lo esencial es lo interior".