

*El día que desperté
dos veces*

Julio Decaro



El día que desperté dos veces

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.

© Julio Decaro

Editor: Fernando Díaz
Diseño: Paolo Terzano
Coordinación editorial: Martha Borges


ISBN 978-9974-7990-6-6
Dep. Legal N° 370.052
Tercera edición: agosto de 2016

Impreso y encuadernado en Mastergraf
E-mail: mastergraf.mastergraf.com.uy
Montevideo - Uruguay

Printed in Uruguay - Impreso en Uruguay

Contenido

Prólogo.....	5
Introducción.....	9
Dios andaba con mi abuelo Miguel.....	13
El consuelo.....	17
A todos los buscadores: ¡no busquen más!	19
Grumpy.....	21
Todavía no, ahora sí.....	23
A Lilian. La muerte, mi amor y YO.....	27
¿No le parece insólito?.....	29
El coquito maestro.....	35
Esto confunde a cualquiera.....	39
El burrito del Señor.....	43
¿De dónde sacaste los adoquines?.....	45
Ya estamos en el cielo.....	47
No fue coraje, fue ignorancia.....	49
La verdad.....	53
Las mil caras de nuestro habilidoso ego.....	55
Dios está en los entreactos.....	57
El orzuelo.....	59
Hasta linda queda.....	63
Dar es igual que recibir.....	65
¿Dónde está la línea?.....	69
¡Es lo que hay valor!.....	71
La única condición.....	75
David.....	77
Bueno por otras razones.....	81
Las cosas por su nombre.....	83
Deje de hacer fuerza.....	85



Y la muerte, ¿dónde está?.....	89
Señora presidenta.....	91
De abuelos y ciruelos.....	95
No me motiven más.....	97
Tortas fritas.....	99
Sobre el amor.....	101
¿Y si es envidia?.....	105
Para morirse hay que estar vivo.....	107
Ni una mísera escupida es mía.....	111
Un día común.....	113
¿Yo qué tuve que ver?.....	115
Volver a vivir.....	119
A veces soy uno, a veces dos.....	121
Es un pecado y una estupidez.....	125
No existen soluciones.....	127
El fractal de la vida.....	129
No te resistas.....	131
No es tan fácil chupar un caramelo.....	137
¿De qué le sirvo a la vida?.....	139
Aún no lo puedo creer.....	141
La vida es una práctica.....	145
Dios nos da y Dios nos quita.....	147
Me puedo olvidar de todo.....	151
¿Difícil o imposible?.....	153
Las apariencias engañan.....	157
Jazmín de abril.....	159
Hoy o mañana da igual.....	161
El día que desperté dos veces.....	163
Agradecimientos.....	165
Curriculum Vitae.....	167



Prólogo

Despertar dos veces es nacer dos veces...

*Y en verdad os digo,
aquel que no nazca de nuevo
no puede entrar en el reino de Dios.*

Todo despertar es un nacimiento. Y, coincidiendo con Galeano en que nacer es una alegría que duele, hoy sentí que debía estar junto a mi amigo, el Dr. Julio Decaro, ya que, también por creador -o re creador- sé lo que se siente ante la parición de un nuevo libro. Estará -sin duda- viviendo lo que también sentimos, como padres, ante la inminencia de un nuevo ser. Ese estado del alma que Líber Falco y Vinicius, Zitarrosa y Gardel reflejaron como espejos: eso de estar, a la vez, *alegremente tristes*.

Pero si, además, este libro como comunica sus más íntimas vivencias en el sinuoso ciclo de su re-nacimiento hacia la claridad deslumbradora de la vida, entonces, no quería perderme la celebración que supone el acto bautismal - y eucarístico - de compartir desde este libro, su aún, tibio pan; su vino más alegre; su agüita más fresca y su prístina, renovada esperanza...

Por su profesión de baqueano de las lágrimas y de los golpes del alma, Julio era – y es – un referente. Como lo siguen siendo, aún en el siglo XXI, los buenos pastores. En función de ello, sentía que debía officiar- y así lo hizo, lo hace- también como un gran ovejero: hoy custodiando majadas des-norteadas, mañana amparando, con amor y firmeza, sus desoladas ovejas perdidas...

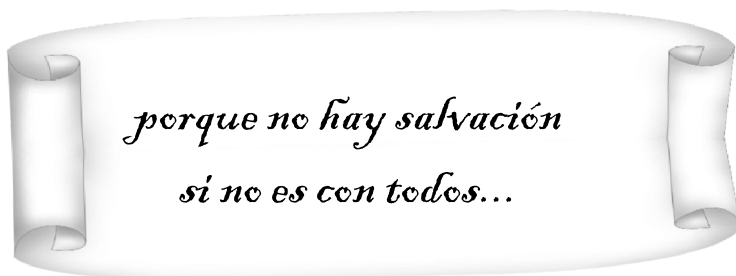
Hasta que comenzó a florecer desde su interior, ese proceso que, iniciado en las raíces más sutiles y más profundas de nuestro ser individual e indivisible -pero también desde nuestra ancestral memoria colectiva- va buscando, como lo marca nuestra vocación de aire y de alas, abrir un espacio libre y luminoso hacia lo más alto - por allá arriba- cerca de la cabeza, pero, sobre todo, de nuestros más íntimos latidos...

Entonces se descubrió -se re-descubrió- él también, cordero. Pero cordero de Dios. Por lo tanto, conformado por su misma materia esencial. Calidoscopio, prisma de cristal que, al recibir el más pequeño rayito de sol, igual explota en un arcoiris de colores, proyectados en La Paz y en La Alegría, en la eterna Fiesta de La Luz...

Rara avis en este mundo, en este tiempo del mundo, de monedas brillando - a veces, hasta por su ausencia - y, otras veces, afuera y adentro de los templos, para seguir - como lo hace - apostando a la palabra - *El Verbo* - ya como hilo de Ariadna, o como herramienta, para continuar su siembra en el surco más fértil que existe: el alma humana.

Por ello, ante este libro, humildemente sugiero que lo abramos, con los ojos muy atentos y, de par en par, abierto el corazón.

Que, al fin, todo patito feo re-nace en cisne. Y vuela alto, hacia muy arriba -es decir, hacia muy adentro- necesitando formar bandada con nosotros, los de sensibilidades afines, los de parecida sed. Digo, con nosotros, los hermanos. Que la vieja canción suena, más vigente que nunca:



Cuánto vino oscurecido o vinagre o barro negro y espeso - propio y ajeno - habrá tenido que beber / que vivir, que sufrir / el Dr. Julio Decaro, para poder elevar hoy, en fina copa transparente, el agua pura, clarísima de su desbordado corazón auroral, augural y renacido... Amorosamente único y plural.

Que se nace una sola vez hacia fuera, pero tantas como los hombres que somos, hacia adentro...

Por eso, les invito a desnudar el alma, y compartir con Julio, su experiencia del día en que despertó dos veces.

Ignacio Suárez





Introducción

Este libro es una recopilación de algunas de las innumerables notas que he escrito en los últimos cuatro o cinco años de mi vida.

Contienen reflexiones sobre mis experiencias en el camino de búsqueda de mí mismo.

Seleccioné aquellas que me parecieron útiles para conocerme y que además pude expresar en palabras.

Las ideas y enseñanzas escondidas en cada relato, no son originales, no pueden serlo.

No me pertenecen, son.

Las he visto en las acciones y las he escuchado de boca de todos los maestros que la vida me ha puesto por delante y que he tenido la lucidez de reconocer, o las he encontrado en los testimonios de los hombres sabios de toda la historia. Son patrimonio universal.

Si se preguntan por los resultados personales de esas enseñanzas, les diré que aún no he llegado a ningún lado, no sé si hay un lugar donde llegar, pero tampoco me preocupa.

No soy un maestro, soy un aprendiz decidido a escribir algo de lo que le sucede.

Sin embargo, siento que he recibido una bendición.

Tengo, a mis sesenta y un años, una enorme energía interior, una notable sensación de estar vivo y a la vez estoy calmo o al menos, mucho más de lo que estuve nunca.

Éste es y seguirá siendo, mi objetivo primordial.

Me alegro de ser un poco más humano cada día, de estar más en paz conmigo mismo y con todos los seres del planeta, en especial, con los otros humanos.

Me alegro de enojarme menos frecuentemente, o que mis enojos duren menos o sean de menor intensidad.

Me alegro de no sentir tanto miedo y por ende, de no tener tanta necesidad de defenderme o de querer controlarlo todo.

Me alegro de poder, cada vez con más facilidad, sentirme feliz con cosas sencillas y de fácil alcance.

Me alegro de ganar día a día en aceptación del mundo y de las cosas como son, sin hacerme pedazos tratando de que sean como creo que debieran ser o como me gustaría que fuesen.

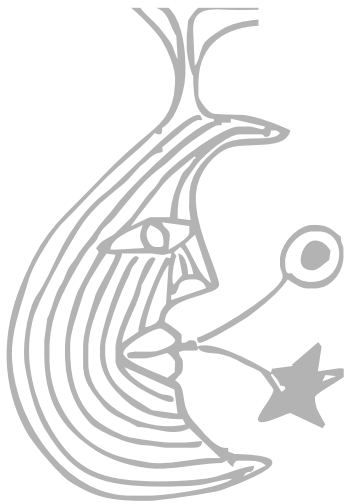
Me alegro de comprender cada vez más, lo que ha permitido que aparezcan en mí, momentos de compasión, algo que me era totalmente ajeno.

En fin, me alegro de sufrir menos cada día.

Como los libros de cuentos sufíes, cada historia resonará diferente en diferentes personas y evocará distintas reflexiones.

Más aun, leído en distintos momentos, cosa que recomiendo, probablemente cambie la preferencia o las opiniones, ideas y emociones que cada relato le despierte.

No se trata de un libro para leer de corrido y aunque puede ser abordado en cualquiera de sus historias, le recomiendo darle a cada una al finalizar de leerla, unos minutos de reflexivo silencio y luego escribir para usted, lo que el relato evoque en su corazón.



***Sólo por conocerte,
valió la pena mi vida.
A mi abuelo Miguel.***







Dios andaba con mi abuelo Miguel

Mi abuelo Miguel, abuelo por parte de madre, era el hombre más calmo y feliz que yo conocí sobre la faz de la tierra.

Jamás lo vi enojado, protestando, quejándose, o amargado por nada.

Siempre sereno, sonriente, querido hasta por los perros, que por supuesto, lo acompañaban en sus largas recorridas.

Miro insistentemente su foto, la única que tengo sobre mi mesa de luz, buscando en sus ojos y en mi memoria los secretos de esa vida apacible.

Dos eran sus cualidades más destacables:

● Mi abuelo jamás protestaba contra las cosas de la vida.

Seguramente y como todos, sufriría sinsabores y reveses, pero jamás lo oí protestar, quejarse o renegar de nada ni de nadie.

Sólo calma y concordia podíamos encontrar en él, aunque los gritos de nuestras italianas discusiones familiares subiesen de tono o fuesen ensordecedores.

Sabía fluir, no se resistía. Si la vida le daba limones, hacía limonada y además, la hacía sonriendo y en calma. Mi abuelo honraba la vida tal cual era.

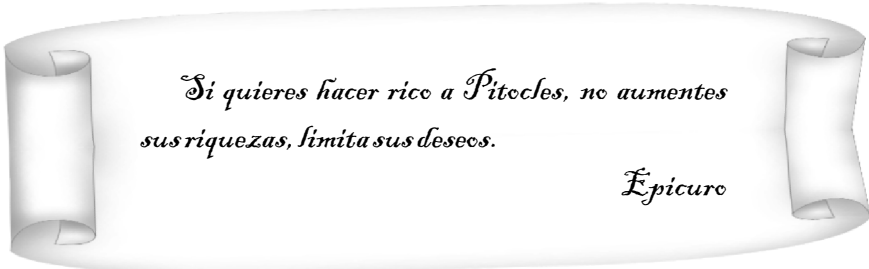
● Aunque mi abuelo tenía un pasar modesto, sabía disfrutar de las pequeñas cosas de aquella vida humilde.

No tenía grandes anhelos, siempre estaba contento con lo poco que tenía.

No deseaba grandes cosas.

Cuando mi madre le hacía algún comentario acerca de cuánto añoraba volver a viajar a Europa y sobre lo lindo que era conocer por ejemplo la Torre Eiffel, mi abuelo respondía, “yo ya la conozco viejita, ya la vi por televisión”.

Aunque mi madre protestaba y se enojaba por sus comentarios y por su actitud general de aparente displicencia, ahora descubro que la sabiduría de su reducida ambición y de su vida sencilla, es la más frecuente y ferviente recomendación para la felicidad de los iluminados de todos los tiempos.



*Si quieres hacer rico a Pitocles, no aumentes
sus riquezas, limita sus deseos.*

Epicuro

Mi abuelo disfrutaba como un chiquilín con pequeñas tonterías:

- un buen tazón de arroz con leche;
- ñoquis todos los 29 de mes, en especial el 29 de Septiembre, día de su cumpleaños, al que llamaba “el día del ñoqui mayor”;
- un cordero en familia los días festivos, que con meses de anticipación le solicitaba a mi hermano quien por ese entonces supervisaba un criadero;
- un truquito en el boliche y sobre todo, poder quedarse con el 7 de oro en la escoba del 15, cuando jugábamos a las cartas en casa;
- fumar al sol un cigarrito que él mismo armaba con hojillas y tabaco, como era de estilo;

- salir a caminar con su perro y visitar diariamente a los parientes que por ese entonces vivíamos todos a corta distancia, en el mismo barrio;
- prender fuego en el fondo de su casa y poner a calentar agua para el mate durante todo el día, en una pava renegrida que me juraba que había pertenecido al negro Ansina, el ayudante de Artigas;
- disfrazarse para contarnos sus increíbles e inolvidables historias de fútbol, carnavales, apariciones en el Cementerio Central y de su juventud en el Barrio Sur.

En fin, Dios andaba con mi abuelo casi de continuo.
Si Dios estaba disponible, mi abuelo seguro que también.

Yo por ese entonces andaba dormido y ahora que desperté, él no está.

Me consuela saber que yo soy él. Yo soy su continuación en esta vida.

No soy igual igual, pero tampoco diferente.

Tengo sus semillas.

Si las encuentro y las riego con cuidado, él renacerá.





El consuelo

Estoy en el purgatorio.

Estoy en ese lugar a mitad de camino de un viaje sin retorno y quizás sin final.

He visto y comprendido lo suficiente como para no querer participar más de la absurda y dramática invención de la vida cotidiana, pero estoy lejos del Nirvana.

Despertar es una bendición y es sufrimiento.

Cuando se pierde la motivación por el patético juego de la vida y quedamos enfrentados al vacío, la decepción y el desencanto, sólo se encuentra consuelo en la satisfacción que da la conciencia de nuestra propia lucidez.

"Dichoso el árbol que es apenas sensitivo.

*Y más la piedra dura, porque esa ya no siente,
pues no hay dolor más grande que el dolor de ser vivo,
ni mayor pesadumbre que la vida consciente".*

Rubén Darío



No busquen A todos los buscadores: no busquen más!

Cuando los grandes gurúes le responden a la gente interesada en la iluminación, que no hay nada que buscar y que buscar algo en esas circunstancias es lo opuesto a lo necesario o conveniente, creo que tienen razón y que comprendo a lo que se refieren.

Tengo la convicción de que algunas veces y por distintas causas, quizás por una crisis vital importante, una enfermedad grave o un sufrimiento que alcanza ribetes intolerables, una persona profundamente dormida, despierta de golpe.

Por primera vez y en forma clara, se desdobra, se ve a sí mismo y desde ese lugar ve sus propios personajes, las máscaras que usa, los juegos psicológicos en los que participa y el dramático argumento de la obra que es su vida y la de los que lo rodean.

Si atribuye tal descubrimiento al Espíritu Santo, si por formación, creencias o contexto piensa que ha sido tocado por Dios, debe ser una experiencia conmovedora y podría perfectamente ser descripta como “iluminación” o “despertar”.

Estoy convencido que a otros nos pasó lo mismo, pero de una manera no tan dramática, o los eventos dramáticos que nos sucedieron, no los interpretamos a la luz de un contexto espiritual o religioso.

Descubrí por primera vez mis personajes y el libreto en el que participaban hace más de veinte años atrás.

En esa época, de un día para el otro perdí todos mis trabajos y mis puestos de poder y con ellos se hicieron pedazos de golpe todos mis disfraces.

Increíblemente me sentí por primera vez desnudo pero a su vez invulnerable, sin miedo, enraizado en la calma de mi esencia; lo único que me quedaba, aparte de mi familia.

Y ahora, ¿qué me puede pasar?, me preguntaba.

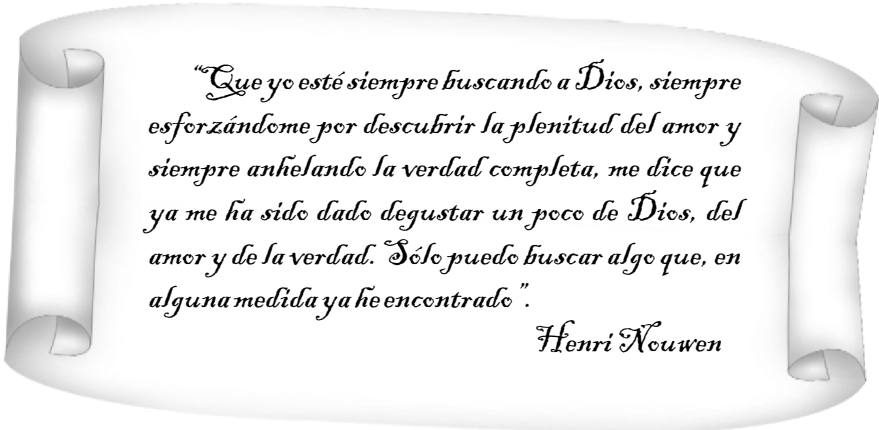
Nada, me contestaba, y me afloraba una sonrisa.

En ese momento, no tuve a mi alrededor a alguien que reencuadrara y me explicara lo ocurrido en un sentido espiritual.

Vi las cosas tal cual son con el Prof. Roberto Kertész, que me enseñó análisis transaccional y no con un maestro zen en Oriente, ni un gurú en la India. En suma, me desperté de otra manera.

Ahora bien, querer que pase algo que no puede pasar, porque ya pasó, aunque no lo hizo de la manera espectacular a la que hacen referencia las leyendas, es lo que impide a muchos, darse cuenta que no se puede llegar a ser lo que ya se es.

Hacer un esfuerzo en esa situación es en realidad, un contrasentido y contraproducente.



“Que yo esté siempre buscando a Dios, siempre esforzándome por descubrir la plenitud del amor y siempre anhelando la verdad completa, me dice que ya me ha sido dado degustar un poco de Dios, del amor y de la verdad. Sólo puedo buscar algo que, en alguna medida ya he encontrado”.

Henri Nouwen

En este camino, cuando alguien anda buscando, ya no hay nada que buscar.

Sólo hay que agradecer la bendición de haber despertado y afrontar el trabajo cotidiano de expandir lo que ya somos, de forma que en ese ir y venir entre soñar y estar presentes, vivamos más presentes que dormidos o al menos, divertidamente equilibrados.

Grumpy



He representado a Grumpy por casi 60 años y estoy cansado. Sufrí mucho y ya no me aguanto más. Sin embargo, no es fácil desprenderse del personaje de una obra con tantos años en cartelera y después de miles y miles de representaciones.

Quizás sea porque es casi el único papel que he ensayado cada día de mi vida y ningún otro me sale con tanta perfección.

Quizás, porque cuando alguien representa este rol por tantos años y aunque afirmen lo contrario, casi todos los que lo rodean se lo fomentan para que sobrevivan sus propios personajes.

Víctimas y salvadores me necesitan persiguiendo para que no se baje la obra de cartelera.

¿Qué le pasará a Julio?

¿Qué bicho le habrá picado?

Él no es así.

Es mentira, me los imagino pensando cuando me ven calmo, al tiempo que escalan en las invitaciones que buscan que el gruñón reaparezca.

El problema es que algunas veces, ni yo mismo me lo creo.

Una parte mía, que le asusta dejar lo conocido me dice:

Julio, vos no sos así, eso es falso, al tigre nunca se le van a ir las manchas, está en tu naturaleza.

Como es claro que seré yo mismo el límite de lo que pueda llegar en este propósito de calmarme, me he puesto metas realistas.

Hace tiempo comprendí que no era una buena medida del éxito, querer transformarme en un santo.

Hoy pienso que si antes me enojaba diez veces por día y ahora me enojo ocho veces, está bien.

Que si antes la intensidad de mis enojos en una escala del 1 al 10 era promedialmente nueve y ahora es siete, está bien.


Que si antes mis enojos me duraban una hora y ahora me duran cincuenta minutos, también está bien, porque cada minuto que rescato a la ira, es un minuto de vida y porque *“de a uno comen los pollos y engordan”*.

Cuando logro anticiparme a mis enojos y desarmo el dispositivo antes de la explosión, festejo.


Eso sí, me cuido de no cantar victoria, ni en las más auspiciosas circunstancias.

