

El espíritu católico del Descanso

Authored by James Gaston, Issue #6.2 of *The Catechetical Review*

Salmo 127,1

*Si el SEÑOR no edifica la casa,
en vano trabajan los albañiles;
si el SEÑOR no custodia la ciudad,
en vano vigila el centinela.*



Introducción

Cuando le comenté a mi esposa que estaba escribiendo un ensayo acerca del descanso, se suscitó el siguiente diálogo:

Esposa -No lo puedes hacer.-

Yo -¿Por qué no?-

Esposa -No sabes nada acerca de eso. Estás siempre trabajando en algo.-

Yo -Hay algo de cierto en lo que dices, pero el descanso no trata precisamente de lo que se hace cuando uno no está trabajando. Básicamente, es una actitud hacia la vida.-

Este es el punto principal: el descanso, correctamente comprendido, es una perspectiva que tenemos en cuanto al sentido de la vida y el vivirla de forma consecuente. Tal perspectiva, o espíritu, debería de fundamentar y unificar toda nuestra manera de ser. Para el cristiano, el verdadero Espíritu de la vida es Cristo. Cuando nuestro día consiste en el buen trabajo, bien ordenado e imbuido por Él, la vida debe y puede convertirse en una peregrinación personal que fluye de forma personal desde Él y vuelve hacia Él.

El tema de la naturaleza y el papel del descanso es, por lo consiguiente, tema importante. De hecho, le ha intrigado y, a veces, consumido al hombre a lo largo de la historia, y con buena razón. Porque todos compartimos la necesidad de contestar a la pregunta eterna, “¿Qué debemos de hacer para obtener la felicidad?” La respuesta se relaciona de manera directa con la necesidad innata que tiene el ser humano de comprender la relación correcta entre lo espiritual y lo material; la obligación humana de discernir la naturaleza de la felicidad y los medios apropiados que debemos de buscar para asegurarla. La resolución propuesta, y el papel que tiene el descanso, varía mucho, como lo atestiguan las religiones del mundo, los grandes pensadores y las culturas que los acompañan.

Para el cristiano, la felicidad se encuentra en *La Encarnación*. Dios se hizo hombre para que el hombre pudiera regresar a Dios. Pero, ¿cómo le hacemos para aceptar la promesa y la invitación que nos da Dios para liberarnos de modo que podamos regresar a Él? Debemos de servirle santa y rectamente: santamente en el sentido de que debemos amar a Dios y valorar los dones espirituales de la fe y de la razón, y rectamente en el sentido de que debemos ordenar nuestro día con un esfuerzo honrado por vivir una vida buena y honrosa. Porque tenemos que recordar que, sin Dios, en vano trabajamos, sin importar cuán sagaces y diligentes hemos sido al desempeñar nuestras labores cotidianas. Dicho sencillamente, el descanso no es el tiempo que disfrutamos tras terminar nuestro deber de ganarnos la vida. En lugar de eso, el descanso en verdad debería de ser ese tiempo especial que tomamos para discernir y reflexionar sobre el *qué* y el *porqué* de lo que deberíamos de

estar haciendo en todos los aspectos de nuestra vida. Al permitirle a Dios que se encarne en toda nuestra forma de ser, podemos vivir una vida católica de descanso porque Él “guiará nuestros pasos por el camino de la paz”.

Sí, ciertamente es una enorme tarea, ya que el *espíritu del catolicismo de descanso* involucra a la totalidad de la vocación cristiana. Pero, lo único que queremos hacer aquí es volver a considerar nuevamente algunos de los aspectos fundamentales y prácticos del estilo de vida del cristiano, y hacerlo a pesar de las exigencias de nuestra sociedad moderna. Abordemos este proyecto como obra en tres partes. Primero, ratifica para ti mismo lo que constituye el espíritu cristiano de la vida, y el papel del descanso y del trabajo implícitos en ello. En segundo lugar, vuelve a considerar e implementar algunas destrezas diarias que ayudarán a incorporar y ordenar tu vida y tu trabajo. En tercer lugar, dale mayor vigor al sentido cristiano de la vida, viéndola como una peregrinación personal hacia Dios. Esta perspectiva y enfoque integral enriquecerá tu propia felicidad, y, a su vez, avivará tu llamado de amar y de guiar aquellas personas que están bajo tu cuidado.

