

# PREPARAR NUESTRO DESCONFINAMIENTO

Publicación Original en: [america.cmtpalau.org](http://america.cmtpalau.org)  
Por: Provincia Virgen de Guadalupe

**Fray Patricio Jara**  
Orden Carmelita Descalza

## Valorar los Hábitos Virtuosos Adquiridos

Alrededor de los últimos seis meses de nuestra vida nos hemos visto en la necesidad ineludible de experimentar el confinamiento como medida en beneficio del bien común. No solo ha cambiado la manera de relacionarnos, evitando el contacto físico, sino que todo nuestro estilo de vida se ha visto afectado y transformado por las consecuencias de esta pandemia.

Necesariamente nuestros trabajos, rutinas, tiempo libre, sociabilidad, etc. han evolucionado con un alto porcentaje de creatividad, permitiendo, a través de estas incomodidades, transformar nuestros hábitos y, sobre todo, “re-inventarnos”. Sin embargo, hoy vislumbramos en el horizonte un nuevo desafío; el desconfinamiento. De aquí nace mi inquietud personal: volver a retomar nuestra vida, ¿puede llegar a significarnos la pérdida de los hábitos virtuosos adquiridos en este tiempo? ¿La cierta normalidad puede ayudarnos a “des-aprender” las experiencias de desarrollo personal que hemos logrado integrar en nuestro día a día? Creo que el famoso ajeteo cotidiano, puede llegar a convertirse en un posible fantasma, sin duda. Pero este fantasma puede ayudarnos a iniciar un proceso de cuestionamiento sobre aquellas cosas que “no quisiéramos perder” o dicho de otro modo; que “quisiéramos seguir cultivando” en nuestras vidas. En definitiva, creo que “vale la pena” regalarnos un tiempo para preparar nuestro desconfinamiento.

Hace unos meses tuve la oportunidad de leer “Cuarentena. Cómo lograr la armonía en casa”, escrito por Anselm Grün. Su lectura me acompañó justamente en un tiempo en el cual iniciaba mi confinamiento al cuidado de mi padre enfermo de Alzheimer. Su lectura me aportó varios elementos interesantes para integrar en mi día a día, ya alejado de las comodidades cronotípicas y materiales de mi comunidad religiosa. En su contenido el autor comparte algunos criterios benedictinos para una vida enclaustrada; la necesidad de integrar una estructura y ritmo diario, la capacidad de retomar viejos objetivos, y proyectar unos nuevos, valorar esos espacios de nuestra casa que nos signifiquen un refugio de libertad, cuidar una proporción saludable entre cercanía y ausencia con quienes vivimos, trabajar la apertura a comunicar nuestras emociones y finalmente,

trascender de nuestras propias necesidades cultivando el “cuidado y solidaridad” con aquellos que nos rodean <sup>1</sup>. Estos elementos, nacidos desde la experiencia benedictina, me hicieron proyectar y estructurar mi confinamiento con el deseo de seguir cultivando aquellos aspectos que suman en mi vida, que me brindan la posibilidad de seguir creciendo, que me aportan felicidad.

Ahora bien, posicionándonos en este tiempo en el cual empezamos a proyectar la salida del confinamiento, pienso que ese mismo deseo de cultivarnos podría estar presente, no “paso a paso”, sino “a cada paso” de nuestra vida. Pensémoslo de esta forma: si muchas de nuestras instituciones (gubernamentales, eclesiales, laborales, etc.) están hoy desarrollando protocolos para el desconfinamiento. ¿No será acaso justo que también desarrollemos nuestros propios protocolos con el deseo de volver a retomar nuestra vida? ¿No será razonable que reflexionemos en aquellas cosas buenas que hemos hallado y que no queremos perder en adelante? Quizás con la pandemia has vuelto a cultivar ese pasatiempo que por mucho tiempo desatendiste; leer un buen libro, terminar esa novela que por meses dejaste inconclusa, seguir desarrollando tu interés por ese tema en el que te encanta investigar y darle vueltas; arreglaste tu casa, ordenaste esa habitación abandonada, ornamentaste con plantas algunos espacios bellos o quizás aprendiste a cocinar algo rico; o quizás, simplemente, retomaste el ejercicio de una conversación gratuita con tus seres queridos, ya sea cara a cara, o ya sea por redes electrónicas. ¿Qué cosas buenas de este confinamiento quisieras conservar en el futuro de tu vida? Pasando todo esto por mi propia experiencia de vida y carmelitana, quisiera contribuir con un nuevo “giro de tuerca”. Quisiera ofrecer, desde nuestra espiritualidad, algunos puntos que nos aporten para proyectar una eventual salida del confinamiento.