Grumpy siempre está entre bambalinas.





Todavía no, ahora sí



Estábamos en la playa. Eran cerca de las 20 y 30 horas y, con el cambio de horario de verano, estaba atardeciendo.

Una familia cercana miraba la puesta de sol, como casi todos los que allí estábamos, pero una niña de alrededor de ocho años, rezongaba al resto de sus hermanos y a sus padres que aplaudían la maravilla que estaban viendo.

En tono bastante airado les decía, “todavía no, todavía no”.

Aunque uno de sus hermanos bromeaba con ella, la mayoría del grupo acató la directiva y dejó de aplaudir.

El sol estaba a momentos de su desaparición por aquel día y creaba una espectacular imagen que se parecía al hongo de una explosión nuclear que, pausadamente, se transformó en una gruesa moneda de oro apoyada en la línea del horizonte.

Cuando el sol desapareció por completo, la niña le dijo a su familia, “ahora, ahora sí” y todos arrancaron a aplaudir nuevamente.

Parecía como si la gran mayoría de los presentes en la playa la hubiesen escuchado.

Casi todos se unieron en un fuerte aplauso y algunos vitoreaban “bravo, bravo”, como se acostumbra a hacer en el cierre de una velada de teatro.

Esta escena me recordó otra que vivo cada Noche Buena y fin de año, desde que me conozco con razón.

Los minutos que rodean las 12 de la noche, son siempre motivo de discusión y si hay algún amante de la perfección, hasta los segundos pueden serlo.

En medio de los estruendos de los cohetes de aquellos que, o no les importa lo de las 12 o tienen los relojes muy adelantados, aparecen en mi familia los que dicen “bueno, feliz Navidad (o año nuevo)” y los que casi inmediatamente dicen “todavía no, todavía no, falta un minuto”.

Por supuesto, nunca nadie se toma el trabajo de sincronizar previamente los relojes, ni de comprobar si el suyo tiene o no, la hora oficial.

A pesar de eso, cada uno cree que la hora de su reloj es la exacta.

Llegado un momento, unos comienzan a abrazar y besar a todos deseando felicidad y otros protestan porque todavía no es la hora, mientras los niños piden a gritos para abrir los regalos.

Alguno muy testarudo termina huyendo de los que intentan besarlo, mirando insistentemente su reloj y dejándose atrapar sólo cuando él cree que son realmente las 12 en punto diciendo: “Ahora sí, ahora son las 12”.

Lo que me he dado cuenta es que mi vida estuvo llena de este macabro mecanismo del “todavía no, ahora sí”.

Los “ahora sí”, duraron en general un instante, como el instante en que el sol realmente desaparece en el horizonte, o los instantes del saludo de fin de año.

La alegría de un examen aprobado, del siguiente, de recibirme, de obtener el postgrado, de comprometerme, del casamiento, del primer hijo, del siguiente, de la casa propia, de la casa en el balneario, del primer auto, del 0 km, del ascenso, del aumento, etc., etc., siempre me parecieron instantes.

Los “todavía no”, a diferencia de la cuenta regresiva de 10 segundos que se usa para el pasaje al nuevo año, duraron días, meses y en algunas ocasiones, muchos años.

La historia de mi vida, como la de muchos, ha sido una perpetua cuenta regresiva, un continuo “todavía no”, salpicado aquí y allá de algunos “ahora sí”.

No sé cómo, pero me impuse este mecanismo incluso referido a eventos de otros y tuve innumerables cuentas regresivas

relacionadas a la vida de mi esposa, de mis hijos, de mis nietos o de mis amigos y conocidos.

Ahora me pregunto, ¿de dónde habremos sacado los que estábamos en la playa, que el instante exacto en que el sol desaparece en el horizonte es el que merece el aplauso? ¿Es la imagen del minuto anterior menos maravillosa? ¿Lo es la de la media hora antes?

¿De dónde sacamos que las 12 de la noche del día de fin de año es el instante para desearle a nuestros seres queridos y amigos felicidad, y decirles que los queremos?

¿Por qué no, el día anterior, o el mes anterior?

¿De dónde sacamos que el instante de terminar de atarse los zapatos es más importante que aquellos en los que estamos calzándolo o haciendo una de las moñas?

¿Por qué el momento de terminar de cepillarse los dientes o finalizar de bañarse es más importante que los que nos llevan hacerlo?

¿Por qué un título, un puesto, un ascenso, una casa, una suma en un banco, un premio, los “ahora sí”, son más importantes que los años que empuñé en alcanzarlos, sumidos en un silencioso, ignorado y dramático “todavía no”?

Cuando por las mañanas vacío en la basura la yerba del mate del día anterior, me digo, “ahora sí”.

Cuando respiro el aroma del cedrón que le pongo al termo de agua caliente, me digo, “ahora sí”.

Cuando tomo el primer sorbo cómodamente sentado y escuchando música junto a mi esposa, me digo, “ahora sí”.

Cuando mastico un bocado de una galletita de cereales con la que suelo acompañar el mate, me digo, “ahora sí”.

Cuando terminamos el mate y me dispongo a bañarme, me digo, “ahora sí”.

Cuando me zambullo en el agua fría de la playa, cuando abrazo a Lilian, cuando estoy rodeado de mi familia, cuando respiro hondo, cuando camino lentamente por la rambla, cuando

me acuesto cansado en mi cama, cuando me tomo un cafecito con un amigo, cuando pelo fruta para preparar un licuado, me digo, "ahora, ahora sí".

Aplaudo al sol mentalmente cada vez que me despierto, no importa si es de día o es de noche, mucho menos si está atardeciendo.

Algún día, aplaudiré todo el tiempo.

"Cuando contemplamos una hermosa rosa, que hoy se encuentra parcialmente abierta, llenando el aire de su dulce fragancia, no pensamos que es menos rosa porque todavía no está completamente abierta. Es simplemente una rosa, la plenitud haciéndose plena".

Brian Pierce OP



A Lilian.
*La muerte,
mi amor y YO.*

Amor de mis amores
cuando venga la muerte
si nunca te tuve
¿cómo retenerte?

Amor de mis amores
cuando venga la muerte
si nunca fuiste mía
¿cómo perderte?

Amor de mis amores
qué bueno fue quererte
si siempre fuiste YO
¿cómo nos separará la muerte?





¿No le parece insólito?

Estaba leyendo el libro del profesor Mario Berta llamado “Lo insólito y su significado”, cuando motivado por esta lectura, decidí reflexionar en búsqueda de algunos acontecimientos insólitos en mi vida.

De ahí surgió esta historia que les relato.

En mis épocas de energúmeno, cuando la ambición de poder y de logros superaba mi inteligencia, me dedicaba a la administración hospitalaria.

Trabajaba como director asistente en un hospital y era subdirector técnico en otro.

Sin embargo, yo quería ser D-I-R-E-C-T-O-R.

Es más, consideraba que era de justicia de acuerdo con mis méritos y mi capacidad de trabajo que por aquel entonces era tan desbordante como mi ego.

La oportunidad apareció.

El decano de la Facultad de Medicina me llamó para ofrecerme la dirección interina del Instituto de Higiene, porque el rector había decidido separar del cargo a su director, el Prof. Tabaré Fischer, e instruirle un sumario administrativo.

Esta es la mía, se me dio, me dije, y a pesar de los consejos de prudencia que me dieron algunos amigos y mayores, decidí aceptar el cargo.

Ahora iba a poder probar al mundo lo que era capacidad de trabajo, empuje, esfuerzo, conocimiento, inteligencia y no sé cuántas cosas más que por aquel entonces creía que me adornaban.

Y así fue.

Trabajé denodadamente por muchos meses y di vuelta muchas cosas en ese instituto que por supuesto, en el transcurso del tiempo, quedaron merecidamente en el olvido y el anonimato.

Sin embargo, al mismo tiempo y sin percibirlo por mi anestesia total al dolor ajeno y la ausencia de sensibilidad y compasión, estaba hiriendo el orgullo y el amor propio de quien, por razones que desconocía y que no me preocupé en averiguar, había sido separado del cargo.

Cerca de un año después de mi nombramiento interino, finalizado el sumario, el Prof. Fischer fue reintegrado a su puesto.

En una reunión que tuvimos con el decano, me di cuenta por primera vez, de la gravedad del juego del que había participado.

De salvador, de hacer un gran servicio a la facultad ocupándome de un instituto que necesitaba un director, pasé a perseguidor sin percibirlo y ahora, en la reunión, era la víctima del drama.

El decano se lavaba las manos.

El Dr. Fischer decía que desde su punto de vista había sido una ofensa que hubiese aceptado el cargo que habían ocupado distinguidos profesores de la facultad, (aunque por supuesto no se dedicaban a la administración hospitalaria como yo lo hacía).

Por último yo, sorprendido y enojado, no entendía, cómo haber hecho las cosas bien, podía ser motivo de reclamos en lugar de agradecimientos.

Como digo, por aquel entonces, de lo que realmente no entendía nada era de la naturaleza humana y lo peor era que no me importaba, aunque reconozco que me hubiese convenido.

No entendía que, sin pensarlo, había herido susceptibilidades y había atropellado la autoestima de otras personas.

Con el pasar de los años, aquel episodio desagradable pareció quedar en el olvido, aunque sus consecuencias cambiarían definitivamente el curso de mi vida.

Tiempo después fui designado director de otro hospital.

Nuevamente tenía la oportunidad de dirigir algo, aunque el contexto era totalmente diferente.

Yo había sido por muchos años subdirector técnico de esa institución y la dirección había sido ejercida por un colega y amigo, dedicado como yo, de cuerpo y alma a la administración hospitalaria, quien había sido ascendido al puesto superior al mío.

Transcurría el año 1986 u 87 y mi amigo fue removido de su puesto y el entonces Presidente de la República, decide nombrar en su lugar, ¿a quién?, al Dr. Tabaré Fischer.

De los cientos de personas que podía haber elegido para ocupar ese cargo, lo eligió justo a él.

De los cientos de lugares donde podía haberlo ubicado, eligió justo ese lugar, el palo del gallinero exactamente arriba del mío.

● ¿No le parece insólito?

En aquel momento no calificué como insólito ese nombramiento, porque no había leído el libro de Berta, pero lo expresé de otra manera.

“Es el caso de la paloma en el estadio, me dije, ochenta mil espectadores y me hizo justo a mí encima”.

Como era de esperar, trabajar allí comenzó a ser un suplicio, al punto que decidí tomar la medida extrema de reclamar ante el ministro de turno, por lo que consideraba una conducta impropia de un jerarca.

Luego de un par de meses, en los que creo que en el ministerio no sabían qué hacer con aquel reclamo o conmigo, si mandarme a Siberia o mandarme a matar, fui removido del cargo y nombrado asesor del ministro, cargo por supuesto absolutamente nominativo, cuya historia ulterior, no viene al caso.

Tiempo después, decidí abandonar la administración hospitalaria tras aquel empujón que me sacó de la cancha y comencé a trabajar en el mundo de las empresas donde, en mi percepción, funcioné muy exitosamente.

Luego estudié psicología junto a mi esposa Lilian en el IPPEM (Instituto Privado de Psicología Médica de Argentina) y

posteriormente comencé mi carrera como consultor independiente.

Entre otras actividades, dictaba clases en un instituto, cuyo director, interesado en desarrollar talleres de negociación, me preguntó un día si estaría dispuesto a concurrir a la Universidad de Harvard a tomar un curso y explorar el tema.

¿No le parece insólito?

Por supuesto que contesté que sí, sin pestañear.

Así fue como asistí en aquella universidad, al prestigioso curso conocido en el mundo entero como negociación por principios o por intereses, o negociación ganar / ganar, que desarrolló el renombrado Prof. Roger Fisher.

De ahí en adelante, he vivido de ese conocimiento recibido y de la relación que establecí con el Prof. Fisher y las organizaciones que él creó (Harvard Negotiation Project, Conflict Management, Inc., Conflict Management Group, y CMI International Group, de la cual soy Director Ejecutivo y Socio fundador).

Mi vínculo con Roger, sus colaboradores y su metodología, me facilitó la posibilidad de viajar por todo el mundo dictando cursos (incluida la propia Universidad de Harvard), de escribir dos libros, de asesorar a gobernantes, líderes de nivel mundial, empresarios y organizaciones internacionales públicas y privadas de todo tipo, en fin, me abrió un mundo impensable y superior a mis más altas expectativas.

¿No le parece insólito?

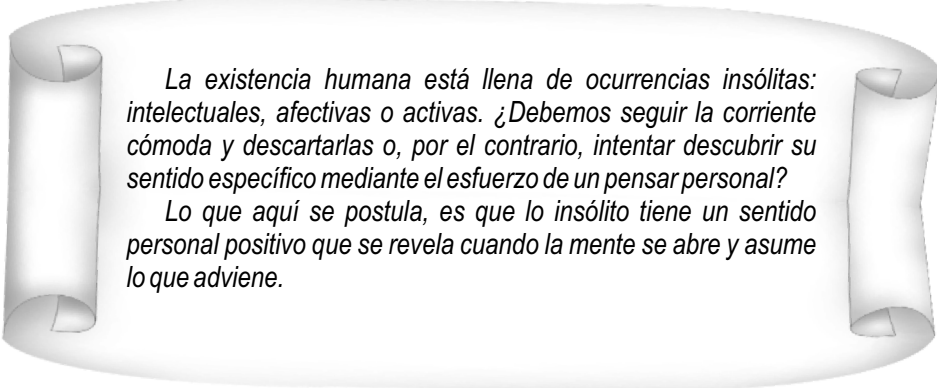
¿No es fuera de lo común que mi encuentro con un Fischer me hiciera descarrilar como un tren de la vía por donde iba y otro Fisher me ayudase a reencauzar mi vida?

¿Para qué me pasó lo que me pasó con el primer Fischer?

Tal vez, para que pudiese encontrarme con el segundo Fisher.

Finalmente:

lo importante del relato, como recomienda Berta, es estar atentos a los acontecimientos insólitos de la vida para eventualmente, reflexionando con serenidad y mente abierta, darse cuenta de su real significado, que frecuentemente difiere de lo que a primera vista aparenta.



La existencia humana está llena de ocurrencias insólitas: intelectuales, afectivas o activas. ¿Debemos seguir la corriente cómoda y descartarlas o, por el contrario, intentar descubrir su sentido específico mediante el esfuerzo de un pensar personal?

Lo que aquí se postula, es que lo insólito tiene un sentido personal positivo que se revela cuando la mente se abre y asume lo que adviene.

La importancia de “lo insólito” radica en que, frecuentemente, es portador de Sentido o de un mensaje trascendente o espiritual.

Si hubiese leído antes este libro, posiblemente no me hubiera amargado tanto pensando que lo que me había ocurrido era una desgracia.

Quizás hubiese tenido la sabiduría de esperar con tranquilidad, de pensar, que quizás Alguien o algo me estaba dando una lección, que otro era el destino que me estaba reservado, que en el largo plazo, aquello que parecía una desgracia, era en realidad una bendición.

Abre tus ojos, todo está en la naturaleza, decía Leonardo de Vinci.

Lo que me he prometido, de ahora en adelante, es: poner más atención.

“Todos estaban sentados bebiendo lentamente sus tazas de té, cuando irrumpió un monje vestido de negro que los increpó diciendo:

mi maestro me enseñó que en el mundo no habrá paz, hasta que todos aquellos que nunca hayan sufrido una injusticia se sientan tan mal como los que las han sufrido.

Nasrudín, que se encontraba entre los parroquianos, sin levantar la mirada de su taza de té, dijo:

en cambio mi maestro me enseñó, que nadie debe sentirse mal ante una injusticia, hasta que no esté bien, pero bien seguro, que no es una bendición encubierta”.



El coquito maestro

Hace ya unos cuantos años, en uno de los días de mi primer retiro de silencio en Colonia, encontré en el suelo una semilla de palmera que aún llevo en el bolsillo derecho de mi pantalón y que ahora es más conocida por mí y por mis allegados, como “el coquito”.

Lo recogí porque su forma casi esférica estaba compuesta por tres gajos y en cada uno de ellos había un agujerito simétricamente ubicado. Luego descubrí que todas estas semillas de palmera son así.

Imaginé en aquel momento que cada agujerito tenía un significado y los asocié a tres palabras en pali que habían sido repetidamente mencionadas por el maestro.

La primera es “sila” o moralidad, es decir, abstención de acciones de obra y de palabra que causen daño a uno mismo o a los demás.

La segunda es “samadhi” o concentración, es decir, control de la propia mente y la tercera es “pañña” o sabiduría, en especial aquella adquirida por la experiencia directa y personal.

Pensé que aquel “souvenir” del retiro, que como tantos otros cachivaches estaba destinado a algún estante de la biblioteca, me recordaría al verlo estas tres prácticas.

Sin embargo, la función del coquito ha ido cambiando con el tiempo.

Tich Nhat Hanh, un monje budista vietnamita a quien conocí en los Estados Unidos, recomienda poner un pequeño canto rodado en un bolsillo para que al tocarlo, nos recordemos a nosotros mismos y volvamos al presente.

Decidí seguir la recomendación de Thay y me pareció que el coquito tenía más virtudes y más méritos que un simple y desconocido canto rodado.

Lo puse en el bolsillo derecho del pantalón donde habitualmente llevo el dinero de uso corriente, porque así la posibilidad de tocarlo en el transcurso del día sería mayor.

Me comprometí a que cada vez que lo sintiese entre mis dedos, me detendría y haría un par de respiraciones profundas para volver al presente, y así fue durante mucho tiempo.

Aunque el compromiso sigue vigente, como todos los llamados despertadores, el coquito ha ido perdiendo su efectividad.

Sin embargo, estoy empezando a vislumbrar que esta semilla está destinada a enseñarme otras cosas y no sólo a despertar.

En primer lugar, me está enseñando que sigo siendo tan supersticioso como cuando daba exámenes cincuenta años atrás y estaba rodeado de pequeñas cábalas y supercherías con las que creía que, vaya a saber quién o qué, me podía ayudar en los resultados de las pruebas.

Me he dado cuenta que si no lo tengo conmigo, siento una leve incomodidad, como que algo puede pasar que me hace ir a buscarlo al bolsillo del pantalón que estaba usando o bajo la cama, donde se puede haber deslizado al vestirme o desvestirme. Cuando lo descubro, no sólo me despierta, también me tranquiliza.

En segundo lugar, he reconocido que no es necesario hablar de cosas costosas o de personas, o de puestos importantes y de poder, para aprender sobre el apego.

Para ver en funcionamiento mi impulso a retener, acumular y guardar, un simple coquito es suficiente.

Sólo fue necesario que mi nieto Facundo de cuatro años de edad lo descubriese y comenzara a pedírmelo, para caer en la cuenta de que se puede estar apegado a las cosas más banales y que desapego no significa tener pocas cosas, si entre esas cosas está un coquito muy querido.

Por supuesto, le he conseguido y regalado otros coquitos a Facundo y como los pierde, tengo varios más guardados en el cajón de mi escritorio, pero "el" coquito, sigue en mi bolsillo.

Por último, es seguro que cuando deje de estar conmigo, cuando lo tenga que devolver al universo que me lo prestó como todo lo

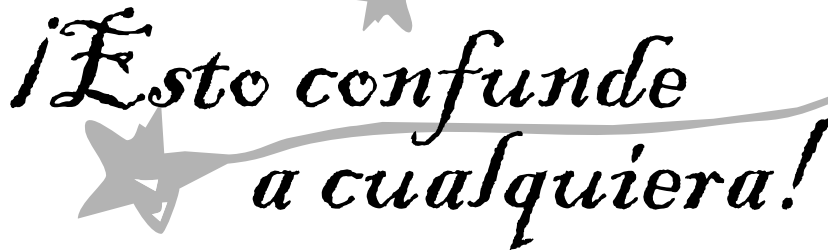
que tengo, voy a aprender sobre otros dos términos e importantes motivos de reflexión en esta vida.

El primero es “anicca”, que en pali significa lo impermanente, efímero y mutable.

El segundo es “dukkha”, sufrimiento.







¡Esto confunde a cualquiera!

Comentando acerca de sus quehaceres, un amigo cuya vida y tareas se desarrollan en un establecimiento rural, subrayaba en una conversación informal, la necesaria sujeción de su accionar diario, de sus objetivos y de sus planes a mediano y largo plazo, a los ciclos y leyes de la naturaleza.

Muchas veces siento que mi futuro y el de mi familia depende de una granizada, una sequía, o de una plaga, nos decía.

Todas sus inversiones y sus esfuerzos, nos contaba, pueden fructificar o desaparecer en instantes en función de elementos absolutamente ajenos a su control.

El trabajo de meses o el de una vida entera, termina de repente, en un ratito.

Toda su gente sabe esto, desde su familia o su capataz, hasta el más inculto de sus peones.

Todos viven ubicados; conocen su insignificante poder.

La vida, comentaba, nos muestra periódicamente hasta dónde llega nuestro control y cuánto de lo que nos sucede, depende de Dios.

A unos orando y a otros cruzando los dedos, vivir de cerca la incertidumbre nos enseña humildad y respeto.

