

Hágase con sencillez

ÉLDER L. TOM PERRY

Del Quórum de los Doce Apóstoles

En nuestra búsqueda por aliviar las tensiones de la vida, ruego que sinceramente busquemos las maneras de simplificar la nuestra.



Los que hemos vivido por algún tiempo, y el élder Wirthlin y yo hemos vivido mucho tiempo, hemos notado que existen ciertos modelos en la prueba de la vida. Hay ciclos de temporadas buenas y malas, altas y bajas, periodos de gozo y tristeza, y épocas de abundancia así como de escasez. Cuando nuestra vida toma un curso inesperado y no deseado, a veces experimentamos tensión y ansiedad. Uno de los desafíos de esta experiencia terrenal es el no permitir que las tensiones y las contrariedades de la vida nos vengzan, sino perseverar en las diversas épocas de la vida manteniendo una actitud positiva e incluso optimista. Quizás cuando sobrevengan las dificultades y los desafíos, deberíamos tener grabadas en la memoria estas

palabras de esperanza de Robert Browning: “Todavía nos aguarda lo mejor” (“Rabbi Ben Ezra”, en Charles W. Eliot, ed., *The Harvard Classics*, 50 tomos, 1909–1910, 42:1103). No nos es posible predecir todas las tribulaciones y tormentas de la vida, ni siquiera las que estén a la vuelta de la esquina, pero, como personas de fe y esperanza, sabemos sin lugar a dudas que el Evangelio de Jesucristo es verdadero y que “todavía nos aguarda lo mejor”.

Recuerdo un período particular de mi vida en el que me hallaba bajo una tensión fuera de lo común. Tenía problemas con mi empleo y, a la vez, a mi esposa se le diagnosticó una enfermedad que amenazaba su vida. Fue una de esas épocas en las que parecía que el adversario se había ensañado contra mí y mi familia. En los días en los que las tensiones y las presiones de nuestra atribulada vida estaban a punto de abatirnos, mi esposa y yo encontramos una forma de aliviarlas.

Manejamos a un lugar a pocos kilómetros de casa para alejarnos y tener momentos de tranquilidad, conversar y darnos consuelo emocional el uno al otro. Nuestro lugar era la laguna Walden; era una pequeña y hermosa laguna rodeada de bosques. Cuando mi esposa se sentía con suficientes ánimos, solíamos caminar alrededor de esa laguna. Otras veces, cuando no seaba someterse al esfuerzo de la caminata, simplemente nos sentábamos en

el auto y charlábamos. La laguna Walden era nuestro lugar especial para detenernos, reflexionar y reponernos. Quizás se haya debido en parte a su historia, a su relación con respecto a los esfuerzos de Henry David Thoreau por apartarse de lo mundano durante algunos años, que la laguna Walden nos brindaba tanta esperanza de encontrar la sencillez y nos ofrecía un escape sumamente renovador de nuestra compleja vida.

En marzo de 1845, Thoreau decidió mudarse a las riberas de la laguna Walden y pasar dos años tratando de descubrir el significado de la vida. Se estableció en un pequeño terreno que pertenecía a su buen amigo, Ralph Waldo Emerson. Thoreau compró la casucha de un trabajador del ferrocarril y la derrumbó; de la madera de la casucha y de leños del bosque construyó su propia cabaña. Llevó meticulosos registros financieros y llegó a la conclusión de que por una casa y libertad tan sólo gastó \$28,12 dólares. Plantó un huerto donde sembró arvejas [guisantes, chícharos], papas, maíz, frijoles [porotos, judías] y nabos para mantener la vida sencilla que llevaba. Sembró una hectárea de frijoles con la idea de utilizar la pequeña ganancia para cubrir sus necesidades. Y en efecto la ganancia fue pequeña: \$8,71 dólares.

Thoreau vivió independiente del tiempo; en su pequeña cabaña no tenía ni reloj ni calendario; pasaba el tiempo escribiendo y estudiando las bellezas y las maravillas de la naturaleza que lo rodeaban, entre ellas plantas, pájaros y animales del lugar. No vivía como ermitaño, ya que casi todos los días visitaba el pueblo de Concord e invitaba a otras personas a ir a su cabaña y disfrutar de charlas edificantes. Al cabo de los dos años, abandonó su cabaña sin lamentarse, pues consideró que el tiempo que había pasado allí fue suficiente para lograr su propósito: experimentar las ventajas espirituales de un estilo de vida sencillo; también sintió que le aguardaban otras experiencias en la vida y que era el momento de seguir adelante y explorar otras oportunidades.



