

Las montañas que hay dentro de nosotros

Gilberto Urrutia

Así como la gran mayoría de la gente no sabe que existen montañas debajo los mares, tampoco se sabe que existen montañas dentro de nosotros, o dicho de otra manera: los grandes obstáculos que habitan en el alma humana.

A las montañas que hay debajo de los mares se les llama montañas submarinas, y existen más de 100'000 de ellas con alturas que oscilan entre 1'000 y 4'000 metros. Pero como no se ven, por estar totalmente cubiertas por la inmensa capa de agua que contienen los océanos, creemos que no existen. Y sin embargo, ahí están.

A las que hay en nuestra alma se les podría llamar montañas espirituales o mentales, ya que se tratan de esos obstáculos invisibles que surgen en nuestra interioridad, como son las bajas pasiones del espíritu humano, que nos ocasionan tantas dificultades y conflictos en nuestra vida, sin ni siquiera darnos cuenta de ello.

La vanidad, el orgullo, el rencor, el odio, la codicia, la envidia, los prejuicios, los complejos y los escrúpulos son algunas de esas pasiones del ser humano, la cuales para poder entender mejor cómo nos afectan, es conveniente hacerlas visibles y para eso podríamos imaginarlas como si fueran montañas, que se interponen en nuestro camino hacia la paz interior y la felicidad duradera, que todos anhelamos alcanzar algún día, y que en consecuencia, tenemos que remontar y vencer por esfuerzo propio, si realmente deseamos vivir una vida plena y feliz.

El filósofo escocés David Hume describe la pasión como una emoción vehemente que ejerce una fuerza impulsora en el ser humano. Es por lo tanto una fuente motivacional para hacer o no algo y que tiene como esencia un sentimiento. Las pasiones incitan al movimiento, energizan el comportamiento humano, trazan una dirección o una meta, que luego podrá ser corregida o adaptada por los dictámenes de la razón. Hume califica al individuo como un ser de deseo, movido por dos resortes primarios relativamente irrefrenables aunque no ciegos: la consecución de placer y la evitación del dolor.

Es por ésta razón, que cuando la gente enfrenta decisiones importantes, son las emociones y no la razón, las que se convierten en los principales criterios para decidir.

Las dificultades que nosotros mismos nos creamos, son conocidas también como obstáculos mentales. Hay una infinidad de ellos, algunos son de origen externo, es decir, aquellos pensamientos, juicios de valor y opiniones que hemos adoptado de familiares o conocidos durante nuestra infancia y adolescencia, los cuales hemos asumido como nuestros inconscientemente. Los demás son de diseño y creación propia.

Según el grado de dificultad u oposición que ejercen los obstáculos, se pueden clasificar en grandes y pequeños. El término *escrúpulos* que vienen siendo las aprensiones, los recelos, las dudas, las sospechas, los reparos, el asco, etc; ya revela que se trata de pequeños impedimentos espirituales, ya que su significado en latín es *pedritas*.

Jesucristo en su célebre consejo que nos dejó en el evangelio de Mateo, en relación a que no deberíamos de juzgar a los demás, nos habla claramente sobre los grandes obstáculos interiores que tenemos y que no nos permiten ni razonar ni ver adecuadamente:

**« No juzguen a los demás y no serán juzgados ustedes. Porque de la misma manera que ustedes juzguen, así serán juzgados, y la misma medida que ustedes usen para los demás, será usada para ustedes. Ves la pelusa en el ojo de tu hermano, ¿y no te das cuenta del tronco que hay en el tuyo?»
Mateo 7, 1-3**

Jesús nos advierte con su metáfora, sobre nuestros propios impedimentos, esos troncos, vigas o piedras que tú y yo mismo nos fabricamos en el alma, y de cuya existencia real nos negamos a creerla y a aceptarla. Jesús con su sabiduría divina y su amor hacia nosotros, nos afirma que ahí adentro en el corazón humano están. Sólo tenemos que meditar, regociéndonos dentro de nosotros mismos, para poder atender entonces nuestra propia intimidad y examinarnos. Por eso, podemos estar completamente seguros, de que las pasiones interfieren en nuestra capacidad de percibir la realidad, unas veces más y otras veces menos.

En virtud de que en la escuela no nos enseñan absolutamente nada sobre el mundo de los pensamientos y sentimientos, ni cómo funciona el alma humana, es entonces a través de nuestros conflictos y malas experiencias en el trato con los demás, o bien por los golpes que nos da la vida, cómo aprendemos a reconocer los errores cometidos y las reacciones negativas que hemos tenido.

Con el agravante de que el reconocimiento de nuestras faltas y reacciones equivocadas en las relaciones personales, ocurre por lo general demasiado tarde y en el peor de los casos, no ocurre nunca.

Por causa de éstos obstáculos inflados por nosotros mismos y porque permanecen en el alma sin ser superados, terminamos acarreado en secreto y durante años sus consecuencias, esas hirientes espinitas clavadas en el corazón, en forma de rencores, decepciones, infelicidad, pesadumbre y tristezas.

