

Amaurí Castillo Rincón

# UNA *VIDA* FELIZ

2004

**Transcripción de Textos:**

Nancy V. de Castillo

**Corrección de Textos:**

Carmen de Eman

**Colaboradores:**

Nancy V. de Castillo

**Diseño Gráfico:**

Anitza Luces

Liliana Villani

**Impresión y Encuadernación:**

**ISBN:**

**Depósito Legal:**

# DE CÓMO SER FELIZ TODOS LOS DÍAS

Un Testimonio de la Vida Real



# UNA *VIDA* FELIZ



# Dedicatoria

*D*edico esta obra a ese ser maravilloso, quien hace 35 años y con apenas 19 años de edad, abordó el barco de mi azarosa vida corriendo el riesgo de embarcar con alguien como yo, de mayor edad y quien para entonces no tenía brújula, corriendo todos los riesgos sin miedo a hundirse. Mi compañera de viaje largo: Nancy, amada esposa, que cambió mi vida sin derrotero definido, orientándola hacia una meta posible y verdadera: **Ser Feliz en Pareja**. Joven, quien con su entusiasmo por la vida, fe en Dios y mucho coraje para enfrentar cualquier situación, supo demostrarme que sólo podemos disfrutar una vida plena si somos capaces de aceptarnos y aceptar a nuestros semejantes como son, con todas sus virtudes y defectos, que debemos estar orgullosos de nuestra individualidad porque es un regalo de Dios que nos identifica como seres particulares pero maravillosos, de esencia gregaria y en consecuencia con capacidad inusitada para comunicarnos y ayudarnos mutuamente y cuyo principal objetivo desde que tenemos uso de razón es la búsqueda incansable de la felicidad, lo cual no es posible lograr sin el elemento fundamental que nos permite la realización material y espiritual:

*El Amor*





# AGRADECIMIENTOS

*E*n principio, agradezco a mis hijos Eduardo, Jennifer, Johnny, Ginette y Wendy, quienes en su diaria amorosa y sincera comunicación con nosotros, supieron recoger nuestra semilla de la preocupación constante por ser felices en pareja. Su afán de compartir con otros su felicidad me motivaron a escribir sobre el tema, en la esperanza de poder ayudar a otras personas preocupadas por tan nobles logros. En segundo lugar, agradezco a aquellas personas, quienes ya no recuerdo sus nombres, que en mi juventud se empeñaron en convencerme de que no era posible ser feliz en pareja, porque gracias a ellos me hice la meta ahora lograda de demostrar lo contrario, quienes, por cierto, si aún estuvieren vivos, ojalá todavía tengan tiempo de corregir su error, porque seguramente, en tal caso, hoy coincidirán conmigo en que: **SIEMPRE HAY TIEMPO PARA SER FELIZ.**



# INDICE GENERAL

ANÉCDOTA .....	7
PRESENTACIÓN Y CONTENIDO .....	9
<b>PRIMERA PARTE: LA FELICIDAD POSIBLE .....</b>	<b>27</b>
Qué es La Felicidad .....	31
El Logro de la Felicidad .....	43
La Felicidad y los Bienes Materiales .....	49
La Felicidad y la Superación Personal .....	61
Los Riesgos del Poder y la Riqueza .....	69
Nuestro Milagroso Estado de Ánimo .....	79
Vivir o Sobrevivir .....	89
<b>SEGUNDA PARTE: LA PAREJA .....</b>	<b>97</b>
El Amor de Pareja .....	101
La Armonía en la Pareja .....	113
La Permanencia de la Pareja .....	123
La Sexualidad en la Pareja .....	133
Derechos en la Pareja .....	153
Los Años Dorados .....	165
<b>TERCERA PARTE: ROMPIENDO MITOS Y PARADIGMAS .....</b>	<b>173</b>
El Respeto Reverencial Hacia los Padres .....	175
Perder o Ganar los Hijos .....	187
La Responsabilidad Dogmática .....	197
Por Quién y Para Quién Vivir .....	203
Ficción de Soledad .....	211
El Poder Sanador del Perdón .....	219
La Fuerza de la Oración .....	231
El Eterno Presente .....	243
El Porqué del Para Qué .....	255
La Angustia .....	263
Los Consejos .....	271
Abriendo el Corazón y la Mente .....	277
La Sabiduría y el Conocimiento .....	289



# ANÉCDOTA

La idea de escribir este libro nació en la ciudad de Boulder, Colorado, EE.UU., en una noche de invierno del año 2002 cuando en una íntima conversación mi hija de veintidós años, recién casada, tocó el tema de las relaciones conyugales, comentándome que: *"Desde que nos casamos, Mike y yo hemos comentado que tú y mamá son una pareja especial, porque siempre les hemos visto felices y sin graves desacuerdos, peleas o agresiones. Ojalá nos dieras tu fórmula para llegar a tus treinta y tres años de feliz matrimonio"...* Hija –le respondí– lamentablemente para ser feliz en pareja no existe ninguna fórmula. Realmente depende de varios factores cuales tienen mucho que ver con la personalidad de sus integrantes, por lo que es muy difícil establecer reglas generales. Personalmente pienso que son el amor, el respeto y la comunicación, los factores decisivos para lograr una buena relación de pareja.

Esa noche, martillaba en mi cabeza la parte final de esa conversación: *"Padre, deberías pensar en escribir un libro, en un lenguaje no científico, sin complicaciones, si se quiere coloquial, donde de manera testimonial narres tus experiencias de pareja. No sabes cuánto bien nos haría a las parejas jóvenes que alguien como tú, con una experiencia exitosa en su matrimonio por tanto tiempo, escribiera de manera sincera, descarnada y sencilla, más que planeamientos teóricos, sus experiencias positivas y negativas acaecidas durante tu vida conyugal. Seguramente, al conocerlas, atesoraríamos las positivas y evitaríamos las negativas, con lo cual enriqueceríamos nuestra relación"...*

Antes de dormir recapacité y acepté que ciertamente, quizás esa sugerencia de mi hija representaba una manera más eficiente y diferente a mis muchas conversaciones con jóvenes parejas, quienes a veces, no obstante su buena intención y voluntad para ser y hacerse felices, no logran encontrar una ayuda eficaz que se fundamente en experiencias no de carácter teórico o de laboratorio, sino prácticas y sencillas, narradas crudamente, como se suceden todos los días; de aquellas que a diario viven las personas que se aman, posibles de ser evaluadas, absorbidas y puestas en práctica por personas comunes y corrientes, sin requerir para ello un conocimiento o cultura especiales.

En la mañana comencé a escribir este libro, con la esperanza de que sirva para orientar hacia una vida feliz a esos muchos jóvenes, quienes como mis hijos, buscan afanosamente un camino para formar hogares felices y permanentes, lo que en un mundo tan complejo como el de hoy es difícil transitar con seguridad, basados únicamente en el instinto natural, sino que, para llegar a buen fin debe acopiarse toda una preparación práctica, orientada más hacia el conocimiento interno de cada persona que hacia cualquier otra área, disciplina o técnica considerada especial. A este fin, oriento el contenido de este libro.

Especialmente por y para los jóvenes, con la esperanza que aquí encuentren experiencias que bien interpretadas y debidamente meditadas, pudieren servirles de ayuda en su vida futura, frente a un mundo que, conscientemente, no los prepara para obtener como meta principal su felicidad integral. En segundo término, servirá para aquellos quienes con edad cronológica avanzada, aún mantengan joven su espíritu y de alguna manera tengan interés en conocer experiencias prácticas ya vividas, de cómo vivir una vida feliz y que pudieran contribuir a hacer aún más llevadero su porvenir.

Todo, sin pretender ofrecer una fórmula mágica, sino presentando escenarios reales, imbuidos de reflexiones y vivencias testimoniales, cuyos protagonistas somos personas comunes y corrientes, con una cultura promedio, que hemos pasado nuestra vida en una comunidad que nada tiene de extraordinario, pero que siempre tuvimos como característica especial nuestro permanente

deseo por vivir mejor. Todas las reflexiones, recomendaciones y eventos que aquí se narran son producto de la vida real, como parte de mis vivencias personales como padre, hijo, amigo, y feliz integrante de una pareja.





# PRESENTACIÓN Y CONTENIDO

Formalmente declaro que no pertenezco a ningún grupo, asociación, secta o cofradía esotérica. Asimismo que, sin subestimar su importancia práctica en la vida social, tampoco practico ninguna disciplina profesional científica especial, de aquellas que estudian el comportamiento humano, tales como la Psicología, Psiquiatría o el Psicoanálisis, ni nada que se le parezca.

Tampoco oriento mi exposición a la divulgación de ninguna religión o credo en especial, no obstante que, en mi concepto, las religiones desde tiempos inmemoriales han tenido el importante papel de representar uno de los más eficientes controles sociales; siendo además, que cuando se practican sin fanatismo y se aplican a la vida diaria, cumplen una función social orientadora hacia la importancia de cultivar los valores éticos y morales. Nada de lo que aquí escribo tiene como fin divulgación o promoción de ninguna religión en especial.

Mi formación académica como Abogado, lo es de carácter humanístico y social. Así que, como quiera que el centro de mi actividad y preocupación es el ser humano, lamento el desperdicio de tanta vida joven que observo todos los días por doquier, donde sus mejores esfuerzos y años los consume su constante preocupación por amasar poder y riquezas como una panacea, debido a una equivocada concepción de la capacidad de que tales bienes puedan producirles el fin último y más sentido de su ser: La Felicidad.

Esta misma inquietud me afecta respecto de las personas de mayor edad, quienes por desconocer el que “en la vida cada minuto

es un milagro que no se repite”, desperdician el preciado tiempo que aún les pudiere quedar de vida, sacrificando el maravilloso “hoy” en rumiar sus frustraciones y dolores de lo que ya no tiene solución: su “ayer”, o por los temores a un “mañana”, cual pudiera ser que para ellos... nunca llegue.

Todo lo que aquí escribo corresponde a mis experiencias personales, o de alguna manera por mí presenciadas o experimentadas como hijo, padre, amigo, e integrante de una pareja; así como por el ejercicio de mi profesión de Abogado, ministerio que yo tomo muy en serio y que, conforme al criterio del maestro Ossorio, en muchos casos me ha llevado a actuar como “arquitecto del alma de la gente”. Gracias a lo cual, habiendo superado con largueza los sesenta años, soy un testimonio vivo de que sí es posible lograr múltiples momentos de felicidad, sin que para ello se requiera más que la propia disposición del individuo, cual es la motivación principal para escribir este libro, del que pueden servirse especialmente los jóvenes y de cuya lectura también podrán beneficiarse aquéllos quienes con décadas de años en su haber, disfruten el tesoro de vivir sobre la base de que sus años de vida pudieren afectar en alguna medida su vitalidad física, pero no su parte espiritual, cual es la que mantiene su estado de ánimo, amor por la vida, por las cosas y las personas. Pero sobre todo, su deseo de continuar disfrutando intensamente los múltiples y maravillosos dones que Dios dispuso para ellos sobre esta madre tierra.

Fundamentalmente trataré sobre las preocupaciones diarias de los seres civilizados, sus temores, sus errores, limitaciones y virtudes. Tocaré temas apasionantes como los del amor, la pareja, el sexo, los hijos, la responsabilidad de los padres, el hoy, el futuro; la oración, el perdón, el conocimiento y la sabiduría, todos como elementos incidentes en la superación personal y el crecimiento espiritual. Con la seguridad de que todos y cada uno de estos aspectos, debidamente tratados y manejados, podrán coadyuvar a conformar un espíritu sólido, con capacidad especial para disfrutar de la variada gama de buenos momentos que nos ofrece la vida, y con suficiente fortaleza para enfrentar cualquier desventura o adversidad que pudiere depararnos el tiempo.

Pretendo, asimismo, demostrar, que en ese largo y a veces tortuoso camino de nuestra vida, la felicidad es la aspiración más

sentida del ser humano, quien de una u otra manera siempre tiene la opción de disfrutar de ella. En tal sentido trataré sobre temas de la vida diaria, tan perturbada en estos días de conflictos de todo género, y sobre la agresividad permanente del medio ambiente hacia nuestra sagrada individualidad que, de manera casi indetenible, parece enseñorearse de los grandes conglomerados humanos donde el hombre transcurre la mayor parte de su vida, casi desposeído de su propia identidad como mero guarismo o número del Seguro Social, persuadido de que escasamente tiene tiempo para sobrevivir físicamente.

Con tan errada concepción, los habitantes de esta aldea global, pasan por alto un aspecto fundamental de su vida como lo es la vinculación de su parte física corporal con su espíritu, cuya conjunción, a mi manera de ver el asunto y sobre la base de mis propias experiencias, en esta época pudiera ser la única probabilidad de disfrutar una vida más edificante y llena de buenos momentos, vale decir, una vida feliz.

Por mi certeza sobre lo enunciado orientaré mi esfuerzo a demostrar que sí es posible para todo ser humano normal, el logro de la felicidad personal. A tal fin, pretendo comunicarme con aquellas personas a quienes más que un conocimiento del pensamiento filosófico, desde el punto de vista enciclopédico o de determinada cultura, les interese ahondar en el conocimiento de su propia persona, con la intención de utilizar todo el potencial de que fue dotado por Dios para vivir una vida mejor.

Tampoco es mi intención disertar sobre la psiquis del ser humano, como andariego impenitente por la faz de la tierra, atiborrándoles de términos científicos especializados que pocos entienden.

Pretendo ahondar, sí, sobre la raíz u origen práctico de aquellos problemas de conducta que afectan nuestra vida cotidiana causándonos estrés, angustia y temor; por cuanto tales sentimientos negativos, por razón de la propia ignorancia de nuestro funcionamiento interno, nos pueden llevar a convertir una vida que puede ser maravillosa y todos los días pletórica de nuevas emociones, en una carga sino imposible, por lo menos muy dura de llevar.

Trataré de derribar algunos paradigmas que considero falaces, pero que desde nuestros primeros años, con la mejor intención de que sobreviviéramos en “un mundo muy difícil”, nos sembraron en el alma nuestros progenitores y maestros, quienes por seguir esos paradigmas a su vez transmitidos por sus antepasados, nunca llegaron a advertir que ese supuesto “mundo muy difícil” no lo era tanto, sino que por el contrario, el hecho de vivirlo podía considerarse ya una experiencia maravillosa, llena de incomparables momentos, que corresponde a nosotros mismos, según nuestro estado de ánimo, a ser mejores o peores.

Para aprovecharse de esta lectura no se requerirá de avanzados conocimientos lingüísticos o cultura especial. Suficiente será saber y querer leer, y tener la inquietud de investigar y practicar la manera de mejorar su forma de vida, como aquí queda expuesto. De tal manera compartiré experiencias positivas vividas, transmitidas en el lenguaje sencillo del hombre común, como aquél quien a diario, por no disponer de un vehículo propio, de manera resignada y si se quiere a disgusto, usa el transporte público pero sin advertir el interesante privilegio que significa, en un mundo basado en la economía, el hecho afortunado de que sea otra persona quien invierta decenas y en algunos casos cientos de miles de dólares, adquiriendo un vehículo cómodo y seguro para que le transporte como si fuese suyo, por una irrisoria suma de dinero que pagamos como pasaje y, lo que es más interesante: hasta con chofer.