De las experiencias que tuvo en la laguna Walden, Thoreau concluyó que únicamente había cuatro cosas que el hombre necesita en realidad: alimento, ropa, refugio y combustible. Me gustaría explicar más a fondo cada una de estas necesidades básicas, así como las ventajas espirituales de un estilo de vida sencillo.

La primera necesidad es el alimento. Como miembros de La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, poseemos conocimiento sagrado de la verdad revelada sobre la relación que existe entre el cuerpo y el espíritu. Doctrina y Convenios 88:15 declara: "...el espíritu y el cuerpo son el alma del hombre". Para bendecirnos tanto física como espiritualmente, el Señor también nos reveló una ley de salud que nos indica qué alimentos y sustancias son buenos para el cuerpo y cuáles no lo son. A esas instrucciones le

acompaña la promesa que se halla en la sección 89 de Doctrina y Convenios:

"Y todos los santos que se acuerden de guardar y hacer estas cosas, rindiendo obediencia a los mandamientos, recibirán salud en el ombligo y médula en los huesos;

"y hallarán sabiduría y grandes tesoros de conocimiento, sí, tesoros escondidos;

"y correrán sin fatigarse, y andarán sin desmayar.

"Y yo, el Señor, les prometo que el ángel destructor pasará de ellos, como de los hijos de Israel, y no los matará" (versículos 18–21).

No existe mejor consejo sobre la Palabra de Sabiduría que el que se encuentra en el folleto *Para la fortaleza de la juventud*, que dice:

"El Señor te ha mandado cuidar debidamente tu cuerpo; para hacerlo, guarda la Palabra de Sabiduría, que se



encuentra en Doctrina y Convenios 89. Come alimentos nutritivos, haz ejercicio con regularidad y duerme el tiempo suficiente. Si haces todas esas cosas, permaneces libre de adicciones nocivas y tienes control de tu vida; obtienes las bendiciones de un cuerpo saludable, una mente alerta y la guía del Espíritu Santo...

"Cualquier droga, sustancia química o práctica peligrosa que se utilice con el fin de provocar una sensación o estado de euforia puede destruir tu bienestar físico, mental y espiritual; entre ellas se incluyen las drogas duras, el abuso de los medicamentos que se pueden comprar con receta o sin ella, y sustancias químicas domésticas" (pág. 36).

No dañemos nuestro cuerpo mortal, pues es un don de Dios, y parte del gran plan de felicidad de nuestro Padre Celestial es la reunión de nuestro cuerpo inmortal con nuestro espíritu.

Otra necesidad básica es la ropa.

Una vida simplificada que brinde bendiciones espirituales requiere el uso de ropa sencilla y modesta. La vestimenta y la apariencia personal comunican a los demás la clase de persona que somos e influyen en la forma en que nos comportamos con los demás. Cuando vestimos de manera recatada, invitamos la compañía del Espíritu del



Señor para que nos sirva de escudo y protección.

La tendencia del mundo en la moda femenina siempre se inclina hacia los extremos. Con los estilos más actuales, muchos diseñadores de moda tratan de hacer dos o tres vestidos con la cantidad de tela que se necesita para hacer uno. En general, quitan demasiado de la parte de arriba y de abajo de la ropa femenina y de vez en cuando se quedan cortos también a la altura de la cintura. La moda masculina también está adoptando estilos extremos que en mi época se habrían calificado como desaliñados e inapropiados. Pienso que la forma de vestir demasiado informal casi siempre va seguida de modales sumamente informales.

Muchos de ustedes se esfuerzan demasiado por ser originales en su vestimenta y apariencia personal con el fin de llamar, lo que el Señor consideraría, la clase de atención incorrecta. En el relato del Libro de Mormón del árbol de la vida, fueron las personas cuya “ropa... era excesivamente fina” las que se burlaban de los que participaron del fruto del árbol. Nos hace pensar el darnos cuenta de que los mofadores preocupados por la moda que estaban en el edificio grande y espacioso fueron responsables de que muchos se

avergonzaran, y los que se avergonzaron “cayeron en senderos prohibidos y se perdieron” (1 Nefi 8:27–28).