Y yo pensaba, ¡qué diferencia!

Por la mañana, cuando me levanto, todo parece obedecer a mi voluntad.

El despertador que coloqué en mi mesita junto a la cama, suena a la hora fijada por mí en la noche anterior.

Me levanto, acciono las llaves de la luz y todas responden al igual que los electrodomésticos de la cocina, el calefón y la cisterna del baño.

El equipo de música, como la hornalla de la cocina enciende tocando un botón.

Después de tomar una ducha me puedo poner la ropa que se me antoje, porque mi casa, el auto y la oficina parecen una continuidad, un pasaje de vidrio, chapa y hormigón, que me aísla de todo contacto exterior.

El ascensor me lleva donde yo quiero, exactamente al subsuelo donde está mi auto cuyas puertas abro desde la distancia con un pequeño dispositivo, similar al que me permite hacer lo propio con el portón del garaje.

El vigilante de turno, que parece haber sido también operado por mi control, me saluda automáticamente a la salida.

Mi auto hace lo que yo digo.

Llego a la oficina; portones, puertas y porteros repiten sus actos de obediencia y todo parece responder a mis deseos; yo soy el jefe allí.

No importa si está helando o el calor raja la tierra; los acondicionadores de aire, que opero desde la distancia, controlan la temperatura ideal.

Teléfonos, faxes, computadoras, fotocopiadoras, colegas y colaboradores hacen todo fácil para mí.

Si salgo a almorzar, un gesto de mi brazo o de mi cara, hace que el mozo venga y atienda mi pedido y al terminar, otro gesto hace que me traiga la cuenta. De lo contrario, una llamada telefónica es suficiente y lo que desee almorzar me llega en media hora a mi despacho.

Si necesito comprar algo, salgo en mi auto y luego de estacionar bajo techo en el "shopping", con un trozo de plástico que tengo en el bolsillo, nada parece estar fuera de mi antojo o voluntad.

De vuelta en casa, sentado en el sillón del "living" con cinco controles remotos al alcance de mi mano, puedo operar la TV, el

video reproductor, el “DVD player”, el equipo de música y la temperatura ambiente.

Vuelvo a la cama y la nueva programación de mi reloj despertador cierra el ciclo de aparente dominio y control.

En esta burbuja, puedo pasar meses o años sin tocar directamente la tierra, una planta o un animal, sin mojarme ni sentir frío, sin transpirar y sin que siquiera me entre pelusita de los árboles en los ojos.

¡Esto confunde a cualquiera!





El burrito del Señor

Era fines del invierno o principios de la primavera en Punta Ballena y la soleada tarde de ese día llegaba a su fin.

Yo me dispuse a remontar mi cometa preferida que por ese entonces era una especie de pequeño parapente, algo así como la sección del ala de un avión hecha de tela de varios colores, con una cola ligera hecha de largas y finas bandas del mismo material. Se guardaba en una diminuta bolsita y desplegarla para volar, era un santiamén.

Bajé al césped que separa el edificio en que vivo, de las rocas y el mar, y comencé el proceso de remontarla.

Aunque parezca mentira, ya que en ese lugar casi siempre hay buena brisa, levantar mi cometa fue toda una odisea.

O no había suficiente viento, o había demasiado, o le ponía contrapeso de más en la cola, (para lo que usaba caracolitos perforados que ataba a las bandas de tela) o le ponía demasiado poco y coleaba como loca.

Perdí la noción del tiempo y el sol comenzaba a ponerse, cuando de repente, la combinación exacta se dio. El viento justo, el contrapeso justo y mi pequeño parapente comenzó a remontar airoso.

Al mismo tiempo que la cometa subía elegante y eficientemente, suena un nutrido aplauso, que me sorprendió y que interpreté proveniente de gente del edificio que estaba viendo mi trajín, premiando mi esfuerzo y coronando el éxito de mi faena.

Casi a punto de darme vuelta para saludar como los actores hacen con su público al final de una representación, salí de mi estado de trance cuando escuché la música de Aranjuez y las últimas estrofas del poema al Sol del Maestro Carlos Páez Vilaró

que provenía de los blancos balcones de Casa Pueblo, atestados de gente que aplaudía vivamente una nueva puesta del astro “en la alcancía del horizonte”.

Un tanto desencajado y sorprendido, yo también me di vuelta a mirar el maravilloso espectáculo con una gran sonrisa en mi rostro, tironeando ridículamente con mi mano derecha, la piolita que me unía a la cometa.

Conté esta historia varias veces, simplemente como una anécdota graciosa propia de un pasatiempo social, pero recién ayer, cerca de diez años después, la pieza que faltaba encajó y entendí “para qué” me sucedió.

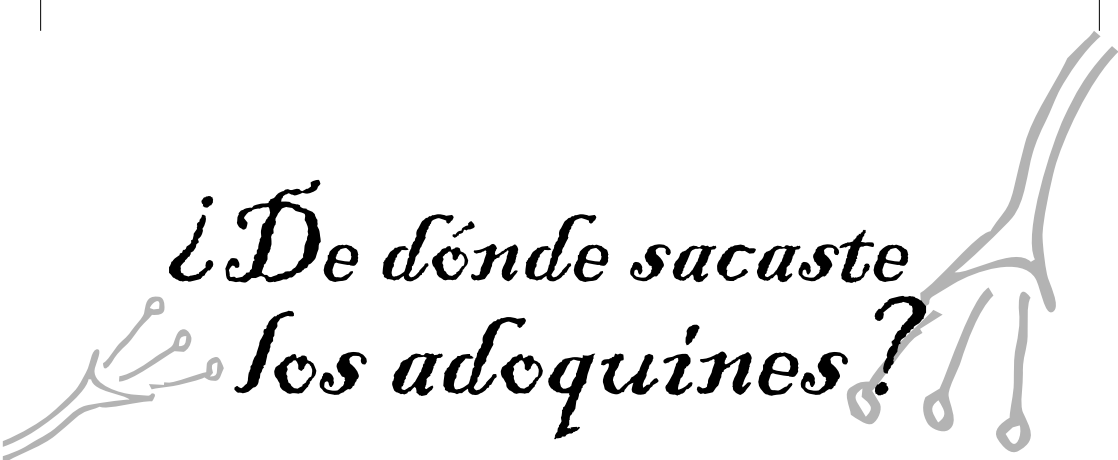
Leía el libro “Amor, soberbia y humildad” del Presbítero Pedro José María Chiesa y en un pasaje hace referencia a un escrito del Papa Juan Pablo I -que transcribo a continuación-, seguido de sus comentarios al respecto, que me eximen de hacer los míos en referencia a mi historia de la cometa, por redundantes.

“Cuando me felicitan por algo que hice, dice Juan Pablo I, tengo necesidad de compararme con el burrito que llevaba a Jesucristo el Domingo de Ramos y me digo: ¡Cómo se habría reído del burro la multitud, si al escuchar los aplausos se hubiese ensoberbecido comenzando, asno como era, a dar gracias a diestra y siniestra con reverencias de prima donna”.

Luego Chiesa comenta al respecto:

“Y nosotros, al vanagloriarnos en el éxito, hacemos realidad la imagen absurda a la que hace referencia Juan Pablo I: un burrito que convencido de ser el destinatario de la ovación, levanta sus patas delanteras alternativamente a un lado y a otro para saludar a la multitud, y sin darse cuenta de que ésta, al agitar los ramos de olivo a los flancos del camino, no lo saluda a él sino al Maestro; Juan Pablo I nos advierte acerca de estar prevenidos para no hacer un ridículo semejante, robándole a Dios su gloria”.

¿De dónde sacaste los adoquines?



Quando hicimos nuestra casa, la forma en que resolví la construcción del piso de las estufas de leña, siempre le pareció a las visitas, no sólo estéticamente muy buena, sino novedosa.

Los pisos de las estufas estaban hechos de adoquines.

Dado que por aquel entonces los adoquines no se vendían en las barracas y si se conseguían por algún lado, el precio era sideral, la pregunta más común de todas las que me hacían al respecto era, de dónde había sacado los adoquines.

El diálogo era repetitivo y más o menos así:

¿De dónde sacaste los adoquines?

Los recogí de la calle, les decía.

¿Cómo de la calle?, preguntaban. ¿Vas con un hierro y los levantás?

No, están sueltos, tirados en las veredas de las calles adoquinadas.

No puede ser, no es cierto.

Sí, puede ser. De hecho hay por todos lados.

Nunca en mi vida vi ninguno.

En aquel tiempo, casi no había calle empedrada (o asfaltada sobre el empedrado), que no hubiese sufrido uno o más arreglos o excavaciones por problemas de saneamiento, electrificación, instalación de semáforos, etc.

Debe ser prácticamente imposible volver a colocar el mismo número de adoquines extraídos en su lugar, porque como resultado de esos arreglos, siempre quedaban junto al cordón o sobre la vereda, tres o cuatro piezas sueltas.

Muchos vecinos los aprovechaban para hacer canteros o simplemente para ponerlos rodeando los árboles de la calle, frente a su casa.

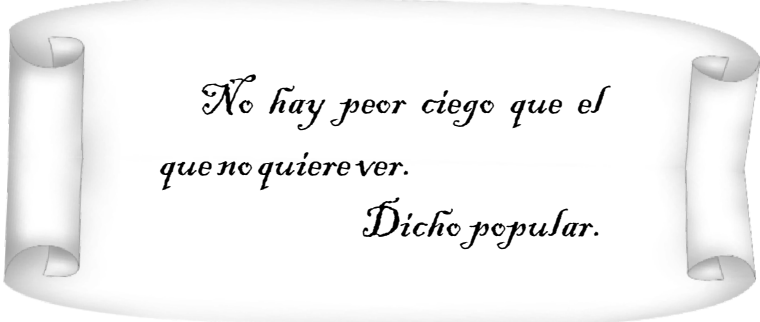
Por ese entonces trabajaba como practicante de medicina y recorría gran parte de la ciudad poniendo inyectables o haciendo curaciones.

Junto a mi equipo de jeringas, agujas, gasas, etc., llevaba una libretita donde iba anotando cuidadosamente el número de piezas y el lugar exacto donde se encontraban adoquines sueltos. Finalizada mi tarea, los pasaba a recoger.

Hay quienes piensan que “creamos aquello en lo que creemos”, (o para el caso, lo que queremos) y que nuestros pensamientos están creando nuestra vida futura.

Aquello en lo que más pensamos o nos concentramos -dicen-, se manifestará como nuestra vida.

No tengo el poder de crear adoquines con la mente, pero a los efectos de construir los pisos de mis estufas, la diferencia entre el pensamiento de los incrédulos visitantes y el mío, fue significativa.



*No hay peor ciego que el
que no quiere ver.*

Dicho popular.

Ya estamos en el cielo

A mi tío Herlicio le gusta que lo llamen Luis porque dice que así se llamaban sus antepasados franceses y porque Herlicio le ha dado siempre mucho trabajo y dificultades en oficinas públicas y en trámites de todo tipo.

Lo conocí personalmente recién el año pasado, aunque su extraño nombre, siempre sonó en mi casa.

De niño oía a mi padre mencionarlo, pero siempre creí que se llamaba Licio.

No sólo su nombre es extraño.

Luis es escritor en prosa y verso, algo poco común en los Decaro y sigue a sus 85 años enamorado de su mujer Isabel, una hermosa y cálida paraguaya a la que llama mi "mainumby" (picaflor en guaraní) y a quien le ha dedicado sus mejores versos.

Julio - me dijo el otro día - ya estamos en el cielo, al tiempo que me regalaba uno de sus poemas que transcribo a continuación.

Todo es cielo

Ya Hermes Trismegisto lo sabía:
lo de abajo es igual a lo de arriba.
La tierra está en el cielo.
No hay abajo ni arriba, todo es cielo.

Y Dios no es más,
grave señor de lejanías.
Él anda entre nosotros
como un Dios compañero.

Herlicio Decaro

Yo me dije: lindo lugar para el reencuentro y sobre todo, sin necesidad de estar muertos.

Cuando la gente no me entiende, me dice Luis, yo les explico que distinguir entre Cielo y Tierra, entre lo que está arriba y lo que está abajo es tan sólo una ilusión.

Vista desde la Tierra, la Luna está en el cielo.

Vista desde la Luna, la Tierra está en el cielo.

En realidad, "todo es cielo".



No fue coraje, fue ignorancia

Llegué por primera vez a Guatemala y me hospedé en el que luego de varias experiencias, sería uno de los hoteles al que más me gustaba ir por su dimensión humana y lo personalizado del trato.

Cuando entré al baño, noté que el techo era muy bajo, al punto que podía alcanzarlo con mi mano sin esfuerzo y levanté con un solo dedo, uno de los cuadrados de poliuretano que aparecían separados por varillas de aluminio, dibujando un damero.

Mi reflexión del momento fue: “éste es un hotel de plástico” como todos los hoteles internacionales, cosa que comprobé golpeando suavemente una de las paredes que por supuesto sonó a hueco, como un tambor (o al menos no a ladrillos y cemento).

Al día siguiente, luego de haber terminado de presentar un taller de negociación, volví a mi cuarto, me tiré en la cama, prendí el televisor y comencé a hacer “zapping”.

Pocos minutos después, sentí un ruido en la pared que quedaba a mis espaldas y un sacudón en la cabecera de la cama.

Éste debe ser un vecino bastante gordo que se zambulló en la cama y sacudió hasta la pared. Estos hoteles de plástico, pensé, y continué parsimoniosamente cambiando de canales.

Pocos instantes después, volví a sentir lo mismo y un poco molesto por lo que creía era una desconsideración de alguien, pensé, ¡qué bestia!

Me giré para tomar un poco de agua y me di cuenta que la lámpara tipo globo que pendía sobre una mesa de la habitación cercana a la ventana, oscilaba con bastante amplitud y recuerdo que me dije, el aire acondicionado debe estar muy fuerte.

Hacía calor, así que no hice nada.

Poco rato después, percibí que la lámpara estaba nuevamente quieta y aun cuando no había mediado ninguna acción de mi parte para que ello sucediese, increíblemente sólo me dije ¡qué raro!

Cuando una media hora después decidí salir para cenar, el conserje me preguntó con los ojos desorbitados, ¿qué le pareció el temblor?

¿Qué temblor?, le respondí.

El que tuvimos hace un rato. ¿No vio que se sacudió todo, las lámparas, todo? Acá se cayó el teléfono, se rompieron copas y platos en la cocina, fue bravo.

Según los diarios locales el temblor había sido grado 5 en la escala Rigter aunque el epicentro estuvo distante de la ciudad de Guatemala.

Algún guatemalteco que me hubiese visto impávido seguir haciendo “zapping” recostado en mi cama en medio de aquel tremendo temblor, podría haber caído en la misma trampa en la que caí yo y en la que aún sigo cayendo.

De su percepción podía haber interpretado que aquello era una demostración impresionante de coraje y quizás podría haber concluido que yo era o un témpano de hielo o un loco.

En realidad yo era el hombre más ignorante del planeta, que hacía las interpretaciones más absurdas que podían existir de las percepciones de fenómenos que hasta los niños en aquel país, son capaces de interpretar correctamente.

“Es la teoría lo que determina qué podemos percibir de la realidad”, decía Albert Einstein.

Basado en mi teoría de que “todos estos hoteles son de plástico”, interpreté los datos de la sacudida de la pared y de la cama e inventé un huésped gordo como responsable.

Basado en mi teoría de que las lámparas sólo se mueven por acción de la mano del hombre o del viento, como sucede en mi país, interpreté que el balanceo del colgante de luz era provocado por el aire acondicionado que estaba a varios metros de distancia y desfasado.

Descarté evidencias, no les di ninguna significación, simple y llanamente, las dejé de lado.

Por ejemplo, la lámpara detuvo su movimiento sin mediar acción alguna de mi parte y no me llamó la atención.

Por último, es seguro que ni siquiera percibí otros fenómenos, quizás desplazamientos de objetos sobre la mesa u otros similares.

Aunque sé que no soy el único, es claro que tengo un sistema de percepción poco fiable, del que puede depender mi integridad física, como en este caso, pero también la felicidad o el sufrimiento de mi vida.

Quizás algunas veces percibo las cosas tal cual son, por ejemplo, el sabor de una fruta en mi boca.

Las más de las veces, mis percepciones son seguramente una mezcla de datos de la realidad, sobre los que hago interpretaciones muy singulares, a las que agrego invenciones, producto de ideas preconcebidas y creencias que pueblan mi mente. En función de esos prejuicios, evalúo, comparo, juzgo, infiero, supongo, deduzco y por tanto, aquello que es real, lo tiño por completo de lo absolutamente subjetivo, como me sucedió en la historia del hotel.

Este proceso es tan eficiente y silencioso que salvo en casos excepcionales como el presente, no me doy cuenta de lo que hago.

Por último, es seguro que algunas veces creo percibir cosas que, sin embargo sólo están en mi mente o en mi imaginación.

Sin embargo, como me pasa en los sueños, me parecen absolutamente reales.

Algunas veces yo tampoco sé “si soy un hombre que soñaba con una mariposa y ahora desperté o soy una mariposa que sueña ser un hombre”.

“... donde hay percepción hay ilusión”.

Thich Nhat Hanh

Frecuentemente pienso que con este mismo proceso, basados en invenciones y distorsiones, podemos llegar a considerar nuestros enemigos a gente que nunca hemos visto. Queremos u odiamos en función de imágenes creadas por nuestra mente sin ningún dato y no es de extrañar que, siguiendo estas invenciones (por ejemplo, la existencia de supuestas armas biológicas escondidas), algunas naciones terminen enviando a sus hijos a la guerra.

Tal vez, un gran porcentaje (si no la totalidad) de las miserias humanas, tenga que ver con la forma en que se desarrolla nuestro proceso de percepción.

"La duda es uno de los nombres de la inteligencia".

Jorge Luis Borges

Ahora bien, el pecado seguramente no es poseer un proceso perceptivo que distorsiona la realidad; eso es como es.

El pecado es ignorar que eso es así, matar y dejarnos matar por ello.

El castigo de la ignorancia es el sufrimiento.

Definitivamente lo mío no fue coraje, fue ignorancia.



La verdad

No hay que calmar el mar,
hay que detener el viento.

No hay que alcanzar la paz,
sino parar la locura.

Para volverse amoroso
basta dejar de temer,
y para encontrar la verdad,
lo falso como falso tienes que ver.





Las mil caras de nuestro *habildoso ego*

Consciente de que es el ego la causa principal de nuestros sufrimientos individuales y colectivos, estoy buscando formas de acelerar el proceso para domarlo y reducir su potencia.

Entre otras cosas, se me ocurrió que una buena dosis de humildad, era el antídoto que mi soberbia necesitaba.

Siempre consideré que uno de los trabajos más difíciles, por la cuota de humildad y paciencia que se necesita para vivir sirviendo a otros, es el de mozo.

Comentando esto con un amigo, le dije que se me había cruzado la idea de proponerle al dueño de la pizzería Trouville, lugar donde almuerzo casi todos los días laborables, si honorariamente no me permitiría por un tiempo, servir las mesas.

Mi amigo me preguntó:

¿Estás seguro?

¿En el Trouville?

¿Vos no querrás que todos digan, mirá qué maravilloso el Dr. Decaro, qué humilde?

Como se podrán imaginar, dejé esa idea de lado y aquí estoy, arrogante como siempre pero esperanzado que algún día pueda encontrar otras ideas, que realmente me ayuden en esta tarea.

Es seguro que me voy a cuidar más de no proponerme tonterías, de no autoengañarme, pero ahora no estoy tan seguro que pueda lograrlo.

Por lo menos voy a intentar no forzar a mi ego a que se ponga más sutil, porque ya veo que es peor.

*“La humildad no puede buscarse,
y esa es su belleza”.*

Krishnamurti

Por suerte se me aclararon varias cosas.

Me quedó claro que ser sencillo y humilde no es algo que se tenga que expresar externamente.

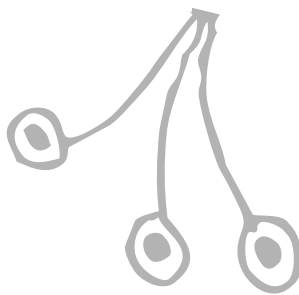
Tener sólo un cuenco, una túnica y andar descalzo, puede no ser sencillez, puede ser puro exhibicionismo.

Me quedó claro que disfrazarme de meditador o adoptar la pose de santo no me va a hacer ni santo ni meditador, porque “el hábito no hace al monje”.

Por último me quedó claro que tomarme este tema muy seriamente y en forma personal, es sólo otra de las mil caras de mi habilidoso ego.



Dios está en los entreactos



Dios no participa de las historietas de los hombres, ni en las partes buenas ni en las malas.

No escribe el guión, no es el productor, ni el director.

Ni siquiera se interesa en mirarlas; seguramente le resultarían aburridas y repetitivas.

Dios está en la calma del teatro y en el silencio de los camerinos cuando las obras terminan.

En el mejor de los casos, Dios está en los entreactos.





El orzuelo

Ningún colega podía curar el orzuelo que tenía en mi párpado inferior derecho desde hacía meses.