Deseo también llegar hasta quienes de manera por demás apresurada, diariamente concurren a pie a realizar sus labores, sin advertir que a su lado caminan miles de buenas personas con sus mismos intereses, problemas, preocupaciones, necesidades, temores y ambiciones. Todos, como hormigas de la misma cueva tratando de sobrevivir; quienes de una u otra forma pudieran comunicarse, pero que los mecanismos de defensa que desde nuestra infantil enseñanza nos inoculan hasta los huesos frente a los otros miembros de nuestra misma especie, no les permiten siquiera balbucear: “Hola” o “Buenos días”... menos aún de abordarlos para intercambiar algún tipo de idea o colaboración, cuales de alguna manera pudieran beneficiarles mutuamente, haciendo menos dura su existencia.

Disertaré sobre experiencias y conocimientos que me ha dejado la vida, cuya propia sencillez los hace parecer intrascendentes pero que vistos con la seriedad que se merecen, por cuanto pueden mejorar el nivel de vida, se convierten en fuente de grandes aciertos, que por obvios pasan desapercibidos e ignorados por las mayorías, con el resultado reflejo en sus vidas de caminar largos trechos representados en decenas de años, cargando a costas la inconformidad con su propia existencia y de tal manera convirtiendo lo que pudo ser una maravillosa experiencia, en una vida tediosa llena de momentos difíciles para sí y para aquellos quienes conforman su entorno íntimo.

Todo lo cual pudo ser diametralmente opuesto y con resultados diferentes, únicamente con un cambio de actitud.

Ciertamente, pienso que nada nuevo agregaré a sus experiencias pasadas, las cuales más para bien que para mal, nunca más se repetirán de la misma forma ni idénticas a como fueron experimentadas. Sin embargo, por cuanto como nos lo enseña el principio bíblico “Nada nuevo hay bajo el sol”, la esperanza de vivir una vida todos los días más confortable y feliz como por incontables seres humanos ha sido disfrutada, es algo a lo que nadie de ninguna manera debería renunciar jamás. Y yo, les aseguro y demostraré, que es absolutamente posible de lograr.

En ese mismo orden de ideas trataré de aquellas situaciones, que en muchas oportunidades con un mejor o peor resultado, la mayoría de ustedes habrá experimentado en su propia vida. Observen que no usé el verbo vivir sino experimentar, porque a mi manera de ver el tema, vivir es la máxima experiencia de un ser humano. Es disfrutar el más hermoso regalo recibido de Dios por el hombre: la vida. Por ende, para vivir en todo el sentido de la palabra, se requiere algo más que comer, trabajar y dormir.

Por lo pronto, considero indispensable para asegurar con propiedad que se ha vivido, haber sentido que la máxima expresión del amor no es la sensación de recibirlo, sino el inmenso placer de darlo o compartirlo con otra persona o personas. Asimismo, haber estado en paz consigo mismo sintiendo a Dios en el corazón, haber soñado siempre con algo mejor y, finalmente creer en los milagros, porque el más importante milagro del mundo se sucede todos

nuestros días, en cada minuto, en cada segundo... cada vez que respiramos: nuestra vida.

En ésta mi conversación con ustedes como especie de escuchas invisibles, no emitiré criterio sobre lo cual no conozca, no haya experimentado personalmente, o no tenga fe. Tampoco especularé sobre lo que no considere factible o probable, porque de alguna manera, a mis más de sesenta años de edad, soy una referencia viviente de que es posible lograr una vida feliz, considerada ésta como la realización espiritual y material del ser humano, donde todos nuestros pensamientos y actuaciones estén orientadas por la luz de la razón heredada de Dios, en ese Cristo maravilloso que vive en nosotros y que debe ser la guía de todas y cada una de nuestras actuaciones.

Especialmente, el compartir con las demás personas el incomparable sentimiento de amar, cómo vive y crece dentro de nosotros mismos, con la misma fuerza con la cual fuimos bautizados por Dios en el vientre de nuestra madre, desde antes de nacer; y que, luego del nacimiento crece en nosotros como un árbol, dando frondosa sombra a una variedad de afectos, cuales todos sin excepción aportan a nuestra alma la grandeza necesaria para evolucionar por encima de nuestra natural y originaria humanidad, hacia un estado de elevación espiritual en la búsqueda de, porque no decirlo, la perfección.

Trataré de probar a quienes lean estas líneas que traducen toda una vida, que no se requiere especial inteligencia, raza o credo, ni extraordinarias condiciones de carácter físico o mental, elegancia o belleza, para lograr una vida feliz. Me consta que todos los elementos o herramientas para lograrlo, Dios lo ha puesto al alcance de todos sus hijos sin distinción de ningún género, tales, entre otras, como el amor, la fe, la constancia, la voluntad, la lealtad, el respeto por la persona humana, y la oración.

Estas herramientas representan Valores, de los que trataremos más adelante, los cuales en mayor o menor grado todos los seres humanos disponemos, porque son inherentes a nuestra propia condición de tales. Por tanto, escudados en ellos, no es difícil vencer algunos enemigos intrínsecos del ser humano, que afectan a cada uno en la medida de su flaqueza espiritual, como son: el temor, el

odio, el rencor, el deseo de venganza, la envidia, la codicia, la vanidad, la falta de fe, el pesimismo, la depresión y la tristeza.

Todos esos elementos negativos son opuestos a los valores y hacen difícil superar la pobreza mental, resultante ésta de las naturales y propias limitaciones del ser humano, ignorante de su poderoso caudal interno frente a un medio ambiente que en sus orígenes le fue apropiado, pero que el mismo ser humano por su propia torpeza al diseñar su desarrollo, se ha encargado de convertirlo en agresivo y adverso tanto para su cuerpo como para su espíritu. Pero esos enemigos de la felicidad del hombre, yo les doy testimonio personal de que es posible vencerlos. Y así como yo, con iguales o diferentes limitaciones, si se lo proponen lograrán superarlos.

No tengo ninguna duda que entre mis experiencias positivas que por este medio les transmitiré y la fuerza de su deseo de vencer esos males, casi normales en la vida del hombre, ustedes superarán tales escollos y como yo, quizás antes de lo que pudieren pensar, podrán convencerse de que sí es posible lograr la tranquilidad espiritual y ser felices. Así como que es menos difícil de lo esperado y vale la pena intentarlo, porque el resultado llega más temprano y es más reconfortante de lo que inicialmente podemos imaginarnos.

No diré que sea demasiado fácil lograr vencer ese volumen tan elevado de negativismo que desde niños absorbemos hasta los huesos, exacerbado por un medio en el que hoy vivimos, muchas veces agresivo al amor y la felicidad. Tampoco diré que lograr la paz espiritual sea tan fácil. No, pudiera no serlo. Pero lo que sí les puedo asegurar es que es absolutamente posible de lograr para cualquier persona normal, que con constancia y dedicación se empeñe en ello.

El precio es el esfuerzo por realizar, lo cual no debe sorprendernos, por ser de todos conocido que en esta vida las cosas realmente buenas y permanentes requieren de algún esfuerzo, y que en todos los casos será la persona misma quien lo hará más o menos interesante, más o menos agradable de cumplir. Y la recompensa será extraordinaria, maravillosa, porque marcará esa nueva vida que cada cual diseñará sobre la base de sus nuevos conocimientos y su

fe en Dios, la que debería iniciarse de inmediato para materializar a la brevedad posible las realizaciones para una existencia más placentera. En todo caso, seguramente que el esfuerzo será proporcional al beneficio que se obtenga.

En ese esforzado pero interesante camino por procurarse una vida mejor y, si se quiere, lograr el éxito en su real sentido traducido en felicidad, los enemigos como el temor y la falta de constancia en muchas oportunidades pudieran producir estados temporales de frustración, pero éstos todos los días afectarán menos. Y así, a medida que se avanza en el crecimiento espiritual, se observará que muchos de los problemas que en época anterior parecieron casi insalvables, en el futuro sólo serán recordados como un paso obligado para transitar a otra etapa superior lograda.

Y no es que tales eventos del pasado no fueren situaciones problemáticas, sino que, cuando avanzamos en nuestro crecimiento interno, paulatinamente al probarnos a nosotros mismos que somos capaces de mejorar y superar nuestra carga de pesimismo, vamos adquiriendo sobre la marcha mayor confianza en nuestras realizaciones y, por tanto, superando el temor al futuro, a lo desconocido. Y ese sentimiento de seguridad es, precisamente, uno de los indicadores de que vamos por buen camino... de que avanzamos... de que vamos ganando la pelea.

Para analizar los componentes de la felicidad sin caer en especulaciones teóricas, desnudando mi alma compartiré parte de la historia de mi vida con Uds., cual seguramente no será muy diferente a la del común de los mortales.

Así, hablaré sobre las limitaciones, defectos, virtudes, sentimientos, sensaciones, sueños, metas y esperanzas inherentes al ser humano civilizado, de lo que estoy seguro que una sana comparación crítica que se hiciera cada uno de ustedes, la misma pudiera ofrecerles una óptica menos sesgada y más realista de sí mismos, diferente a aquella que hasta ahora puedan haber tenido de su propio yo, y por tanto más optimista de su propia personalidad, que de alguna manera en adelante pudiera permitirles una mejor comunicación interna y de lo que estoy persuadido es de vital importancia en el camino de encontrar la felicidad.



Lamentablemente, sobre el tema, desde niños es muy pobre la enseñanza que recibimos.

Debo señalar que en ese largo camino de mi vida siempre he tenido un maestro y guía integral, quien desde que tengo uso de razón ha sido mi maravilloso tutor y he seguido siempre, de cuyas enseñanzas debo todo lo bueno que he disfrutado, he dado a los demás o hecho por ellos; y que hoy, de la manera más entusiasta, como humilde aporte pretendo exponer a quienes, al leer estos renglones, tengan interés de ser mejores y con tal avance lograr disfrutar de una vida más feliz, para por tal estado espiritual y material, de alguna manera ser cada vez más útiles a sus semejantes.

Ese maravilloso ser, quien aquí estuvo con cuerpo, sentimientos de hombre y elevación de Dios, es el maestro Jesús de Nazareth, y de quien no tengo duda, una nanonésima parte mora en mi alma. El mismo que más de dos mil años atrás, con el lenguaje más sencillo pero elocuente, hasta esa época utilizado, supo llegar con su mensaje y enseñanzas a todos aquéllos que tuvieron la suerte de oírle, prolongándose hasta hoy para nunca más extinguirse, haciendo buena su advertencia: "El Cielo y la Tierra pasarán, pero mis palabras no pasarán".

Ese mismo maravilloso ser, que no contento con entregarnos la llave mágica del amor, nos dejó como su máxima heredad la perdurable esperanza de ser mejores, cuando desde lo más profundo de su corazón nos encomendó: "Sed perfectos como mi Padre es perfecto".

Finalmente, a fin de orientarles de la mejor manera sobre su contenido, les presento este libro redactado en tres Partes, cada una con características propias y particulares, no obstante que todo su contexto lleva la intención de motivar el mejoramiento personal del individuo, cual, como se dejará probado, es algo que está al alcance de todos sin requerir ninguna condición especial. Así tenemos que:

**La primera parte** trata ampliamente el tema de "La Felicidad", en su contexto general, definiéndola desde el punto de vista práctico como la máxima aspiración de todo individuo civilizado, demostrando como sí es posible lograr este estado especial y

avanzado, como una conjunción cuerpo-espíritu que únicamente requiere de la disposición para aplicar las herramientas apropiadas, ínsitas en su totalidad en cada ser humano y de ninguna manera dependen de factores únicamente de corte materialista, como son el poder, la riqueza y el conocimiento académico, los cuales pueden coadyuvar a crear condiciones beneficiosas a los estados de felicidad, pero de ninguna manera producirla por sí solos.

**La segunda parte** analiza de manera sencilla, pero cruda y testimonial como actor en este tipo de relación humana durante más de treinta y cinco años, el espinoso tema de la relación de "Pareja" como necesidad sentida de todo individuo en sociedad, escrutando aspectos importantes que la conforman, entre otros, su fragilidad desde el inicio de la relación hasta el mantenimiento permanente de la misma; su iniciación, sexualidad y permanencia. Abundando además sobre la importancia de prepararse en el ejercicio de la inmensa capacidad de amar y dar, de que dispone cada ser humano, como elementos fundamentales para el éxito de tal relación, cual lograda en su mejor sentido, traducirá en felicidad personal, continuación de la especie, y por ende en beneficio de la sociedad.

**La tercera parte** trata sobre algunos "Mitos y Paradigmas" que signan la vida del hombre en sociedad desde el día de su nacimiento hasta su muerte, y que en muchos casos por erráticos o falaces le afectan gravemente, convirtiéndose en obstáculos para su más rápida y fácil realización material y espiritual. Como producto, aporta una visión diferente sobre aspectos tan interesantes como la Fuerza de la Oración, el Poder Sanador del Perdón, el Respeto Reverencial a los Progenitores, la agradable etapa de Los Años Dorados. Y además establece la profunda diferencia práctica, con respecto a la Felicidad, entre el Conocimiento y la Sabiduría. Finalmente, determina la necesidad de revisar o aclarar cada uno de estos conceptos, en el camino de reinventarse en las actuaciones del día a día, cual conforma la vida cotidiana, para hacerla más comfortable, edificante, y sin lugar a dudas... más feliz.

Amaurí Castillo Rincón

---

Primera Parte

# LA FELICIDAD POSIBLE



“La felicidad es la meta de todos los esfuerzos humanos. Consecuentemente, la felicidad debe ser considerada como el objeto de la civilización”.

Oswald



# QUÉ ES LA FELICIDAD

En la intención de despejar cualquier terminología utilizada con ligereza que pudiera enturbiar la claridad de algunos conceptos estrechamente vinculados a *la felicidad*, procuraré demostrar que ésta no es de suyo parte integral del tan etiquetado “*éxito*”, porque tal término aislado dentro de su propia abstracción no tiene realmente ningún sentido práctico, sino que su real significación la adquiere cuando se aplica a un caso o situación particular y concreta. Lo que sucede es que *la felicidad* suele vincularse casi automáticamente al *éxito* en su sentido más general, cual a su vez como fenómeno social se considera de forma irreflexiva y casi de manera obligada, dependiente de la *riqueza* o *el poder*; términos éstos con significados completamente diferentes (*felicidad*, *riqueza*, *poder*). Cuales, aunque de alguna manera pudieren complementarse o ser coadyuvantes, no es obligante que se encuentren unidos o concurren juntos para constituir un estado de felicidad personal.

Vale decir, que para ser feliz no es indispensable ni siquiera necesario, ser rico o poderoso. Por oposición en contrario, se puede ser rico o poderoso sin ser feliz. En este mismo sentido, como concepción general ideal, aunque pareciera en el mundo de la realidad ser paradójicamente menos común, también se puede ser feliz siendo rico y poderoso.

