

La indefensión y la desesperanza (y desconfianza) son los ingredientes sobre los que se asientan los estados sub-depresivos y en los que no deberíamos caer los cristianos

Os preguntaréis qué sentido tiene escribir sobre estados emocionales como la depresión en una web dedicada a los cristianos perseguidos por su fe. Sin embargo, tal vez sea uno de los espacios más apropiados para anticipar a nuestros hermanos cuál sería el devenir inmediato si nos dominan emocionalmente la indefensión y desesperanza.

La indefensión y la desesperanza frente a la Covid 19

Me sorprendió el argumento que dio una veinteañera en TV para justificar su asistencia a fiestas ilegales y sin cumplir las normas de protección recomendadas por las autoridades sanitarias: *“soy joven y tengo derecho a divertirme. Si ahora no lo hago cuándo lo voy a hacer”*. Podríamos definir este comportamiento como una reacción inapropiada, y poco reflexiva, por cortoplacista, ante las limitaciones que impone la pandemia para satisfacer el único proyecto teleológicamente importante del transhumanismo imperante. Esta joven demostró su escasa capacidad para anticipar el futuro, sintiéndose prisionera de un presente que inevitablemente pasará. Su explicación más real: gran parte de la juventud no está dispuesta a demorar la gratificación inmediata de sus deseos, importándole un bledo las consecuencias que para los demás se deriven de su acción individualista.

Asistimos desde hace casi un año a la toma de medidas preventivas para controlar la difusión de la pandemia y, hoy día, seguimos con la sensación de que el virus chino puede con nosotros. Hemos interrumpido actividades fundamentales, hemos tomado las medidas personales recomendadas, y el virus avanza inmisericorde entre nosotros. Hemos actuado científicamente, hemos rezado... pero tenemos la sensación de que cualquier medida es inútil frente al virus. Nos deja un sabor emocional desagradable que lentamente nos arrastra a la indefensión: **“hagamos lo que hagamos, las consecuencias del maldito virus se imponen...”**.

La situación psicológica que acabo de describir, unos la situarán en el plano de la objetividad, y otros focalizarán la responsabilidad en nuestra irresponsabilidad como ciudadanos. Hemos perdido la altura de la fe para rebajarnos al sótano de lo cotidiano, de lo material, de lo mundano. Hemos perdido la fe en Dios, nuestro Padre, que todo lo puede. Lejos de sentirnos indefensos, deberíamos recuperarlo y acercarnos a Él, pedirle que nos ayude con la fe necesaria para sentirnos fuertes, protegidos, independientemente de que

sigamos con regularidad el cumplimiento de las normas sanitarias, aunque las consecuencias sean imprevisibles. Dios nos da la fuerza de la imperturbabilidad frente al miedo del escenario horrible al que asistimos. Una ataraxia positiva que nos mantenga activos pastoralmente y sin miedo en nuestros deberes como laicos comprometidos. Si no somos capaces de manejar estos sentimientos, caeremos en la **indefensión, llave que abre la puerta de la desesperanza y la depresión.**

La desesperanza, modifica nuestra forma de ver el mundo, a nuestro prójimo, a nuestra creencias, a nuestros sueños... nos lleva directamente a un estado de **depresión existencial** que nos paraliza como personas, como creyentes y como ciudadanos.

Por ello, sigamos con nuestra confianza en Dios que es nuestro Padre, sigamos sintiéndonos fuertes porque Él, que todo lo puede, está con nosotros. Esta es **la mejor fuente de toda resiliencia**, la que nos mantendrá en nuestras obligaciones de seguidores de Cristo y nos hará tomar las medidas oportunas, la que nos libraré de la desesperanza.

Creemos en Dios, que es nuestro Padre. Nadie ni nada podrá destruir la fortaleza que nos acoge a los que viven una fe auténtica. Situémonos en su interior y estaremos protegidos. **¿O ya no creemos que Dios interviene en la historia?**