El pasado

Por Gina Delucca
Escritora invitada

Dice una popular metáfora que cuando nacemos, traemos dos mochilas. Una está llena de nuestras circunstancias y la otra está vacía. La de las circunstancias incluye nuestra familia, apariencia física, ubicación social y geográfica. Parte del contenido de la primera mochila podrá alterarse con el tiempo, porque aunque ciertas cosas de nuestras circunstancias no pueden cambiar, otras cosas cambiarán por sí solas, y otras cambiadas por nosotros mismos.

Sin embargo, la otra mochila, la vacía, no es otra cosa que el presente, listo para convertirse en pasado. Las acciones y decisiones que echemos hoy se quedarán como un peso para cargar mañana. Un peso razonable al que el cuerpo se acostumbrará en la medida en que se desarrollan fuerzas. Fuerzas emocionales. Habrá también eventos fuera de nuestro control que compondrán nuestro pasado. Podrían ser recuerdos extraordinarios y divertidos de nuestra niñez y adolescencia. Momentos clave como nuestra boda, o el nacimiento del primer bebé. Pero, no siempre el pasado es liviano. Y en honor a la verdad, muchas veces este peso podría ser mucho para caminar con él como si nada. Hasta podría convertirse en un lastre que nos haga lento el caminar, o hasta nos detenga.

¿Cómo construir un pasado liviano? ¿Cómo evitar que lo que no pudimos evitar nos pese hoy? ¿Cómo hacer que no nos persiga el pasado? ¿Se puede olvidar el pasado? ¿Se puede, borrar el pasado?

Para la única de estas preguntas que tenemos una real contestación es para la última. No, no se puede borrar el pasado. La vida no es una película en la cual podemos cortar por aquí y añadir por allá. El pasado ya pasó... y es un cliché y una redundancia, pero también es una gran verdad. Sin embargo, las consecuencias negativas del pasado podrían tener algún remedio.

El pasado negativo se compone de resentimientos, culpas (reales e inventadas) y frustraciones. Tenemos mecanismos para intentar olvidar (algunos no muy saludables, como el alcohol y las drogas). Pero desgraciadamente el pasado no se puede olvidar del todo. Podemos, por ejemplo, almacenar la información negativa del pasado en algún microespacio de nuestra memoria. Pero tarde o

temprano—y mientras más micro-espacios se utilicen, menos espacio queda—en algún momento habrá que bregar con las cosas.

¡Qué bueno es saber que tenemos un Dios de amor, perdón y aceptación! Aunque no podemos borrar el pasado ni olvidarlo, gracias a Él sí podemos desarrollar una indiferencia saludable hacia las cosas negativas que acontecieron. Gracias a Él podemos tener las herramientas emocionales para superar las consecuencias. Estas son: el perdón, a todos los que nos hicieron daño, consciente o inconscientemente; el arrepentimiento, de todo lo que hicimos mal, consciente o inconscientemente; y la aceptación, de lo que pasó, de lo que no puede cambiar, incluyendo personas, y de lo que está pasando por un proceso de cambio. Sacar esos tres grandes adoquines de la mochila... ¡Qué alivio!

MUNDILLO INTERACTIVO: El libro Mi Mundillo I: Encajes de sentido común está disponible ahora en The Smart Shop y Libros AC en Santurce; KL Books, Puerto Nuevo; Librería Mágica y Norberto González en Río Piedras; o pueden ordenarlo en www.mimundillopr.com. Escríbanos a gina@mimundillopr.com o por correo al Box 192889, San Juan, PR 00919-2889.