De lo antes expuesto podemos deducir que la felicidad sí puede contener la riqueza y el poder, mas no tienen porque la riqueza y/o el poder, de manera obligatoria, contener a la felicidad. Cual es como decir que desde el punto de vista teleológico: la felicidad sería el

“*continente*”, siendo que la riqueza y el poder serían “*contenidos*”.

El éxito por su parte, quedaría en su justa entidad como un *adjetivo calificativo* aplicable individualmente a la felicidad, a la riqueza y/o al poder. Por tanto, no sería apropiado enunciar que una persona es *exitosa* sin indicar en qué o cuál es el evento al cual se califica. Así podremos decir con toda propiedad que alguien tiene *éxito en obtener felicidad* si nos referimos a una persona que es probadamente feliz, o que una persona tiene *éxito en adquirir riqueza o poder* si tal persona ha logrado obtener gran riqueza o poder. Con lo cual ha quedado despejado y aclarado que *felicidad, éxito, riqueza y poder*, son diferentes y que no es, de ninguna manera, obligatoria su vinculación.

Aclarado el punto anterior, es hora de comenzar a analizar la felicidad como un fenómeno humano, que como antes hemos enunciado es la máxima aspiración de todo ser racional civilizado. En tal sentido podemos decir que, logrado el fin principal cual es la felicidad y ubicados los elementos riqueza y poder desde el punto de vista espiritual en su justo lugar como aspectos secundarios, éstos pudiera ser que llegaren por añadidura en su debido momento.

En principio, para que una persona pueda lograr ese estado por todos deseado que conocemos como felicidad, se requiere autodeterminar a conciencia los recursos que para lograr tal fin Dios ubicó dentro de nosotros mismos, tomando la decisión de utilizarlos conforme a las propias y personales circunstancias de cada individuo, con absoluta independencia de cualquier interferencia externa.

El estado espiritual y físico de felicidad es un estadio avanzado del ser humano, que requiere, para mantener alguna permanencia, de un mínimo conocimiento de nuestro comportamiento interno completamente diferente al mecanismo de supervivencia física, el cual no requiere de ninguna preparación ni conocimiento especial porque simplemente responde al más elemental y primitivo instinto, como el principal mecanismo originario de defensa de todo ser humano, cual es el no morir: el aferrarse a la vida con el único fin de seguir existiendo, sin ninguna consideración de la calidad de la vida.

La felicidad como aspiración máxima del ser humano, lo es



precisamente porque al crear una unidad entre nuestro espíritu y las sensaciones físicas de nuestro cuerpo, nos genera un sentimiento de realización material y espiritual que representa la calidad de vida más acabada y reconfortante.

Pero, realmente, *¿qué es la felicidad?* En verdad, en orden de ser fiel a mi promesa de no entrar en especulaciones teóricas o de gran vuelo filosófico sobre el tema, debo comentarles que la definición del vocablo **felicidad** en principio no tiene una concepción universal. De hecho, cada autor la define según su propio criterio y creencias, por lo cual tomaremos una definición muy sencilla, elemental y concreta, perfectamente adaptable a nuestra personal concepción de ella.

Ahora bien, como quiera que pertenezco al grupo de las personas que piensan que la felicidad es fundamental, y si se quiere esencial en la vida del hombre, y que de hecho todo lo que aquí escribo está orientado a demostrar la posibilidad cierta del acceso de todos a ella, intentaré en lo adelante referir alguna definición de felicidad, que al mismo tiempo de ser muy sencilla abarque en muy pocas palabras tanto el sentido autónomo como pantónimo de la misma; lo cual no es precisamente lo que la mayoría de las personas, de manera ligera e irreflexiva estiman, conceptúan, esperan, aspiran o ambicionan.

En primer término, es difícil encontrar dos o más personas que coincidan en conceptuarla respecto de sus propios sentimientos y no de conceptos escolásticos. Esto es, que coincidan en qué es o en qué consiste realmente. Y esto, quizás, porque el concepto personal de felicidad va a depender de muchos factores tales como el nivel cultural, religión, ambiente y formación familiar, entre otros.

Mas, si queremos analizar con profundidad práctica, que no exclusivamente filosófica, deberemos partir de un concepto también de carácter práctico y vivencial, en el cual, sin estar ausente el indispensable componente filosófico, se centre en la actividad real diaria de la persona y sea asequible su comprensión a cualquier nivel cultural o ideológico.

En el sentido de lo antes expuesto utilizaré como marco referencial un concepto que pareciera muy frecuente, y si se quiere

trillado en su terminología, pero que a mi manera de ver el asunto puede adaptarse al pensamiento general de las personas, quienes acepten que como seres racionales estamos dotados de una parte material y otra parte inmaterial (espiritual). Vale decir, que estamos conformados por un cuerpo físico, pero también de un espíritu que vive dentro de él, cual es incorporeal.

Como consecuencia de ese binomio cuerpo-espíritu ya expuesto, toda nuestra actividad humana lo es de carácter finalista, y asimismo nuestro comportamiento va a ser regido por valores, esto es, por *grandes principios de la conducta individual y colectiva*.

Habida cuenta de lo ya expuesto, una definición sencilla podría ser el que la felicidad es: ***“El estado de realización material y espiritual del ser humano***. Esto es, un estado en el cual tanto lo físico como lo espiritual encuentran su satisfacción (realización). Como sería, por ejemplo, la sensación que nos produce la cohabitación con el ser amado.

En tal acto obtenemos la satisfacción física sensorial de nuestro cuerpo en el acoplamiento sexual, y también la satisfacción espiritual que nos produce los sentimientos de dar amor y la solidaridad que se involucran durante el mismo, cuales van a mantenerse más allá de la satisfacción temporal de la parte corporal o física. Ese conjunto maravilloso de sensaciones, nos permite realizarnos material y espiritualmente, lo cual nos sitúa –por disponer de los dos elementos: material e inmaterial– en el concepto antes expuesto de felicidad.

Esa conjunción corporal-espiritual va a mantenerse en todo estado de felicidad. No significa esto que no podamos obtener satisfacción física sin satisfacción espiritual, o satisfacción espiritual sin satisfacción física. No, de ninguna manera. Por ejemplo, si una persona sin ninguna compañía degusta un alimento gourmet en solitario, obtendrá satisfacción en la degustación física o corporal que percibe por sus mecanismos u órganos gustativos, pero hasta ahí llegará su satisfacción personal. Su satisfacción se quedará en lo únicamente físico, carecerá del elemento satisfacción espiritual.

En cambio, si esa misma persona degusta ese mismo alimento en compañía de la persona amada, obtendrá tanto la satisfacción física de la degustación del alimento como también la satisfacción espiritual

del sentimiento mágico de compartirlo con el ser amado.

En idéntica circunstancia se encontraría el productor de una uva especial, para producir un vino por mucho tiempo esperado, en el momento de tomar la primera copa de ese vino. En este caso, por ser para él muy especial este vino, obtendrá la satisfacción corporal de su paladar al degustarlo, pero además obtendrá la satisfacción espiritual que le brinda el hecho de haber logrado con su esfuerzo y dedicación, una meta por mucho tiempo por él esperada.

Como es muy claro en los ejemplos anteriores, cuando la persona obtiene la satisfacción material y espiritual, diremos con acierto que logró un momento de felicidad.

Conforme al concepto expuesto, debemos aceptar que no es fácil encontrar una persona que con toda cualidad nos pueda asegurar que nunca ha sido feliz, o que siempre lo ha sido. Esto nos lleva a concluir que la felicidad no es ni tiene porque ser, un sentimiento permanente. Como lo escribiera Pearl S. Buck: *“Muchas personas se pierden las pequeñas alegrías mientras aguardan la gran felicidad”*.

Si se quiere, la felicidad como sentimiento que invade nuestro ser no es más que una sucesión de momentos especialmente agradables, de vinculación corporal-espiritual. Seguramente algunas personas, quienes hayan alcanzado un gran crecimiento espiritual pudieren asegurar que experimentan una felicidad duradera o permanente. Pero el normal de los mortales tendrá momentos más o menos felices por mayor o menor espacio de tiempo, pero casi siempre serán temporales. En consecuencia, difícilmente conoceremos en nuestra vida personas permanentemente felices o permanentemente infelices.

Pudiera ser que lo conveniente sea aceptar que la felicidad, más allá del concepto ya analizado, desde el punto de vista de su temporalidad es una sucesión de eventos de la vivencia diaria de los seres humanos. Estas vivencias, dependiendo de nuestro estado de ánimo y disposición para aceptarlas, nos brindarán mayores o menores sensaciones agradables. Pero cuando en tales eventos concurren los elementos material e inmaterial de cuerpo y espíritu, entonces podremos decir con toda propiedad que nos producen

mayores o menores momentos de felicidad.

Pienso que de lo expuesto podemos concluir que, si como queda demostrado, para ser realmente felices requerimos de la vinculación obligada cuerpo-espíritu, ***la buena noticia es que al decidir si queremos o no ser felices, depende de nosotros y de nadie más, pues nuestro cuerpo y espíritu son una conjunción inseparable y milagrosa heredada de Dios, sobre la cual, en su conjunto, únicamente nosotros tenemos poder.***

Pienso asimismo que con el conocimiento obtenido derivado del análisis anterior, deberemos estar en capacidad de combinar o conectar lo que antes para nosotros fueron momentos independientes y diferentes los unos de los otros, tanto aquellos de placer físico como los de elevación espiritual. Esto es, en adelante, debemos preparar una estrategia personal e íntima que nos permita tal objetivo.

Así tendremos que, en todos los casos en que tengamos la oportunidad de disfrutar un placer físico, trataremos de identificarlo o vincularlo con su origen o consecuencia de carácter espiritual, a fin de hacerlo una unidad indisoluble físico-espiritual, y en tal sentido lograr más que un momento puramente de satisfacción física o espiritual, un momento de real felicidad.

Así, por ejemplo, cuando nos apetezca un alimento especial, digamos un postre, nos preguntaremos en qué medida puede contribuir con nuestra salud, crecimiento espiritual, o de qué manera nos ayudará a ser mejores. A tal fin estudiaremos su calidad y sus calorías, porque si dado que nuestro programa alimentario encaja dentro de nuestras sanas previsiones, el ingerirlo nos dará más vitalidad y mejorará nuestra salud para enfrentar cualquier reto diario, y de hecho: *“en cuerpo sano mente sana”*. Luego de tal decisión, al ingerir el alimento escogido, habremos logrado tanto la satisfacción física de la degustación del mismo, así como la satisfacción espiritual de hacer algo valioso y bueno por nuestro cuerpo, cual es el templo de Dios. Esta maravillosa conjunción cuerpo-espíritu nos producirá un momento de verdadera felicidad.

En este mismo orden de ideas, si por el contrario nos apetece fumarnos un habano, procederemos de la misma manera como

en el caso del postre y nos preguntaremos: ¿Beneficia nuestra salud y nuestro crecimiento espiritual? Para respondernos tal pregunta, echaremos mano de la vastísima información que almacenamos en nuestra mil millonésima reserva de neuronas cerebrales, cuales en nanonésimas de segundos chequearán y compararán toda la información recibida durante nuestra vida sobre los efectos beneficiosos, perjudiciales o perniciosos del tabaco sobre nuestro cuerpo físico, especialmente nuestra circulación de la sangre, pulmones, garganta y cerebro.

Seguramente, como resultado inmediato nos dará el que fumar tabaco es perjudicial para la circulación sanguínea, afecta gravemente los pulmones y la faringe, pero además disminuye y afecta de manera grave la actividad cerebral. Todo lo cual hará daño a nuestro cuerpo, atentando contra nuestras naturales defensas y haciéndonos aún más vulnerables a cualquier enfermedad y a todos los elementos negativos del medio ambiente.

Con tales resultados determinaremos que no se debe hacer algo que no nos va a hacer felices, ya que, derivado de tal información, no habrá ninguna duda que en tal acto no se contienen los dos elementos fundamentales que se requieren para que un evento sea feliz, como son los beneficios de carácter físico-espiritual.

Además, dada la información absolutamente negativa que conocemos, no debemos hacerlo porque no tenemos madera de suicidas y no conocemos que existe mucha investigación que nos informe que el exhalar humo de tabaco es nocivo para la salud, especialmente porque produce cáncer en los órganos vitales del ser humano.

Debemos, entonces, cuidar celosamente nuestro cuerpo, porque además de que lo amamos, es el templo de Dios.

También actuaremos de la misma manera en el trabajo, los estudios, las relaciones amistosas y familiares. En todas las oportunidades nos preguntaremos: ***¿Esta actividad que vamos a realizar, aportará algo que beneficie nuestro crecimiento espiritual?*** No debe haber ninguna actividad que realizada conscientemente sea para nuestro mal, sino por el contrario; no es lógico pensar que alguien va a estudiar, trabajar o relacionarse de alguna manera con otras

personas para hacerse daño; todas nuestras actividades diarias deben estar orientadas a nuestra satisfacción personal, ya las necesidades físicas, ya las espirituales.

De tal manera descubriremos con sumo agrado que todos nuestros actos conscientes, tanto con nosotros mismos como para con nuestros semejantes, pueden ser de alguna manera analizados y vinculados a esta forma de pensar y de ver la vida.

Descubriremos asimismo que es una operación mental por demás interesante, que nos permite ejercitar nuestras neuronas cerebrales de manera divertida y constante, aumentando nuestra capacidad de observación y análisis de las reacciones de los demás seres humanos, lo cual nos pondrá en mejor situación de ayudarnos y ayudarles.

En mi caso y con respecto de los alimentos, como quiera que soy esencialmente *sibarita* (amante del placer), siempre quise comer todo lo que me apetecía, lo cual me mantenía subido de peso. Desde que aplico esta técnica he mejorado increíblemente, habiendo llegado (y aún lo mantengo) a mi peso ideal.

Siempre que debo hacer algo me pregunto: ***¿Esto que hago es bueno para mí cuerpo? Y cómo afecta mi espíritu?*** Cuando mi respuesta es negativa, siento una fuerza especial que emerge dentro de mí para no hacerlo y ciertamente no lo hago, para sorpresa de mi entorno íntimo que bien me conoce, para ellos, esto es sorprendente y hablan de que tengo mucha "*fuerza de voluntad*". Para mí, tales eventos son muy satisfactorios porque mejoran la confianza en mí mismo, me hacen sentir que soy capaz de controlarme y por tanto que estoy creciendo espiritualmente.

Realmente es una satisfacción tan especial, que te deja ínsito el deseo de continuar haciéndolo. Creo que de alguna manera, es como esa reconfortante sensación que experimentamos cuando usamos una pieza de ropa que nos queda perfectamente ajustada al cuerpo, luego que por mucho tiempo no pudimos usarla por el sobrepeso ya superado. En el fondo, es la ratificación de que somos capaces de mejorar en todos los sentidos.

Especialmente por mi edad, aplico esta técnica a mi programa diario de ejercicios y a mi alimentación. Nunca hago nada que

concientemente pueda afectar mi cuerpo o mi tranquilidad espiritual. Para no correr el riesgo de equivocarme, preparo mi programa alimenticio sobre la base de la pregunta fundamental: **¿Es bueno para mi cuerpo tal o cual alimento?** Así he determinado que en mi caso particular, el pescado, las ensaladas con frutas secas y pasas, el aceite de oliva y el vino tinto, son mi dieta ideal. No obstante, los fines de semana me permito algunos “pecadillos” pero evitando a todo evento las carnes rojas.