## Aspectos Carmelitanos para el Desconfinamiento

Uno de los primeros ejemplos que quisiera traer a nuestra reflexión nace desde la experiencia de Juan de la Cruz.

<sup>1</sup>Anselm Grün, “Cuarentena. Cómo lograr la armonía en casa”, Herder, Barcelona 2020

Recordemos el confinamiento que sufrió en la cárcel de Toledo (1577-78) tras la persecución en los inicios de la familia descalza. Esos nueve meses que vivió de intensos sufrimientos en un “*sucucho*”, que no era más que “*un hueco en la pared*”<sup>2</sup> reutilizado para funcionar como cárcel. La estrechez de su reclusión la vivió con apenas algo de luz para poder rezar con su breviario, con un espacio tan reducido que apenas siquiera le permitía dar algunos pasos, con hambre, con frío, con humedad y con soledad. Esos dolorosos nueve meses hicieron “*parir*” los más hermosos versos de su legado. Un contraste de inigualable fecundidad. De esta dura experiencia de fray Juan es que hoy nosotros podemos seguir sacando provecho. Pero no nos engañemos; este pozo de sabiduría que encontramos en sus obras mayores de Subida, Noche, Cantico y Llama, no es más que una progresiva maduración que brota de la originaria vivencia de su reclusión dolorosa<sup>3</sup>.

Me pregunto por nuestras propias “*experiencias de cárcel*” en esta pandemia. Aquellas que nos han concedido algún momento de desazón, de sufrimiento, o de algún tipo de incomodidad. Quizás para ti significó un sufrimiento los roces que se han dado en la convivencia familiar cotidiana o quizás tu experiencia de confinamiento resintió en todo aquello que se topa con tu libertad, es decir, te has sentido como “*encarcelado*”. ¿Qué hemos hecho con esas vivencias? ¿Las hemos guardado en el cajón de los rencores? ¿O han pasado por un proceso de transformación? Proyectemos nuestro desconfinamiento con la altura de mira necesaria para ir más allá del recuerdo del sufrimiento. Más aun, utilicemos esas experiencias para sacar en limpio aquello que hemos aprendido de nuestro carácter, aquello que antes no conocíamos de nuestra personalidad. Dejar de culpar al otro por nuestras propias pobreza personales no solo es algo que te ayudará en lo que queda de pandemia. Sino que más bien es un nuevo nivel de autoconocimiento que puede aportar en tu desarrollo social y laboral, en el contacto con el incordiante. Dicen que las ostras van creando su perla en la medida que van revistiendo con saliva aquel cuerpo que las hirió previamente. ¿Qué perlas deseas ofrecer a los prójimos después de este confinamiento?

El segundo ejemplo que quisiera citar surge desde la vida del Beato Francisco Palau. Recordemos las intensas jornadas misioneras, las cuales se sucedían, armoniosamente, con otras intensas jornadas de soledad. Lugares icónicos como la cueva de Aitona, el islote de El Vedral,

<sup>2</sup>José Vicente Rodríguez, “San Juan de la Cruz. La Biografía”, San Pablo, Madrid 2012, 304.

<sup>3</sup>Pasaron algunos años para que tan desdichada experiencia empezara a dar frutos con creces. Los hermosos versos, sembrados entre lágrimas, fueron cosechados entre cantares por muchos interlocutores que se enriquecieron con la sabiduría de aquel frailesco. De entre ellos podemos contar a jóvenes en formación religiosa, alumnos del colegio de Baeza, monjas carmelitas, laicos dirigidos y dirigidas. Solo por petición de algunos, y para que sus enseñanzas pudieran seguir ayudando a otros, el Santo accedió a plasmar una explicación en prosa de aquellos bellos poemas gestados desde la cárcel de Toledo.

