

## El secreto del contentamiento

*«Todo lo puedo en Cristo que me fortalece»*

En el fondo, podemos resumir en dos las actitudes de las personas ante las circunstancias: por un lado, los que viven siempre insatisfechos, siempre con la queja en la boca y que acaban «bañados» de amargura. El filósofo rumano francés Emil Cioran es un ejemplo notable de esta postura vital. En su libro «En las cimas de la desesperación» dice: «Todo me deja insatisfecho; si pudiera, me rompería a mí mismo en mil pedazos, me haría estallar». Por el contrario, en el otro polo encontramos la persona cuya reacción ante las circunstancias y los problemas es el contentamiento. Esta diferente forma de reaccionar constituye algo así como una radiografía rápida de nuestra madurez cristiana. Casi podríamos parafrasear el refrán español y afirmar: «dime cómo reaccionas ante una circunstancia difícil y te diré qué tipo de creyente eres». Así pues, estamos ante un excelente test para medir la «calidad» de nuestra fe.

El pasaje que nos sirve de cabecera para esta reflexión es Fil. 4:10-13. Observemos con detalle las palabras que el apóstol Pablo utiliza: no habla de creyentes «contentos», sino contentados. Lo opuesto a la amargura no es la alegría -estar contento- sino el contentamiento: «he aprendido a contentarme cualquiera que sea mi situación» (Fil. 4:11). Enseguida nos surge la pregunta: ¿cuál es la clave para llegar a «aprender contentamiento» y reaccionar como el apóstol? Pablo escribió estas palabras, no lo olvidemos, desde la cárcel de Roma y en peligro franco de muerte; no escribe desde una posición de tranquila comodidad, sino desde la angustia de una situación profundamente turbadora. ¿Cómo podía el apóstol tener esta admirable actitud?

El secreto del contentamiento de Pablo se encuentra en dos frases que describen sendas experiencias espirituales de gran calado y trascendencia. La primera, aprender a adaptarse a y aceptar cualquier situación: «Sé vivir humildemente y sé tener abundancia; en todo y por todo estoy enseñado...» (Fil. 4:12). Y, luego, experimentar la realidad descrita de forma majestuosa en Fil. 4:13: «Todo lo puedo en Cristo que me fortalece». El creyente que llega a hacer suyas estas dos realidades pasará de la insatisfacción o la amargura al contentamiento. Consideremos estas dos experiencias.

### 1. La naturaleza del contentamiento

¿Qué quería decir Pablo al afirmar «he aprendido a contentarme»? La palabra original -autarkeia- nos da mucha luz sobre su significado: implica no depender de, estar por encima de las circunstancias; su énfasis está en la autonomía, en no quedar ligado a los acontecimientos o problemas. Pablo nos dice que estar contentado significa estar por encima de los eventos que nos ocurren sin quedar atrapados por ellos. Si hacemos depender nuestro ánimo por completo de las circunstancias diarias, nuestra vida se convertirá en un auténtico tiovivo con bruscas oscilaciones desde la euforia a la oscuridad más cerrada. Porque como diría el médico suizo Paul Tournier, «lo que nos hace felices o desdichados no son las circunstancias, sino nuestra actitud ante ellas».

El contentamiento bíblico no es estoicismo. Pablo está muy lejos de Séneca cuya filosofía ensalzaba la autosuficiencia del individuo, pero de un modo próximo al cinismo. Tampoco es el «nirvana» del budismo, estado supremo «por encima del bien y del mal», en el que desaparece el dolor y que se aprende por un entrenamiento sistemático. Tampoco se trata de «desconectar» para lograr una relajación psíquica cercana a la impasibilidad, en la que «nada me afecta» como enseñan la meditación trascendental y otras religiones orientales. Todas estas técnicas (en el fondo son una técnica) están muy en boga hoy cuando la gente vive abrumada por el stress y necesita formas de relajación mental para vivir más «feliz».