María, la señora que colabora con las tareas de mi casa desde hace más de dieciocho años, también hizo lo posible por mi curación.

Por un lado, como desde hace tiempo toma clases de Reiki, me hizo varias veces unos pases cerca de mi ojo.

Por otro lado, me recomendó una sanadora de su barrio.

Perdido por perdido -me dije-, hago lo que sea.

La mañana de un día viernes me encontraba esperando junto a otras diez personas en una especie de pequeña y austera capilla rectangular de paredes blancas, de las que colgaban cuadros con imágenes cristianas, parecidas a las que lucían pintadas en el techo abovedado y celeste de un ancho corredor, al final del cual, se encontraba la sanadora.

Junto a ella, a su izquierda estaba sentada su madre, una anciana que antiguamente ocupaba el puesto principal y a quien todos mostraban respeto al pasar, saludándola, mostrándole a sus hijos, o haciendo algún tipo de reverencia.

Cerca de la pared izquierda de ese mismo corredor, varias mujeres y un hombre que estaban parados y descalzos, rezaban una secuencia de Ave Marías guiados por una señora que, a manera de arrancador, decía en voz alta, las estrofas iniciales de la oración.

Ninguno de ellos, como tampoco las personas que esperaban su turno en silencio, parecieron prestar atención al hecho de que en determinado momento, la guía de las oraciones, al tiempo que recitaba como una vitrola el comienzo de un nuevo Ave María, leía

en la pantallita de su celular un mensaje de texto, que luego continuó contestando, oprimiendo las teclas con el dedo pulgar de su mano izquierda con la que sujetaba el teléfono.

Como un relámpago vino a mi mente un poema de León Felipe que transcribo a continuación y cuya precisión, sencillez y belleza me eximen de todo comentario respecto a la escena que les acabo de narrar.

Romero solo...

Ser en la vida romero,
romero solo que cruza
siempre por caminos nuevos;
ser en la vida romero,
sin más oficio, sin otro nombre
y sin pueblo...
ser en la vida
romero... romero... sólo romero.
Que no hagan callo las cosas
ni en el alma ni en el cuerpo...
pasar por todo una vez,
una vez sólo y ligero, ligero, siempre ligero.
Que no se acostumbre el pie
a pisar el mismo suelo,
ni el tablado de la farsa,
ni la rosa de los templos,
para que nunca recemos
como el sacristán
los rezos,
ni como el cómico viejo
digamos los versos.
La mano ociosa es quien tiene
más fino el tacto en los dedos,
decía Hamlet a Horacio,

viendo
cómo cavaba una fosa
y cantaba al mismo tiempo
un sepulturero.
No sabiendo los oficios
los haremos con respeto.
Para enterrar
a los muertos como debemos
cualquiera sirve, cualquiera...
menos un sepulturero.
Un día todos sabemos hacer justicia;
tan bien como el rey hebreo,
la hizo Sancho el escudero
y el villano Pedro Crespo...
Que no hagan callo las cosas
ni en el alma ni en el cuerpo...
pasar por todo una vez,
una vez sólo y ligero, ligero, siempre ligero.
Sensibles a todo viento
y bajo todos los cielos,
Poetas,
nunca cantemos
la vida de un mismo pueblo,
ni la flor de un solo huerto.
Que sean todos los pueblos
y todos los huertos nuestros.

Con mi fe y mi esperanza cerca del piso, recibí los oficios de la sanadora, contribuí con el culto, saludé respetuosamente a la noble anciana y me fui.

Por si le cabe alguna duda, al momento de escribir esto, cerca de dos meses después de mi visita a aquel lugar, sigo con mi orzuelo.



Hasta linda queda

Terminé de regar las plantas y pensé:

vivir la vida se parece a enroscar una manguera de plástico duro para volver a colgarla en la pared luego de usarla.

Si uno quiere hacerle los bucles perfectos, todos del mismo diámetro y para el mismo lado, cuesta un triunfo, hay que luchar a brazo partido y cuando la engancha en la pared, se desenrosca desordenadamente como si fuese un pimpollo de rosa que se abre, volviendo a caer al suelo.

Si por el contrario uno sigue lo que la manguera le dice y acepta que algunas vueltas son largas y otras más cortas, que unas tienen el giro para un lado y otras para el otro y va acomodando el cuerpo para girar con la manguera, todo es más fácil y cuando la cuelga, hasta linda queda.





Dar es igual que recibir

Dar es igual que recibir, es una ley universal.

Sin embargo, para la mayoría de nosotros, esto no es así; de lo contrario no hubiese sido necesario que La Biblia la incluyese, ni que los sabios de todos los tiempos insistiesen en la importancia de dar.

Simplemente no sonaría tan paradójica, rara o interesante.

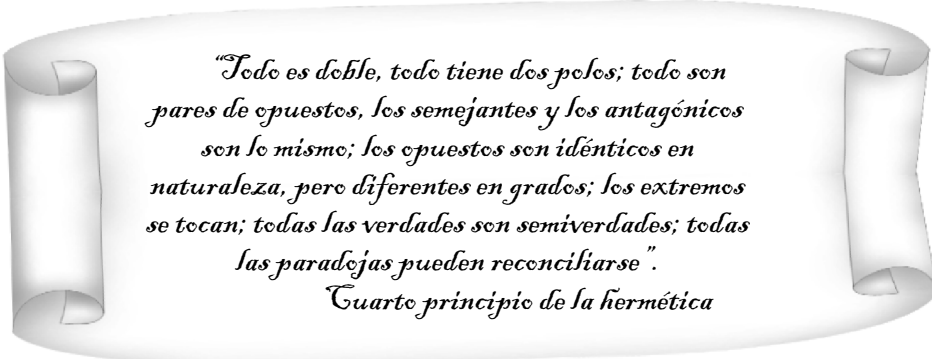
Tampoco sobrarían tantos ejemplos personales y del mundo de avaricia, codicia, apego o acumulación innecesaria y tendríamos algunos más de generosidad, desprendimiento, compasión o fraternidad.

* Si no comprendo o no acepto que dar es igual que recibir, es porque simplemente me he olvidado de cómo funcionan los conceptos humanos o porque termino creyendo que los símbolos con los que representamos la realidad, son más reales que la realidad misma.

Dar y recibir son creaciones, son ideas, son conceptos, construcciones con las que nos manejamos en el mundo que hemos inventado y como tales, vienen en pares de opuestos.

Los conceptos opuestos son siempre el anverso y el reverso de la misma moneda, no existen el uno sin el otro, son un ouroboros (la víbora que se muerde la cola), un círculo.

Dar, se continúa con recibir. Todo contiene su opuesto.



“Todo es doble, todo tiene dos polos; todo son pares de opuestos, los semejantes y los antagónicos son lo mismo; los opuestos son idénticos en naturaleza, pero diferentes en grados; los extremos se tocan; todas las verdades son semiverdades; todas las paradojas pueden reconciliarse”.

“Cuarto principio de la hermética”

Los extremistas de derecha y de izquierda son iguales, los terroristas y los pacifistas a ultranza se necesitan, los ateos y los creyentes son como el día y la noche o como el bien y el mal; el mismo perro con distinto collar.

No son diferentes sino que como hermanos siameses que comparten órganos vitales, no puede sobrevivir el uno sin el otro.

En el mundo real, en el mundo de las cosas tal cual son, lo que no existe es el concepto, no hay cosas tales como dar y recibir.

En ese otro mundo, dar y recibir son uno, una misma cosa, un único proceso.

* Si no comprendo o no acepto que dar es igual que recibir es porque vivo bajo la creencia que somos seres independientes, dotados de una identidad, separados del resto de los seres humanos, de los animales, de los vegetales y de todo lo que nos rodea.

Por esta razón vivimos en un mundo que sentimos amenazante, del que tenemos que defendernos constantemente.

Cegados por esa creencia, no comprendemos que en el mundo real tal separación no existe, que en el mundo real no somos, intersomos.

El corazón no “da” a los pulmones sangre venosa y “recibe” sangre arterial. Eso es una forma que los médicos utilizamos para

entender y entendernos. En la realidad, todo es un mismo proceso al que fragmentamos o dividimos y a cuyos fragmentos y divisiones le asignamos nombres. Pulmones y corazón son separaciones artificiales de una unidad. Los pulmones y el corazón, no son, interson. Uno no existiría sin el otro, lo mismo que con el resto de los órganos del cuerpo humano.

Igual sucede entre un hombre y el sol, la lluvia, el aire, la tierra, los animales y por supuesto, los "otros" seres humanos.

Nos hemos separado artificialmente. Nos hemos puesto un nombre, asignado un número de cédula de identidad, una profesión, un estado civil y después, confundimos esas divisiones inventadas, con la realidad.

"Todo es uno".

Āvatamsaka Sutra

"Todo lo que uno da a los otros, se lo da a sí mismo".

Sri Ramana Mahārshi

"Es en nuestro propio interés velar por los intereses de todos los demás".

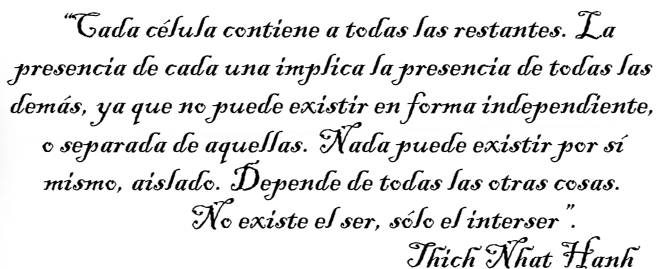
Baruch Spinoza

Dar es igual que recibir porque somos parte de un todo, de una misma unidad.

Receptor y dador no somos dos, sino uno.

Cuando le doy algo a quien aparenta ser otro, en realidad me estoy dando a mí mismo.

Es un acto de auto interés.



“Cada célula contiene a todas las restantes. La presencia de cada una implica la presencia de todas las demás, ya que no puede existir en forma independiente, o separada de aquellas. Nada puede existir por sí mismo, aislado. Depende de todas las otras cosas. No existe el ser, sólo el interser”.
Thích Nhất Hạnh

* Por último, si no comprendo o no acepto que dar es igual que recibir, es porque me olvido que “el que siembra recoge” y que “se recoge lo que se siembra”.

Causa y efecto, sembrar y recoger, dar y recibir, están encadenadas eternamente, son origen y consecuencia una de otra.

Como toda acción, hasta la más mínima, dar o recibir no pasarán jamás inadvertidas para el sistema, (para Dios o el Universo); siempre tendrán algún efecto, alguna consecuencia.

Dar tiene como consecuencia recibir, como sembrar tiene recoger.

Sin embargo, tenemos que estar atentos porque la ley de causa-efecto no es lineal sino multidimensional, como lo es la red de la vida.

Poder establecer exactamente cuándo y de qué forma vamos a recibir después de haber dado, no es tarea factible, al menos la mayoría de las veces. Dependerá de en qué momento se dan todas las condiciones necesarias para ello y de cuán despiertos estemos para percibir los frutos de lo que damos, porque “la moneda” que recibimos, puede no ser idéntica a la que hemos dado.



¿Dónde está la línea?



¿Cuándo aflojar, cuánto seguir?
¿Cuándo es ciega tozudez y cuándo loable perseverancia?
¿Cuándo es apatía, cobardía, indigna resignación; cuándo
aceptación y sabia retirada?
¿Dónde está la divisoria que señala? ¿Quién la pone, quién lo
dice, quién la marca?
¿Qué señales miraré cuando la duda me muerda nuevamente
el alma?
No lo sé.
Creo que nunca lo sabré hasta después de cada batalla.





"¡Esto que hay, valor!"

Me he dado cuenta que a la hora de evaluar mi progreso en la senda espiritual, no se trata de andar a los bandazos y pasar de ser absolutamente condescendiente con mis pensamientos y acciones, o darme con un palo el día entero como si fuese la última lacra de la humanidad.

Estoy dejando atrás las épocas del todo o nada, los tiempos del pensamiento mágico en los que soñaba que quizás con un retiro de silencio y meditación de diez días podía iluminarme totalmente y comenzar, a partir de ahí, a pensar y actuar como un santo.

Estoy convencido de que a algunas personas, esto les sucede aun sin el retiro, pero en mi caso he aceptado que tal vez no sea esa la forma en que creceré espiritualmente.

Por esta razón, practico, practico y practico y, finalmente reflexiono y evalúo periódicamente mis resultados.

En esto de evaluar resultados, creo que la clave pasa por utilizar una combinación de honestidad y compasión.

Honestidad para no engañarme con excusas infantiles acerca de mis flaquezas.

Si no cambio más radicalmente la forma en que vivo, si no ayudo más, si no doy más generosamente, si no soy más compasivo, no es porque no puedo, porque no sé cómo, o porque no entendí.

El apego es causa de dolor y sufrimiento para mí y para todos. No hay nada más que entender.

Si no dejo mis jaulas interiores, es porque por ahora, lisa y llanamente, no me animo.

Acepto que sería mejor ser capaz o estar dispuesto a dar todo lo que tengo, pero doy lo que mi confianza en la vida y mi coraje actuales me permiten.

Una parte mía sufre y desea salirse del sistema y llevar una vida simple como recomiendan los sabios de todos los tiempos.

Otra parte no se anima; ha vivido según las reglas del sistema por mucho tiempo, ha sido exitosa, está cómoda y tiene miedo.

Por otro lado, estoy aprendiendo a ser compasivo conmigo mismo, que es también una forma de aprender a ser compasivo con los demás.

Estoy comenzando a reconocer el valor humano de algunos cambios en mis pensamientos, palabras y acciones, aunque no sean maravillosos ni vayan a servir para que un día me canonicen.

Aprecio como meritorio este dilema de vivir a mitad de camino entre el cielo y el infierno, buscando al mismo tiempo, en cada circunstancia, “el camino del medio”.

No seré un santo, pero tampoco un demonio.

Por ejemplo, acepto que sería mejor no enojarme nunca, pero encuentro meritorio haber reducido la frecuencia, la intensidad y la duración de mis enojos. Aunque sea sólo unos minutos los que rescate de las garras de la ira, son minutos de vida sin sufrimiento y en libertad.

Siento muy loable una vida monástica cuando es verdadera, pero reconozco también el tremendo desafío que enfrentamos, los que por distintas razones, decidimos permanecer en sociedad.

Conservar la calma en medio de un bosque, junto a un arroyo es muy bueno, pero no exige lo mismo que hacerlo en medio del trajinar de una ciudad.

Por último, como este camino tiene sus altibajos y mi estado de ánimo oscila, reconozco que no hay nada como tener aliados y compañeros de senda, que nos estimulen en los aciertos, y nos contengan y apoyen en los errores.

En este sentido, he percibido que no tengo que hacer nada más que estar atento.

Van apareciendo como por arte de magia, en casi toda actividad o lugar a donde vaya. Brotan de todas partes.

Seguramente si estuviese más atento, recibiría igual abundancia de señales en otros temas, pero por ahora, también en esto de atender mensajes de la vida, “¡es lo que hay, valor!”





La única condición

Tengo sesenta años y estoy tomando las primeras duchas de mi vida.

No por falta de higiene.

Me he puesto bajo el agua diariamente toda mi vida.

Me he enjabonado el cabello y el cuerpo, me he enjuagado y secado miles y miles de veces, pero hasta ahora, nunca estuve allí.

Por primera vez soy consciente de los músculos de mi espalda y de mis hombros aflojando bajo el agua tibia, de la suavidad y el perfume del jabón, del maternal abrazo de una toalla seca y de mi sensación posterior de bienestar.

A los sesenta años estoy descubriendo el sereno e inagotable placer encerrado en las infinitas nimiedades de la vida.

Un maestro me dijo un día:

“Dios está disponible las 24 horas del día. La única condición para encontrarlo, es que también usted esté disponible”.

En eso estoy.





David

Salía de un taller de negociación que estaba dando uno de mis colegas.

Llegué con mi auto a la rambla al mismo tiempo que cruzaba un hombre.

Su nombre es David.

Tenía todo el aspecto de alguien escapado de algún centro de reclusiones mentales.

Estaba sucio, mal vestido, con el cabello enredado de siglos sin ver un peine, ni agua y jabón. Caminaba resuelto pero tranquilo. Iba descalzo y sostenía su calzado con la mano izquierda colgando al costado del cuerpo.

Cruzó la calle a poca distancia del auto, de manera que pude apreciar que ambos zapatos tenían un enorme agujero en la suela.

Con mis ojos todavía clavados en aquellos boquetes, me asaltó la idea de darle mis zapatos y a punto de partida de esta idea, comenzó un diálogo interno.

Maldición, estos zapatos me los compré en los Estados Unidos hace dos meses y me costaron 80 dólares. No va, mala suerte, otra vez será.

Pero qué oportunidad de hacer una buena cosa por alguien que necesita, por algo se me apareció este sujeto.

No, de ninguna manera. Me tengo que ir descalzo y aparte tengo que volver a usar los viejos champions que me quedan chicos. No, olvide amigo, no va.

A todo esto ya había arrancado y me dirigía nuevamente a mi casa.

Pocas cuadras más adelante me detuvo el semáforo y una de las voces de mi diálogo me recordó una frase de Kishnamurti: "si quieres saber lo que es la muerte, da lo que más quieras".

De todas mis posesiones de ese momento, aparte del auto, mis zapatos deportivos casi sin uso, eran seguramente la cosa a la que podía estar más apegado.

Muy bien, me dije, que así sea.

Di vuelta y reencontré al hombre caminando en la misma dirección y de la misma forma, unas dos cuadras adelante del primer encuentro.

Subí mi auto a la vereda en una entrada de garage, atravesado en el camino de David.

Lo detuve y le dije, ¿hola, cuánto calzás?

Cuarenta, me dijo.

A todo esto, yo calzo cuarenta y dos.

A ver, probate estos, y quitándome el zapato derecho, se lo di para que se lo probase, en el entendido que independiente de la diferencia de talla, aquellos monumentales zapatos iban a ser aceptados.

Me quedan grandes -me dijo-, y sacándose el zapato me lo devolvió.

Creo que hubiera pagado para ver mi cara en ese momento, porque por unos instantes me quedé sin palabras.

Luego insistí, ¿pero igual no te sirven...?

No. Me quedan grandes, me repitió.

¿Y ahora qué diablos hago con este loco?, me dije; adiós Krishnamurti.

Cuando desperté de mi momentánea confusión, le propuse ir a comprar unos zapatos por la zona.

En Devoto no había zapatos deportivos.

Finalmente, en Tienda Inglesa, encontramos un par talla 40 de color blanco que me salieron unos cientos de pesos.

Cuando lo volví a dejar en la rambla pensé, algún día me va a caer la ficha de este asunto.

Lo que me han aparecido hasta ahora son preguntas.
¿Qué es desapego? ¿Lo mío o lo de David?
¿Quién es el loco? ¿David o yo?
¿Habrá que estar loco para ser verdaderamente desapegado
en este mundo?
O mejor, ¿hay que estar loco para ser verdaderamente libre?

Hablaba poco, respondía con monosílabos, venía de
Maldonado y decía que hacía changas en la construcción en
Punta Ballena.

Dormía en la calle, donde lo agarrase la noche.
Nunca más lo volví a ver, pero no lo olvidó.





Bueno por otras razones



No soy bueno por naturaleza,
lo soy porque mis deslices, mis mentiras, mis bajezas,
cada vez con más dureza,
me hacen doler el alma.





Las cosas por su nombre

Varios días antes de tener que dar un taller o una conferencia, comienzo con un malestar que se agrava el día anterior y empeora durante la mañana del día en que tengo dicha actividad.

Lo puedo describir perfectamente.

Abro los ojos y casi instantáneamente, sin que haya tiempo para ningún pensamiento consciente, comienza la incomodidad, un peso u opresión suave en la parte baja del pecho y la boca del estómago, una leve sensación de angustia.

Simple y llanamente podría decir que tengo la sensación de que “algo no está en orden”.

Hasta hace poco tiempo mi reacción a este síndrome que podría llamar “despertar intranquilo”, era la queja.

Con tono airado y algunas veces hasta realmente enojado, renegaba de mi trabajo, en especial de la tarea que tenía por delante.

No quiero hacerlo más, voy a plantar, estoy cansado, estoy harto y aburrido, le decía reiteradamente a mi esposa mientras desayunábamos.

Algunas veces creo que lograba inventar argumentos y racionalizaciones que podrían parecer sensatos y justificados, y hasta convencer a un tercero neutral que no me conociese, de que mis razones para no hacer más esa actividad eran adecuadas.

En el fondo del alma debo confesar que renegar, nunca me alivió.

Por el contrario, protestar en esas circunstancias siempre me generó la sensación de que lo que hacía, era casi un pecado.

Muchos darían lo que no tienen por estar en la misma situación, me terminaba reprochando.

Por otro lado y a fin de ser sincero, ningún argumento, por elaborado que fuese, se confirmó nunca.

Una vez dada la charla o el taller, se me pasa todo y disfruto de lo que antes dije que no quería hacer más, que era una desgracia, o que me molestaba hacer.

Por el contrario, siento que debo seguir haciéndolo, que todo está bien, que eso es lo mío. Sin dudas, mis quejas son puras patrañas.