Montsant, representan en su vida refugios de intimidad con Dios y los prójimos<sup>4</sup>. Sin embargo, advirtamos la diferencia con el aspecto biográfico de Juan de la Cruz. La reclusión palautiana se da en el contexto de un proceso voluntario, lo alejado de sufrimientos y carencias, está claro. Pero con la intencionalidad deliberada de alguien que se lanza a la aventura de una búsqueda permanente. ¿Cuál es la peculiaridad del día a día del ermitaño? A mi parecer diría que su cotidianidad solitaria podría definirse simplemente como “*creativa*”. No solo realiza mínimos irrenunciables, como lo es el rezo de las horas, la celebración de la misa u otros actos devocionales propios de su vida religiosa sino que se regala el tiempo para dedicarlo a sus dotes de escritor o quizás rumea algunos núcleos doctrinales de sus obras (su propia “*vida solitaria*”, su propia “*lucha del alma con Dios*”, sus propias e íntimas “*relaciones con la Iglesia*”). Se da el tiempo para contemplar la naturaleza y meditar en ella<sup>5</sup>. Responde correspondencia. Escala riscos. Duerme, come, repara sus fuerzas, etc.

Anselm Grün, refería en su libro, el valor que tiene labrar la interioridad a partir de la búsqueda de “*nuestros nichos*” de libertad. Estos son los espacios físico-temporales en los que cultivamos lo que somos, en los que hacemos florecer nuestra identidad. En este tiempo de reclusión involuntaria, ¿en qué lugares de tu casa, o en qué momentos te enclaustraste voluntariamente? Quizás tu habitación, tu sillón, tu escritorio, tu jardín, tu mesa, tu cocina, etc. se convirtió, simplemente, en un refugio para ser tú mismo. O quizás no fueron lugares, sino espacios de tiempo. Así, un refugio para la interioridad, también se puede dar en el tiempo invertido en el transporte público, o en el tiempo dedicado a hacer aseo, o dedicado a cocinar, o en aquel “*ratito fecundo*” antes de dormir. Personalmente este es mi caso. No siempre he podido dedicar el mismo horario y espacio para la intimidad con aquel “*dulce huésped del alma*” (las personas que han cuidado a algún enfermo sabrán lo demandante que esto es). Por eso, poco a poco, me fui dando cuenta que, al atardecer, podía contar con un espacio de tiempo en el que sacaba a caminar a nuestra perrita. Ahí, en medio del monte, con soledad y silencio, aquellas largas caminatas, se han convertido para mí en un fértil refugio. La tarea es encumbrada. Al terminar este aislamiento ¿qué refugios quisieras cultivar y conservar en adelante?

La tercera metáfora para nuestra vida quisiera extraerla desde la experiencia de Teresa de Ávila. En un periodo específico de su vida. Estoy pensando en el tiempo que se sucede a la primera fundación de San José (1562). De

<sup>4</sup>Es de notar aquí algunas de las muchas ermitas que fundo y visitaba regularmente para encontrar algo de paz y descanso. De entre estas: la ermita de Santa Cruz, la e. de San Honorato, la e. de Es Cubells, la e. de San Bartolomé, la e. de Ntra. Sra. del Carmen.

<sup>5</sup>Este espacio de contemplación de la naturaleza le permitió sacar características de cada una de las flores de su alrededor. Y perfeccionar, con una inigualable pedagogía, un ejercicio mensual en honor a María. Plasmado, finalmente, en uno de sus libros, “*Mes de María*”.