Igualmente debemos entender que el contentamiento no es resignación o fatalismo, el «qué le vamos a hacer» o «no hay otro remedio» de muchas personas. El fatalismo nace de la convicción de que no podemos hacer nada para luchar contra nuestro destino. En tercer lugar, también hemos de evitar una connotación masoquista, pretender alegrarse en/por situaciones difíciles o incluso de sufrimiento. Este es un error frecuente entre creyentes que confunden estar contento con estar contentado. El Señor no nos pide «estar contentos en toda situación». Esta no es la idea de Fil. 4:11. Pablo acaba de hablar del gozo (Fil. 4:4-7), pero estar gozoso no es lo mismo que sentir alegría o estar contento. Yo puedo estar llorando la muerte de un ser querido y tener, retener, el gozo del Señor; pero sería insensato ponerme a reír o a expresar alegría en momentos de tristeza. Dios quiere que sus hijos sean realistas, no masoquistas!

El significado de la palabra contentamiento se acerca mucho al concepto moderno de aceptación que, como tal, no aparece en el Nuevo Testamento. Aceptar implica la confianza serena, profunda, de que nada ocurre en mi vida sin el conocimiento de Dios. Si él ve y conoce mi situación, entonces yo debo mirarla desde la óptica divina tanto como me sea posible. Ello me permite desligarme de la estrechez de mi visión y amplía mi horizonte. Este «paisaje» nuevo, desde la perspectiva de Dios, me libra de la amargura, del resentimiento y de la sensación de injusticia y esterilidad de muchas situaciones. Pero aun va más lejos; la aceptación implica creer que Dios puede sacar provecho de cualquier situación para transformarla en un bien para su gloria o incluso para mi propia vida.

Esta amplia riqueza de matices del contentamiento queda resumida magistralmente en las palabras del patriarca José cuando exclama ante sus hermanos: « Vosotros pensasteis mal contra mí, mas Dios lo encaminó para bien » (Gn. 50:20). El contentamiento es inseparable de la confianza en un Dios personal que dirige cada paso de mi vida con un sentido y un propósito. Y esto conlleva una serenidad profunda en toda situación; es la serenidad que le permitió pronunciar al Señor Jesús, en medio de «gran clamor y lágrimas» (He. 5:7), su célebre oración de aceptación: «Padre, si es posible que pase esa copa de mí, mas no se haga mi voluntad, sino la tuya».

No hay ninguna duda que Pablo tardó en vivir el contentamiento. El mismo usa dos verbos referidos a la docencia: «he aprendido» (Fil. 4:11) y «estoy enseñado» (Fil. 4:12). Si el contentamiento es mirar la vida desde una perspectiva divina, ello va a requerir tiempo. Será un proceso de aprendizaje en el que pueden aparecer los altibajos y los fallos propios del aprendiz. No importa. Lo fundamental es avanzar en esta asignatura esencial para vivir de forma sosegada, aprendiendo a «no mirar las cosas que se ven, sino las que no se ven; pues las cosas que se ven son temporales, pero las que no se ven son eternas» (2 Co. 4:18). Poco a poco Dios nos irá dando unas «gafas nuevas». No suele haber cursos acelerados en la «universidad de Dios»!

## 2. La fuente del contentamiento

Hasta aquí hemos explicado en qué consiste; veamos ahora dónde se origina esta actitud. Si no es una técnica psicológica en la que uno se puede ejercitar, ¿cómo conseguirla? Ahí está su meollo: es una experiencia espiritual sobrenatural. El contentamiento se origina en Cristo. Ello nos lleva a la segunda experiencia de Pablo: «Todo lo puedo en Cristo que me fortalece». Los versículos Fil. 4:11 y Fil. 4:13 forman un todo inseparable. No hay verdadero contentamiento sin Cristo. En realidad, esta es la clave no sólo de este pasaje, sino de toda la vida cristiana.

Observemos la preposición que Pablo utiliza: «todo lo puedo **en** Cristo». No dice «con» o «por» Cristo. Esto es así porque se trata de un estado vital, una situación existencial. No es una experiencia esporádica, por intensa que sea, sino una relación permanente. No es un encuentro ocasional como el de un paciente con su psicólogo o consejero que le permite «salir animado de la consulta». Jesús nos da la misma idea en Jn. 15:1-17 con la metáfora de la vid: «Permaneced en mí y yo en vosotros... separados de mí nada podéis hacer». Estar **en** Cristo es imprescindible para el contentamiento porque la savia no puede llegar al pámpano si no permanece en la planta.