En la letra de su canción *Vanidad*, el compositor chileno Armando Gonzalez Malbrán describió de modo preciso y claro, el funcionamiento del desconcertante artilugio psicológico, a través del cual, la persona misma crea inconscientemente sus propios obstáculos interiores, para después atribuirselos siempre a los demás:

*« Sembramos de espinas el camino,
cercamos de penas el amor,
y luego culpamos al destino de nuestro error.
Vanidad, por tu culpa he perdido,
un amor que no puedo olvidar.
Me cegué, la arranqué de mi vida,
pero hoy, hoy, la volviera a besar.»*

Como ustedes bien pueden ver, en ésta vida no lo tenemos nada fácil. Pareciera que las dificultades y problemas que tenemos que enfrentar y resolver diariamente en el mundo exterior para poder competir en el mundo laboral, para pagar los gastos, alimentarnos, mantener el cuerpo sano, etc, no fueran suficientes cargas e inconvenientes de tener que soportar, y por esa razón, completamos la dosis de obstáculos con aquellos que nos creamos nosotros mismos interiormente, o dicho en forma metafórica: a nuestra geografía interior le agregamos unas montañitas, unas piedritas, unas espinitas en los caminos y unas cerquitas de penas en las llanuras, como queriendo que el paisaje interno sea un poco menos monótono.

El gran poeta mexicano Amado Nervo excelente conocedor del alma humana, se refiere en el siguiente texto a esas luchas interiores a las que estamos todos

expuestos y que debemos de afrontar en secreto. Nervo le agrega poéticamente a nuestro paisaje espiritual descrito arriba, la parte que falta: sus pobladores.

“No es siempre el tumulto exterior el que impide oír la voz de Dios: es muchas, muchísimas veces, el tumulto interior: las voces del orgullo, de la vanidad, de la lujuria, de la conveniencia, los rugidos de la casa de fieras que cada uno llevamos dentro...”

La vanidad, el orgullo, la envidia y el rencor son las montañas espirituales más frecuentes y más altas que tenemos los seres humanos que distinguir e indentificar en nuestra interioridad, para que seamos capaces de escalarlas y finalmente superarlas.

En los últimos años el montañismo se ha popularizado grandemente en la sociedad moderna. Mientras en la antigüedad el escalar grandes montañas era una actividad que se hacía por necesidad, ya que el intercambio de mercancías valiosas , la venta de los excedentes de producción agropecuaria y los viajes de exploración, obligaba a los pueblos a remontar las altas cordilleras que los separaban de otras naciones. Hoy en día se hace por deporte, pasatiempo, prestigio social, desafío personal, fama y muchos otros motivos más o menos fútiles.

El escalador británico George Leigh Mallory que formó parte de una de las primeras expediciones que aspiraban a escalar el Mount Everest en 1924, y quien murió posteriormente en su intento por lograrlo, cuando se le preguntó cuál era el motivo personal que lo impulsaba a ascender la montaña más alta del mundo, contestó: *“porque está ahí”*.

Si un gran maestro espiritual asiático le hubiera dicho oportunamente al explorador Mallory, que dentro de su cuerpo existen montañas espirituales, seguramente no se lo hubiese creído, como no se lo cree la gran mayoría de la gente, porque estamos acostumbrados a creer sólomente en lo material, en lo que vemos del mundo exterior y que se puede palpar con las manos. Sabemos muy bien que los obstáculos espirituales no se ven pero se sienten, y si se sienten, es porque están ahí.

Ahora bien, nuestro mundo interior, nuestra alma o propio yo, no solo tiene obstáculos sino también un maravilloso tesoro de cualidades y virtudes, que no conocemos bien, porque toda nuestra atención y nuestro interés han estado dirigidos desde la época de la pubertad, casi exclusivamente hacia el mundo exterior, hacia las personas y las cosas que necesitamos para sobrevivir. Y así con el pasar de los años, hemos llegado a la conclusión y a la creencia, de que ése es el único mundo que existe y lo único que cuenta en la vida.

Hasta que algún día, por un soberano designio de Dios y por obra de su Providencia, tocamos fondo, es decir, llegamos a descubrir nuevamente nuestro núcleo espiritual, nuestra alma de niño, nuestro verdadero yo. Bien sea por llegar al límite de una situación desfavorable en el transcurso de la vida, o por iniciativa propia al despertarse nuestra conciencia.

Si te llegas a entusiasmar por la actividad del montañismo, que está tan de moda en la actualidad, y te animas a escalar alguna montaña, con el objetivo de comprobar tus fuerzas, tu valentía y todo lo que tu eres capaz de lograr. Te sugiero de todo corazón, que comiences primero a remontar y a superar tus propias montañas espirituales, porque están más cerca, son las más difíciles de escalar del mundo, no implican ningún gasto de dinero ni de equipamiento especial, y lo mejor de todo, es porque recibirás la mejor recompensa personal que te puedes imaginar: la inigualable satisfacción de una vida interior llena de dicha y de plenitud.