aquí, quisiera extraer tres elementos para nuestra reflexión. El primero tiene relación con el “descanso”. Así, aquellos primeros cinco años de enclaustración en San José fueron importantes para ella en cuanto significó una pausa entre dos misiones<sup>6</sup>. Expresará que aquellos años fueron “*los más descansados de (su) vida*”<sup>7</sup>. Me recuerda la vida de nuestro padre Elías, que antes de emprender el largo camino, Dios lo llama a restaurar sus fuerzas<sup>8</sup>. El segundo elemento lo expresaría como un “*confinamiento en movimiento*”; en los años posteriores a este descanso, Teresa se ve inmersa en largos recorridos viajeros, múltiples fundaciones y variadas relaciones sociales. Dicen los estudiosos que la carreta, su fiel compañera, llegó a convertirse en su propio claustro. Progresivamente la Santa abulense va logrando integrar confinamiento y movilidad, ya no como contrarios, sino como aspectos que pueden llegar a complementarse. El tercer elemento asume los dos anteriores, y tiene relación con la capacidad de “*jugársela*” por un bien superior, por un propósito, por el deseo de emprender nuevos proyectos. Los largos momentos de oración, de fruición y respiro en San José, desencadenan en ella la armonía necesaria para vislumbrar los nuevos caminos que el Señor le invita a recorrer. Y junto con ello, la oración aporta en ella, desde el claustro de su carreta, la misma armonía necesaria para conservar la paz en medio de las diversas vicisitudes de su tarea fundacional.

Con varias personas con las que he logrado mantenerme en contacto en esta pandemia he contemplado lo que significa trabajar por vía telemática o lamentablemente, en los casos más dolorosos, tener que “*pararte*” por falta de trabajo. Por eso dicen que “*Dios escribe derecho, pero con líneas torcidas*”. Porque para muchos de nosotros el confinamiento nos ha regalado la oportunidad para descansar un poco más de lo habitual; para dormir hasta un poco más tarde o para “*bajarnos de la micro*”<sup>9</sup> y tomarnos las cosas con más calma. Este descanso para muchos no ha sido buscado voluntariamente, pero lo más probable es que nos haya ayudado a hacernos esas preguntas esenciales de la vida. Quizás para ti fue un descanso que cuestionó la manera en cómo llevabas hasta hoy tu historia personal. Me pregunto si hemos logrado valorar lo que significa “*bajar las revoluciones*” del ajetreo cotidiano. O dicho de forma contraria, si hemos logrado comprender lo poco saludable que es vivir con un alto nivel de estrés. Cuando tengamos que volver a nuestras actividades ¿Qué aspectos actuales quisieras atesorar en tu vida para vivirla con un mayor sosiego? ¿De qué forma deseas conservar en adelante la armonía de tu alma en medio de tu trabajo cotidiano? ¿Qué cambios deberías proponerte para lograr que tu cuerpo descanse lo necesario? O quizás, por otro lado, este tiempo de

<sup>6</sup>Refiero aquí a su primer discernimiento y misión de cara a la fundación de San José. El segundo discernimiento y misión, en las siguientes fundaciones a lo largo de España.

<sup>7</sup>Santa Teresa de Jesús, Fundaciones I, 1.

<sup>8</sup>1 Reyes 19, 4 - 8.

<sup>9</sup>Expresión que literalmente significa “bajarse del autobús”, y cuyo sentido quiere decir dejar el ajetreo de la rutina diaria.

mayor tranquilidad te ayudo a reflexionar nuevos proyectos a futuro, a expandir la creatividad de tu labor personal. ¿Cómo quisieras emprender estas nuevas mociones de tu espíritu? Así como en la historia de Teresa tengamos presente en este retorno: el descanso necesario, la armonía en medio del ajetreo, y la parresia en el emprendimiento de nuevos propósitos.

El último ejemplo que quisiera citar aquí me parece relevante extraerlo de la vida de Santa Teresa Benedicta de la Cruz. Habiendo hecho un proceso de conversión desde el judaísmo, siendo ya reconocida profesionalmente desde el mundo de la filosofía, trabajando fuertemente por la promoción de la mujer, cooperando con perseverancia en el desarrollo catequético y evangelizador de su diócesis, Edith Stein decide, finalmente, abandonarlo todo y consagrarse como religiosa en el Carmelo de Colonia. Pero su discernimiento personal no se quedó estático y estéril. Por el mundo prorrumpía una de las peores pandemias humanas del siglo XX: el exterminio nazi se levantó como una pandemia de la superioridad, de la indolencia, de la deshumanización. Su respuesta contextual fue concretizar la donación de su vida, ya celebrada desde su profesión religiosa. Valerosamente decide abandonar su “*segura enclaustración*” para entrar voluntariamente en otro confinamiento, en el horror de los campos de concentración de Auschwitz. Con ello, buscaba solidarizar con los sufrientes de su pueblo, buscaba la esperanza de compartir su martirio. Con la fidelidad de un Dios que no abandona a su pueblo, aún en las peores circunstancias, logra su cometido muriendo en la cámara de gas en agosto de 1942.