La explicación a esta realidad espiritual la vemos en la frase siguiente: «... en Cristo que me fortalece». La palabra original, «dinamis», alude a una fuerza enorme. No es sólo la fuerza de un ejemplo histórico, sino la energía espiritual de un hombre vivo. Un personaje famoso me puede estimular por la vía del ejemplo. El poder de Cristo va mucho más allá de una mera inspiración; es una transformación que me dinamiza por dentro y me capacita para enfrentar cualquier situación. Cristo me fortalece porque está vivo hoy y me transmite su poder como el tronco de la vida da la savia al pámpano.

Observemos, por último, cómo la consecuencia de la fuerza de Cristo en mí es el contentamiento: «todo lo puedo». Algunas versiones traducen muy acertadamente «puedo hacer frente a todo». Esta es la idea del texto: cuando estoy en Cristo, me fortalece de tal manera que puedo sobreponerme, ser más fuerte que cualquier situación. Es importante notar que no aparece el verbo «hacer»; Pablo no nos dice que en Cristo podemos hacer todo lo que nos proponamos. Estar en Cristo no nos convierte en un pequeño «superman». A veces los creyentes albergamos fantasías de omnipotencia y pensamos que no hay límites a nuestras capacidades. Así algunos interpretan este versículo a su manera, equivocadamente, convirtiéndolo en una especie de talismán.

El apóstol afirma con claridad que en Cristo puedo afrontar y superar cualquier circunstancia por dura y difícil que sea. Es como un pulso, una lucha en la que yo soy más fuerte porque tengo el poder de Cristo. Ninguna circunstancia podrá derrotarme. El eco más cercano a esta idea es el pasaje excelso de Ro. 8:35-39: «... nada nos podrá separar del amor de Cristo», o lo que es lo mismo, ninguna cosa podrá derrotarnos, «porque en todas estas cosas somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó» (Ro. 8:37).

Dos formas de reaccionar ante la vida y sus problemas: la amargura de Emil Cioran, «todo me deja insatisfecho» o la aceptación confiada del apóstol, «he aprendido a contentarme en toda situación... porque todo lo puedo en Cristo que me fortalece». ¿Hacia qué polo me dirijo yo? ¿Qué circunstancias estoy afrontando ahora mismo? ¿Lo hago en Cristo? Si es así, la fuerza para hacerles frente y la victoria están aseguradas.

*Dr. Pablo Martínez Vila*

El Dr. **Pablo Martínez Vila** ejerce como médico-psiquiatra desde 1979. Realiza, además, un amplio ministerio como consejero y conferenciante en España y muchos países de Europa. Muy vinculado con el mundo universitario, ha sido presidente de los Grupos Bíblicos Universitarios durante ocho años. Actualmente es presidente de la Alianza Evangélica Española, y vicepresidente de la Comunidad Internacional de Médicos Cristianos.

**Pensamiento Cristiano** es un website de testimonio evangélico. En él se informa de la obra literaria y el ministerio oral (casetes) de José M. Martínez y su hijo, Dr. Pablo Martínez Vila. A través de esta obra fluye el pensamiento evangélico de los autores sobre cuestiones teológicas, psicológicas, éticas y de estudio bíblico con aplicaciones prácticas a problemas actuales.

Website: <http://www.pensamientocristiano.com>

Los **libros** de José M. Martínez y Pablo Martínez Vila se pueden obtener en la mayoría de las librerías cristianas. Para encontrar una librería cristiana cerca de su lugar, puede consultar las **Páginas Arco Iris Cristianas** en internet en la dirección <http://www.paginasarcoiriscristianas.com>.

Copyright © 2002, Dr. Pablo Martínez Vila

Se autoriza la reproducción, íntegra y/o parcial, de los Temas del mes, citando siempre el nombre del autor y la procedencia (<http://www.pensamientocristiano.com>)