El presidente N. Eldon Tanner nos amonestó en una ocasión con estas palabras: “El vestirse de forma recatada es una cualidad de la mente y del corazón que surge de respetarse a uno mismo, de respetar a las demás personas y al Creador de todos.

“Demostrar recato de ese modo refleja una actitud de humildad, decencia y decoro. Los padres, los maestros y los jóvenes deben conversar acerca de los detalles referentes a la vestimenta y la apariencia, siempre de forma que concuerde con los principios ya mencionados y con la guía del Espíritu, para aceptar, valiéndose del albedrío, el asumir la responsabilidad y escoger lo correcto” (*El matrimonio eterno: Manual para el alumno*, Presidente N. Eldon Tanner, pág. 289).

Ahora analicemos la tercera necesidad según Thoreau: el refugio. Los periódicos están repletos de informes de la actual crisis habitacional en los Estados Unidos. En casi todas las conferencias generales de la Iglesia de que tengo memoria, se nos ha alentado a no vivir más allá de nuestros ingresos. Nuestro ingreso debe determinar el tipo de casa que podamos obtener,

y no la casa grande del vecino de enfrente. El presidente Heber J. Grant dijo en una ocasión: “De mis primeros recuerdos, desde los días de Brigham Young hasta ahora, he escuchado a hombres desde el púlpito... instar a la gente a no meterse en deudas; y creo que la causa de gran parte de nuestros problemas de hoy se basa en no seguir ese consejo” (en *Conference Report*, octubre de 1921, pág. 3).

Una de las mejores formas de simplificar nuestra vida consiste en seguir el consejo que con tanta frecuencia hemos recibido de vivir de acuerdo con nuestro ingreso, evitar las deudas y ahorrar para casos de emergencia. Debemos practicar y mejorar los hábitos del ahorro, del trabajo arduo, de la economía y la frugalidad. Los integrantes de una familia bien administrada no pagan interés, más bien lo ganan.

La última necesidad de Thoreau era el combustible. Últimamente hemos oído mucho sobre el combustible y la energía: del alto costo, de la limitación en el suministro, de la impredecible e insegura dependencia de los proveedores y de la necesidad de fuentes de energía nuevas y sostenibles. Dejo la discusión de estos complejos temas a los líderes del gobierno y de la industria. El combustible del

que deseo hablarles es el combustible espiritual.

El Señor nos ha dado un hermoso plan sobre la manera de regresar a Él, pero la culminación de nuestra jornada terrenal requiere combustible espiritual. Debemos emular a las cinco vírgenes prudentes que guardaron suficiente combustible para acompañar al esposo cuando llegara (véase Mateo 25:6–10). ¿Qué se requiere para mantener un depósito suficiente de combustible espiritual? Debemos adquirir conocimiento del plan eterno de Dios y de nuestra función en él; y al vivir una vida justa y someter nuestra voluntad a la del Señor, entonces recibir las bendiciones prometidas.

Tal como el élder William R.

Bradford enseñó desde este púlpito: “Hay gran simplicidad en la rectitud. En toda circunstancia que enfrentamos en la vida existe la manera correcta o la manera incorrecta de proceder. Si elegimos la forma correcta, nuestra forma de actuar se ve apoyada por los principios de rectitud, los cuales poseen el poder de los cielos. Si elegimos la manera equivocada y actuamos de acuerdo con esa elección, no existe tal promesa o poder de los cielos, y estamos solos y destinados a fracasar” (Élder William R. Bradford, “Rectitud”, *Liabona*, enero de 2000, pág. 103).

Justo antes de morir, se le preguntó a Thoreau si había hecho las paces con Dios. Él contestó: “No sabía que nos hubiéramos peleado” (en Mardy Grothe, comp., *Viva la Repartee*, 2005, pág. 181).

En nuestra búsqueda por aliviar las tensiones de la vida, ruego que sinceramente busquemos las maneras de simplificar la nuestra. Que acatemos el consejo y la dirección inspirados que nos ha dado el Señor en el gran plan de felicidad. Que seamos dignos de tener la compañía del Espíritu Santo y que sigamos la guía del Espíritu al navegar por esta jornada terrenal. Que nos preparemos para lograr el propósito final de esta prueba terrenal, el volver a vivir con nuestro Padre Celestial, es mi ruego, en el nombre de Jesucristo. Amén. ■