En mis relaciones personales, desde las más formales con mis nuevos clientes, hasta las más informales con mi familia, también me pregunto: **¿Beneficia esta actividad mi crecimiento espiritual?** Si la respuesta interna es negativa, analizo dónde está el problema o cuál es el perjuicio o riesgo. Luego, establezco las correcciones necesarias y sólo la realizo cuando estoy consciente y seguro de que, de alguna manera, esa actividad contribuirá a mi crecimiento espiritual y al de mis semejantes.

Y es que, siempre, en toda actividad tenemos la oportunidad de crecer espiritualmente; de elevarnos por sobre nuestra propia naturaleza, aplicando nuestras reservas de amor, bondad, caridad, paciencia, ternura y comprensión, en una constante comunicación interpersonal. No tengo duda que la práctica constante de esta técnica, le hará descubrir cualidades que usted siempre ha tenido, pero que no había descubierto de manera significativa porque estaban dentro de usted como en estado de **“hibernación”**.

Esto es, que permanecían en su fuero interno, congeladas, esperando a que usted les diera uso. Y como todo lo que se dispone puede ser usado, en la medida en que usted más lo usa se hace más eficiente, al mismo tiempo usted adquiere más entrenamiento y en consecuencia mayor eficacia en su uso; al usted empezar a utilizarlas, *in crescendo*, las manejará con mayor soltura hasta que su uso se le haga un hábito.

Entre tales cualidades, quizás las más importantes lo son la observación, la reflexión y la meditación. La activación de estas cualidades aumentará rápida y ascendentemente la **“capacidad de análisis”** de todas y cada una de las situaciones que se le presenten, lo cual le hará aun más fácil y agradable la tarea de resolverlas.





“Mortales: sabed que habéis nacido para ser la personificación de la felicidad”.

A. Engelhard



# EL LOGRO DE LA FELICIDAD

En principio, para lograr la felicidad se requiere tranquilidad espiritual, lo cual de ninguna manera diré que sea cosa fácil. No. Si fuese muy fácil, la mayoría de los seres humanos poseerían tal virtud y no tengo duda que el mundo sería para todos mejor de lo que es hoy.

En la vida de los seres humanos, todas las cosas realmente buenas y permanentes requieren un esfuerzo para obtenerlas, y al no lograrlas inicialmente es normal experimentar un grado de desasosiego y frustración que paulatinamente crecerá o decrecerá, según sea la entidad de nuestro crecimiento espiritual. En el caso de personas con el firme y decidido propósito de avanzar en su consolidación, tal avance será significativo porque es inherente a todos los seres humanos, sin excepción, tener a mano algunas herramientas poderosas y efectivas como la fe en Dios y la fuerza de la oración, la esperanza, el amor por las demás personas, la compasión y la caridad.

En tal sentido, si somos de aquellas personas convencidas de que el esfuerzo produce resultados, y si se quiere por la existencia de los milagros, éstos siempre se nos darán en el momento apropiado para que superemos todos los escollos. Es por lo que pienso que para un estado de felicidad de mayor permanencia, es fundamental el crecimiento espiritual.

Por tanto, diremos que una persona es feliz cuando en su vida diaria se produzcan más momentos o eventos de satisfacción físico-espiritual, que aquéllos que únicamente le produzcan satisfacción física o espiritual, individualmente. Giorgio Bruno

escribió: *“Un espíritu universal vive en todas las cosas y no hay cosa por pequeña que sea que no contenga parte de esa Infinita Substancia”*.

Sobre la base de la definición anterior de la felicidad, considero muy difícil que una persona pueda tener capacidad de disfrutar de tal estado si no se encuentra conforme consigo misma; su espíritu se encontraría en desequilibrio o desarmonía, privándola de vivir momentos felices con un alto grado de permanencia o frecuencia.

Asimismo, estoy persuadido que aquél que tiene fe en la existencia de Dios nunca se sentirá solo. Por tanto, aquél que tenga más tranquilidad espiritual y un cuerpo más sano, tendrá más probabilidad de ser feliz que quien viva en estado de confusión o intranquilidad espiritual, con un cuerpo menos saludable.

Ciertamente, con respecto a nuestra felicidad, por depender ésta de nuestro nivel de tranquilidad espiritual, las otras personas sólo pueden aumentarla o disminuirla, hacerla mejor o peor; pero nunca será el amor, la atención o la compañía de otra persona exclusivamente, el núcleo de nuestra felicidad.

La felicidad es algo más complejo, por el hecho de que nace, crece y se extingue en los predios inexpugnables de nuestra propia alma, donde nadie más que nosotros mismos tenemos acceso. La felicidad, venturosamente nos pertenece de manera integral, porque Dios en su infinita misericordia la blindó a nuestro favor frente a cualquier fuerza externa, para que de tal manera siempre estuviese a nuestra disposición y alcance. La felicidad está ahí, dentro de nosotros mismos, en cada una de las moléculas que forman las células de nuestro cuerpo, en nuestra alma y en nuestro espíritu. Siempre esperando que le utilicemos.

Todos nuestros actos pueden producirnos felicidad, inclusive los que parecieran más elementales. Precisamente porque somos nosotros mismos y nadie más, quienes podemos decretar nuestra propia felicidad. No es extraño, por tanto, que cuando las lágrimas inundan nuestros ojos o ruedan por nuestras mejillas, sólo nosotros y nadie más conoce cuál es su origen o motivo. Igualmente, cuando reímos, sólo nosotros y nadie más conoce el motivo de este acto, que cuando es razonado es exclusivo del ser humano.

De la misma manera, nadie más que nosotros puede medir o determinar de manera exacta el nivel de nuestros sentimientos, tales como el amor, la alegría, la tristeza, la frustración, la rabia, la vergüenza o el dolor, por nombrar algunos. Por lo que, es sano recordar que: **NUESTRA FELICIDAD ES UNA SENSACIÓN ESPECIAL FÍSICO-ESPIRITUAL QUE DEPENDE ÚNICAMENTE DE NOSOTROS MISMOS.** Epicuro decía: *“No se puede llevar una vida feliz si no se es justo, juicioso y bueno; y no se puede ser justo, juicioso y bueno, sin ser feliz”.*

Con tales antecedentes procede preguntarnos: **¿PUEDE ALGUIEN HACERNOS FELICES?** Pues bien, en principio es posible que alguien contribuya de manera importante a producirnos momentos felices o hacer aún más felices algunos de nuestros actos; pero esto únicamente, en tanto y en cuanto nosotros personalmente estemos dispuestos a aceptarlo como parte fundamental de esa especial sensación que denominamos felicidad.

Ahondando en una respuesta apropiada y suficientemente motivada, deberé reflexionar sobre situaciones, cuales en muchos casos seguramente retratará situaciones personales de algunos de mis lectores, siendo posible que a éstos les haya sido más fácil que a mí superar los momentos más difíciles vividos, en búsqueda de la tan ansiada felicidad.

No obstante, pudiera ser que usted sea una de esas personas que logran entender fácilmente lo que para mí fue tan difícil, pero que al final descubrí: ***¡Que nadie puede hacernos felices o infelices si nosotros mismos no estamos dispuestos a serlo!*** Que los grandes secretos de la vida para lograr la felicidad son obvios y no requieren de formación humanística o científica especial para asimilarlos, porque están en eventos de nuestra vida diaria; y lo más interesante es que siempre han estado ahí porque se encuentran en nuestras vivencias, cuales jerarquizamos conforme a nuestro interés y estado de ánimo.

Ciertamente, con respecto a nuestra felicidad, las otras personas sólo pueden aumentarla o disminuirla, hacerla mejor o peor. ***Dependerá de nosotros y de nadie más, el poder convertir cualquier evento de nuestra vida diaria en un momento feliz, más feliz, o menos feliz.*** Será nuestra actitud frente a cada evento, y nuestra aptitud para

asimilarlo, lo que hará la diferencia en nuestras vivencias cotidianas. Será la seguridad en nosotros mismos, en nuestra capacidad de ser, hacernos y hacer felices a los demás, lo que determinará el rumbo de cada uno de nuestros momentos; éstos serán mejores o peores, en función de nuestra propia óptica sobre cada situación en particular.

De la misma manera, un evento puede sernos grato o ingrato, alegrarnos o entristecernos, frustrarnos o realizarnos, pero siempre, sin excepción ninguna, seremos nosotros mismos desde el fondo de nuestra alma, quienes ordenamos a nuestro cerebro cuál debe ser la actitud frente a cada una de las situaciones que se nos presentan. ***SI SOMOS CONSCIENTES DE ESTA REALIDAD, NO REQUERIREMOS DE NADIE PARA SER FELICES. NI NADIE, DE NINGUNA MANERA, PODRÁ HACERNOS INFELICES EN CONTRA DE NUESTRA PROPIA VOLUNTAD.***

“No os afanéis, pues, diciendo qué comeremos,  
o qué beberemos, o qué vestiremos. Porque  
vuestro Padre Celestial sabe que tenéis  
necesidad de todas esas cosas.”

San Mateo 6.31





# LA FELICIDAD Y LOS BIENES MATERIALES

La admonición de Ovidio cuando escribía: “*La abundancia me hizo pobre*”, me llevó a analizar la incidencia de los bienes materiales, y especialmente la riqueza, en cuanto a la felicidad. Por tanto, sin ánimo de adentrarme en el tema filosófico de los objetos ideales, debo observar que es evidente que nuestra vida, como especie única racional y pensante sobre la faz de la tierra, se desarrolla dentro de dos mundos de cosas: el mundo físico, también denominado material o de los objetos *tangibles*, y el mundo inmaterial o también denominado de los objetos *intangibles* o *ideales*.

En el primero, el de los objetos tangibles, nuestros sentidos conocidos perciben los objetos que nos rodean porque son físicos y por tanto, de alguna manera pueden ser detectados, percibidos o capturados por nuestros cinco sentidos, tales como las personas o los integrantes de los reinos vegetal y mineral.

En el segundo, el de los objetos intangibles o ideales, éstos no tienen una conformación física o material que nos permita captarlos o percibirlos con nuestros cinco sentidos. Tales son: los valores, el pensamiento, los estados de ánimo o sensaciones como la felicidad, el dolor o el amor, entre otros.

A la par de tales objetos, existen otros objetos con tangibilidad especial, cuales de alguna manera son perceptibles por algunos de nuestros sentidos y posibles de ser capturados por el hombre con un mínimo esfuerzo para servirse de ellos, como lo son, por ejemplo, la música, los olores y el aire. Algunos otros, posibles de ser detectados y/

o capturados por nuestros sentidos, tienen la especial característica de que el acceso a ellos es muy fácil, y al menos en el mundo civilizado a nivel general son de muy escaso valor monetario, como lo son, por ejemplo, los recursos agua y aire.

Desde el punto de vista del análisis de lo que más nos interesa como seres racionales civilizados, cual es ser felices, de suyo nos lleva a sentir la necesidad de ser útiles a los demás y compartir con ellos nuestros mejores momentos. En la búsqueda de la felicidad, se observa una gran confusión en el ser humano sobre el tema de la competencia por obtener con prioridad los objetos tangibles o intangibles, como elementos de mayor importancia para alcanzar ese importante fin.

Así tenemos que, analizando con objetividad los mismos, llegamos a dos interesantes conclusiones: primero, que son muy contados los objetos indispensables al ser humano para lograr su realización material y espiritual; y segundo, que tales contados objetos son totalmente intangibles y/o no escasos y, por tanto, para obtenerlos el ser humano no requiere de realizar mayores esfuerzos.

En la idea de ejemplarizar al respecto, comenzaremos por determinar que el bien máspreciado del hombre para mantenerse con vida lo es el *"aire"*, ya que sin él en los pulmones, no podríamos mantenernos vivos más de tres, cinco, o a lo sumo diez minutos, salvo unos minutos adicionales pero únicamente en aquellas personas que han sido entrenadas en la disciplina de la *"apnea"*. Cualquier otra persona normal, sin entrenamiento especial, en tales lapsos, moriría sin remedio por falta de aire que le produce el oxígeno vital, o con mucha suerte si no muere, quedaría por siempre descerebrada.

Pues bien, ese indispensable recurso para mantenernos vivos, denominado *"aire"*, lo encontramos sobre la faz del planeta, en todas partes, y no requiere otro esfuerzo que el de inhalarlo. Tampoco nada se requiere erogar económicamente para obtenerlo en su forma natural, precisamente porque se trata de un recurso que, al menos desde el punto de vista práctico para su captura por el hombre, es un objeto prácticamente *"especialmente intangible"*.

En segundo término, el otro elemento fundamental para nuestra vida física, lo es el agua, de la cual en el setenta y cinco por ciento está constituido el globo terráqueo. Por tanto, para nadie es desconocido que el recurso agua es muy fácil de lograr para nuestra subsistencia; requiere un mínimo de esfuerzo y la erogación económica para obtenerlo es muy baja.

En este mismo orden de ideas, otro objeto absolutamente "*intangible*" sin el cual el hombre civilizado, como especie gregaria dotado de un cuerpo y un espíritu, no podría realizarse material y espiritualmente, lo es *el amor*, sobre la base cierta de que, es la unión de un hombre y una mujer lo que da continuación a nuestra especie. Y sin que exista ninguna duda, el amor es "*intangible*" por cuanto no podemos percibirlo o detectarlo con ninguno de nuestros cinco sentidos.

El amor sólo podemos percibirlo en nuestra alma, precisamente por su intangibilidad. No obstante, siendo el amor la maravillosa fuerza que mueve el mundo, y sin el cual la vida del hombre civilizado no tiene razón de ser, éste está a nuestro alcance cuándo y cómo lo deseemos sin realizar ningún esfuerzo, ni tampoco tener que erogar por él ninguna contraprestación de carácter económico.

Ciertamente, si pudiésemos establecer alguna compensación por el amor que recibimos, no sería otro que el mismo amor. En una de sus grandes inspiraciones, en menos de dos renglones, el inolvidable Máximo Gorki nos dejó una verdad tan grande como un templo, cuando expresó: "*Procura amar mientras vivas: en el mundo no se ha encontrado nada mejor*".

Luego de tales reflexiones observamos que nuestra especie, en el avance de su desarrollo, por su condición de *homo economicus*, inicia desde muy temprana edad una lucha desesperada por lograr los bienes "*materiales*" o "*tangibles*", con la errada creencia de que son este tipo de bienes son los más importantes para procurarse la felicidad. En ese camino tortuoso e interminable de acumular bienes materiales, el hombre va dejando sus mayores esfuerzos, y con ello sus mejores días.

Así, la mayoría de las personas cuando hablan del éxito, de forma automática lo relacionan con la riqueza que no es otra cosa

que atesorar bienes materiales, los cuales en muchos casos pudiera ser que al final quien posea todos los deseados, se encuentre con la triste realidad de no tener un ser amado con quien compartirlos. Ahora bien, al atesorar la mayor cantidad posible de bienes materiales, el hombre en esa misma proporción va restando importancia a los bienes "*intangibles*", cuales como ha quedado explicado, son los que menor esfuerzo requieren para servirse de ellos y los únicos que pueden llenar nuestros vacíos espirituales.