Aunque aún no me conozco bien en muchos aspectos de mi vida, en éste aprendí algo sobre mí que me ayudó a reducir mi sufrimiento.

Aprendí que cuando comienzo a quejarme de algo que tengo que hacer y que supone algún riesgo o un nuevo desafío, lo que tengo es miedo.

Aunque pongo todo afuera y protesto contra el trabajo, el gobierno, los años, el clima o la vida, definitivamente, lo que tengo es miedo.

Mi ego, como en mis épocas de estudiante, quiere seguir siendo perfecto, ser el mejor y en todo caso, de retirarme, colgar los zapatos bien alto sin manchar el historial sobresaliente.

Mi ego quiere que me siga midiendo con la vara de Dios y eso me asusta.

Por último aprendí que nada exorciza mejor mis fantasmas, que sacarlos de las sombras a la luz de mi conciencia y para eso, nada mejor que llamarlos por su nombre.

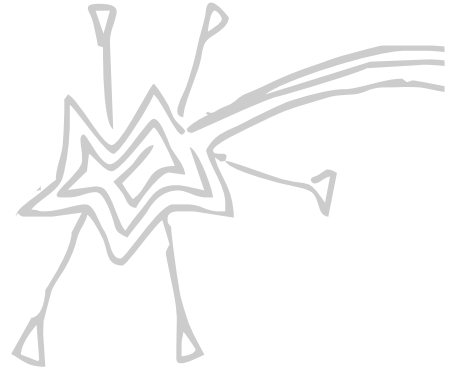
Ahora que sé que mi miedo es maestro en disfraces, cuando me siento así, en lugar de protestar, respiro hondo un par de veces y me digo:

ahí estás otra vez mi viejo amigo. Querido miedo, yo te conozco.

Decírmelo, me calma.

Contárselo a otros, me hace sonreír.

Deje de hacer fuerza



“Todo lo que resiste, persiste”.
Pare de sufrir.
¡Deje de hacer fuerza!

¿Cuál es la forma de crear un problema insoluble?

Un par de formas ingeniosas con las que me he complicado la vida son las siguientes.

La primera es intentando solucionar una dificultad inherente a un sistema, tratándola como si realmente fuese un problema que pudiese ser arreglado.

Son los intentos infructuosos de arreglar lo inarreglable, lo que se transforma en la causa del problema y el sufrimiento y no la dificultad en sí misma.

Reza en una tablilla babilónica que data de por lo menos mil años antes de Cristo:

“La juventud de hoy está corrompida hasta el corazón, es mala, atea y perezosa. Jamás será lo que la juventud ha de ser, ni nunca será capaz de preservar nuestra cultura”.

Si las diferencias generacionales han resistido al menos por más de tres mil años, no son seguramente un problema, son una dificultad inherente al sistema, por lo tanto se podrán atemperar, suavizar o disimular, pero no solucionar (eliminar).

Por experiencia personal puedo casi garantizar que intentar que un hijo adolescente no piense diferente a sus padres, será una fuente de problemas y sufrimientos.

“Todo lo que resiste, persiste”.
Pare de sufrir.

¡Deje de hacer fuerza!

La otra forma en que habilidosamente he creado problemas que parecen insolubles ha sido cuando frente a un traspíe, he intentado una solución que no funcionó y he continuado intentándola una y otra vez a pesar de los resultados negativos.

Algo parecido a cuando la computadora nos indica con un sonido desagradable que hemos hecho una operación incorrecta, pero creyendo que algo le anda mal al aparato, lo volvemos a intentar, tan sólo para escuchar nuevamente el desagradable sonido, que ahora comienza a dejar en evidencia ante los presentes nuestra terquedad o nuestra ignorancia.

Siguiendo la filosofía de “si un martillo no dio resultado, probemos con un martillo más grande”, cuanto más empujamos para provocar el cambio, más resistencia encontramos.

Después de un tiempo, no es la situación inicial (que muchas veces quedó en el olvido) la que realmente perpetúa el problema. Es lo que hemos estado haciendo, sin éxito, para intentar solucionarlo.

Bajo una mirada atenta, veremos que cuando decimos “he intentado todo”, sólo hemos practicado variantes de una misma cosa, más de lo mismo, diferentes interpretaciones de una misma melodía.

Si reconoce vivir una situación de este tipo, una forma de verificar lo que le digo es pensar qué es lo que debería hacer para que el problema en cuestión empeore.

Va a descubrir con facilidad que algo que lo empeoraría sería “escalar” en los comportamientos que ha tenido hasta ahora.

Una recomendación infalible para fracasar en estos casos es: haga lo que siempre hizo y si no le dio resultado, hágalo con más energía.

“Todo lo que resiste, persiste”.

Pare de sufrir.

¡Deje de hacer fuerza!

Y entonces, ¿qué hacemos?

- Lo primero, es darse cuenta y el diagnóstico es fácil: si hay algo que persiste, es que resiste. Si hay un punto para especializarse, es éste.
- En segundo lugar, al menos podemos dejar de hacer lo que hemos hecho hasta ahora y que no ha funcionado, incluidas las recomendaciones de amigos, familiares y profesionales.
- En ocasiones, lo mejor es no hacer nada. Increíblemente, algunas veces el universo parece premiar a los tozudos cuando desertamos y, cuando dejamos de hacer fuerza, mágicamente las cosas se arreglan solas.
- Por último, podemos probar haciendo exactamente lo contrario de lo que hemos venido haciendo hasta ahora. ¿Suena ilógico? En realidad lo es, pero sólo desde el punto de vista de la lógica que sustenta lo que hemos intentado y que no dio resultados. Es tan ilógico como recomendar no frenar a fondo cuando nuestro automóvil comienza a patinar en un día de lluvia, pero igualmente efectivo. Al fin y al cabo, aunque la idea parezca muy loca, si lo que hicimos hasta ahora no dio resultado: ¿qué podemos perder? “Locura -decía Einstein- es hacer lo mismo y esperar resultados diferentes”.

“Todo lo que resiste, persiste”.

Pare de sufrir.

¡Deje de hacer fuerza!







Y la muerte, ¿dónde está?

La muerte no está en los velorios,
ni en el cedro de los féretros,
ni en el cebo de los cirios,
ni en el llanto de las viudas.
No está en las coronas de flores,
ni en el mármol de las tumbas,
ni en los lánguidos cipreses,
de los tristes cementerios.

La muerte está siempre a mi lado,
compañera de mi vida,
hermana, gemela,
nació conmigo.





Señora, presidenta

El invierno en Uruguay, ya no es lo que solía ser.

No sé si es por el calentamiento global, pero ya no hay gente con sabañones ni niños volviendo de la escuela con las manos moradas directo a sumergirlas en la pileta con agua caliente para revivirlas, como yo recuerdo.

Mucha gente comenta que los días de frío intenso son muy infrecuentes y basta ver los árboles y arbustos floreciendo en julio, para saber que algo está cambiando.

Vivo en el sexto piso de un apartamento moderno, con calefacción central.

Era jueves por la noche y estábamos cenando con mi hija Gabriela y su esposo, Leo.

Aunque la cena no era caliente, yo estaba transpirando la gota gorda, aun con alguna ventana abierta.

En todos los apartamentos con estas características, el tema de regular la temperatura de la calefacción, es uno de los dramas más conocidos.

Todos los habitantes de los mismos, parecen tener sus termostatos biológicos regulados a distintos niveles.

En mi edificio, seguramente soy uno de los que tiene el nivel de tolerancia al calor más bajo y por ende, uno de los que más sufre los habituales excesos de la calefacción.

Ese día la temperatura exterior máxima había sido de 18 grados, lo que sensatamente hubiese hecho innecesario prender la caldera y menos mantenerla por horas funcionando. Sin embargo, las rutinas son rutinas.

A las 21:00 horas, llamé al portero y le pedí que consultara a la Señora presidenta -es decir, la propietaria a quien este año le tocó el turno y la desgracia de tener que tomar las decisiones que

afectan espacios o servicios comunes en el edificio-, a ver si podíamos detener la caldera en ese momento, en lugar de a las 22:00 horas.

El portero me llamó minutos después, diciéndome que la respuesta era que no, que la iban a mantener encendida dentro del horario convenido, contestación que realmente me molestó.

Cerca de las 23:00 horas me fui a dormir.

A la una y media, estaba despierto con los ojos como el dos de oro y con todo mi pijama transpirado.

Decidí levantarme a tomar agua y entre esas maniobras y mis pensamientos sobre la contestación de la Señora presidenta, logré realmente desvelarme.

Bastante molesto abrí mi computadora, bajé los mails y los contesté, leí un rato y cerca de las cuatro de la mañana, como continuaba desvelado y aún maldiciendo el calor y la situación, decidí prender el televisor.

Me atrajo el nombre de una película.

Se llama "Algunas veces en Abril" y versa sobre el genocidio de 1994 en Ruanda.

Cualquiera puede imaginar, por más delicadamente que alguien quisiera presentar aquel drama, lo espantoso de algunas de las escenas que muestran la crueldad y el horror que vivió esa gente.

Tampoco le costará imaginar que no pasó mucho tiempo para que comenzase a comparar aquella incomprensible situación de miseria y dolor de millones de personas que estaba viendo, con el "grave problema" de la temperatura de mi apartamento y la "terrible ofensa" sufrida por la respuesta de la Señora presidenta.

Comencé a sentirme ridículo, para ser benévolo conmigo mismo, y me acordé de lo que dos días antes me había contado mi amigo Ricardo, acerca de una conversación con su esposa Marisa.

Marisa, se quejaba con Ricardo del comportamiento de sus tres hijos, todos ellos adolescentes, respecto al desorden y el poco cuidado que le dispensaban a la ropa, las medias y zapatos, que



como casi todas las madres de adolescentes, debía recoger casi a diario, desperdigados por toda la casa.

Yo le pregunté, dijo Ricardo, ¿alguno de los muchachos tiene alguna enfermedad grave, cáncer, leucemia o algo parecido?

- No, dijo Marisa.

- Alguno está metido en drogas.

- No, respondió nuevamente Marisa.

- Alguno tiene una afección mental o ha estado en la cárcel.

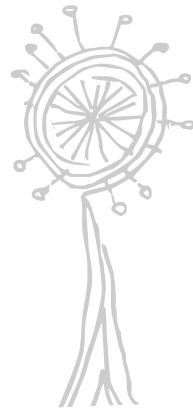
- No -respondió Marisa nuevamente-, y sonriendo, contaba Ricardo, dejó de lado el asunto.

Cuando la película terminó, me volví a la cama y me dormí, no sin antes agradecer a la vida, avergonzado, por los “tremendos dramas” con los que hasta ahora me ha bendecido, en especial por los de esa noche, incluidas las altas temperaturas del apartamento y la respuesta de la Señora presidenta.





De abuelos y ciruelos



Mi abuelo Miguel casi siempre se sonaba la nariz tapándose con el dedo índice una narina y soplando fuerte por la otra.

Usted dirá que eso no tiene nada de notable y yo asentiría, si no fuese por el hecho de que mi abuelo no usaba pañuelo.

Si íbamos caminando por la calle, se acercaba prolijamente al cordón de la vereda.

Si estábamos en su casa, siempre se sonaba a los pies del ciruelo.

Nunca lo hacía en el níspero, ni en el limonero, el naranjo, la higuera o el duraznero que crecían en los canteritos demarcados con ladrillos del fondo de la casa.

Sentados a la sombra del parral de uva chinche, cada primavera desde que tuve uso de razón y hasta que lo perdí, mi abuelo me preguntaba señalándome el ciruelo florecido, ¿ves las ciruelas Julito?, mirá bien, ¿ves las ciruelas?

Por aquella época, yo sólo veía los azahares.

Hoy, cuando el ciruelo florece, veo a mi inolvidable y querido abuelo.





No, me motivan más

De acuerdo con la definición del diccionario de la Real Academia Española, motivar significa, entre otras acepciones, “disponer el ánimo de alguien para que proceda de un modo determinado”.

¿Cuál es la manera de conseguir eso?

Hablando de humanos, hay dos formas de lograrlo.

La primera, es haciendo que se sienta desconforme con lo que tiene y que desee algo.

La segunda, es haciendo que tema perder alguna cosa que tiene y aprecia.

Apego y aversión son los mecanismos ancestrales.

Los viejos “palo y zanahoria” que los libros de management y liderazgo se preocupan de disimular con nuevos y elegantes nombres.

Todos los sabios desde el comienzo de la humanidad, han recomendado como vía de salir del sufrimiento y vivir felices, precisamente lo contrario, en especial el desapego.

“El hombre es infeliz ya por el temor, ya por el deseo ilimitado y vano. Quien a esto ponga brida, puede procurarse la feliz sabiduría”.

Epicuro

Quien para hacer lo que otros quieren que haga, acepta que lo amenacen directa o indirectamente, explícita o sutilmente con quitarle algo que aprecia y valora, vivirá temiendo.

Quien para hacer lo que otros quieren que haga, acepta que lo induzcan a desear o anhelar cosas que no tiene (y que frecuentemente tampoco necesita), también vivirá temiendo. Primero temiendo el fracaso por si no lo logra y luego, si lo consiguió, temiendo perderlo.

El miedo es la emoción de base de los motivados.

Quien tiene miedo no es libre y quien no es libre, no puede ser feliz.

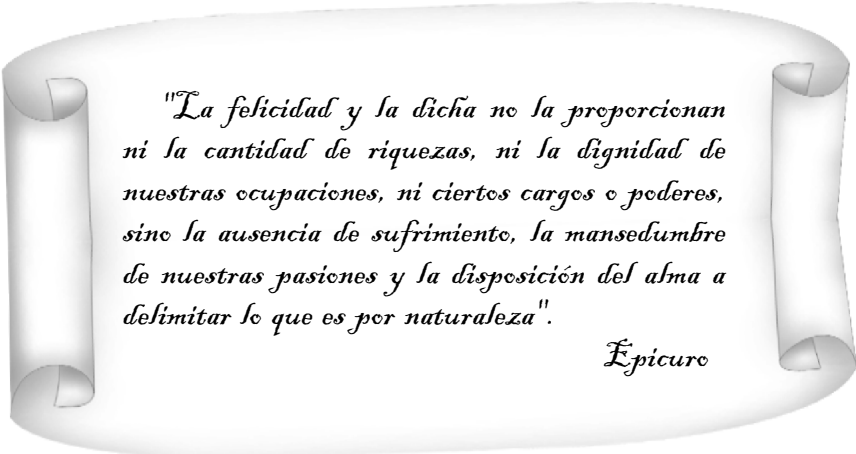
Felicidad no es vivir motivado, felicidad es vivir en paz.

Un camino para lograrlo, es disfrutar de las pequeñas cosas que siempre tenemos a mano.

En cuanto a los objetivos y metas en la vida, lo recomendable es llevar adelante un proceso impecable y olvidarse del resultado.

Una actitud que puede ayudar respecto a lo que nos proponemos es: "está bien si sucede, está bien si no sucede".

Es pura pedantería creer que las cosas dependen de nosotros; si algo sucede es porque el universo entero así lo dispuso.



"La felicidad y la dicha no la proporcionan ni la cantidad de riquezas, ni la dignidad de nuestras ocupaciones, ni ciertos cargos o poderes, sino la ausencia de sufrimiento, la mansedumbre de nuestras pasiones y la disposición del alma a delimitar lo que es por naturaleza".

Epicuro

Tortas fritas

Un domingo de junio por la tarde, llovía y de golpe me topé con la muerte y con mi superficialidad.

Le propuse a Lilian comprar unas tortas fritas en “La Manola”, un quiosco en el parque Rodó, que abre los 365 días del año y prepara las tortas fritas y churros (simples y rellenos) más ricos del planeta.

Me atendió un joven desconocido de unos treinta y tantos años.

No sé por qué, pero algo me dijo que la ausencia del dueño (un hombre de unos sesenta y pico) respondía a alguna razón grave.

Quizás mi sensación tenía que ver con el hecho de haber comprado allí por años y fuese invierno o verano, de día o de noche, lloviese o tronase, aquel “gallego” estaba allí, detrás del mostrador, al firme, como su negocio de lata.

Él jamás habría vendido, pensé.

¿Qué va a llevar?, me dijo el joven.

Cuatro tortas fritas y dos churros rellenos de dulce de leche, le respondí.

Mientras me despachaba el pedido, no pude contener mi curiosidad.

- ¿Qué pasó con el señor que atendía aquí?
- Murió.
- ¡Caramba! ¿Cuándo?
- Hace un par de meses.
- ¿Qué le pasó?
- Un cáncer; se lo llevó en poco tiempo.
- ¿Usted es algo de él?, le pregunté.
- Si, soy el hijo.
- Lo siento mucho, conocía a su papá desde hace años. ¡Qué pena!
- Gracias -me dijo-, mientras me entregaba el pedido y yo el dinero.

Cuando llegué a casa, le conté a Lilian, que aunque de lejos, también conocía al fallecido. Ella normalmente me esperaba en el auto cuando de pasada me bajaba a comprar.

- Qué lástima- dijo.
- ¿Lo peor sabés que es Lilian?
- ¿Qué?

Después de tantos años, hoy me di cuenta que no sabía su nombre.

Hace unos días volví al quiosco.
El viejo, se llamaba Luis.
Su hijo se llama Eduardo.



Sobre el amor

En su inmensa mayoría, los libros y las películas que directa o indirectamente tocan el tema del amor, en mi opinión, sólo ayudan a confundir y una de las mejores formas de asegurarse una tremenda frustración en la vida, es perseguir algo confuso o erróneamente definido.

Amor o felicidad, son temas de tremenda importancia como para dejar librada nuestra satisfacción o frustración en la vida, a medidas del éxito o definiciones dadas por predicadores, novelistas y poetas de segunda, o películas y culebrones de cuarta.

Todos y cada uno debemos preguntarnos seriamente acerca de temas como, ¿qué es ser feliz?, o ¿qué es amar? A partir de ahí, podemos construir nuestras propias definiciones con las que regir nuestros comportamientos y evaluar más apropiadamente sus resultados o el transcurrir general de nuestra vida.

He aquí las mías sobre el tema en cuestión.

¿Qué es amar? ¿Qué se siente cuando se siente verdadero amor? ¿Cómo es el estado de ánimo?

¿Cómo vemos el mundo, cómo pensamos y cómo actuamos cuando sentimos amor?

¿Qué no es amor?

Cuando sentimos verdadero amor estamos en paz, en calma interior, serenos, cómodos, estables.

Si no es así, lo que sentimos será otra cosa; será pasión, será deseo, será codicia, apego, avaricia, pero no amor.

Cuando sentimos amor estamos bien con nosotros y con los demás. Nosotros estamos bien y los demás también están bien; es un estado de no juicios, de no crítica; ni de autocrítica, ni de crítica a los demás.

Cuando sentimos amor, sentimos que todo es perfecto tal y como es, todo está donde corresponde y nosotros no nos resistimos.

Amor es aceptación y eso significa que no está funcionando la historieta inventada que nos guía inconscientemente a la cual queremos que la vida se ajuste.

No nos estamos diciendo que tal o cual cosa no es como debería ser o no es como nos gustaría que fuese.

Cuando sentimos amor, esa sensación de plenitud, de satisfacción con las cosas y con uno mismo trasunta, irradia, genera empatía en todas direcciones.

Hace aparecer sin esfuerzo, una sutil y casi enajenada sonrisa en el rostro de quien lo siente.

El amor nada tiene que ver, o es totalmente opuesto, al afán posesivo de cosas o personas que normalmente nos mueve. Se da de patadas con el querer egoísta con el que convivimos día a día y más aún con la pasión que envenena, enloquece y mueve a la inquietud o el desasosiego.

Sentir amor no es estar motivado, es estar conforme, en paz y en calma.

Cuando estamos motivados nos falta o nos sobra algo que queremos conseguir o eliminar. Cuando sentimos amor, no nos falta ni nos sobra nada.

Amor es una sensación personal, independiente del otro, de otros, o de ningún objeto.

Es un estado de ánimo sin un referente específico.

No estamos enamorados de nada o de nadie en particular y sí de todo y de todos.

Amor no es lo que se siente por una persona, por un amigo, por un grupo, o por mi familia, pero que al mismo tiempo, no se siente hacia otros; amor no es lo que se siente por unos sí y por otros no. Eso es apego.

No existe tal cosa como amor a la patria o a la bandera, eso será lealtad u otra cosa, pero una emoción basada en divisiones inventadas, no es amor.

Amor es un sentimiento referido a todos y a ninguno: hombres, mujeres, animales, plantas y al planeta.

El amor es universal.

No es amor el que siente alguien que trata bien a su esposa, pero esquilda a sus obreros.

No es amor el que siente quien llena de atenciones a su madre, pero contamina con desechos el ambiente o tortura a otros humanos en un campo de concentración.

No es amor lo que siente alguien por su familia, si al mismo tiempo no le importa el dolor de sus vecinos.

No es amor lo que sentimos por un hijo, por más que nos desvivamos en abrazos o en mimos, si no nos importa que niños en otros países se mueran de hambre y nos distraemos o nos consolamos diciendo que son extranjeros, o sólo nos quejamos de que los gobiernos de esos países no hacen nada al respecto.

