

## *Experimentar que no estamos solos*

La vida nos hace sentir, en ocasiones, una cierta soledad experimentando tristeza, angustia, desconsuelo y emociones que nos impiden seguir adelante. Algunos llaman "desierto" a estos momentos. Son ocasiones para entrar en nuestro interior y poder experimentar que no estamos solos, porque es precisamente ahí, en ese lugar, en esa nueva situación, que podemos percibir una presencia o el calor de quiénes están a nuestro lado.

Es una oportunidad para no detenernos y encontrar un nuevo sentido a la vida, a las cosas que nos han sucedido y así orientar nuestras acciones de acuerdo con esta nueva percepción.

Sin embargo, debemos intentar reavivar la conciencia de que, más allá de nuestros sentimientos en ese momento, no estamos solos en nuestro camino, el amor existe en nosotros y a nuestro alrededor y podemos hacerlo florecer incluso en nuestros "desiertos". No huuyamos de las situaciones pesadas y dolorosas, aprovechémoslas para descubrir a quienes están a nuestro lado con su amor y busquemos una relación con ellos y, si lo consideramos oportuno, compartamos el dolor que nos entristece.

Este compartir puede sostenernos y nos permitirá barrer ese sentimiento de soledad que parecía oprimirnos y volveremos a encontrar la libertad de amar a quienes nos rodean.

Así, seguros y protegidos por la presencia de este amor que nos acompaña, podemos volver a ser mensajeros, portadores de este amor: estando atentos a las necesidades de los demás, ayudando a nuestros hermanos y hermanas en sus "desiertos" sin juzgarlos, compartiendo sus alegrías y sus penas.

El mayor esfuerzo es comprender que esos sentimientos y emociones tristes que sentimos surgen de necesidades vitales irrenunciables, como la comprensión, la confianza, el compartir, la estima, el consuelo, la comunión; pues bien, tratemos de satisfacer esas necesidades con quienes puedan ofrecérnoslas, y al mismo tiempo mantengamos los ojos abiertos a la humanidad en la que estamos inmersos, ofreciendo una actitud de comprensión y estima hacia un amigo perdido como nosotros, una palabra que compartir hacia quien busca un sentido y una respuesta a los muchos porqués de la vida: amigos, familiares, conocidos, vecinos, compañeros de trabajo, personas con dificultades económicas y tal vez marginadas socialmente, siendo un estímulo para quienes han perdido la fe en su futuro.

De este modo, podemos afrontar las dificultades de la vida junto con los demás y descubrir en los desiertos que atravesamos ese "hilo de oro de amor" que nos abrirá a la esperanza, recuperando esa confianza, que parecía haberse desvanecido, en nosotros mismos y en los demás.

# IDEA DEL MES

Febrero 2023

Esta fue la experiencia de P., que vivió sola durante la pandemia. Cuenta que, desde el principio del cierre total de todas las actividades en su país, se quedó en absoluta soledad en casa, sin nadie cerca con quien compartir esta experiencia y tratando de ocupar el día lo mejor que podía. A medida que pasaban los días, el desánimo era cada vez mayor. Le costaba conciliar el sueño por las noches y le parecía que ya no podía salir de la pesadilla de soledad que la oprimía. La fuerza para no sucumbir le vino al pensar que había tanta gente a su alrededor a la que podía pedir algo o dar algo. Para su sorpresa, experimentó que en el amor dado o recibido había una gran fuerza que le impedía seguir derrumbándose. Pequeñas señales y destellos de luz de amigos fraternos empezaron a llegarle, haciéndole experimentar la certeza de que podía superar la situación. Como aquella vez que, al celebrar el cumpleaños de una amiga por Internet, recibió un trozo de tarta de su vecino.