

# EL CONTENIDO (I)

**Antonio Medrano**

En la obra dramático-musical de Vaughan Williams *The Pilgrim's Progress* (“El progreso del Peregrino”), inspirada en el libro de John Bunyan del mismo título –célebre texto espiritual inglés del siglo XVII, uno de los libros más leídos a lo largo de la Historia, escrito en forma de relato de un viaje lleno de aventuras, con expresivas imágenes alegóricas, extraídas de la Biblia y los antiguos libros de Caballería–, hay un pasaje de gran belleza, envuelto en una música sublime, serena, alegre y acariciadora, que cautiva de forma especial. Creo que merece la pena comentarlo.

Cuando *Pilgrim*, el Peregrino, protagonista de la obra, una vez liberado de las mazmorras de *Vanity Fair* (la “Feria de la Vanidad”, la ciudad mercantilizada, donde todo se compra y se vende y donde manda el oro), se aproxima a la meta de su largo viaje, *the Celestial City* (“la Ciudad Celestial”), escucha, en las inmediaciones de un bosque, la voz melodiosa de un muchacho que, mientras recoge leña, canta la siguiente balada:

*I am content with what I have,  
Little be it or much,  
And Lord, contentment still I crave,  
Because Thou savest such.*

(“Contento estoy con lo que tengo, / sea poco o mucho; / y todavía anhelo contentamiento, Señor, / porque tal bien Tú guardas”). Tonada que el Peregrino acoge con las siguientes palabras: “Osaré decir que este muchacho lleva una vida más jovial y porta en su pecho más hierba de la llamada Alivio-del-corazón que aquél que está envuelto en sedas y terciopelos”. De modo significativo, esta escena tiene lugar al comienzo del cuarto acto, poco antes de penetrar el Peregrino en la región de las *Delectable Mountains* (“Montañas delectables”), con lo que viene a servir de umbral o preludio a ese mundo paradisíaco en el que los pastores prepararán al caminante para el ingreso en “la Ciudad Celestial”.

La escena no podía estar más certeramente elegida para comunicar la significación de la virtud del contento y expresar su riqueza de contenido. Todo en ella –la música suave y apacible; la letra de la canción, que rezuma la sencillez de la poesía popular y campesina; el contorno en que se desarrolla, en plena naturaleza virgen, con un horizonte de verde frescor a lo lejos– evoca el clima paradisíaco del Edén primordial, cuando el hombre vivía en perfecta armonía con Dios y con la Creación. El hecho mismo de que el personaje que entona el inspirado canto sea un niño, no deja de encerrar connotaciones simbólicas en este sentido: la infancia ha sido siempre equiparada en la simbología de los mitos cíclicos a la “Edad de Oro” o era primaveral de los orígenes, momento en que, según tales mitos, la humanidad gozó de una completa inocencia y de su más alta perfección.

Es, por tanto, un recuerdo del Paraíso terrenal lo que nos aporta este himno al contento de *The Pilgrim's Progress*, página que honra el arte musical inglés –y que nos trae a la memoria la Oda *A la Vida Retirada* de Fray Luis de León, cuyo contexto es muy similar al del pasaje comentado. Y es que el contentamiento o conformidad viene a ser como un reflejo vivo de la paz y felicidad edénicas, y su plasmación en la vida concreta significa un retorno al origen, una reaproximación al centro primordial, una reactualización o restauración –parcial y virtual, al menos– del estado paradisiaco de pureza en que fue creado el primer hombre. Como dijera en cierta ocasión un autor oriental, comentando la importancia de esta virtud para el Zen, “allí donde está el contentamiento, allí está el Paraíso”. Verdaderamente, gracias al contento recuperamos el candor e integridad primordiales, volvemos a ser niños, paso previo, según la sentencia evangélica, a la entrada en “el Reino de los Cielos”, es decir, al ascenso a los estados superiores del ser.

El contento es una de las principales virtudes tradicionales, elemento capital en cualquier disciplina espiritual ortodoxa y valor cultivado con esmero por toda cultura normal. Casi se podría decir que es la virtud por excelencia, ya que viene a ser como una síntesis del resto de las virtudes. En ella se funden la sencillez y la generosidad, la humildad y la nobleza, la paciencia y la entereza, la gratitud y la sobriedad, el desapego y la serenidad, la sabiduría y el amor.

No consiste, como a veces se ha dicho, en un simple resignarse ante los hechos, con el deseo soterrado de que las cosas fueran de otro modo. La misma palabra española “contento”, sinónimo de alegría, felicidad y satisfacción –véanse las expresiones “estar contento” o “no haber en sí de contento”–, porta en sí un predominante matiz cálido, luminoso, alegre, gozoso y positivo, que hace imposible equipararla a la “resignación” (al menos, en la acepción negativa que se suele dar a este término).