Dios y la dignidad del trabajo

Ante todo, es imperativo recordar y ratificar la asombrosa singularidad de la visión católica de la fe y el trabajo razonado que fluye de ella y la aclara. Muchas otras religiones y filosofías niegan o denigran esta relación, ya que son incapaces de apreciar el enlace encarnado entre las dos dimensiones de espíritu y de materia, de pensamiento y de acción. Para enmendar esta dicotomía falsa, volvamos a visitar brevemente la noción pagana de vida y de trabajo, tanto la antigua como a moderna, con tal de aclarar el espíritu y el enfoque cristiano de vida.

Dicho de modo sencillo, las sociedades paganas creen que el vuelo de la persona hacia lo espiritual está impedido o limitado por la dimensión material o por el trabajo manual. Las civilizaciones antiguas (por ejemplo, los sumerios y los egipcios) separaron el descanso y el trabajo como algo necesario para la división del liderazgo y la mano de obra. La casta sacerdotal de liderazgo requería el descanso para sí mismo para poder evaluar el funcionamiento de la ciudad, mientras que los demás involuntariamente desempeñaban el trabajo que se les fue asignado. Este reconocimiento que el descanso es necesario para poder pensar de manera creativa, en lugar de meramente reaccionar de una manera práctica, marca el fundamento de la noción de que el descanso es la fuente o la base de la cultura. El hombre occidental clásico refinó la distinción entre descanso y trabajo, entre la clase dirigente introspectiva y las demás personas. En particular, los griegos sostuvieron que el descanso era la meta real de la vida, ya que le proporcionaba a la persona la oportunidad de conseguir lo mejor de la vida: la libertad para reflexionar sobre y disfrutar de las cosas eternas tal y como ellos las entendían. Pero, la misma limitación se aplicaba aquí también: solo los ciudadanos (masculinos) griegos libres disfrutaban de tal reposo creativo, ya que esto se hacía posible gracias al trabajo manual que desempeñaban los esclavos.

La cristiandad reta directamente la noción de que el descanso es lo que hacemos en lugar del trabajo, o después de realizar el trabajo, o que es algo que otra persona hace. La visión cristiana sostiene que el descanso y el trabajo son aspectos fluidos de la naturaleza del hombre, del conjunto humano de lo espiritual y lo material. Dios creó al universo; por lo tanto, el trabajo humano, o el mundo material, es bueno. Efectivamente, laborar es orar. Además, cada persona tiene el derecho – y el deber – de vivir su vida de una manera tan responsable y unificada. El trabajo, al santificarse, es especialmente bueno y útil como parte de nuestra peregrinación hacia nuestro fin beatífico. Esta visión unitiva de espíritu y materia, de oración y de trabajo, es el fundamento de la cultura medieval

y se revela en la cultura integrada del monasterio y del gremio. Este mismo espíritu comprensivo fundamentaba el *mutatis mutandis*, la cultura cotidiana de los campesinos cristianos europeos.

Este no es el caso de muchos hombres y mujeres modernos. Suelen ser humanistas seculares que suponen que el trabajo mundano es el punto focal de la vida. Este punto de vista surgió con la creencia de la Reforma que la salvación del hombre fuera señalada por el trabajo y el éxito, que la riqueza fuera indicador del estatus espiritual predestinado. Esta noción de felicidad constituye un retroceso de la visión católica romana, porque nuevamente separa el descanso de la labor, la fe de las obras buenas. Además, a medida que el hombre se haya vuelto más mundano, incluso este fin espiritual se ha desvanecido. Lo que queda es la noción moderna, materialista de que el hombre deriva su identidad, su sentido y su valor en base al trabajo que realiza únicamente. Para muchos hoy en día, el trabajo se ha convertido equivocadamente en el fin, y no es de sorprenderse que muchos han llegado a odiar el trabajo que desempeñan y buscan escaparse de ello. Muy adentro de sí, cada uno de nosotros sabe que la vida consiste en más que solo el aquí y el qué hacemos en este momento.