Es la paradoja terrible de muchas personas, aquella de agotar su vida realizando los mayores esfuerzos, dejando en el camino juventud, salud y vitalidad, para lograr bienes materiales escasos y de alto valor económico, pero que de ninguna manera, por sí solos, como ya ha quedado explicado, pueden hacer su felicidad.

En cambio, aquéllas personas que entienden la importancia de cultivar los objetos "*intangibles o especialmente intangibles*" y por tanto no escasos y de casi ningún valor económico, dando su justo valor de "*complementarios*" a los bienes materiales o tangibles, sin mayor esfuerzo logran encontrar la felicidad. Estas personas están seguras de que si tienen amor en su corazón cual es un bien *intangible* insustituible, todo lo demás para subsistir, por representar bienes materiales será fácil de lograr y llegará por añadidura.

De hecho, como quedó anotado, para procurarse los tres elementos indispensables para subsistir en el mundo físico y civilizado, cuales son el aire, el agua y el amor, el hombre no requiere erogación de recursos económicos abundantes, porque se encuentran de alguna manera al alcance del ser humano, hasta en las regiones más remotas del globo terráqueo.

Tal es el desconocimiento del ser humano civilizado respecto al valor real los objetos materiales o ideales para producir felicidad, que suele él mismo producir situaciones realmente aberrantes pero no menos comunes. Así tenemos que, en esta época cuando la corrupción económica es casi una constante en la mayoría de la actividad de la sociedad organizada, al analizar los volúmenes en cifras económicas de los diferentes negociados ilegales que a diario aparecen en los medios masivos de comunicación social, observamos que ninguna de las personas involucradas, independientemente de

su raza, sexo, credo, o posición, de alguna manera requerían de tales enormes cantidades de dinero para satisfacer sus necesidades primarias o básicas de subsistencia.

La constante principal en los casos de corrupción económica, es que la motivación fundamental para realizar tales actos lo fue *la de acumular más riquezas a las que ya poseían*, sin importar si éstas nunca llegaren a serle necesarias o indispensables, y sin considerar ni tener ningún reparo en el daño que a conciencia producirían a otras personas para las cuales la sociedad había destinado tales recursos, necesarios para satisfacer sus más elementales necesidades de sobrevivencia, y en algunos casos inclusive para adquirir suministros y medicinas que les hubieren permitido mantener o salvar sus vidas.

De hecho, no he conocido ningún caso de corrupción en los dineros públicos o privados, en el cual quienes incurrieron en tales actos lo hubiesen hecho motivados porque tales recursos obtenidos indebidamente le fueren indispensables para sobrevivir. Sin lugar a dudas, estas personas antes de cometer tan deleznable actos, no llegaron a preguntarse cuáles eran los objetos necesarios para lograr su felicidad, o si de alguna manera acumular mayores riquezas sería la solución a su problema vivencial. Si lo hubiesen hecho, seguramente habrían descubierto que los bienes para satisfacer las necesidades básicas de un ser humano son limitados, que no se requiere de grandes riquezas para sentirse bien y menos aún para ser feliz.

Pienso también que si estas personas corruptas hubiesen analizado el límite y temporalidad de la satisfacción de las necesidades primarias del hombre en sociedad, que a los seres humanos ofrecen los bienes materiales, las mismas se hubiesen visto obligadas también a reflexionar sobre el valor real de los bienes intangibles en la satisfacción de tales necesidades. De haberlo hecho, habrían descubierto que los recursos indispensables para mantenerse vivo como lo son el aire o el agua, y el dar o recibir amor, para obtenerlos no requería disponer de ninguna riqueza especial. Habrían descubierto además que la lealtad, la amistad, la integridad y otros valores fundamentales que hacen la vida del hombre más agradable, reconfortante y segura, también son objetos intangibles, cuales no

pueden adquirirse con bienes materiales sino que, por el contrario, en muchos casos la abundancia de tales recursos y poder, suelen de alguna manera alejarnos de ellos.

Creo que si las desventuradas personas a quienes me he referido, hubiesen tenido el conocimiento suficiente sobre la importancia de los bienes intangibles en la vida del hombre, nunca hubiesen ensuciado sus manos y contaminado su alma procurándose bienes materiales a los cuales no tenían derecho, dañando de paso a aquéllos a quienes sí correspondía por ley y en justicia tales bienes.

La sola intención de acumular riquezas, en razón de la propia limitación para satisfacer necesidades particulares, no puede hacer más que de manera temporal producir un sentimiento malsano de poder o abundancia desmedida que no aporta nada especial o definitivo en beneficio del logro de la felicidad.

No tengo la menor duda que si estas personas hubiesen reflexionado sobre el hecho cierto de que los recursos ya anotados, abundantes e indispensables para nuestra realización espiritual y material, nuestro Padre Celestial los puso a nuestro alcance sin mayor esfuerzo y prácticamente sin costo alguno, seguramente nunca hubiesen perdido la perspectiva de la realidad en cuanto a cuáles eran los necesarios para ser felices.

Entonces, surge la pregunta obligada: *¿Porqué las personas intuyen que es la riqueza lo que les puede proporcionar la felicidad? Realmente, ¿qué los lleva a darle más valor a lo material que a lo inmaterial?* Sin olvidar que cada ser humano por sí solo es una individualidad y en consecuencia responde a íntimas y personales motivaciones, de lo cual es aventurado generalizar, pienso que las dos preguntas anteriores que nos hemos formulado van muy bien concatenadas. En primer lugar, la gran mayoría de las personas, en su diaria lucha por subsistir, no han recibido ni se han preocupado por obtener ninguna enseñanza o formación de tipo espiritual, lo cual de alguna manera les hubiere podido demostrar la importancia de los bienes inmateriales o intangibles.

En segundo lugar, esas personas sufren todos los días carencias de tipo material y espiritual, pero su mayor esfuerzo lo dedican a tratar de solucionar las de tipo material. En tercer lugar, es un

paradigma errado pero muy divulgado, aquél de que la riqueza produce todo tipo de bienes y, en consecuencia, ellos presumen que logrando la riqueza y solucionando no sólo sus carencias materiales de supervivencia, sino además obteniendo un superávit económico para producirse más bienes materiales, simplemente al tenerlo todo, dentro de ese “todo” estaría incluida **la felicidad**.

***¿Diremos entonces que es un problema de formación familiar, de educación, o quizás de religión?*** No, pienso que no. Sin que se pueda excluir la influencia que cada uno de estos aspectos de alguna manera puedan tener sobre el mayor o menor nivel del problema, creo que la raíz del asunto está en la conciencia, en el pensamiento, en el comportamiento, en el cerebro de cada individuo.

Así, he conocido personas ignorantes del conocimiento científico o, de alguna manera académico, quienes careciendo de muchos bienes materiales son realmente felices. Cuando de la manera más respetuosa he hablado con ellos sobre sus carencias materiales, siempre me emitieron criterios como éstos: *“Dios me da más de lo que necesito, por lo tanto no requiero nada más”... “Tengo amor en mi corazón, todo lo demás me lo da Dios todos los días”... “Creo que Dios sabe lo que necesito, Él me lo provee en cada oportunidad”... “Tengo una esposa y dos hijos, yo los amo y ellos me aman y nos bastamos con lo que producimos”... “Soy soltero, trabajo y estudio duro, seguramente en el futuro tendré todo lo que necesite”...*

En oportunidades he tratado con este tipo de personas el tema de la felicidad y les he preguntado si son felices. En su mayoría me han dicho que sí, que lo son con la vida que llevan, que al menos para ser felices no requieren tener mayor abundancia de bienes materiales.

En una oportunidad, una de estas personas arriba señaladas me dijo algo simple pero muy reconfortante: ***“Soy feliz porque tengo amor en mi corazón, todo lo demás está aquí en la naturaleza, yo trabajo y sé que Dios siempre me lo proveerá”.***

Como puede observarse, a este tipo de personas nadie les ha enseñado especialmente estas cosas. Ellos simplemente “*piensan*” que esto es así, lo intuyen, lo tienen en su conciencia, están

convencidos, no tienen dudas, simplemente: **tienen fe**. Y todo ello no es más que una “operación mental”, porque es allí en nuestro pensamiento, en nuestro intelecto, donde nace y se desarrolla nuestra razón, nuestra voluntad.

Estas personas tienen carencias materiales, pero están satisfechas con lo que tienen, con su vida; no requieren más, tienen lo suficiente para su vida material, porque no tienen vacíos espirituales. Son felices porque tienen amor en su corazón, en su alma. Por eso no creen que sea fundamental atesorar riquezas o abundantes bienes materiales, más allá de los necesarios que ellos poseen. Quizás, porque ellos intuyen que la riqueza o la abundancia, por sí solas, no los pueden hacer más felices.

Para ellos lo importante, si se quiere, lo indispensable para ser felices, es blindarse contra esos vacíos que no puedan ser satisfechos con bienes materiales, como son aquellos que se producen por la ausencia del amor, la armonía, la familia, la amistad, la lealtad, la tranquilidad espiritual, la fe en Dios.

En ese mundo de felicidad en que ellos viven, donde lo espiritual es fundamental, los bienes materiales son complementarios; capaces de producir mayor bienestar o confort, pero nunca suficientes por ellos mismos para satisfacer integralmente los sentimientos y necesidades más sentidas de un ser humano, como el amor o la felicidad.

De ninguna manera, por mi exposición, debe alguien pensar que estimo que algunos dones que Dios nos proporciona, como serían las riquezas y el poder, sean de alguna manera desechables o indeseables. No, definitivamente. Yo pienso que bien utilizados son positivos y pueden hacer mejor nuestra vida y la de nuestros semejantes. Obsérvese que los he condicionado a ser “bien utilizados”. De hecho, la historia del mundo ha conocido muchos casos de personas muy ricas y poderosas, quienes por su filantropía, con su riqueza hicieron importantes aportes a la medicina, la cultura, el deporte y, en general, al bienestar de la humanidad.

Sin embargo, dependerá de su buena utilización y no del volumen o entidad de la riqueza o el poder en sí mismos, el que sean beneficiosos o perjudiciales. Por tanto, va a depender del nivel



de nuestra fortaleza espiritual, el que los beneficios materiales que nos producen el poder y la riqueza, no nos desvíen de nuestra concepción o convencimiento de que lo espiritual o intangible, es fundamental para lograr la felicidad. Por tanto, no me canso de repetir: ***“Bendito Dios que nos dio la capacidad de acceder sin mayor esfuerzo a los objetos intangibles, porque son ellos primordialmente, y no los objetos tangibles o materiales y escasos, cuales son indispensables para lograr nuestra felicidad”***.

Muchas son las oportunidades que Dios me ha dado de conocer personas felices, poseedoras de pocas riquezas materiales, quienes viven con lo esencial para satisfacer sus necesidades personales, pero son ricos en sabiduría. Ninguno de ellos ambicionaba más riqueza que aquélla que satisficiera sus necesidades; si se quiere, en vez de anhelarla, sienten recelo por la mucha abundancia, por no decir que le temen. Ellos no quieren nada que los perturbe, porque viven en estado de tranquilidad espiritual. Están seguros de que todo está bien hoy, e igualmente lo estará mañana.... si es que llega. Pero si no llegare, ellos vivieron intensamente el hoy.

Si de algo le sirve al lector, le contaré que en el pensamiento o filosofía de la vida de este tipo de personas encontré algunas coincidencias, las cuales quiero compartir con usted, porque a mí personalmente me ayudaron grandemente en mi crecimiento espiritual, en la búsqueda de los elementos fundamentales para ser feliz. No tengo duda que usted, quien también aspira a ser feliz, podrá servirse de su conocimiento, donde las coincidencias más destacadas son:

- Todos creen en la existencia de Dios como ser omnipotente y omnipresente.
- Todos practican y creen en la fuerza y el poder de la oración.
- Todos consideran el amor como la necesidad más sentida del ser humano.
- Todos practican alguna religión y piensan que ninguna es mala si tiene como norte el bien común.
- Todos creen que Dios provee a sus hijos la satisfacción de todas sus necesidades.
- Todos creen que la riqueza y el poder no son fundamentales para la felicidad, sino complementarios.

- Todos creen que el estado ideal del ser humano lo es en pareja.
- Todos creen que la base fundamental para el desarrollo del ser humano lo es la familia.
- Todos piensan que la relación sexual en pareja, no sólo es conveniente y necesaria sino que es bendita por Dios.
- Todos piensan que los tres elementos más importantes en la vida del hombre son: la salud, el amor y la tranquilidad espiritual.
- Todos piensan que los niños y los ancianos deben recibir atención especial.
- Todos creen que no existe pecado sin intención.
- Todos creen que el perdón beneficia más a quien lo da, que a quien lo recibe.
- Todos creen que el temor es el peor enemigo del hombre.
- Todos creen que la venganza no es de los hombres, sino de Dios.
- Todos aman a los animales y piensan que debe preservarse el medio ambiente.

Sinceramente, estoy persuadido de que estas coincidencias son algo más que eso. Pienso que estas personas, conscientes o no, han construido un modo de vida sobre la base de estas creencias. Con este catálogo como base de su vida, han logrado convencerse de que tienen lo indispensable, que Dios en su infinita misericordia los blindó contra los mayores enemigos del ser humano civilizado: el temor, la falta de fe, la desesperanza, la indiferencia afectiva, la exagerada ambición, la envidia, la codicia.

Entonces, yo me pregunto: *¿Porqué no terminamos de entender que, todo esto de lo cual estas personas disponen, Dios lo ha puesto al alcance de nuestras manos y que sólo requerimos alargarnos para tomarlo? **SÓLO SE REQUIERE UNA OPERACIÓN MENTAL PARA ACEPTARLO. SÓLO SE REQUIERE UNA DECISIÓN FIRME: LO HARÉ AHORA... DE INMEDIATO, Y NO MAÑANA.***

No escuches a los mediocres que te dicen ¡No se puede!  
No escuches a los cobardes que te dicen ¡No te arriesgues!  
No escuches a los mezquinos que te dicen ¡Yo no creo!  
No escuches a los ociosos que te dicen ¡No trabajes!  
Ni escuches a los fracasados que te dicen ¡No lo intentes!

Suryavan Solar



# LA FELICIDAD Y LA SUPERACIÓN PERSONAL

**¿** *Que cómo influye la superación personal en el logro de la felicidad?* Éste es un tema digno de ser analizado con toda seriedad y de la manera más cuidadosa. En el ser humano civilizado, especialmente aquél que nace y se forma en los grandes centros urbanos, la idea de la superación personal es una constante pero su logro se ve desviado por el hecho de que la sociedad en donde crece y se desarrolla, sus paradigmas lo llevan a intentar por sobre todas las cosas, superar a las demás personas antes que intentar superarse a sí mismo.