Durante estos meses me ha llamado mucho la atención la manera en la cual se ha propagado la solidaridad universal, como una especie de “*vacuna humana*” de cara a nuestro difícil contexto actual. Ya lo compartía con algunos hermanos: —“*si Dios es bueno, esta pandemia no es un castigo, sino la posibilidad para sacar lo mejor de nosotros*”—. Por eso meditaba en el confinamiento de Teresa Benedicta. Porque para muchos de nuestros prójimos, creyentes y no creyentes, la pandemia ha suscitado la posibilidad de salir de nuestras propias seguridades, de nuestra propia zona de confort. Para dejarse interpelar por el llamado urgente de ayudar al necesitado, de organizar ollas comunes, de prestar algún servicio, de desnudarse para vestir las carencias de “*un otro*”. En el caso de mis hermanos de comunidad fue el deseo de alimentar el alma a través de las misas y otros servicios por redes sociales; y complementando aquella misión, alimentar los cuerpos físicos de los prójimos en situación de calle a través del ofrecimiento de alimentos. ¿Qué acciones que tú has contemplado en este tiempo te han inspirado la posibilidad de ayudar a otros? ¿Te has dejado conmovir, o has logrado salir de tu zona de confort, a través del dolor de aquellos que lo han pasado mal en esta pandemia? ¿Qué acciones solidarias han brotado en tu experiencia humana? ¿Has pensado que existe la posibilidad de seguir solidarizando, aun después de este tiempo de emergencia sanitaria? ¿Cuánto de todo esto quisieras seguir cultivando en adelante?

## Miedos y Preocupaciones al Salir

Puede ser que todo lo que hayamos vivido en estos meses de confinamiento tenga más de “*agrás*” que de “*dulce*”. Sin embargo, de alguna manera el coronavirus nos ha ayudado a sanar socialmente: a comprender nuestros egoísmos enfermizos, advertir sobre nuestros consumismos innecesarios, visibilizar nuestras estructuras sociales segregantes, a evidenciar el daño que infringimos a nuestro ecosistema, a vivir ocupados por nuestros hermanos sufrientes, a comprender que cuidándonos cuidamos a los demás. Hoy tenemos la libertad de elegir con aquello que nos queremos quedar, con la mitad vacía o la mitad llena del vaso. Por otro lado, para muchos puede provocar mucho vértigo abrazar el mañana. Algunos de estos miedos pueden tener relación con el síndrome de la cabaña, o con la agorafobia. Sin embargo, es necesario hacernos conscientes de nuestras preocupaciones y temores frente a la posibilidad de volver a salir de nuestros hogares y volver a tener un cierto contacto social. Por eso es bueno hacer una pausa para ir evaluando lo que ha sido este tiempo.

Finalmente, quiero presentártelo de la siguiente manera. Toma este retorno como un “*ejercicio espiritual*”. De hecho, una de las imágenes de Anselm Grün, que fueron muy sugerentes para mí, fue la de considerar este tiempo de cuarentena como un símbolo de nuestro ejercicio cuaresmal. Sabemos que el significado bíblico del número cuarenta comprende el paso de una realidad a otra, muchas veces con la imprescindible experiencia del sufrimiento. Pero que, haciendo el recorrido, confiamos en que nuestras realidades esclavizadas pueden llegar a transfigurarse en la liberación de nuestros temores. Hoy tenemos la oportunidad de detenernos, reflexionar y decidir con aquello que deseamos quedarnos; ejercer nuestra libertad de elegir según lo que la “*Ruah*” de Dios inspira en nuestros corazones. Y al ir terminando este desértico camino dejémonos también inspirar por aquellos carmelitas que desde un contexto de confinamiento lograron hacer de su “*propia tierra*” un lugar fecundo, compartiendo leche y miel con sus prójimos.

Chillán (Ñuble-Chile), Septiembre 2018. Publicado 02 Octubre 2020.