¿Cómo evitar estas falsas nociones que, por un lado, la felicidad espiritual se encuentra al evitar lo material y lo laborioso, o, por otro lado, que la felicidad material se encuentra al idolatrar el trabajo y eludir lo espiritual? Como *debería* de saber todo cristiano, la respuesta es *La Encarnación*. El hombre es llamado a estar en el mundo, pero no ser de este mundo; uno debe de aprender a juzgar lo temporal a la luz de lo eterno. Cuando conformamos nuestra vida de acuerdo a la voluntad de Dios, dentro de las limitaciones y las posibilidades de Su mundo creado, somos capaces de encontrar la verdadera felicidad. Dicho de otra manera, debemos de tomar el tiempo para encontrar nuestro fin último, Dios, y para discernir la manera prudente de volvernos a Él *por medio de* nuestra existencia temporal. Primero y, ante todo, se tiene que pasar de descanso buscando a Dios, para que podamos aprender sabiamente a vivir una vida de trabajo digno.

Cristo nos muestra el camino. Nos enseñó que el Reino de Dios está dentro de nosotros, y que para encontrarlo tenemos que orar. ¿Cuántas veces buscó Cristo la manera para alejarse de las multitudes para poder orar? Sin la oración para guiar y sostenerlo, Él no podía realizar la obra de Su Padre. Pasa lo mismo para todos nosotros. El descanso es el tiempo que dedicamos de manera especial a la oración contemplativa, ya que debemos de interiorizar – encarnar – el amor y la voluntad de Dios para con nosotros. Dios es el Espíritu del catolicismo de descanso. Tómate el tiempo para alejarte de lo mundano, para conocer y amar a Dios, y buscar la sabiduría necesaria para una evaluación veraz de nuestro trabajo.

Sin embargo, allí no termina. El mismo tiempo dedicado es necesario para el discernimiento de nuestro esfuerzo por alcanzar nuestro fin salvífico. Es ese tiempo que pasamos lejos de la lucha de vivir y de ganarnos la vida, para que podamos utilizar nuestro intelecto para reflexionar sobre la voluntad de Dios para con nosotros y nuestro viaje. Durante un respiro de esta índole, nos “recreamos”, y discernimos de nuevo nuestras metas para la vida y los objetivos intermedios. Es tiempo para la reflexión y el examen de sí mismo. Una autoevaluación de este tipo debe de englobar todos los aspectos de la vida – el sentido de nuestro estudio, nuestra elección de profesión, nuestras relaciones con los seres queridos, nuestra mayordomía de los dones naturales que nos ha dado Dios, todo.

En resumen, el descanso no es tiempo que pasamos fuera del trabajo. Es aquel tiempo que pasamos llegando a conocer a Dios y a trabar amistad con Él para que, a diferencia del hombre moderno, encontremos nuestra identidad como hija o hijo digno de Dios, no como una creación idólatra hecha

por nosotros mismos de inspiración mundana. El descanso, correctamente comprendido, debería de constituir el fundamento y la sustancia de nuestra vida, y el trabajo debería de ser un medio de sustento para esto, nuestra forma apacible de vivir.

El buen ordenamiento de la vida

Concretamente, ¿cómo logramos todo esto? En nuestra vida cotidiana, ¿cómo encarnamos nuestro amor a Dios y las elecciones sabias que hemos discernido? Sugiero tres amplios pasos prácticos: la oración, la reflexión y la acción. Obviamente, hay cierto traslapo aquí, y la manera en la que cada uno de nosotros procederá será personal. El punto personal es que pongamos en práctica las luces que hemos obtenido en cuanto a la noción cristiana de la vida sin interrupciones de oración y trabajo.

Primero, el paso “práctico” primario es que tenemos que tomar el tiempo para tener una vida activa de oración que nos conduzca a una relación íntima y amorosa con Dios. Todo lo demás fluye desde este aspecto central de nuestra fe. La asistencia a Misa (diariamente si es posible) es crítica; sin embargo, tiempo dedicado a la oración mental es también esencial. Las virtudes teológicas de la Fe, la Esperanza y el Amor son vitales para la realización de este proyecto; estúdialas y crece en ellas.