Así, desde niños, por lo general tanto en nuestro hogar como en los centros educacionales en los cuales nos forman, la competencia es la meta. La lucha a la cual somos impulsados, es la de, a como dé lugar, superar a nuestro semejantes. Poco importa lo que íntimamente pensemos sobre nuestro papel dentro del conglomerado humano, sobre nuestras especiales e innatas capacidades o de nuestras limitaciones. Lo importante es superar a los demás.

En esa carrera desesperada por superar a otras personas, vamos atesorando nuestra propia insatisfacción, sin darnos la oportunidad de preguntarnos cuál sería el nivel de nuestro avance si en vez de perseguir superar las metas de los demás, nos esforzáramos todos los días en lograr las propias y superarlas. Esto es, eliminar nuestros malos hábitos, cultivar la templanza, la armonía, la ecuanimidad, la compasión y, sobre todo, como prioridad de todas nuestras actuaciones, exigirnos todos los días un poco más de lo que dimos el día anterior en el camino de lograr nuestros propósitos. De hacerlo,

seguramente descubriríamos cuán inmensa es nuestra capacidad de mejorarnos en todos los sentidos, cual es más importante que alcanzar o superar el record o la meta de otros. También descubriríamos cuán reconfortante es plantearnos y lograr superar nuestras propias metas, planificando, preparando y realizando la arquitectura de nuestro propio destino sin importar la velocidad o el éxito que obtengan las otras personas. Entre otros aspectos, porque somos seres individuales, con características propias e intrínsecas, imbuidos de una carga genética especialmente nuestra e indivisible, cual nos hace seres maravillosamente especiales, incomparables e inigualables.

Así, a título de ejemplo, nuestra individualidad nos asegura que nadie, nunca, podrá ver los colores exactamente como nosotros los vemos; ni nadie, nunca, en ningún evento o situación, podrá tener alguna sensación o reacción exactamente igual a la nuestra. Quizás alguien pueda llegar a tener sensaciones o reacciones muy parecidas, comparables, pero jamás idénticas a las nuestras.

Cuando acertadamente tomamos la opción de superarnos a nosotros mismos, con prioridad a considerar si superamos o no a los demás, crecemos en nuestro desarrollo espiritual. La satisfacción de advertir que estamos mejorando en nuestros propósitos, nos llena de invaluable fuerza espiritual y confianza, nos hace amarnos más y en consecuencia amar más a las otras personas, disfrutando más la vida, por sentirnos más útiles cada día.

Esa confianza en que todos los días logramos aumentar nuestra capacidad de ser mejores, nos aleja de enemigos tan peligrosos para nuestra tranquilidad, como son: la envidia, la frustración, la insatisfacción, la competencia imperfecta y desmedida, y hasta el odio. Nos aleja de la insania de lograr metas por superar a otros, sin estar claros en cuál es el beneficio-objetivo que obtenemos para nosotros mismos o para nuestros semejantes.

Ese sentimiento de que estamos avanzando a paso seguro, superando cada una de nuestras deficiencias y haciendo menores nuestras propias limitaciones, de que cada nuevo día somos mejores, nos lleva a entender mejor a las personas que nos rodean, a sobrellevar su incomprensión, a tener caridad por su

comportamiento, y ayudarles de alguna manera a superar su propia infelicidad. Nos convence de que, en la misma medida en que ayudamos a otros a crecer, en esa misma medida nosotros, personalmente, aumentamos nuestro bagaje espiritual, convenciéndonos de que: **LO MÁS IMPORTANTE PARA UN SER HUMANO NO ES SUPERAR A LOS DEMÁS. LO ES SUPERARSE A SÍ MISMO, PORQUE CUANDO ESTO SE LOGRA, ASCENDEMOS EN LA ESCALA HACIA UN MAYOR CRECIMIENTO ESPIRITUAL.**

Usted se estará preguntando si existe un secreto o una fórmula especial para lograr el crecimiento espiritual. Yo puedo decirle sin temor a equivocarme, que no existe ninguna fórmula mágica para avanzar en este logro. Ciertamente, no se trata de fórmulas especiales. Si existe algún secreto lo es muy sencillo: se trata de la utilización apropiada de herramientas, por cierto siempre disponibles y sin ningún costo a nuestro alcance, las cuales como todas las cosas trascendentes en la vida de los seres humanos, son absolutamente intangibles, esto es, que no pueden detectarse físicamente o de manera tangible, no existen en el mundo de las cosas materiales. En mi experiencia, las más eficientes de esas herramientas lo han sido: el amor, la comprensión, la paciencia, la fe en Dios que conlleva la esperanza, y la fuerza de la oración. En mi caso, como quiera que soy un convencido de la existencia de los milagros, con tales herramientas éstos siempre se me dieron y así, con un crecimiento espiritual lento, pero continuo, he logrado superar mi tendencia a creer sólo en las soluciones materiales.

De esta manera pude comprobar que las únicas soluciones permanentes a nuestros problemas internos y que afectan positivamente lo externo, lo son aquéllas de carácter espiritual.

Debo observar que he hecho énfasis en que las herramientas señaladas son, a mi manera de ver el asunto, las más *eficientes* que no las únicas, u otras que lo sean complementarias, como aquellas constituidas por planes, programas o estrategias para un mejor desarrollo.

Así, por ejemplo, en orden de las cosas inmateriales, estará en mejor capacidad de tener tranquilidad espiritual quien ame y procure la convivencia pacífica, que aquél que procure o incite al

odio, a la guerra. De la misma manera, respecto de las cosas materiales, estará más propenso a obtener tranquilidad espiritual quien mantenga una alimentación balanceada y sin hábitos malsanos, lo cual le producirá una buena salud y un buen peso, que aquél que por glotón come más de lo debido, fuma y bebe licores en exceso, por lo cual se verá expuesto a afrontar enfermedades, mantendrá un sobrepeso permanente y embotado su cerebro, amén de lo antiestético y la preocupación también permanente en que vive por consecuencia de sus excesos.

En este mismo sentido, estará en mejor capacidad de obtener tranquilidad espiritual aquél que por razón de sus estudios, formación, dedicación y responsabilidad en su trabajo, mantiene una mejor situación económica, cual no solamente le permite satisfacer sus necesidades indispensables de vida en sociedad, sino además regalarse adicionales placeres, que aquél que por causa de su desidia, falta de estudios, negligencia, impericia e irresponsabilidad en su trabajo, mantiene una situación económica de permanente déficit, haciendo insuficientes sus ingresos para satisfacer sus necesidades básicas y las de su familia.

El crecimiento espiritual nos hace proclives a dar más de lo habitual. Sobre todo de dar algo, de lo cual no se puede disponer si no se tiene; por tanto, si tenemos nuestro espíritu tranquilo, respiramos paz, bonanza, energía positiva, eso podemos dar. No conozco hasta ahora, ni he tenido noticias, de que exista algún expendio o negocio que venda, arriende o permute ninguno de estos tres elementos tan beneficiosos a la vida del hombre. Estas maravillosas condiciones humanas no están en el mercado de los bienes y servicios. Por lo tanto tampoco tienen precio o posibilidad de valoración económica. Precisamente, porque dependen únicamente de nosotros mismos. Pero no podemos *captarlos* o *percibirlos* y ponerlos a nuestro servicio, sino los intuimos como algo de lo cual podemos disponer únicamente con la intención de hacerlos funcionar. Es allí donde quienes han logrado crecimiento espiritual, les pueden ser muy útiles. Es inherente al ser humano difundir las buenas noticias.

Pues bien, ése es nuestro compromiso: difundir la certeza de que es posible lograr la tranquilidad y crecimiento espiritual, si somos capaces de disponernos a darles justo valor tanto a las cosas



inmateriales como a las materiales, y a ubicarlas en el justo sitio que a cada una corresponde conforme a la escala de nuestros valores personales fundamentales.

En este camino aprenderemos a cultivar los sentimientos nobles, virtudes y valores, poniéndoles en función de aquietar nuestra alma, controlar nuestras ambiciones, y aceptar la vida con sus altibajos diarios más que como un reto que debemos superar, como el más preciado regalo que recibimos de Dios.

En todo caso, hoy no tengo ninguna duda de que si logramos crecimiento espiritual constante, todos los días será más fácil vencer nuestros malos hábitos, cuales han contribuido a demorar ese avance en la meta de ser todo los días mejores, superándonos a nosotros mismos, como lo son la inconstancia, la maledicencia, la pereza, la desidia, la intemperancia; el juzgar y censurar ligeramente a nuestros semejantes.

El resultado de superarnos a nosotros mismos derivará en un mayor crecimiento espiritual, y su consecuencia objetiva en nuestra vida cotidiana, lo será el aumentar nuestro amor y compasión hacia nosotros mismos y nuestros semejantes, ser más optimistas, positivos y perseverantes en nuestras actividades, ser constantes en la búsqueda de nuestros propósitos, controlar mejor nuestras emociones para entender mejor a nuestros semejantes; valorar la importancia de los inconvenientes y problemas que nos ofrece nuestra vida diaria, porque son ellos los que nos impulsan a buscar, encontrar o crear apropiadas soluciones; aceptar el dolor como maestro, porque sin él no aprenderíamos el valor del bienestar.

No debemos olvidar bajo ninguna circunstancia, el maravilloso mensaje que nos dejó el siempre respetuoso y cariñosamente recordado Don Miguel de Unamuno, cuando aconsejó: *“Jamás desesperes, aún estando en las mas sombrías aflicciones, pues de las nubes negras cae agua limpia y fecundante”*. Por tanto, **SI ESTAMOS ESPIRITUALMENTE TRANQUILOS, NADA NI NADIE PODRÁ DE MANERA GRAVE O PERMANENTE, PERTURBAR NUESTRO ESTADO DE FELICIDAD.**



“Todo lo que requiere nuestra naturaleza, es al mismo tiempo agradable y fácil de adquirir”.

Epicuro



# LOS RIESGOS DEL PODER Y LA RIQUEZA

A riesgo de que me tilden de promotor de la mediocridad, tocaré un tema a veces desagradable para algunas personas. Sin embargo, creo que vale la pena comentarlo, porque si a una sola persona logro motivar y de tal manera contribuir a aumentar su potencial para ser feliz, sentiré que valió la pena. Se trata de *los riesgos del mucho poder y la riqueza*.

Sin que mi disertación de alguna manera pretenda expresar que la riqueza o el poder, debidamente valorados en sí mismos y apropiadamente aplicados a la vida diaria de los seres humanos sean indeseables, sí debo advertir a mis lectores que sobrevalorados o permitido que nos hagan excluyentes, pueden provocarnos funestos resultados personales. Pienso que fue esto y nada más, lo que Jesús quiso dejarnos como mensaje cuando expresó: *“Es más difícil que un camello entre por el hueco de una aguja, que un rico entre en el reino de los cielos”*.

En el mismo sentido, a título de advertencia, Jesús enseñaba: *“Donde esté tu tesoro, allí estará tu corazón”*... Sin lugar a dudas, haciendo la aclaratoria de que Jesús equipara el término *“los cielos”*, a una situación personal del individuo: la tranquilidad espiritual, pero de ninguna manera algún sitio especial, sobre la tierra o fuera de ésta. En esa misma onda y con esa sapiencia que lo hizo inolvidable, ese anciano bonachón que se llamó Benjamín Franklin nos dejó un gran consejo cuando sugirió: *“No cambies la salud por la riqueza, ni la libertad por el poder”*.

Creo que la mayoría de mis lectores, alguna vez habrán oído de boca de personas muy ricas, expresiones como éstas: *"Daría todo lo que tengo por vivir más tranquilo"...* *"Utilicé los mejores años de mi vida para hacer una fortuna que hoy no me deja vivir tranquilo"...* *"Dios: mis hijos me tratan como un extraño y no entienden que todo lo hice por ellos"*. Quizás, porque **no hay desgracia mayor que haber obtenido el poder y la riqueza, pero al final no tener con quién compartirlo.**

Así tenemos que, personas de gran fortuna o mucho poder político, disfrutan de menos tranquilidad y son menos felices que sus servidores o empleados. Los primeros, quienes poseen gran riqueza y poder, en un elevado número dedican la mayor parte de su tiempo a cuidar y/o aumentar su riqueza o poder, sin percatarse de que en el camino se quedan su vitalidad, su salud, sus mejores años, y muchas veces sus mejores afectos.

En ese largo y atareado camino por aumentar su riqueza y/o poder, al obtenerlo en grandes cantidades pierden la capacidad de disfrutar del maravilloso mundo de las cosas sencillas. Ya no tienen tiempo para ver una puesta de sol sobre el mar o contemplar en primavera el brote de las hojas, o los capullos de las flores; ya no es importante el canto de los pájaros, o la ardillita en el parque parada en sus dos patas frotando sus manos... como tan felices los hacía cuando eran personas comunes y corrientes.

Estos personajes poderosos y adinerados, casi siempre envejecen dando su mayor atención e importancia a su poder y riqueza, desconfiando de todos aquéllos que conforman su entorno de trabajo o actividad, mientras los hijos crecen y, tanto ellos como su cónyuge, poco a poco se van convirtiendo en algo *menos importante* para ellos; prácticamente en personas ocasionales y extrañas, a quienes todas sus necesidades les provee, pero con los cuales, sólo cuando queda tiempo, esporádicamente comparten su intimidad y emociones.

Como consecuencia, estos relegados llenan ese vacío afectivo con actividades diversas con otros familiares, amigos, vecinos, compañeros de estudio o trabajo, con quienes llegan a tener su mayor intimidad.

Al final, con el transcurso del tiempo, en su entorno más íntimo lo que debió ser un afecto reconfortante y recíproco, dinámico, solidario, hermoso, de todos los días, se convierte *in crescendo* en desamor, indiferencia, costumbre, hasta llegar a una relación rutinaria cual sólo provee bienes materiales, a tal punto desagradable, que da paso al deseado adiós definitivo; y la esperada recompensa a tanta soledad y descuido, representada por la herencia, para que se cumpla la máxima fatal de que los bienes que logren amasar este tipo de personas, queden “... para que sea disfrutado por quienes ningún esfuerzo hicieron por producirlos” .

Los segundos, sin más ingresos que el producto de su trabajo diario, cual por su amor y dedicación aumentarán con el tiempo, comparten con sus familias las vivencias diarias, con sus emociones, alegrías y tristezas. La prioridad de su tiempo libre, lo es para su entorno más íntimo: su familia. Se siente cada uno parte integral del otro, o de los otros. La vida transcurre en ellos como un evento siempre en avance. Disfrutan el crecimiento de sus hijos, conviven con ellos sus vicisitudes y sus éxitos, porque tienen suficiente tiempo para compartir e interesarse por sus actividades. Estos vástagos son los hijos del afecto y calor de sus padres, por lo cual todos disfrutaban del éxito de cada uno de los miembros de la familia. Estas personas quizás no tengan mucho qué obsequiar, pero sí mucho qué compartir.