El que siente amor, ama a los que conoce y a los que no conoce.

No distingue, no clasifica, no juzga, no elige a quién amar.

No diferencia ni se alegra más por el nacimiento de su hijo o de su nieto que por el nacimiento de cualquier otro niño del mundo.

Lo otro, lo que sentimos por unos sí y por otros no, tal vez debamos redefinirlo, podemos llamarlo de cualquier manera, pero no es amor.

Ni siquiera digo que eso esté mal o que me opongo a sentir de esa manera y menos aún a que otros lo hagan. Digo simplemente, que cuando siento eso, eso no es amor, eso es apego y donde hay apego, no hay amor, hay miedo.

Tampoco se trata de un juego de palabras o de conceptos.

Si los que opinan diferente se quieren quedar con la palabra amor para esos otros sentimientos clasistas que he llamado apego, amistad, pasión, deseo, lealtad o apetito ¡Adelante! Pongamos otra palabra para la sensación o emoción que he descrito y listo.

Sólo por breves momentos, he sido consciente de estar sintiendo de la manera que describo.

En contadas oportunidades he podido caminar entre la gente, sintiéndome libre, estable y seguro como un príncipe, fluyendo sin resistencia, lleno de confianza y paz interior; sonriendo sin causa y sin esfuerzo.

Pocos momentos de mi vida he vivido sin miedo y cuando eso sucede, me encanta; en esos instantes, recuerdo que soy inmortal.



¿Y si es envidia?

Las personas con una vida desordenada y dispendiosa me enojan.

Incluso me pasa con los personajes de novelas o de películas.

Transgresores y desobedientes de cualquier tipo me indignan, frecuentemente, más allá de lo razonable para la transgresión en cuestión, en especial si lo transgredido es algo que yo he dispuesto.

Tengo una alta sensibilidad, o si se quiere, un bajo umbral de tolerancia a esas conductas.

Juzgo, crítico y me irrito con facilidad con los insolentes, los irreverentes y los irresponsables, y siempre tengo uno o más argumentos contundentes para mostrar lo inadecuado de esos comportamientos y para justificar mi indignación.

.....
A veces pienso:

¿No será que lo de ellos es creatividad, rebeldía, libertad, espontaneidad, flexibilidad, naturalidad, desprejuicio, confianza?

¿No será que lo mío es envidia?



Para morir hay que estar vivo

Morir dignamente es una de mis máximas preocupaciones y la de mucha gente.

Mucho hay escrito sobre el tema y poco lo que se hace, pero desde mi punto de vista, el factor más importante para morir dignamente es morir estando presente.

Ya es bastante pasarse la vida entera en un sueño, representando absurdos papeles de todo tipo y color, como para continuar haciéndolo durante la muerte.

Es un momento demasiado importante como para que el moribundo o moribunda y los que lo rodean, lo pasen también simulando.

Alguien ha perdido 40 kilos de peso en un par de meses, le han practicado una colostomía, le repugna todo alimento, vomita a diario y la patética escena que todos representan, incluido él o ella misma, es la clásica de, “ya te vas a mejorar, es un problema transitorio”.

Por supuesto que lo es; todo es transitorio en esta vida.

Lo peor es que el tratamiento que recibe, tanto del médico como de sus allegados es, como si fuese a mejorar y entonces es sometido a toda clase de idioteces, entre los que se encuentran costosos exámenes, traslados y tratamientos inútiles o prohibiciones inconcebibles.

“No, no tomes un sorbo de vino que te hace mal para tu gastritis”.

“No fumes que ya sabes que te da tos” o, “no, un helado no, porque te puede dar dolor de garganta”, cuando todos saben que puede que sea su última copa de vino, su último cigarrillo o el último helado que saboree.

No hay ni habrá ninguna muerte célebre o que valga la pena ser registrada para los anales de la humanidad, que describa la estúpida situación donde todos representan la farsa de “aquí no pasa nada”.

Nunca pasará a la historia la descripción de la muerte de alguien en la que el finado y los que lo rodeaban, (incluidos los médicos y el personal de enfermería), simularon hasta último momento que el moribundo no tenía nada, que se iba a mejorar.

Esa farsa aburrida, insípida y deshonrosa, es un insulto a la inteligencia y a la naturaleza humana.

La muerte y sus alrededores es un momento para pasarlo despierto, para estar presentes, tanto el que se va a morir, como todos los que lo rodean.

Es momento de cerrar cosas, de decir lo que hay que decir, de hablar con la esposa o el esposo, los hijos, los nietos, los amigos o los enemigos.

Es momento de recordar, de perdonar, de amar, de llorar o de reír, de tristezas y de alegrías y para eso, hay que estar vivo y presente.

A esta altura de la historia y de la evolución de la medicina, no es aceptable que alguien sienta dolor físico al morir.

Sin embargo, es un tiempo de despedidas.

Dejar todo lo que atesoramos, las cosas que valían la pena y las que no, a las que nos aferramos durante toda la vida, duele.

Salvo para algunos seres especiales que supieron resolver sus apegos antes de este momento, esto es así y hay que aguantarse.

Si hay que sufrir, hay que sufrir, porque es lo que es.

Seguramente no es como nos gustaría que fuese, quizás no nos parezca justo, pero es como es.

Nos guste o no, esto vale para todos, el moribundo y los familiares.

Lo que no es admisible, es que para intentar infructuosamente evitar este sufrimiento, una vez más y en este momento tan especial, también evitemos vivir, y al hacerlo, nos privemos de

todo lo trascendente, profundo, emotivo y conmovedor que este tránsito nos depara.

Maestro, ¿cómo se lleva la iluminación a la acción? ¿Cómo se practica en la vida cotidiana?, le pregunta uno de sus discípulos.

Comiendo y durmiendo, responde el maestro.

Pero maestro, todo el mundo come y todo el mundo duerme.

Cierto. Pero no todos comen cuando comen, ni todos duermen cuando duermen.

Para mi forma de ver, la muerte no escapa de esta condición.

Lamentablemente, no todo el mundo muere cuando muere; la gran mayoría simula que nada está sucediendo.

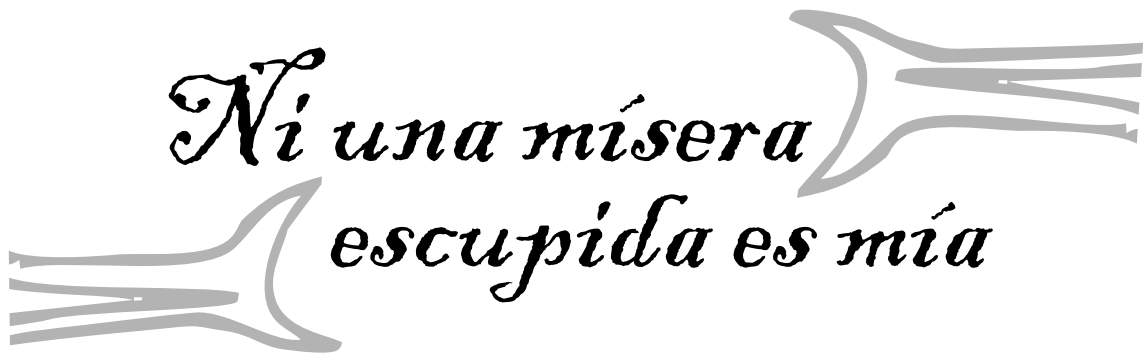
Estoy convencido que para morir de forma iluminada, hay que morir muriendo.

¡Que Dios me de el coraje para morir dignamente, para “morir estando vivo”!





Ni una mísera escupida es mía



Estaba parado sobre una roca, junto al mar.

Sin pensar, escupí en el agua.

Viendo flotar mi saliva dije arrogantemente: ahí va algo mío para el universo.

Dos segundos después, cuando mi saliva se fundió desapareciendo en el océano pensé: ¿mío, qué cosa?

Lo que sea que componga mi saliva, el universo me lo prestó por un rato y ahora ha vuelto a él en otra forma, bastante más desagradable por cierto.

De hecho, me pregunté, si ni una mísera escupida es mía, ¿qué es realmente mío?

Un rato después volví a casa más humildemente sabiendo que todo lo que llamo mío, es prestado, y que es de ley ir devoliéndolo.





Un día común

Queridos Gabriela y Pablo:

como ustedes saben, la oficina de Jussara en Porto Alegre está ubicada en un edificio que tiene una librería en la planta baja.

En la vidriera tenían un libro que compré, titulado, "El año del pensamiento mágico".

En realidad lo compré más por el subtítulo que dice: "La vida cambia rápido. La vida cambia en un instante. Usted se sienta para comer y la vida que conocía, acaba de repente".

El libro no fue lo que esperaba, pero sigo sintiendo que el concepto del subtítulo es profundo y está bien expresado; sólo por eso valió la pena leerlo.

Damos por sentado que como el día de hoy es un día común, un día como tantos otros y donde todo lo que ocurre es rutinario o al menos sin nada excepcional, entonces la vida, como lo fue en el día de ayer y en el de anteayer, parece estar garantida.

Hoy es domingo de mañana, un día común.

Amaneció como otros días: los mismos ruidos, el mismo cielo, el mismo parque frente a mi ventana.

Sin embargo, en este momento tengo la suficiente lucidez como para reconocer lo engañoso de suponer que tengo este día garantido: "la vida cambia en un instante, en un instante común".

Pensé, ¿qué les diría si éste fuese mi último día?; ¿qué querría que supiesen?

En realidad querría que supiesen que:
soy un hombre feliz porque la mayor parte del tiempo me siento en paz interior, en calma.

Mucha de esa felicidad se la debo a ustedes, a quiénes son y cómo son y por eso les agradezco y los bendigo cada noche antes de dormirme.

Cada noche me digo en silencio y se los repito ahora:
bendita sea esta gordita compañera que tengo a mi lado.

Bendito sea el fruto de su vientre, Gabriela y Pablo.

Benditos sus esposos, Leo y Bibiana.

Benditos sean sus hijos, mis nietos, Joaquín, Facundo, Ema, Nacho y Julia.

Que la vida los bendiga con paz y prosperidad.

Y luego sigo con otra gente.

Aunque es malo para mi ego al que estoy tratando de aplacar, también querría que supiesen que me siento orgulloso de ustedes.

Frecuentemente nos decimos con mamá: "algo bueno debemos haber hecho para que estos hijos nuestros sean tan buena gente y para que tengamos estos nietos que son un regalo del cielo".

Gracias por estar con nosotros, gracias por este día común.

¡Benditos sean!

Yo.





¿Yo qué tuve que ver?

Ayer me vi forzado a dar un pequeño discurso de cierre de fin de año en la fiesta privada de la empresa en la que trabajo y que dirijo desde hace diez años.

Ya había hablado mucho la noche anterior, oportunidad en la que cerramos el año con nuestros clientes y amigos, y me negaba a hacerlo nuevamente.

La insistencia de algunos de mis colegas un poco alegres de más, terminó haciendo que luego de varios discursos de otros compañeros, me tuviese que parar e improvisar unas palabras.

Me alegro de haberlo hecho.

Les dije que en realidad, nunca había estado en mis planes de vida ir a estudiar en Harvard, que aquello había sido obra del destino, de la vida.

Trece o catorce años atrás, yo daba clases como consultor privado en una institución de enseñanza para ejecutivos de empresas públicas.

Un conocido abogado del medio había concurrido a tomar el curso de negociación en Harvard y reprodujo parte del mismo en la institución en cuestión, en un taller al que fui invitado a participar.

El coordinador del centro quedó muy entusiasmado con el tema y con intenciones de desarrollarlo, al punto que una noche al terminar mis actividades y próximo a subir a mi auto, me preguntó si quería estudiar negociación en esa prestigiosa universidad.

No sabía si estaba bromeando o si la pregunta era en serio, pero resultó ser en serio.

Un tiempo después, muerto de frío y de miedo, me encontraba, con mi por aquel entonces primitivo inglés, caminando por Harvard Square, en pleno centro de Cambridge.

Luego les dije que tampoco estuvo en mis planes ser director y socio de una compañía internacional de consultoría.

Aunque hice lo mío trabajando, estudiando y aportando intensamente en la antigua CMI, (la organización que se dedicaba a llevar el modelo Harvard a las empresas y gobiernos del mundo), no era mi deseo transformarme en socio de aquella firma.

Pensaba que ser socio iba a significar mudarme a los Estados Unidos y eso no estaba en mis planes.

Nada tuve que ver con la división de las organizaciones de CMI en múltiples pequeñas organizaciones donde los cerca de veinte antiguos socios se reagruparon en función de sus preferencias y oportunidades de mercado.

Casi nada tuve que ver con la invitación de dos de ellos para formar CMI International Group, ni con su ulterior alejamiento.

No fue mérito mío la aparición de Gabriel, el primer socio que incorporamos y que aún me acompaña con su amistad y su trabajo, ni la de Eduardo, que luego de tomar uno de nuestros talleres en Cambridge, se le ocurrió la idea de desarrollar socios locales en distintos países.

Gonzalo, Gustavo y Valeria, mis otros socios actuales, no serían, de no ser por esa idea.

En fin, les dije, es claro que este precioso lugar de trabajo que tenemos, que nos permite vivir de ayudar a otros a resolver problemas y arreglar diferencias, no es obra mía, es de la vida, de Dios o el Universo, que nos ha conducido con generosa mano.

A las tres y algo de la madrugada me desperté con la certeza de que aquellas palabras tampoco eran mías, que mi boca las había dicho para que yo me diese cuenta que todo lo importante en mi vida, sucedió de la misma manera.

¿Qué mérito puedo atribuirme por ejemplo, en el nacimiento de Lilian y su decisión de estudiar medicina, factores cruciales de nuestro encuentro en la vida?

Sin ese encuentro, ni Gabriela ni Pablo hubiesen sido y por tanto Joaquín, Facundo, Ema, Ignacio y Julia tampoco.

¿Qué tuve que ver con mi propio nacimiento y el de todos con los que me he cruzado en este mundo?

¿Qué tuvo que ver con el hecho de tener que hablar esa noche? ¿Qué tuvo que ver, eh?

*"Tuyo es el Reino, tuyo el Poder y la Gloria
por siempre Señor".*
Texto del Ordinario de la Misa





Volver a vivir

Si perdonas,
vencerás al rencor y al resentimiento.
Si te perdonas,
vencerás a la culpa y al remordimiento.
Si olvidas,
vencerás al orgullo y la vanidad.

Si perdonas, te perdonas,
olvidas y dejas ir,
vencerás a la muerte,
volverás a vivir.





A veces soy uno, a veces dos

Algunas veces soy uno, estoy de “una sola pieza”, pienso, siento, digo y hago de manera congruente.

● A veces soy uno con “mi libreto”, uno con el “rollo”, con la historieta o la obra de teatro en mi cabeza.

Represento alguno de los personajes de mi guión de vida, el personaje que está de turno, persigo, salvo o soy víctima de alguien.

Lo dramático es que ni siquiera me doy cuenta de mi actuación.

Soy un actor que cree que su obra es la vida.

Todos los demás con los que interactúo, son parte del reparto, tienen asignados papeles de acuerdo con un libreto y espero que los cumplan.

Cuando no lo hacen, meto presión y manipulo tratando de que encajen.

De lo contrario, me alejo de ellos o los expulso de mi obra.

En la historieta soy predecible, a veces tanto como el personaje trivial de un culebrón barato o una película común.

Reacciono a los sucesos con viejos parlamentos y clichés que no son míos, ni siquiera de mi familia o mi comunidad; tienen miles de años de ser repetidos hasta las náuseas por la humanidad entera.

Soy el mismo vino viejo en una botella nueva.

Desde este lugar, mi vida es una lucha para hacer que todo suceda de acuerdo al guión que tengo en la mente.

Todo es serio, todo es importante.

Juzgo, critico, evalúo, comparo y me comparo constantemente.

Desde aquí, tengo el sufrimiento asegurado: casi nada sucede como deseo que suceda o como creo que debería suceder.

Nada es perfecto para mis personajes que siempre encuentran defectos o que algo falta en mí, en los demás y en el mundo.

● A veces, soy “uno con la vida”, con la realidad, con lo que sucede, con lo que es.

Cuando estoy así, soy uno con todo, fluyo elegantemente sin darme cuenta, soy flexible, pierdo la noción del tiempo y el espacio, no hay metas ni objetivos, sólo hay un hacer o decir eficiente y elegante.

En ocasiones, dictando una charla o un taller me descubro moviéndome y hablando “sin pensamientos”, como un engranaje de algo perfecto que sólo “sucede”. El universo habla usando mi voz.

Cuando me descubro así, sé que la magia estaba y que en ese instante la acabo de romper.

Cuando la retomo, todo es armónico, elegante y sin esfuerzo otra vez.

Se parece a mis sueños sin sueños, donde soy una pieza de algo que acontece, una parte de un todo que funciona en armonía natural, sin control alguno, fundido con la vida.

Me imagino siempre a los grandes pintores, músicos, escultores, actores, e inventores, creando sus mejores obras desde este lugar sagrado.

¿De dónde más podría ser?

Algunas veces soy dos, con variaciones.

● A veces estoy haciendo algo, puede ser cualquier cosa, quizás comiendo y mi mente, sin que yo sepa, anda envuelta en banalidades, va y viene entre ensueños y fantasías.

Mientras tanto, mi boca mastica, mi mano sostiene el tenedor y el resto de mi cuerpo hace lo necesario, todo en "piloto automático".

Aunque este divagar no me hace sufrir, debo reconocer que es grave.

Me hace perder la comida y la vida, que está ocurriendo ahora.

Otras veces voy caminando y mis pensamientos, aprovechando que estoy distraído, vuelan al pasado y en las tinieblas de mi distracción, reviven historias obsoletas haciendo que sienta culpa, remordimiento, rencor, revancha, resentimiento o nostalgias y añoranzas.

Otras, vuelan al futuro y me embarga la ansiedad, la angustia o el temor.

Mi humor cambia y no sé por qué.

Mientras mi cuerpo camina, mi mente genera sufrimiento y ni siquiera me doy cuenta.

Nada real está sucediendo, sólo es "ruido en mi cabeza", todo está en mi imaginación, son mis creaciones.

Aparte de perderme la vida, sufro.

Claramente no es negocio andar así.

Por fin, no todo es malo cuando soy dos.

● Algunas veces mientras pienso, o siento, o digo, o hago algo, puedo observarme a mí mismo y al entorno.

Soy el testigo, soy el observador, conciencia plena de lo que sucede y me sucede.

Observo mi cuerpo, mi mente, mis emociones, mis sensaciones.

Cuando estoy allí, me despierto del sueño de mi historia de vida, de mis divagues y del ruido en la cabeza.

Mientras alguno de mis personajes o de los personajes de los demás actúa, los puedo mirar como lo haría un espectador en una sala de teatro; manteniendo la calma y la ecuanimidad.

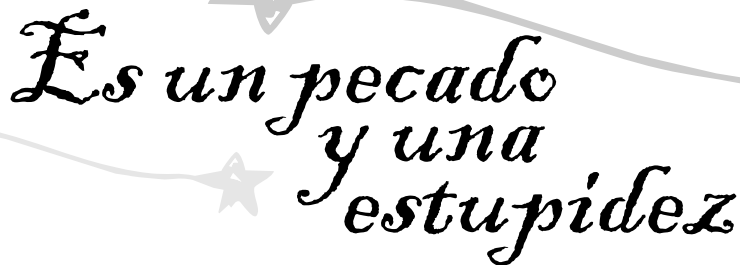
Si estoy distraído, divagando o torturándome, vuelvo a la vida real que exorciza mis dramas imaginarios.

Desde aquí me descubro y comienzo a conocerme por primera vez.

Si estando así despierto analizo el pasado, aprendo; si escudriño en el futuro, creo planes de acción y si ilumino mis sombras, sin criticar ni juzgar, me curo.

Cuando me reconozco siendo uno con la vida, me regocijo.





Es un pecado y una estupidez

Un querido amigo me dijo un día:

le agradezco a la vida que me haya dado las condiciones para que si la cajera de un supermercado se equivoca y me da dinero de más en el cambio, yo no dude en devolverlo.

En realidad -concluimos juntos más de una vez-, si una persona con dificultades económicas no devuelve el cambio equivocado, es un pecado, pero si alguno de nosotros no lo hace, es un pecado y... una estupidez.

Muchas personas nacen, viven y mueren dormidas. Despiertan cada día del sueño de la noche, pero nunca despiertan del sueño del día. Su vida transcurre representando personajes y mueren en uno de ellos.

Hay otro grupo de personas que vaya a saber por qué, recibimos un don del cielo. Un buen día, despertamos más de una vez y vimos la realidad tal cual es.

Muchos en este grupo, somos dignos de compasión.

Dios nos dio la sensibilidad necesaria y el privilegio de mostrarnos el camino y después no nos animamos.

Apego, búsqueda de seguridad, deseo de continuidad o como queramos llamarle, nos ata a una vida que nuestro intelecto, pero sobre todo nuestra alma, nos dice que está equivocada.

