

ROSA MARÍA JANÉ CHUECA

Gema Juan es carmelita descalza en Puzol (Valencia) y fue la encargada de abrir el curso *Atrapar el tiempo. Repensar el tiempo para una vida en plenitud*, organizado por Cristianismo y Justicia. Esta religiosa nos da algunas pistas para vivir el tiempo de otra manera, descubriendo la riqueza de nuestro interior.

¿Qué enseña la vida contemplativa sobre el tiempo?

Podemos encontrar un ritmo para vivir que sea bueno, humano, que favorezca el pensamiento, la reflexión, el encuentro... desde mi experiencia de vida contemplativa creo que no se trata de ralentizar la vida, sino de encontrar un nuevo ritmo para vivir. Hay que dejar de lado todo lo que es estrés, ansiedad, todo lo que la velocidad del mundo de hoy nos impone. Hay que recuperar la prisa por la atención, por ayudar a la gente, por encontrarse con los demás... hay cosas que son urgentes a las que hay que dar preferencia y dedicar tiempo.

¿Nos obsesiona ocupar todas las horas del día?

Cantidad de cosas reclaman tu atención para que siempre tengas algo que hacer. Detrás de todo eso hay un montón de consumo, una manera de hacer que te enreda en muchas cosas que al final no te van a aportar tanto como prometen.

¿Esto nos lleva a la superficialidad?

Humanizar el tiempo es pararse y pensar. No es que vayamos con prisas, es que nos hemos instalado en la prisa. No conseguimos pensar, dejar que las cosas que nos interesan nos penetren. Tener espacios de silencio, de atención, de amor, dice san Juan de la Cruz, da bienes, claridad en la mente, paz en el corazón, mucha más alegría, más disposición para poder conseguir las cosas que quieres. Esta prisa, esta aceleración, esta grandísima dispersión que tenemos nos va vaciando, nos va haciendo olvidar las cosas mejores y verdaderas que hay en nosotros.

Gema Juan, carmelita descalza en el monasterio de Puzol



«Humanizar el tiempo es pararse y pensar»

Hay que ser valiente para decir: esto sí y esto no.

¿Y qué hacemos con el reloj?

Hay que aprender a «perder» el tiempo, a gastarlo sin medida y sin control. Pero perderlo con causa. El tiempo es como el perfume derramado del evangelio: es un derroche absurdo. Jesús «perdió» el tiempo con muchas personas. Ser capaz de gastar el tiempo en un encuentro, en estar con alguien, en disfrutar de la música... hay que hacerlo porque es salud. El tiempo que dedicamos para encontrarnos con los demás es la puerta más grande que tiene Dios para acercarse a nosotros.

¿Deberíamos ser más contemplativos?

Todos estamos llamados a la contemplación. Juan de la Cruz decía que contemplar es recibir, abrirnos a Dios. Cada uno en la forma de vida que tiene, en las ocupaciones que tiene, ha de encontrar su espacio y su modo de estar abierto hacia Dios.

La contemplación es una advertencia amorosa de Dios que necesita tiempos de silencio. Cada uno verá cuánto le dedica, si cuatro minutos o cuatro horas. La unión con Dios es una unión de amor, de verdad y de corazón, que no depende de nada del exterior. No hay nada del exterior que impida que tú decidas que quieres estar con Dios.

¿Nos asusta el silencio?

¡Vamos a probarlo! Y si te da miedo... yo te acompaño porque vale la pena. El simple hecho de probarlo supone descubrir algo distinto y no requiere ninguna parafernalia, es una cosa muy sencilla. Todos tenemos la posibilidad de hacer un instante de silencio, de encuentro con uno mismo y que nos llevará a otras cosas. La gente quizás tiene miedo porque si entra en el silencio y pasa la primera capa empezará a encontrar cosas que moverán su vida de sitio. Lo que saldrá, seguro, es bueno.