Al final, los hijos crecerán amando a sus padres, los cónyuges estarán satisfechos con el amor de los hijos y el propio; hasta que un buen día vendrán los nietos con sus ojos de cielo y su sonrisa de ángeles y, entonces, compañeros de viaje largo, aún vitales, jubilosos y llenos de orgullo, sin importar los cabellos de plata de sus sienes, reflexionarán satisfechos que valió la pena vivir la vida. Y en la noche, en un sencillo pero reconfortante lecho, mullido por el amor y los buenos recuerdos, sus cuerpos y sus almas se unirán en un abrazo para dar gracias a Dios por un día más, para cuya felicidad por cierto, *nunca requirieron grandes cantidades de dinero o de poder.*

Los otros, los muy ricos, poderosos y ...equivocados, seguramente siempre van a estar muy ocupados, dedicando su mejor tiempo a cuidar de mantener el poder en el constante cabildeo y lobby a los aún más ricos y poderosos, así como de aumentar su

riqueza mediante la observación e intervención en los fluctuantes movimientos del Mercado de Valores, y/o atendiendo las comunicaciones con sus representantes de ultramar; todo lo cual indudablemente requiere de mucho tiempo y atención, pero que además no sólo consume su vitalidad sino su paciencia y temperancia, produciendo estragos en su psiquis, en su salud y en su apariencia física, lo cual se reflejará en su humor y estado de ánimo, por decir lo menos.

Mientras tanto, otro mundo lleno de momentos bien diferentes por gratos pero sencillos, se mueve en el ambiente de los valores humanos. Allí se encuentran esas otras personas quienes no son ni ricas ni poderosas, quienes actúan e interactúan con absoluta libertad, en el extraordinario mundo de su libre albedrío. Ellos no tienen rebosantes sus cuentas bancarias (cuando las tienen), pero su alma sí rebosa de amor.

No son **poderosos ni ricos**, pero donde a ellos les interesa, siempre son bien recibidos. No requieren de situaciones o eventos especiales para sentirse de buen humor y mantener un buen estado de ánimo, porque la felicidad la llevan dentro de ellos mismos. No son objeto de grandes reconocimientos u honores, pero aman y son amados las veinticuatro horas del día por quienes para ellos son más importantes: su entorno íntimo. Y no por los bienes que pueden generar, sino por lo que ellos representan por sí mismos, por sus valores personales.

Estas personas, son menos vulnerables al estrés, las crisis, los traumas o las frustraciones. Como consecuencia, disfrutan de mejor salud y por tanto son más vitales y emocionalmente estables. No se desviven en preocupaciones por los vaivenes económicos, ya que responden al principio bíblico de que: ***“El que poco tiene, poco tiene que cuidar”***, perfectamente concatenado con su otra admonición: ***“El trabajador gane poco gane mucho, duerme tranquilo; al rico no lo deja dormir la abundancia”***.

Personalmente, como alguna vez fui empresario, justo a tiempo aprendí sobre la dedicación y atención permanente que requieren los negocios para ser rentables, cual es su fin principal. Mucho me ayudó a entender tal realidad, el hecho de que hace ya más de



treinta años, en mi paso accidental por el mundo de la política, tuve la oportunidad de departir con hombres política y económicamente muy poderosos.

Uno de ellos, importante empresario también prestado coyunturalmente a la política, y quien manejaba un imperio en el negocio del gas doméstico, coincidía políticamente con mi intención de participar en todo lo posible, a fin de colaborar con la distensión entre el Gobierno y los grupos guerrilleros que existían en nuestro país, lo que venturosamente se logró materializar en los años setenta.

Con este hombre hice una gran amistad y pude conocer algunas de sus intimidades, dentro de las cuales la más importante por el nivel de su preocupación, era precisamente sus muy malas relaciones con su esposa, con quien estaba a punto de divorcio, y con sus dos hijas ya adolescentes, las que no obstante los exagerados recursos económicos que él les suministraba y la complacencia hasta en los más mínimos caprichos, le culpaban por el infierno que se vivía en su casa.

Como quiera que este tipo de personas, precisamente por su importante posición, por razones obvias no tienen con quién comentar sus frustraciones –para él, respecto a los negocios, yo no tenía ningún interés ni posibilidad alguna de afectarlo– me convirtió prácticamente en su confidente.

Por él me enteré de su rutinaria y aburrida relación conyugal de fachada, lo cual le había llevado a mantener amoríos extramatrimoniales y, como era de esperarse, nunca pudieron llenar sus vacíos espirituales. Me contó de su casi imposibilidad de conversar fraternalmente con sus hijas más allá de cinco minutos: solamente el tiempo necesario para hacer los cheques de sus mesadas.

Por él también me enteré que era tal el volumen de sus negocios y su incapacidad para delegar, que se encontraba en un estado de casi paranoia frente a todos aquéllos que conformaban su entorno más cercano, sintiéndose siempre desconfiado, y permanentemente vigilado; según sus propias palabras, se sentía asfixiado. En nuestras largas pláticas en el lobby o restaurant de algún hotel de lujo, este

amigo se quejaba y atribuía todas sus desgracias, precisamente al vertiginoso crecimiento de sus negocios que en principio en los buenos tiempos familiares, sólo cubrían las contrataciones de satisfacción parcial de las redes comerciales de su región con razonables ganancias, pero que con el tiempo abarcaron una parte importante del país, generándole pingües ganancias. Pero respecto de su familia, prácticamente su deterioro iba siendo proporcional al aumento de sus negocios.

Normalmente me decía algo como esto: *"A veces me siento tan desgraciado que quisiera despertar una mañana y descubrir que todo esto fue un sueño, que sigo con mi pequeño negocio. Cuando por cualquier circunstancia mi esposa no podía llevar las niñas al colegio, yo sí tenía tiempo para hacerlo personalmente, sin que tuviera ninguna gravedad dejar el negocio a cargo de un empleado. En cambio en la actualidad, continuamente debo viajar a la capital dos o tres días, tiempo en el que dejo de compartir con mi familia. Creo que mi grave error fue no saber parar a tiempo. Ahora ya no puedo hacerlo"*.

Realmente, como yo conocía el nivel de sus negocios y riquezas, las que prudentemente utilizadas requerirían unas cuantas generaciones para consumirlas, además del definitivo poder político en el gobierno de turno, este hombre era el ejemplo de quien alguien alguna vez llamó **"un pobre rico"**. Teniendo tantos recursos materiales y tantas personas bajo su protección y servicio, estaba tan solo, era tanta su tristeza, que consideré una obligación de carácter humano ayudarlo, haciéndole ver que si él consideraba un error lo que hacía, la solución estaba en asumir la situación errónea y tratar de corregirla, para lo cual sólo se requería un cambio en su actitud.

Respetando su naturaleza de empresario y sus convicciones personales, yo trataba de hacerle ver que no era cierta su aseveración de que ya no podía parar, sino que, por el contrario, dadas las circunstancias que él me permitió conocer sí era tiempo de parar, sólo que de una manera bien programada a fin de no causar graves perjuicios ni al Estado ni a las otras empresas y entes financieros que le habían otorgado su confianza.

Le analicé el blindaje económico que significaba para él sus grandes recursos, la posibilidad de realizar o colaborar con su riqueza

en muchas actividades edificantes, las cuales sí que llenarían espacios vacíos en su alma. Le probé mi tesis sobre lo limitado de nuestras necesidades básicas y la importancia de la jerarquización de nuestras prioridades y sus posibilidades de satisfacerlas.

Así, de diferentes formas traté de hacerle entender que él no estaba perdido, que solamente se encontraba en un momento difícil de su vida, que era necesaria una reprogramación mental de la misma manera como cuando una empresa adolece de graves fallas y se practica una reingeniería, partiendo del punto cero y tomando como meta la conciliación entre la actividad empresarial, y en su caso particular, programando las necesidades de disponibilidad de tiempo para atender sus compromisos personales y familiares, sin que las primeras afectaran a las segundas y viceversa.

Cuando terminábamos nuestras reuniones, mi amigo, entusiasmado con mis palabras, me prometía que iba a desarrollar un programa tendente a implementar las soluciones pertinentes. Sin embargo, siempre se producían nuevos encuentros con las mismas quejas y frustraciones personales, sin ningún resultado objetivo que le beneficiara. Luego de finalizada la campaña electoral, nos separamos.

Varios años después volvimos a encontrarnos. Al verlo noté que no era feliz. Me confesó que su vida personal era un desastre. Él no había tenido la fuerza de voluntad suficiente para parar a tiempo la maquineta de hacer dinero. Se había divorciado de su esposa. Sus hijas vivían fuera del país y casi nunca las veía.

No había duda, mi amigo había logrado un gran éxito en aumentar su fortuna y poder, pero había empobrecido su espíritu y su voluntad era una entelequia. ***El gran triunfador en los negocios, la riqueza y el poder, era ahora un perdedor absoluto con respecto a su vida personal.*** Seguramente gozaba de gran reconocimiento y honores en el mundo de los negocios, pero carecía de amor real, verdadero y desinteresado de las personas a quien él amaba. No tenía afectos reales. La pasión y el amor por las personas, habían sido sustituidos por la dedicación a los negocios. Tristemente, su mayor problema era que estaba completamente solo.

Cuando nos despedimos, al encarecerme sus mejores saludos para mi esposa, me dijo con un dejo de dolor en su voz: *“Amigo, sabes que siempre te he agradecido tus consejos, y que sanamente envidio tu vida. Ojalá te hubiera hecho caso y hubiera cambiado la mía”*. Había tanta tristeza en sus palabras y su alma desbordaba tanta frustración, que sentí un gran pesar en mi corazón. Ése mi querido amigo, era el vivo ejemplo de un hombre que insistió en un error que la vida pocas veces perdona: ***cambiar el amor que da felicidad, por el dinero que sólo sirve para suministrar bienes materiales.***

*“¿aquél que camina una sola legua  
sin amor, camina amortajado hacia  
su propio funeral”.*

*Walt Whitman*



# NUESTRO MILAGROSO ESTADO DE ANIMO

Pocas personas perciben a conciencia el hecho de que dentro de nosotros mismos, en el fuero interno de nuestra alma, pervive un venero inagotable de buenas ideas, sensaciones, actuaciones valiosas y valientes. Se trata de nuestra capacidad de manejar a nuestra conveniencia, nuestro milagroso estado de ánimo. Esta especial capacidad de sentirnos como queramos, nos permite a discreción crear, convertir y transformar situaciones negativas en positivas. Nuestro *estado de ánimo* nos permite variar a conveniencia, cualquier momento de nuestra vida, conforme a nuestro único deseo, haciéndolo o transformándolo en más o menos agradable.

El estado de ánimo es tan decisivo para nuestras sensaciones, que puede cambiar un momento hermoso en algo desagradable, o viceversa. Por ejemplo, si estamos de buen ánimo en compañía de la persona amada, sentados en un humilde café de un pueblecito cualquiera, degustando una sencilla comida, podremos sentirnos en el Edén. Si por el contrario, estuviésemos en un restaurant muy elegante especialmente atendidos, o en el más exclusivo club degustando el mejor champagne, pero en una compañía desagradable que no nos motive para nada, pudiésemos sentirnos como el más miserable de los humanos, o por decir lo menos, de lo más aburridos.

En el mismo sentido, un paseo de la mano de nuestro amor por el más humilde de los parques de nuestra ciudad, es más hermoso, reconfortante e inolvidable que una caminata solos y

preocupados por le Champs Elysee o la Rue de Saint Honoré, no importando si es el día más soleado y hermoso de la temporada parisina de primavera.

Es que, definitivamente, dependemos para nuestra felicidad de ese milagroso estado de ánimo, que entendiendo cómo funciona podemos ponerlo en todo momento de nuestro lado.

Es ese milagroso estado de ánimo, finalmente, lo que nos permite con toda libertad ser o no felices sin tener que rendir cuentas ni requerir de nadie. Es nuestra propia voluntad, que sin limitación alguna, nos permite ejercer ese otro maravilloso regalo de Dios: nuestro *libre albedrío*. Vale decir: ser y hacer lo que nos dé nuestra regalada gana, cuándo y dónde lo creamos más conveniente, dentro de los mínimos cánones de comportamiento que, al menos en nuestra actuación externa nos permitan las normas de convivencia social, como con gran sabiduría lo dejó expresado Pitágoras: *“Es posible usar la razón y el poder sin virtud, pero no es posible usar el libre albedrío sin virtud”*.

Por ejemplo, independientemente de cual sea la temperatura o clima de un día cualquiera, nuestro libre albedrío nos da derecho a permanecer dentro o fuera de nuestra casa. Nuestro libre albedrío, nos permite actuar a nuestra propia satisfacción, independientemente de cuál sea el criterio de las demás personas sobre nuestra actuación. Por tanto, si nuestro **estado de ánimo** se compagina con nuestro *libre albedrío* en función de acciones útiles, beneficiosas y agradables, seguramente lograremos momentos de gran satisfacción y felicidad.

Pero, **¿qué debemos hacer para mejorar nuestro estado de ánimo?** Es algo a lo cual debemos orientar nuestra mejor atención. Pienso que más allá del muy pequeño porcentaje incidente en nuestro comportamiento derivado de nuestra actividad inconsciente durante el sueño, o por falta o disminución de elementos químicos en nuestro cerebro, nuestro comportamiento depende de nuestro estado de ánimo.

Ahora bien, como quiera que ya ha quedado despejado el que para ayudar a mejorar nuestro estado de ánimo tenemos siempre con nosotros a nuestro libre albedrío, vale decir, la



posibilidad de elegir cualquier situación o actuación, pienso que el primer paso deberá serlo el de *elegir sentirnos mejor*. Tomada tal decisión, el segundo paso lo sería el enumerar las múltiples bendiciones y cualidades físicas y espirituales de que somos portadores.

En este sentido, nuestra principal bendición sobre esta tierra, es *nuestra vida*. Sin ella no somos nada, somos menos que el éter. Simplemente no existimos. Desventuradamente los muertos no hablan, pero no me cabe duda que si pudieran hacerlo, nos manifestarían cuánto envidian esa maravillosa posesión física que es nuestra vida.

En mi peregrinar por esta tierra, personalmente nunca tuve la experiencia de conocer, ni tampoco tuve noticias de que alguien mentalmente sano hubiese deseado morir, o por lo menos no hubiese hecho hasta lo imposible por mantenerse vivo. Por tanto, nuestro ánimo mejorará si recordamos y concietizamos que únicamente estar vivos, ya es la mayor bendición de Dios sobre la tierra. De hecho, basta observar en cualquier calle o reunión en nuestra comunidad, cómo personas a quienes les falta uno o más miembros de su cuerpo o se trasladan en sillas ruedas, sonríen y son sinceramente felices. Paradójicamente, también observamos personas sanas, hermosas, vitales, denotando con sus seños fruncidos, no ser felices. Si alguien preguntara ¿Qué hizo la diferencia entre estas personas? La respuesta apropiada sería: *Su estado de ánimo*.

Ahora bien, si hemos determinado que la maravillosa vida que aún mantenemos es nuestro más preciado bien, analizaremos qué debemos esperar de ella o qué podemos hacer para que sea plétórica de satisfacciones.