Nos damos todo tipo de excusas y hasta sonamos creíbles, pero en el fondo, lo que nos ata es miedo.

Miedo a perder lo que tenemos, miedo a lo desconocido, a salir de las trincheras, a confiar en lo que el corazón nos dice, miedo a lo que sea, pero miedo al fin.

Por cobardía, bastardeamos con explicaciones racionales el don que nos fue conferido y nos volvemos a meter, una y otra vez, en el dramático y ahora deslucido circo de la vida. Sin la ceguera necesaria para trabajar de trapecista, ya nada es igual.

Vivimos en la incongruencia, quebrando el alma diariamente.

Parafraseando conclusiones:

si alguien del primer grupo, desperdicia su vida corriendo tras posesiones, poder, fama y otros espejos de colores, es un pecado.

Si alguno del segundo lo hace, es un pecado y... una estupidez.



No existen soluciones en soluciones

Estaba trabajando en Portugal, realizando un proyecto para una importante firma consultora multinacional.

Su problema, que nosotros intentábamos solucionar, le estaba costando varios millones de dólares al año.

Después de cuatro días y medio de intensa labor, cerca de quince personas, entre los que se encontraban todos los socios de la firma y la plana mayor de la compañía, estábamos reunidas en el comedor privado, disfrutando de un exquisito almuerzo.

La mesa, de forma oval pero muy alargada, nos ponía a la mayoría de nosotros frente a algún otro comensal.

Habíamos terminado el postre y los mozos estaban sirviendo el café en nuestro lado de la mesa.

A mi izquierda estaba sentado uno de los socios de la firma, quien conversaba conmigo con su taza llena de café en la mano.

Uno de los gerentes de la compañía, sentado justo frente a él, distraídamente golpeó con su brazo la copa con agua que tenía delante.

Aunque el contenido de la copa era escaso y el líquido no alcanzó ni siquiera el medio de la mesa, para evitar ser mojado, mi compañero de conversación realizó un movimiento tal, que derramó sobre su impecable traje y el de su vecino y el mío, casi toda su taza de negro café.

En la vida, me dije, no existen soluciones.

“En realidad, toda la vida humana consiste en solucionar los problemas causados por las soluciones que le hemos dado a otros problemas”.

Menos aún existen soluciones correctas e incorrectas.

Es pura ilusión.

Unas soluciones tienen unas consecuencias; las otras, otras.

La solución que le demos al problema de este cliente, pensó,
seguramente no escapará a esta ley.

Eso me tranquilizó bastante.



El fractal de la vida

Desde hace un tiempo, he reducido voluntariamente mi mundo habitual a cinco cuadras a la redonda de mi casa.

He comprobado que este mundo, es igual al resto del mundo.

A esta conclusión han llegado antes que yo y por distintas vías, filósofos, científicos y poetas de todas las épocas, y han expresado este incontrovertible principio de muchas maneras diferentes en innumerables versiones, algunas de las cuales son:

- *“El universo en un átomo”*, título de uno de los últimos libros del Dalai Lama (2006).
- *“Si bien es cierto que todo está en el Todo, no es menos cierto que el Todo está en todas las cosas”*. El Kybalion, (aprox. 3000 a.C.).
- *“Para ver el mundo en un grano de arena, y el cielo en una flor silvestre, abarca el infinito en la palma de tu mano, y la eternidad en una hora”*. William Blake (1809).

Lo que le encuentro de bueno a mi versión, aparte de ser mía, es la practicidad.

He simplificado mi existencia y he descubierto como decía Thoreau que *“mi vida misma llegó a ser mi diversión y nunca cesó de ser novedosa”*.

“Abriendo los ojos descubrió - dice H. Miller refiriéndose a Thoreau - , que la vida proporciona todo lo necesario para la paz y la felicidad del hombre; solamente hace falta usar lo que tenemos al alcance de la mano”.

Aunque inconveniente para las agencias de viajes y compañías aéreas, una de las mayores ventajas de esta forma de vivir, es que ya no me es más imprescindible viajar para ver el mundo.

Menos aun, para encontrar la felicidad.

“Ten siempre por cosa evidente que lo mismo es el campo que cualquier otro lugar, y observa cómo todas las cosas son idénticas aquí, como en el campo, en la montaña, en la orilla del mar, o donde te viniere en ganas. Así comprenderás mejor cuán cierto es lo que Platón dice, al comparar reyes y pastores: “...lo mismo se vive encerrándose en un cercado en la montaña y ordeñando el rebaño balador”.

Marco Aurelio





No te resistas

Muchas personas tienen puestas muchas expectativas en Navidad y Año Nuevo.

Esperan ver la familia unida, sin conflictos y en muchas oportunidades, recibir a los que viven lejos.

Es raro que esos deseos se cumplan, sobre todo porque las expectativas son desmedidas.

Yo relaciono el volumen de frustración, con el de las expectativas.

“Fulano dijo que iba a venir y al final no vino”.

“Deberíamos estar unidos con mis hermanos pero no lo estamos”, son frases repetidas.

Si las relaciones son complicadas durante todo el año, no podemos esperar que los problemas desaparezcan esa noche, como por arte de magia. Eso no sucede.

Estas eran las reflexiones de un psicólogo en un suplemento dominical de un diario local, a propósito de su experiencia en terapia, respecto a lo que les sucede a muchas personas en referencia a las fiestas tradicionales de fin de año.

Yo tengo la convicción, de que éste es uno de los mayores dramas humanos y que no se restringe al ámbito de las fiestas navideñas.

La inmensa mayoría lo padecemos durante casi todos los días de nuestra vida, que por esta precisa razón, se torna frecuentemente miserable.

La letra del tango de Enrique Santos Discépolo resume la idea a las mil maravillas.

*La oigo a mi madre aún,
la oigo engañándome,
porque la vida me negó las esperanzas
que en la cuna me cantó.*

Estos versos encierran una terrible verdad: todas las madres nos engañan.

Es realmente imposible que aquello que nuestras madres soñaron para nosotros junto a nuestras cunas y que muchas veces tiene que ver con sus propios sueños frustrados o los de sus padres, se concrete en el transcurso de nuestras vidas.

Aunque suene paradójico, uno de los obstáculos más grandes a la felicidad suelen ser estas “esperanzas”.

Construido a punto de partida de vaya a saber cuántas influencias culturales, sociales, familiares y educacionales, pero cerca de la cuna, cada uno de nosotros crea un guión para los “personajes” que va a representar e incluso para “los personajes” que prevé que lo van a acompañar en la obra de su vida.

Siguiendo aquello de “cada maestrillo con su librillo” o “cada maestrillo con su libretto”, todos tenemos una idea de cómo las cosas y el mundo debieran ser y por supuesto de cómo las cosas nos gustarían que fuesen.

Como consecuencia, resulta imposible que esas expectativas pudiesen ser satisfechas para todos, todo el tiempo.

Sin embargo, velada o abiertamente, todos tenemos la secreta esperanza de que las cosas sucedan de acuerdo con nuestras preferencias y por tanto, la mayor parte del tiempo, deseamos que sean diferentes de como realmente son.

Queremos que sean de la forma que nuestra madre nos cantó en la cuna, de la forma que creemos que deberían ser, o de la forma que nos gustaría que fuesen, pero seguramente, con grandes divergencias o pequeños matices, diferentes de cómo son.

Nuestras expectativas, nos parezcan grandes o pequeñas, justas o injustas, modestas o exageradas, jamás coincidirán exactamente con la realidad o por lo menos es seguro que no lo harán por mucho tiempo.

Nuestro grado de desilusión frente a cualquier evento, es la medida de nuestra patología y de nuestro desconocimiento de las leyes de la naturaleza.

Es expresión de nuestra arrogancia pretender que tenemos control sobre lo que sucede y pensar que realmente sabemos cómo las cosas debieran ser.

Nos falta aceptación del insignificante papel que nuestro microscópico ego tiene en el universo.

A algunos como yo, que por mucho tiempo nos creímos los reyes del control y que en algún momento pensamos que cualquier cosa que deseáramos con firmeza y trabajáramos duro para lograrlo, era un hecho que sucedía, la vida se encarga de darnos unos cuantos revolcones.

Algunos aprendemos, otros vamos de golpe en golpe hasta la tumba.

Apegarse a las expectativas y esperar que las cosas sucedan siempre en consonancia con ellas, crea las condiciones para un sufrimiento seguro.

“Si las entiendes, las cosas son como son.

Si no las entiendes, las cosas son como son”.

Ghensa.

Desde que leí estas frases, intuitivamente presentí que encerraban un gran secreto para mi felicidad o infelicidad.

Para completarlas humildemente agregaría:

si te gustan, las cosas son como son.

Si no te gustan, las cosas son como son.

Si son como crees que debieran ser, las cosas son como son.

Si no son como crees que debieran ser, las cosas son como son.

Cuando me siento contrariado con lo que sucede, me repito estas sabias sentencias unas cuantas veces, si es posible en voz alta y utilizo la primera persona del singular (Si me gustan, las cosas...).

El efecto es casi mágico y como mínimo, tranquilizador.

Por otro lado, debo reconocer que algunas veces es conveniente no hacer nada ante algunas contrariedades.

Es aconsejable desconfiar de nuestros sistemas cortoplacistas de evaluación de las cosas que nos pasan, en especial aquellas que calificamos como reveses.

A nadie le son ajenas las miles de situaciones en las que hemos dicho que algo que nos sucedió era una calamidad, nos amargamos la vida e hicimos un terrible esfuerzo por cambiarlas y el tiempo nos probó absolutamente lo contrario.

Es bueno recordar que sólo para nosotros los humanos, las cosas son buenas o malas; la naturaleza no entiende estas divisiones, ni ninguna de nuestras clasificaciones polares con las que segmentamos el mundo.

Ahora bien, no hay nada más realista que aceptar que "lo que es, es", tanto sea en las cenas de fin de año, como en cualquier cosa que suceda.

Aceptar lo que es, no implica optar siempre por la inactividad, bajar los brazos o claudicar.

Lo que implica es tomar conciencia de lo que sucede y conservar la ecuanimidad, sin los dramas y tragedias propias de las historietas de nuestro ego.

Si alguna acción es posible y conveniente, haremos algo; de lo contrario, mantener la calma es lo indicado.

Nada se gana con enojarse y gritar a voz en cuello ¡no me puede estar pasando esto a mí!, cuando en realidad está pasando o, ¡ésto no puede ser!, cuando en realidad es.

A punto de partida de aceptar, podemos construir.

Aceptar lo que es, tampoco significa no hacer planes o no tener aspiraciones.

Significa no atarse de tal forma a los resultados de dichos planes, que hagamos de ellos la fuente absoluta de nuestra dicha o de nuestras desventuras.

Si no nos atamos, podemos alegrarnos si lo que planeamos sucede, pero no caer devastados, si no sucede.

Llevemos adelante un proceso impecable, trabajemos como si Dios fuese nuestro supervisor y luego cedámosle el paso.

Siento que es bueno dimensionar realmente lo que controlamos y lo que no, de todo lo que acontece en el mundo y repetimos hasta las náuseas:

“Yo hice lo que tenía que hacer. Ahora, me encomiendo a Dios (o a las leyes que gobiernan el Universo). Si pasa está bien y si no, también”.

Desde Lao Tsé hasta nuestros tiempos, la mejor recomendación para encarar “la forma que la vida está tomando ahora”, que por supuesto incluye lo que suceda en las fiestas tradicionales, es siempre la misma: “no te resistas”.





No es tan fácil chupar un caramelo

Dependiendo de la marca, un caramelo de miel con propóleo dura en mi boca entre 12 y 15 minutos, excepto por los que trajo mi amigo Mariano de Villa La Angostura en Argentina, cuyo tamaño, similar a un huevo de codorniz, dificulta mantener la boca cerrada con el caramelo adentro y extiende la duración a casi media hora.

Un caramelo duro, de naranja o de limón, me dura alrededor de 9 minutos.

Una pastilla de menta tamaño estándar, puedo demorar en disolverla por completo entre 7 y 10 minutos.

No es nada fácil para mí mantener durante ese tiempo, mi atención puesta en lo que tengo dentro de la boca.

La voz en mi cabeza me lleva a lugares y momentos imaginarios donde ahora reconozco haber gastado la mayor parte de mi vida y experimentado la mayor cantidad de mis angustias y ansiedades en temores que nunca sucedieron.

No puedo determinar el tiempo que realmente estoy disfrutando el caramelo, pero dudo que sumados todos los breves instantes en que con esfuerzo lo logro, sean más de dos minutos.

Fuera de esos períodos entrecortados, mi boca hace el trabajo en piloto automático.

Me pasa igual con la ducha, con la comida, con una puesta de sol, en fin, con la vida toda.

Siguiendo la recomendación de mi maestro, tengo siempre en mi bolsillo derecho una semilla de palmera, un coquito; cada vez que la toco vuelvo en mí, me despierto.

Por toda la casa, pegadas en espejos, lámparas y armarios, puse unas hojas secas de otoño para que cuando las vea, me recuerden respirar profundamente y volver a la vida, ahora.

Salgo varios días de la semana a dar largas y muy lentas caminatas poniendo atención a los sonidos, los olores y en especial a mis pies, los que he descubierto a los sesenta años.

Tengo encima de la mesa del comedor y a la vista, un cartel que comienza diciendo:

“Esta comida es el regalo de todo el universo: la tierra, el cielo, numerosos seres vivos y de mucho trabajo duro”.

“Que pueda vivir y comer con gratitud y estando consciente, para ser merecedor de esta comida”.

Cuando lo leo, me ayuda a “comer mientras como”.

En fin, quizás algún día pueda “realmente” chupar un caramelo.

Si lo logro, no sé si será como para salir en el Guinness, pero tampoco es nada fácil.

Intentarlo es disfrutable y sobre todo, es una buena práctica espiritual.



¿De qué se sirvió a la vida?

"Nada se crea, nada se pierde; todo se transforma".

Lavoissier

Cuando vi por primera vez en mis años liceales esta afirmación, la repetí con categórica seguridad, con la seguridad de los ignorantes, de los que, al decir de Borges, desconocen por completo la duda.

Ahora afirmo que no la había entendido en absoluto.

Más de cuarenta años después la entendí, y por el contrario, entenderla me llena de reflexiones e interrogantes.

Si nada se crea ni se pierde, si todo lo que existe sólo es la transformación de otra u otras cosas, esta forma que yo soy, está hecha de materiales que el universo viene reciclando desde el comienzo de los tiempos.

Lo que me forma, siempre existió y siempre existirá bajo otras formas, por lo que si un día de estos, alguien les dice que morí, que dejé de existir, no le crean, no puedo hacerlo.

De hecho, todo lo que existe son sólo formas transitorias de "algo" difícil de definir, manifestaciones de un proceso que no tiene comienzo ni final. Todo son continuaciones.

En ese proceso universal, como sucede con cada célula y cada átomo de mi propio organismo, todo tiene su sentido, su lugar y su función.

Hasta la más efímera y minúscula partícula de polvo, es parte del todo y tiene su razón de ser. Sin ella, nada sería.

Todo lo que sucede, todo lo que se manifiesta y de la forma que lo hace, le sirve de alguna manera a la vida.

Yo,... ¿de qué le sirvo a la vida? ¿Cuál es la razón de esta forma que soy?

¿Por qué sucedí? ¿Quién y qué soy yo?

Quizás la respuesta está en la voz que del cielo le dijo a Jesús, al ser bautizado:

“Tú eres mi hijo amado, en quien me complazco”.

Lc. 3,21 22

Yo no soy lo que tengo, ni lo que he hecho, no soy mis puestos o mis títulos, no soy lo que la gente piensa de mí, no soy los personajes que represento en el teatro de la vida.

Yo soy parte de la vida una y eterna.

“Yo soy amado de Dios. En mí se complace”.



Aún no lo puedo creer

Durante el retiro que realicé en Stone Hill con el Maestro Thich Nhat Hanh, comenté en mi grupo de reflexión, que uno de los objetivos de mi desarrollo personal y espiritual, era ser una persona más compasiva.

Una de las participantes, me recomendó tomar contacto con una técnica budista muy antigua llamada “tonglen”.

Básicamente, tonglen es una técnica que busca revertir nuestro usual patrón de conducta de buscar el placer y evitar el dolor y liberarnos del egoísmo.

La promesa de la técnica, es que con su práctica, comenzaremos a sentir amor por nosotros, condición indispensable para sentirlo por otros y por ende, a cuidar de ambos.

En su forma más sencilla, esta práctica, que busca despertar la compasión, (sentir con o como el otro), es un camino para contactarse con el sufrimiento.

Su idea central es sencilla y consiste en inspirar y al hacerlo, tomar el dolor de otros y al espirar, enviarles alivio, bienestar y felicidad.

En presencia de alguien que sufre física o psicológicamente, (o aun a la distancia), la clave es inspirar y espirar conscientemente, absorbiendo el dolor o la pena de esa o esas personas, deseándoles luego, paz y sanación.

Por otro lado, sugiere esta técnica que cuando sintamos cualquier tipo de bienestar, por nimio que sea, al espirar deseemos que otros (seres queridos, amigos o aun desconocidos), puedan experimentar la misma agradable sensación que estamos experimentando nosotros.

¿Simple verdad?

Sí, es cierto.

Es tan simple como a contrapelo de nuestra habitual tendencia a desear que las cosas nos vayan bien a nosotros sin importarnos lo que les pase a otros y contra la lógica generalizada de buscar siempre el placer y evitar el dolor.

Nuestro dolor o el de otros, frecuentemente nos asusta, nos deprime o nos enoja y nuestra tendencia natural es a evitarlo o a resistirnos, y si vemos a alguien que sufre, frecuentemente huimos despavoridos o “hacemos la vista gorda”.

Varias veces antes de dormir, sintiendo la agradable sensación de relajación y el roce de las sábanas en mi cuerpo o en situaciones sencillas de placer como estar tomando un rico cafecito con mi esposa, recordé y practiqué la recomendación de la técnica respecto a desear lo mismo a otros, aunque, por supuesto, sin idea alguna de los resultados.

Total, ¿qué podía perder con esta parte de la historia?

Hace aproximadamente dos meses, me encontraba a bordo de un avión, rumbo a Lima, Perú, por razones de trabajo.

Como el vuelo era nocturno, casi todo los pasajeros intentaban dormir y yo entre ellos.

Sin embargo, a muchos nos resultaba imposible, porque desde el momento del ascenso, un bebé de meses que su madre cargaba en brazos, lloraba desconsoladamente y a todo pulmón.

Posiblemente está resfriado -pensé- y el ascenso le debe estar haciendo doler los oídos, cosa que en un niño tan pequeño, sólo podía tener solución cuando el avión descendiese.

Había transcurrido más de una hora de vuelo y el niño no paraba de llorar.

Todos los intentos de su madre por calmarlo, fueron infructuosos.

Ni juegos, ni alimento, ni paseos por el pasillo lograban detener el llanto por más de unos segundos.

Pensé que debía hablar con la señora para explicarle el posible origen del llanto de su bebé a fin de que no se preocupase y para que no se pusiese demasiado ansiosa, porque hasta el aterrizaje no iba a lograr nada, hiciese lo que hiciese.

Estaba colocándome de nuevo mis zapatos, cuando me acordé del tonglen.

Me quedé en mi asiento y comencé a respirar pausada y profundamente, deseando mentalmente con cada inspiración, que el dolor y el sufrimiento de aquel niño fuese absorbido por mi cuerpo como por una esponja y a cada espiración, le enviaba mi propia sensación de serenidad y bienestar.

Debo haber efectuado esta práctica por unos pocos minutos y como por arte de magia, el niño dejó de llorar.

No lo puedo creer, me dije y estuve a punto de despertar a mi amigo Mariano que roncaba a mi lado para contárselo.

No volvió a llorar hasta cuando lo perdí de vista en el aeropuerto.

Meses más tarde, aún no lo puedo creer.

Quizás sea por eso que no recuerdo haber aplicado tonglen nunca más.







La vida es una práctica

Un querido amigo me escribe:

“Me la he pasado observando mis estados de ánimo.

No sé si se puede aplicar el concepto de impermanencia o el de desorden mental, porque hay días que son de tal alternancia, que parecen un electrocardiograma”.

Por otro lado, me dice:

“Estoy observando la evolución de algunas relaciones de trabajo, de afecto y de confianza, que están cambiando. No sé a dónde van, pero pertenecen al dominio de las cosas que yo hubiera jurado que eran eternas”.

Yo le respondí:

la clave es combinar o entrelazar las cosas diarias de la vida y del trabajo, con la práctica espiritual.

Pienso que en tu caso, le estás sacando provecho a lo que te pasa, tanto interna como externamente.


El secreto es el de siempre: estar atento, estar presente.

Algunas veces me distraigo y siento que lo que sucede en mi vida, me mete dentro de un paréntesis de “no práctica” y no me gusta; pero lo que permite que eso pase, es no estar atento.


Estando presente, todo sirve y la vida es una práctica.

Ausente, ni estando en un monasterio en el Tíbet se aprende nada.