Adicionalmente, esfuérzate todos los días por hacer lo siguiente: rezar el Rosario, unirte a la Iglesia en el Año Litúrgico y en la Liturgia de las Horas, hacer un Examen de Conciencia, y disfruta de un poco de lectura espiritual. En pocas palabras, tómate el tiempo para conocer y amar a Dios, y de aceptar que Él te ama y que Él siempre busca nuestro bien. No te preocupes: todos podemos hacer estas cosas con Cristo si tan solo nos tomemos el tiempo para encontrar a Dios en la oración.

En segundo lugar, dedica tiempo a la reflexión. Este es el trabajo intelectual que da dirección a nuestra vida, incluyendo nuestra dedicación para perseverar en la oración mental. Busca conocerte a ti mismo. Para este fin, descubre la sabiduría en el pensamiento y en la vida de los grandes hombres y mujeres. Contempla el Antiguo y el Nuevo Testamento, las enseñanzas de la Iglesia, y la vida de los santos. Refréscate en las actividades recreativas, las manualidades y en el trabajo manual. Siempre que sea posible, realiza estas cosas con tu familia y tus amistades. El espíritu de descanso es tomar el tiempo para alejarte de la presión de la vida diaria (no solo del trabajo) para ponderarte y la vida activa que llevas de manera deliberada. No temes buscarte y encontrarte de verdad.

En tercer lugar, ni la dimensión espiritual, ni la dimensión reflexiva de nuestra vida dará fruto a menos que les demos una prioridad, las programemos y las pongamos en acción. Las intenciones derivadas de las luces espirituales e intelectuales deben de hacerse realidad. Este continuo ajuste diario de la vida, especialmente a la luz de nuestro fin último, fomenta las virtudes requeridas para el bien y el vivirlo ordenadamente. Este es el corazón del ideal monástico cristiano, y debe fundamentar también nuestra manera de ser. Lo esencial es *planear* y efectivamente *perseguir* tus metas y objetivos lo mejor que puedes. Además, recuerda que este ritmo inspirado de vida debe de ser una guía, no una camisa de fuerza. Aunque tu versión será única como parte de tu viaje personal, las dimensiones espiritual y reflexiva debería de tomar precedencia. Con ellas, e iluminadas por ellas, desarrollas las demás rutinas cotidianas de la vida.

En cierta medida prudente, se necesita de una agenda diaria, semanal, y hasta de largo plazo, la cual debe de ser razonable y ordenada. Tienes que oponerte a las ocupaciones materialistas, y a menudo, serviles del mundo al crear y vivir tu propia cultura y estilo de vida cristiano personal, familiar y

profesional. Una cultura así dependerá de tu temperamento personal, tus necesidades y metas, y es por eso que el tiempo para la oración y la reflexión son tan importantes. Ve afinándola sobre la marcha, pero asegúrate de una cosa: sin un estilo de vida intencional – basado en el amor de Dios, la reflexión reposada, y que deriva en una vida buena y ordenada – te encontrarás atrapado en la rutina estructurada de una máquina o modelo de producción de una empresa corporativa. Terminarás como los demás hombres y mujeres modernos: viven para trabajar en lugar de trabajar para vivir. Acabarás definiéndote y midiéndote según valores mundanos en lugar de los valores de Dios. Tus esfuerzos no serán ni enfocados espiritualmente, ni serenos; la vida te pasará de largo.

Peregrinación personal

En síntesis, necesitamos del descanso para la oración y la reflexión. La oración es esencial porque tenemos que conocer a Dios y confiar en su auxilio; y la reflexión conduce al auto-conocimiento y la intencionalidad. Ambos son vitales para el ordenamiento de nuestra vida y la búsqueda de nuestro fin salvífico. Sin embargo, hay una cualidad adicional que falta a menudo en la vida de los cristianos contemporáneos. Estas tres dimensiones del descanso – es decir: la oración, la reflexión y la acción – también tienen que internalizarse y revitalizarse de manera consciente con la noción católica del espíritu verdadero de la *peregrinación*.

