

La alegría en lo discreto

escrito por María Antonia Rincón

La felicidad no es un gran acontecimiento, aunque queramos convencernos de que está allá, afuera, esperando por nosotros. “Pronto llegará el día de mi suerte” parece el himno de varias generaciones y representa, con buen ritmo, la ilusión del futuro: amable y próspero. Creemos, como niños, que el rumbo de la existencia cambiará para bien.

Los medios y las redes están llenos de mensajes que nos instan a cambiar la manera como somos y como nos vemos. Casi que nos obligan a ser felices, y para ello nos ofrecen extravagantes recetas. Nos gritan cómo, cuándo y por qué debemos ser distintos a nosotros mismos. Nos prometen felicidad desbordada, en el futuro, a cambio de grandes dosis de insatisfacción y frustración en el presente: éxito en el futuro; depresión y ansiedad hoy.

Caemos en la trampa del futuro feliz, a veces, porque la realidad es tan difícil que la esperanza del cambio nos reconforta.

El encuentro, por casualidad, con la amiga. Sentarse en la tienda de la esquina, con el único propósito de no hacer nada más. Disfrutar de la presencia del perro, sin afán. Conversar, mirar, escuchar. El abrazo de la madre. La sonrisa del amor. Son los pequeños acontecimientos los que dan piso a nuestra existencia, y es en estos donde radica la posibilidad de sentirnos alegres, en medio de las dificultades que ya supone vivir.

El aprendizaje, tal vez, debería ser comprender que la vida acontece en el día a día y que es este espacio-tiempo el que tenemos para experimentar la dicha. No está ni afuera ni adelante en el tiempo. Y no es una rotunda felicidad, es la alegría en lo discreto, en lo cotidiano, la que nos da fortaleza para asumir que la vida, en buena medida, va para atrás.

Otros escritos de esta autora: <https://noapto.co/maria-antonía-rincon/>