El verdadero contentamiento supone, antes bien, una actitud de radical afirmación, de aceptación sincera y abierta, de conformidad serena y feliz con la propia suerte tal y como esta se nos presenta en el momento actual. Es un estado interior que nos lleva a valorar positivamente y a asumir con ecuanimidad la circunstancia en que nos encontramos (sin perjuicio de que se rectifique en ella aquello que haya de ser rectificado y sea mejorada con todos los medios a nuestro alcance). Un liberarse de las exigencias tiránicas del ego, para decir sí a la vida en su integridad, cualesquiera que sean las condiciones, propicias o desfavorables, que nos ofrezca. Una postura de confianza, de *Geborgenheit* o sentirse protegido, por medio de la cual aceptamos la Voluntad divina siempre y en cualquier situación, acogiendo con igualdad de ánimo cuanto nos envíe y recibiendo con gesto agradecido todos sus dones. La actitud cantada por Bach, con esa serena y sobria majestad de su música, en sus cantatas número 84 y 98: *Ich bin vergnügt mit meinem Glücke* (“Estoy contento con mi suerte”) y *Was Gott tut, das ist wohlgetan* (“Lo que Dios hace está bien hecho”).

Todo esto va ligado a la sencillez y la naturalidad en el modo de vida, a la búsqueda de una mesurada austeridad, lo que Fenelón, el gran escritor y místico francés, llamaba *aimable et bienheureuse simplicité* (“amable y feliz sencillez”). Es decir, se halla íntimamente unida al amor a los pequeños detalles y el menosprecio de todo cuanto sea ostentación y artificialidad. El contentamiento lleva consigo,

como condición *sine qua non*, un restringir los deseos y necesidades; un procurar bastarse a sí mismo (evitando cualquier manipulación exterior de los propios instintos); un conformarse con poco y estar satisfecho con lo que se posee; una renuncia a la loca carrera por la riqueza, el poder y la fama; renuncia basada en el convencimiento de que tal frenesí a nada conduce, y no hace sino sembrar el pesar y la insatisfacción tanto a nuestro alrededor como dentro de nosotros mismos.

*Encurta deseos e alongarás a vida* (“acorta deseos y alargarás la vida”), reza un refrán portugués, con esa sensata mirada sobre la vida que encierra la sabiduría popular. “Haz tu felicidad con poca cosa”, recomendaba Pitágoras. Y Séneca escribía a su amigo Lucilio: “Vuelve la vista a las riquezas verdaderas; aprende a contentarte con poco”. Tras recordarle su conocida enseñanza de que “vienen más males de la suerte próspera que de la adversa”, le señalaba como remedio a la necesidad: no entregar el alma a los deleites y riquezas, no vivir bajo la servidumbre de las cosas y no desear nada, como los dioses, para así poder escapar a la garra de la fortuna y vivir con verdadera independencia.

Vivir en el contento es, en definitiva, hacerse uno con la realidad, verla y aceptarla tal como es, sin deformar las cosas ni dejarse dominar por ellas, y dando a cada una su exacto valor en el recto orden jerárquico de la existencia. Significa vivir la plenitud del presente, en permanente posición de alerta espiritual, siempre atento a todo y con todo; entregarse a la experiencia gozosa del “aquí y ahora”, desempeñando con el más alto sentido de responsabilidad el propio deber y realizando con ánimo poético, creador y embellecedor, hasta la tarea más insignificante de la vida cotidiana.

Aquí está la clave para lograr la riqueza personal y el máximo aprovechamiento de la existencia. “El que sabe contentarse con lo que tiene es rico”, dice Lao-Tse. El contentamiento es el camino hacia nosotros mismos, la sal de la vida, el bálsamo que todo lo cura, el fuego alquímico que transmuta en oro los rudos metales del devenir cotidiano (la injusticia, la humillación, la decepción, el desengaño, la frustración, el dolor o sufrimiento de cualquier tipo). No hay mejor antídoto contra la avaricia, la envidia y el resentimiento, esas lacras –tan extendidas en el mundo actual- que corroen y empobrecen la vida de los individuos y los pueblos.

El hombre que ha hecho de la conformidad la savia de su vida es como el cisne de la fábula hindú, que extraía siempre la leche de la vasija llena de leche mezclada con agua. O como la abeja, que obtiene la miel del jugo amargo de las plantas. Su grandeza de corazón, su generosa apertura, su capacidad afirmadora y su atenta actitud ante las cosas le permiten libar de la experiencia integral de su vida la miel de la sabiduría, ese oro nutricio en el que se coagula la dulce sonrisa iluminante y benefactora del Sol de la Eternidad.

[ Continúa en la próxima entrega: EL CONTENIDO (II) ]