Como hemos notado, la idea de que hay algo que debe de hacer el hombre para encontrar la felicidad es un tema común a los seres humanos. La mayor parte de las religiones y filosofías argumentan claramente que la vida es un viaje espiritual de encuentro y de descubrimiento de sí. No es así para muchos hoy en día que a menudo niegan una o hasta ambas facetas del viaje. Han llegado a detestar las limitaciones impuestas a la vida por la falsa noción de que el trabajo es lo que nos define, y buscan escaparse en las promesas artificiosas del descanso. Este temperamento secular profesa que el trabajo es la sustancia verdadera de la vida, y lo espiritual es, cuando mucho, un paréntesis. Esta visión del trabajo se refuerza con un concepto falso del “progreso”, en el que la persona debe de someterse al avance implacable y perpetuo de la cultura material moderna.

El espíritu cristiano, al contrario, nos enseña que una peregrinación es un viaje personal con un propósito: una vida vivida plenamente en honor a Dios. Quizás, la expresión católica más antigua de peregrinación es expresada por San Agustín de Hipona en su texto *Peregrinatio* (del latín “peregrinum”, uno que recorre una gran distancia). San Agustín describe el viaje espiritual cristiano como aquél que es un exilio impuesto por sí mismo en búsqueda de la verdad de Dios. Hay mucha sabiduría en esta perspectiva, y es una actitud que debemos de abrazar. Aunque vivamos un “exilio impuesto por nosotros mismos”, no significa que tengamos que vagar sin rumbo o por egoísmo. Más bien, necesitamos recordar que Dios llama a cada persona a una peregrinación de regreso a Él, y que Él quiere compartir nuestro viaje, nuestra travesía personal, y ayudarnos en nuestro camino. Nuestra peregrinación es única, pero no estamos solos.

Con esto volvemos, por última vez, al espíritu del catolicismo de descanso. Es probable que tu reacción inicial al título de este ensayo haya sido una de sorpresa. Sí, la vida católica debería y puede ser de descanso. Como nos recuerda San Pablo, “El hombre espiritual ... todo lo juzga” (1 Co 2,15). Si oramos, reflexionamos y actuamos, y hacemos estas tres cosas como parte de una peregrinación hacia Dios - inspirada, consciente de sí y llena de esperanza - podemos vivir una vida descansada y serena, porque sabemos que estamos haciendo nuestro mejor esfuerzo para vivir de acuerdo al plan que Dios pretendió para nosotros.

Este espíritu de catolicismo de descanso brillará para los demás. Verán y llegarán a comprender que tú vives feliz y voluntariamente una vida de conversión diaria como peregrino cristiano. Llegarán a respetar, si no admirar, la vida amorosa y ordenada que tú vives. Ojalá, querrán emularte. Para concluir, el descanso no es lo que haces a parte de tu trabajo. El descanso, comprendido correctamente, es tu trabajo. Utiliza tu descanso sabiamente, principalmente para perfeccionarte y salvarte, pero luego, obviamente, también para el bien de los demás. Toma el tiempo para descubrir y compartir el sentido verdadero de una peregrinación cristiana hacia Dios: una vida vivida de descanso en el Espíritu.

James Gaston es Profesor Adjunto de Historia y de Humanidades y Cultura Católica en la Universidad Franciscan. Es Director Fundador de la especialidad de Humanidades y Cultura Católica, un programa de estudio intensivo e integrado de Artes Liberales católicas. El Profesor Gaston ha escrito ampliamente sobre temas como Christopher Dawson, la naturaleza de la educación y las Artes Liberales, y la unidad geográfica y cultural regional del Valle Superior del Río Ohio.

Traducción por Althea Dawson Sidaway: ads2006@prodigy.net.mx

Nota de la traductora: El autor utilizó la palabra "leisurely" en el artículo original de lengua inglesa, presentando el sentido original del concepto filosófico aristotélico de "leisure", que en español se traduce como "descanso", o "reposo".

Photo credit: Sculpture of the Incarnate Word, Blessed Sacrament Cathedral, Detroit, MI, by Fr. Lawrence Lew OP, Flickr.com Creative Commons License.

This article is from *The Catechetical Review* (Online Edition ISSN 2379-6324) and may be copied for catechetical purposes only. It may not be reprinted in another published work without the permission of *The Catechetical Review* by contacting editor@catechetics.com