Dios nos da y Dios nos quita



Luego de dos semanas de ausencia, Lilian y yo volvimos a nuestro departamento de Punta Ballena y al abrir la puerta, un penetrante olor a podrido lo invadía todo.

Comenzamos a buscar el origen y rápidamente descubrimos que provenía de la cocina, más precisamente, del refrigerador.

El refrigerador es un equipo relativamente grande y con un compartimiento separado para congelar alimentos.

Al abrirlo fue evidente que el aparato estaba apagado y como es fácil de imaginar, todo lo que estaba en su interior se encontraba en avanzado estado de descomposición.

Mi primera aproximación a encontrar una causa al problema, fue pensar que el equipo se habría roto, que algo adentro de esa caja negra conocida comúnmente como “la bocha”, había dejado de funcionar.

Luego de revisar con más detalle, nos dimos cuenta que la cosa era muy simple, la heladera sólo estaba desenchufada.

No fue fácil descubrirlo porque la ficha de conexión apenas estaba movida del toma corriente, lo suficiente como para haber dejado de hacer contacto y apagar el motor.

Tomado en cuenta que cuando nos fuimos estaba todo funcionando, una explicación razonable para este hecho fue que Feliza, la señora que hace la limpieza a fondo cuando no estamos, seguramente movió ligeramente el cable; lo demás es conocido.

Mientras comenzábamos juntos la tarea de descarte y limpieza, en medio de aquel olor nauseabundo, Lilian, comenzó a molestarse con lo sucedido; algo fuera de lo común en ella.

Cosa también poco común en mí, en circunstancias como las relatadas, lejos de enojarme comencé a pensar que lo sucedido no había pasado por casualidad, que podían haber cosas interesantes para aprender.

¿Para qué habrá sucedido?, me dije.

Lo primero que se hizo claro fue la fragilidad de mi "ilusión de seguridad".

Muchos intentamos combatir la inseguridad que nos provocan los avatares de la vida, el futuro abierto y la incertidumbre en general, acumulando cosas materiales y en especial, si podemos hacerlo, guardando dinero en el banco.

Creemos que con eso estamos a salvo, nos sentimos seguros porque tenemos reservas que creemos suficientes, o algunas veces, más que suficientes (tal vez para varias vidas o varias generaciones).

Dado que la mayor parte del tiempo en Punta Ballena vivimos sólo mi esposa y yo, puedo asegurar que lo que había guardado, tomando en cuenta todos los alimentos congelados, hubiese podido alimentarnos por un período muy grande de tiempo.

Para darles una idea, cuando le pregunté a Lilian, ¿comida para cuánto tiempo habría aquí?, su respuesta (metafórica por cierto) fue... y, como para un año.

Acumulando y guardando para asegurar ese futuro que tanto nos asusta y que ni siquiera estamos seguros que vamos a tener, dejamos atrás la vida que transcurre hoy.

Sin embargo y muy frecuentemente, la realidad nos muestra lo frágiles y vulnerables que somos y la estupidez de nuestra pretendida seguridad.

Basta un instante y no interesa si es el huracán Charly, un tsunami o la mano de Feliza, todo lo que teníamos en nuestras



reservas vuela y con ella, nuestra supuesta seguridad y la vida que malgastamos para crearla.

No hay seguridad ni paz absoluta, salvo la que viene de la confianza absoluta y sólo se puede confiar en lo que es, no en lo que se tiene.

Por ignorancia y de una manera ingenua, luchamos a brazo partido contra la impermanencia de la vida y de las cosas.

Pensamos que a los diamantes, a los metales preciosos, al dinero en los bancos de Suiza y a las comidas para “freezer”, nada les puede pasar.

Sin embargo les pasa.

Nada es permanente, nada es para siempre, las cosas van y vienen, Dios nos da y Dios nos quita, esa es la ley de la naturaleza.

Está en nuestra naturaleza envejecer, enfermar, morir, perder todo lo que poseemos e irnos de la misma manera que llegamos; sin nada.

De lo demás, nada es seguro, nada de lo que tenemos nos va a durar para siempre, lo tengamos en el “freezer” o en un “cofre fort”.

La segunda reflexión que me generó el hecho, fue que aquel desastre se estuvo gestando en medio de lo que parecía una calma total, por completo fuera de mi percepción.

Las dos semanas anteriores mientras estuvimos en Montevideo y hasta el segundo antes de abrir la puerta del apartamento, todo parecía en calma.

Sin embargo, cuando creemos que todo marcha sobre ruedas, cuando nos parece tener todo bajo control, sólo tenemos otra ilusión.

Mientras disfrutamos de nuestra aparente tranquilidad, ya nació en algún lado del planeta una Feliza, la mano de Dios, el fabricante de la bala que se va a cruzar en nuestro camino, la primera célula que rompió las reglas de crecimiento controlado de nuestro cuerpo o el ministro de economía que va a decretar de un plumazo, que ahora somos dueños tan sólo del 25 % de nuestros ahorros.



Aunque en un momento dado estemos tranquilos y felices, en algún lugar se está gestando el irremediable opuesto, el problema, el dolor, la pena, la tristeza.

Inevitable e inseparablemente unidas, alegría y tristeza no son dos cosas diferentes, son aspectos de una misma cosa, de un continuo de la vida.

A partir de este episodio, mi respuesta a la pregunta ¿cómo va todo? sigue siendo, “todo bien”, como indica el ritual.

Dentro de mi cabeza, una voz me recuerda: eso significa que aún no estás percibiendo las señales de los problemas que se están gestando, o simplemente faltan una o dos condiciones más, para que se manifiesten.

Desde ese entonces me repito con frecuencia:

Julio, la incertidumbre es inevitable.

No te ates a la felicidad, es pasajera.

No te alejes de las penas y del dolor, también pasarán y como en este caso, te dan lecciones de vida.

Recibe con serenidad los reveses, contracara indisoluble de tus alegrías, aceptando que no se puede tener las unas sin las otras.

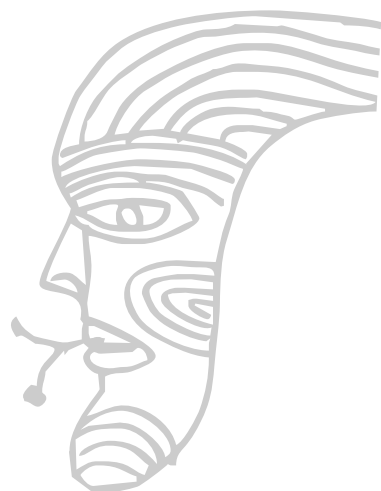
Frente a aquel enchastre, de nada valía ponernos a protestar o a buscar culpables.

Lo más importante fue aceptar que aquello estaba pasando y tomar conciencia que “debíamos hacer, lo que debíamos hacer”.

Limpia y punto.



Me puedo olvidar de todo



Me puedo olvidar de todo,
de mi nombre,
de una cita,
del trabajo o donde vivo.
Me puedo olvidar de todo,
de mi país, de un amigo,
de mi familia y mis hijos.

Unos olvidos son graves,
otros olvidos, gravísimos,
pero nada comparable
con el pecado mortal,
de olvidarse de sí mismo.





¿Difícil o imposible?

Siempre ha sido un gran problema para la medicina, determinar con precisión, la muerte de un ser humano.

Cuando no había otros elementos, la muerte se diagnosticaba por la putrefacción. Así, cuando el cadáver comenzaba a oler mal, la muerte era segura y se podía proceder a enterrar el cadáver.

Más adelante apareció el conocido método del espejo basado en la respiración. Si un espejo colocado frente a la nariz y la boca del supuesto finado no se empañaba, no había aliento vital y por lo tanto el sujeto había fallecido. Con igual finalidad se usaron plumitas de ave o un copito de algodón bajo las fosas nasales.

Posteriormente se correlacionó el corazón, el pulso y el flujo de líquidos corporales vitales con la vida y por tanto, la ausencia de pulso y latidos cardíacos verificaba la muerte.

Inventos ingeniosos e igualmente inexactos fueron la colocación de un vaso lleno de agua sobre el esternón para visualizar una posible vibración en su superficie o la apertura de las venas del pliegue del codo para ver si fluía aún la sangre.

Tanto la ausencia de respiración como del latido cardíaco fueron mejor diagnosticados desde que René Laënnec (1781 – 1826), desarrolló el estetoscopio, instrumento con el que se pudo amplificar los sonidos del corazón y los ruidos respiratorios a la auscultación.

Desde entonces hasta nuestros tiempos, la ausencia de latido cardíaco y de respiración, así como la pérdida de la conciencia (llamado triángulo de Bichat), fue la forma de diagnosticar la muerte.

El electrocardiograma, el fonocardiograma, el electroencefalograma, la tomografía axial computarizada, el gradiente oxihemoglobínico cerebral y otros exámenes de laboratorio aplicados en medios hospitalarios, sustituyeron o complementaron los diagnósticos clínicos.

A pesar de este avance, un largo historial de enterrados vivos, se encargó de echar por tierra la precisión de estas definiciones.

Debido a ello, los médicos, en especial los forenses de todos los tiempos, se han ocupado de buscar más signos que permitiesen asegurar un diagnóstico correcto.

Una larga lista de éstos puede ser encontrada en todos los textos de medicina legal entre los que figuran:

- palidez y color céreo de la piel;
 - lividesces cadavéricas en zonas declives (livor mortis);
 - flacidez inicial de los tejidos seguida 8 horas después por rigidez (rigor mortis);
 - frialdad (algor mortis);
 - piel, epidermis y músculos sin elasticidad al pinzamiento (signo de Icard);
 - variaciones en el pH de los fluidos y tejidos;
 - hundimiento y flacidez de los globos oculares, enturbiamiento de la córnea, mancha esclerótica.
- “Mancha verde” abdominal (signo muy tardío).

Hoy en día, la cosa se complica aún más.

Un gran número de situaciones históricamente letales como por ejemplo algunos paros cardiorrespiratorios, pueden ser controlados y mantenidos externamente por largos periodos de tiempo mediante ventilación mecánica y/o asistencia circulatoria.

Es posible incluso diferir horas, días o meses el cese de las llamadas funciones vitales en pacientes con lesiones neurológicas irreversibles de tal magnitud, que van a determinar irremediamente un paro cardiorrespiratorio.

Una persona en esas circunstancias y de acuerdo con las definiciones anteriores, ¿cómo debería ser catalogada?

El término técnico utilizado es muerte cerebral y en muchos países del mundo es aceptada como la muerte legal del individuo.

Si esto es así, entonces una persona puede estar muerta y su corazón seguir latiendo.

Por otro lado, no todas las escuelas médicas comparten el mismo concepto de muerte cerebral, lo que origina diferencias en los procedimientos diagnósticos a emplear, así como el tiempo necesario para que ese diagnóstico sea realizado.

¿Confuso no?

Sí; confuso al punto que, para realizar el diagnóstico de muerte, se requiere en algunos países, el concurso de tres médicos, uno de los cuales debe ser neurólogo o neurocirujano y ninguno debe pertenecer a un equipo de transplantes. ¿Usted me entiende?

En realidad, nadie ha podido demostrar hasta ahora en qué momento puntual y concreto se produce la muerte de un individuo, de ahí que inventemos definiciones aun más confusas y complejas como las de *muerte aparente o relativa* (¿?), *muerte clínica*, *muerte absoluta* y *muerte total*.

Casi ciegos e impotentes, los médicos decimos a tientas:

“lo que llamamos muerte, no es un fenómeno puntual, único, ni instantáneo sino un proceso lento donde los órganos, tejidos y células se van deteriorando y dejando de funcionar a diferente ritmo o velocidad.”

¿Cuán lento puede ser ese proceso?


Si muerte total se define como el estado en el cual ya no existe ninguna célula viva de un individuo, un hombre que dejó esperma en un banco o una mujer que donó sus óvulos y se encuentran congelados, ¿puede morir totalmente? ¿Puede hacerlo alguien que donó sus riñones y estos se encuentran funcionando en otro ser vivo?

En realidad, desde que el hombre se planteó las preguntas de cómo y cuándo diagnosticar la muerte, tuvo dificultades para contestarlas, las sigue teniendo y siempre las tendrá, porque ese proceso no es lento, es infinito.

Nadie ha podido demostrar hasta ahora en qué momento puntual y concreto se produce la muerte de un individuo porque el problema es que la pregunta está equivocada y está equivocada porque no tiene sentido.

No hubo, no hay, ni habrá en este universo, nada muerto; nunca, jamás.





Las apariencias engañan

Dice el físico teórico Álvaro Rújula del Centro de la Organización Europea para la Investigación Nuclear (CERN) en Suiza:

El verdadero misterio está en la receta que uno tendría que usar si quiere fabricar un Universo. Menos de un 1% es materia como la nuestra, el 29% es algo misterioso que sabemos que está allí y se llama "materia oscura" y el otro 70% es algo todavía más misterioso que se llama la "energía del vacío".

No se precisa ser un científico para saber que esto es así.

Basta salir una noche estrellada y levantar la vista para comprobar la obviedad de esta afirmación.

En lo que me permito disentir con el físico es en que sólo la materia "es como la nuestra".

El Principio de la Correspondencia, uno de los siete principios herméticos reza como sigue:

"Como arriba es abajo, como abajo es arriba".

La fórmula para fabricar un ser humano o cualquier objeto animado o inanimado es la misma; hasta donde conocemos: 1% materia (lo que la mente comprende) y el resto, algo misterioso (lo que la mente no comprende).

Vivimos en un engaño.

Creemos que somos sólidos y somos 99 % vacío, espacio.
Creemos que somos agitación y movimiento, y somos 99% calma.

Creemos que somos sonidos, palabras y ruidos, y somos 99% silencio.

Creemos que somos nuestra mente que reconoce lo sólido, el movimiento, los sonidos, las palabras y somos 99% "esencia", que mora en el espacio, el silencio y la calma.

Sólo el espacio da sentido a la materia, sólo el silencio da sentido a los sonidos, sólo la calma da sentido al movimiento.

Todas las formas van y vienen, sólo lo informe permanece.

Una botella, se rompe; el espacio que la hace útil, es indestructible.

La calma, el espacio y el silencio, son lo sagrado en nosotros y en todo.

"No es culpa del Sol si el ciego no puede encontrar su camino".

Tradicional Zen

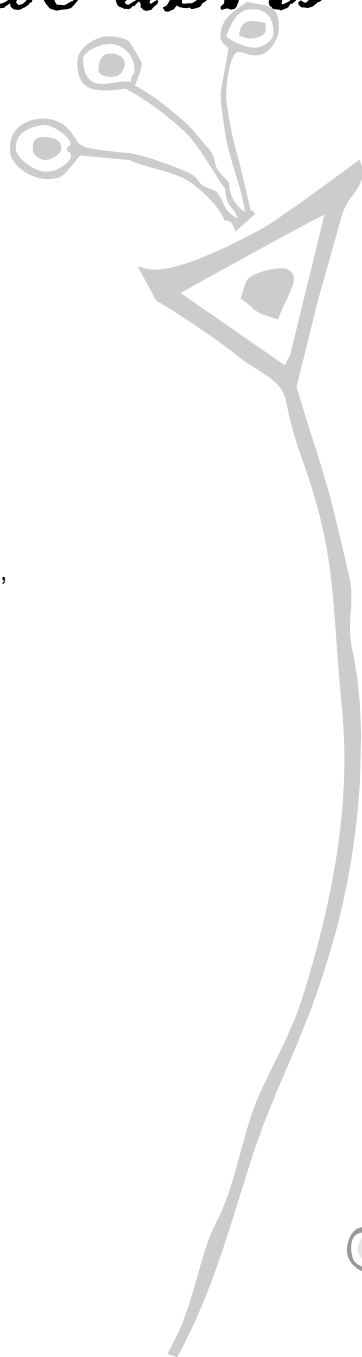


Jazmín de abril

Solitaria blanca equivocada,
jazmín de abril, cuánta belleza:
¿Un error?
¿Un milagro?
¿Una señal?
¿O tan sólo una rareza?

¿Cómo te olvidó el verano?
¿Dónde estabas?
Fragante paloma en vuelo
entre el verde follaje del cantero,
que te mira como yo,
asombrado,
bendición del cielo.

Te quisiera para mí
mis dos manos te dijeron.
Cómo fue que te dejé,
todavía no comprendo:
¿Una expresión de nobleza?
¿Un error?
¿Un milagro?
¿Una señal?
¿O tan sólo otra rareza?





Hoy o mañana me da igual

Amis personajes les gustaría vivir por muchos años más.

Siempre hay algo que quisieran ver, que quisieran conseguir, donde quisieran estar o poder llegar.

Sin embargo, lo que no hicieron sesenta y dos años de memorias acumuladas, no lo van a hacer ni veinte, ni treinta más.

Mis memorias, lo que mis personajes hicieron, nunca lograron hacer de un nuevo día, un día diferente.

Estoy seguro que nada cambiará.

Este nuevo día y el nuevo día de dentro de treinta años serán iguales, un instrumento de sus proyectos, un puente a lo que creen que debería ser.

Un día más, un año más o un siglo más, no saciará su sed de futuro, sus anhelos.

No llegará jamás el momento que por acumular vivencias y recuerdos, ellos quieran morir o dejar de actuar y me permitan, como pide la Biblia, "darle a cada día su propio afán".

No le alcanzaron sesenta y dos años ni le van a alcanzar noventa para decir, ya está bien, es suficiente.

Su función es perenne.

Para ellos, nunca es momento de bajar el telón.

Sólo la muerte se encargará de hacerlo -por supuesto que muy a su pesar-, a menos que yo los mate antes.

En eso estoy.

¿Que cómo me daré cuenta cuando lo logre?

Cuando me despierte y sienta que irme de este mundo ese día o cualquier otro, hoy o mañana, me da igual.



El día en que desperté dos veces



Un primer despertar ocurre cada mañana cuando salgo de lo que comúnmente llamamos dormir.

Dormir se puede, sin sueños o con sueños.

Dormir sin sueños es una extraña cosa. No sé dónde estoy, soy una pieza de algo y no controlo nada.

Dormir soñando es parecido a estar despierto y algunas veces, difícil de distinguir.

Cuando me despierto, me doy cuenta que soñaba y dudo si lo que soñé fue real.

Un día me desperté estando ya despierto, me vi a mí mismo y a los demás y me di cuenta que lo que llamaba vida no es real, que es un sueño, que es un juego.

La primera vez que me vi a mí mismo mirando el juego de la vida, supe quién era.





Agradecimientos

Quiero agradecer a aquellos que me ayudaron a que este libro se manifieste.

Para escribir, como para tantas otras cosas, se necesita mucha energía.

Cuando uno tiene luchas internas, sean éstas en el seno de uno mismo, de su pareja o su familia, esa energía se drena y es difícil o imposible disponerla para asuntos externos. A mis cuatro hijos, mis cinco nietos y a mi esposa, gracias por la bendición de tenerlos, por un apoyo incondicional y por la paz con que rodean mi vida.

Gracias a China Zorrilla, Carlos Páez Vilaró e Ignacio Suárez, que con la generosidad propia de la grandeza de sus almas, me mostraron como nunca que el pasaje bíblico que dice, *“pide y te será dado”*, es real.

Gracias a Eduardo Assandri, Walter González, Lorena Estefanel, Magdalena Robaina, Mayra Álvez, Valentina Azzini, Carmen Fernández y Jorge Artola, quienes colaboraron revisando los originales y brindándome invalorable ideas, opiniones y sugerencias.

Deseo hacer una mención especial en este grupo para Amelia Martínez, cuyos adorables comentarios sobre el libro reproduce en una de las solapas y para mi tío Herlicio Decaro, quien además de enseñarme ortografía, idioma español y algo de guaraní, me regaló un precioso poema, motivo de uno de mis relatos.

Gracias a todos mis colegas de CMI International Group, por su paciencia y soporte a esta actividad y por la sensibilidad que requiere la comprensión de la relación de estos temas, con los de una empresa consultora en negociación.

Gracias por fin a toda la gente de la editorial Grupo Magro, y en especial a Fernando Díaz, Martha Borges y Paolo Terzano, porque hicieron de la tarea de la publicación, un deleite y un aprendizaje, en lugar de un trabajo.

Si alguien se me escapa de esta lista de agradecimientos (y es muy probable que así sea), quiero que sepa al leer estas líneas, que entiendo que sin él o ella, este libro no hubiese sido.





Curriculum Vitae



Julio Decaro

Doctor en Medicina, graduado en la Universidad de la República Oriental del Uruguay con Medalla de Oro, en 1974.

Ha realizado estudios en el exterior en la Universidad de Harvard (Cambridge, USA), en el Mental Research Institute (Palo Alto, California, USA.) y en el IPPEM (actual Universidad de Flores, Argentina).

Es autor de “La cara humana de la negociación” y coautor de los libros “Negociación 2000” junto a Roger Fisher y Howard Raiffa, y “Vivencias desde el último peldaño”.

Actualmente es Director Ejecutivo de CMI International Group, firma consultora dedicada a negociación y resolución de conflictos.

Ha dictado conferencias, cursos y asesorado tanto a empresas privadas como organizaciones gubernamentales y no gubernamentales en Estados Unidos, América Latina y Europa.