Para iniciar tal análisis, en primer término haremos relación *de los maravillosos cinco sentidos de que disponemos*, los cuales hoy, ahora, en este mismo momento, nos permiten mirar, oír, sentir, oler y degustar las más agradables y reconfortantes sensaciones como el amanecer, las hermosas estrellas y la luna, el canto de los pájaros y las risas de los niños, la brisa mañanera sobre nuestro rostro, el aroma de las flores y del pasto mojado en las mañanas lluviosas, ese inconfundible y familiar aroma del ser amado... y el sabor de los manjares, que Dios

ha puesto sobre la tierra para el disfrute de nuestro paladar en nuestra alimentación.

No tengo duda, que únicamente con el análisis consciente de las extraordinarias sensaciones y experiencias que nos permiten nuestros sentidos, será suficiente para mejorar nuestro estado de ánimo.

Pero si además de los mencionados dones, reflexionamos sobre el hecho de que en un mundo donde todos los días mueren de hambre millones de personas, especialmente niños, y no obstante nosotros disponemos de tantos alimentos que en oportunidades nuestro problema se reduce a ***“qué alimentos debemos rechazar para no engordar”***, cuando en realidad el de esos millones de nuestros pobres hermanos lo es: ***“dónde encontramos cualquier alimento que comer para no morir de hambre”***.

Que existen millones de personas sobre el globo terráqueo sufriendo e infectados de graves enfermedades como el VIH, más de mil tipos de cáncer, Parkinson, Alzheimer y... pare usted de contar, mientras nosotros disfrutamos de una salud de hierro.

Que todos los días nacen, crecen y mueren millones de personas que nunca aprenderán siquiera a escribir su nombre o leer la palabra *“madre”* y nosotros no solamente sabemos hacerlo, sino que además hemos tenido el privilegio de acceder a especiales conocimientos en Centros de Educación Superior y de Postgrado; mientras desde Afganistán en Oriente hasta Colombia en el Sur del globo terráqueo crecen como las plantas los campamentos de refugiados, donde nacen, crecen y mueren, hermanos humanos que no disponen, y es posible que nunca lleguen a disponer de un trabajo o un techo donde guarecerse, mientras nosotros disfrutamos de empleo y/o los conocimientos para operar nuestro propio negocio, y excepcionalmente carecemos de vivienda.

Que pudiera ser que en este mismo momento, mientras usted deja a su niño o niña de catorce años en su centro de estudios provistos de sus morrales llenos de libros de estudio y su merienda, existen millones de niños entre diez y quince años, en las más apartadas regiones del mundo como Burundi, Ruanda, Zambia y Colombia que son obligados a empuñar armas mortales, son violados en sus cuerpos y sus almas, sin saber porqué están allí y lo

más doloroso, sin poder regresar a sus hogares so pena de ser asesinados por los mismos quienes se han servido inmisericordemente de ellos.

En fin, ante tales reflexiones comparativas, su estado de ánimo le hará sentir que usted es un hijo privilegiado de Dios y por tanto muy feliz.

Precisamente hube de presenciar en la TV un reportaje de CNN sobre un par de gemelos que nacieron con un mal congénito que no les permite respirar normalmente. Uno de los niños a los que me refiero, a la edad de cuatro años, en el desarrollo de esta penosa enfermedad ya ha estado hospitalizado veintiocho veces y le han realizado once operaciones quirúrgicas en su garganta. El otro ha sufrido un número escasamente menor de hospitalizaciones y cirugías.

Lo más grave es que, luego de haber descubierto que se trata de un problema cromosómico transmitido por su madre, el diagnóstico de los médicos es que este mal es irreversible, por lo cual estos niños, sin remedio, jamás podrán tener una vida normal, porque permanecerán en el ambiente de los hospitales, reclusos y con otras muchas intervenciones quirúrgicas, hasta que la vida se les extinga.

Más allá de la inmensa tristeza que como padre de cinco hijos y abuelo de seis nietos me produjo esta dolorosa escena, recibí una de las mayores enseñanzas de mi vida. La recibí de los padres de esos niños, dos personas muy jóvenes, creo que ninguna llegaba a los treinta años, quienes retozaban en la alfombra con sus hijos que se encontraban conectados a unos aparatos respiratorios, y ciertamente en sus caras, esos padres reflejaban felicidad. Estas personas de espíritu tan elevado, no pensaban que Dios había sido injusto con sus hijos y con ellos por tan deprimente situación, sino que por el contrario estaban rebotantes de felicidad porque Dios en su infinita misericordia les había preservado la vida a sus dos hijos y les mantenía a ellos vivos y sanos para poder ayudarles.

Entonces yo, que tengo vivos mis tres bellas hijas, mis hermosos dos hijos y mis seis nietos, que todos los días doy y recibo el amor de mi esposa, porque aún está viva, no puedo tener otra actitud que no sea la de dar gracias a Dios por ser uno de sus hijos

más queridos, porque tengo esta vida que Él me dio y sin la cual no podría experimentar todos mis sentimientos de alegría o de tristeza, de satisfacción o frustración; no importando si son buenos o malos, lo importante es que me hacen sentir que aún estoy vivo ...vivo y feliz... Igual que usted, quien no tendrá en este momento más alternativa que sentirse igual que yo: hijo privilegiado de Dios y por tanto muy feliz. Por eso yo no puedo dejar de recordar a Ralph Waldo Emerson cuando dijo: *"Todo lo que he visto me enseña que debo confiar en el Creador a quien no he visto"*.

Si usted se hace este sencillo análisis de lo escrito y se ubica como un habitante más de este mundo en el que caben holgadamente la vida y sus dones, pero también la muerte y el olvido... la salud y la bonanza, pero también la enfermedad y la pobreza... el dolor, la tristeza y el odio, pero también la alegría, el amor y la solidaridad... la belleza y la dulzura, pero también lo desagradable y la amargura... el valor y la lealtad, pero también la cobardía y la traición... la ignorancia y la cicatería, pero también el conocimiento, la nobleza y la sabiduría... la maldad y la envidia, pero también la bondad y la generosidad... la pereza y la desidia, pero también la actividad productiva y la diligencia... la frustración y la apatía, pero también como fuente inagotable de vida: **la esperanza**.

Seguramente ya no tendrá ninguna duda de que, definitivamente, usted es un ser especial y estará obligado a rebozar de satisfacción, de felicidad. Se sentirá privilegiado, será muy feliz, porque comprenderá que Dios ha sido inmensamente bondadoso con su persona, con sus seres queridos, especialmente con sus hijos, quienes, por cierto, pudieran en este mismo momento estar regresando de la escuela, luego de un día en el que les hablaron de todas las cosas materiales que hacen la vida del hombre temporalmente más agradable, pero que probablemente a nadie se le ocurrió hablarles del privilegio que representa personalmente para cada uno de ellos el tener esta vida, y especialmente unos padres como ustedes, felices, no solamente por sentirse mejor, sino también para poder ofrecerles esa misma felicidad a ellos.

Así que, por favor, no pierda esta oportunidad, corra a su encuentro, abrácelos... béselos con toda la ternura de que usted es

capaz... póngalos contra su corazón... inúndelos de amor, porque ésta es su mejor parte de este tesoro heredado de Dios: ***su vida, y su continuación representada en esos hijos.***

Por cierto ya a este nivel de la lectura, ***¿alguien dijo tristeza o... mal estado de ánimo?*** No puede ser. Será en otra parte, serán otras personas, no nosotros. Quizás tengan un mal estado de ánimo los ignorantes de estas verdades, pero no nosotros. Nosotros heredamos de nuestro Padre Celestial la luz de la razón, para con ella y por causa de ella analizar cada uno de los aspectos de nuestra vida terrena. Y siempre, cada vez que lo hacemos, nos reconfortamos aún más porque cada día Dios nos da diversas muestras de su amor, manifestadas primero en mantenernos con vida, y en segundo término permitiéndonos la lucidez para aprender de todos y cada uno de los eventos que se suceden en el mundo, todos los cuales nos demuestran que somos seres especialmente escogidos por Dios para ser felices.

No podemos defraudarlo. Nosotros mismos no nos lo perdonaríamos... y esta vida es tan corta, que no debemos perder ni un segundo de ella. Por tanto, vivámosla intensamente, disfrutemos sus dones con fruición, con abundancia de amor, con avaricia de felicidad, porque fuimos diseñados por Dios para ser felices. Lo contrario sería un desperdicio imperdonable, porque los momentos de la vida que no disfrutemos ahora mismo, fatalmente pasarán y... serán irre recuperables.

Quizás similares a estas reflexiones produjeron las reconfortantes palabras del inolvidable Pablo Neruda, cuando en uno de sus pensamientos que jamás dejarán de tener vigencia expresó: *"Levántate y mira el sol por las mañanas y respira la luz del amanecer. Tú eres parte de la fuerza de tu vida; ahora despiértate, lucha, camina, decídete y triunfarás en la vida; nunca pienses en la suerte, porque la suerte es el pretexto de los fracasados"*.



Si pudiera vivir nuevamente mi vida  
en la próxima cometería más errores.  
No intentaría ser tan perfecto, me relajaría más,  
sería más tonto de lo que he sido,  
de hecho tomaría muy pocas cosas con seriedad...  
Si pudiera volver a vivir,  
comenzaría a andar descalzo a principios de la primavera  
y seguiría así hasta concluir el otoño.  
Daría más vueltas en calesita,  
contemplaría más amaneceres  
y jugaría con más niños, si tuviera otra vez la vida por delante.  
Pero ya ven, tengo 85 años y sé que me estoy muriendo.

Jorge Luis Borges





# VIVIR O SOBREVIVIR

Desde que el ser humano nace, al respirar por primera vez comienza una lucha sin tregua por **sobrevivir** y que mantiene hasta que exhala el último suspiro. Como una herencia natural absolutamente originaria de la cual no nos hemos podido deslastrar, esta tendencia es alimentada progresivamente por un ambiente en el que **la supervivencia como tal** es lo que cuenta.

Pocos se preocupan por enseñar a niños, jóvenes o viejos, qué significa **VIVIR**; sólo aprenden que lo importante es **sobrevivir**; quizás porque los progenitores y educadores tampoco nunca **vivieron, en el sentido sublime de la palabra**. Solamente **sobrevivieron** sin llegar a **vivir** una vida hermosa y llena de cosas maravillosas, siempre a su alcance pero que ellos nunca llegaron a advertir.

Y es precisamente porque en esa lucha permanente entre nuestro origen y nuestra cultura, en ellos venció el origen. Su carga genética originaria, prevaleció sobre su cultura y, como consecuencia, se les fue la vida pendientes de que lo importante era tener vida, aunque sólo fuera para no morir. Nunca se preguntaron sobre lo que es más importante para un ser racional y civilizado que ha decidido vivir en sociedad: **la calidad de su vida**.

Creo que muchas personas sobre la tierra responden a ese mecanismo originario de supervivencia y no se toman el tiempo mínimo necesario para reflexionar sobre el que, si ciertamente somos una especie diferente y única con respecto a las demás especies del reino animal, también nuestra vida debe ser diferente y única.

Tampoco se preguntan porqué los seres irracionales no tienen otra preocupación cual no sea su tendencia instintiva a mantenerse vivos, sin importarles qué otras cosas buenas o diferentes puede ofrecerles la vida más allá de comer, dormir y reproducirse. Si hubiesen tenido la capacidad para formularse tales interrogantes, habrían descubierto que la razón fundamental para esa vida vegetativa que llevan, lo es el hecho de que no disponen de la luz de la razón, exclusiva del ser humano racional y de la que fuimos dotados por Dios precisamente para que especulemos sobre asuntos más trascendentes que la subsistencia física diaria.

Para el ser humano, el mejorar su nivel de vida debe ser una constante. En consecuencia, disfrutar de un mejor nivel de vida debería ser su más sana aspiración. Los humanos fuimos excepcionalmente dotados por la naturaleza para reinar sobre ella. Nuestra herencia Divina nos hace acreedores a los mayores placeres y a las más acabadas satisfacciones, las cuales únicamente puede brindar una vida de óptima calidad. Para el ser humano es casi un deber no contentarse con lo de todos los días; siempre debe insistir en lograr todo lo que de alguna manera aumente su caudal de regocijo y bienestar, siempre en busca de su más ansiada meta: **la felicidad.**

Los seres humanos estamos obligados a preguntarnos continuamente porqué y para qué estamos aquí en esta tierra, cuál es el objetivo de nuestro peregrinaje por esta vida y qué nos espera después de la muerte, como seres que sí tenemos un alma que nos hace ser diferentes a los otros seres del reino animal. Asimismo, estamos obligados a preguntarnos qué conviene que hagamos por nosotros y por nuestra especie, durante el incierto tiempo que estamos en esta tierra.

En este orden de ideas, es evidente que no fue para sobrevivir que fuimos diseñados por Dios, racionales y dotados de espíritu. Para sobrevivir no se requiere nuestra razón ni nuestra inteligencia, porque el instinto se basta solo para operar los mecanismos de supervivencia física. Con la razón y la inteligencia con que fuimos dotados los humanos, con tales dones, lo importante, lo hermoso, lo sublime, lo trascendente no es sobrevivir o no morir: **lo es vivir.** Vivir intensamente todo el conjunto de hermosas experiencias que pueden percibir nuestros sentidos, como único ser viviente que es capaz de vincular sus sensaciones físicas a su alma, a sus

sentimientos, a su espíritu. Porque Dios, en su infinita sabiduría y misericordia, nos dotó de *libre albedrío* para que dentro de nosotros mismos y sin necesidad de ayuda externa, tuviésemos la posibilidad de crear las condiciones y los elementos necesarios para hacer nuestra vida agradable y plena. Esto es, que nuestro mayor compromiso con nosotros mismos es superar la mera supervivencia para avanzar a estadios más elevados, que finalmente nos lleven a la felicidad.

Para lograr tales fines, se requiere que evaluemos todo de lo disponemos por nosotros mismos y a nuestro alrededor. En tal sentido, debemos evaluar nuestro cuerpo, el medio ambiente que nos rodea con sus extraordinarios elementos e incontables cosas hermosas y maravillosas, entre ellas la variedad de flores, plantas, aves, mares, lagos, ríos, la luna, el sol, las estrellas, y sobre todo, el más hermoso y extraordinario ser que se mueve sobre la tierra: *el hombre*, quien es capaz de realizar los actos más maravillosos y heroicos por y para sus semejantes.

Así las cosas, se requiere igualmente evaluar de manera especial, nuestra aptitud intelectual y creativa casi inagotable y con la que hemos podido llenar al mundo de obras de arte sin igual, de la música más exquisita jamás oída; modificado el medio geográfico y creado maravillosas máquinas de todo género, que hacen más fácil y llevadera nuestra existencia y capaces de vencer las leyes naturales más estrictas como la ley de la gravedad y crear medios de transporte para poder viajar hasta por nuestros vasos capilares; además, vencer las enfermedades más terribles y, de muchas otras formas, dotar al hombre de nuevos horizontes, nunca antes imaginados.

Evaluadas nuestras propias capacidades y los elementos que integran el medio ambiente que nos rodea, todo lo cual, dependiendo de nuestra óptica de la vida y diligencia personal podemos poner a nuestro favor, llegaremos a la conclusión de que no tiene ninguna lógica haber venido a este mundo lleno de maravillas, a conformarnos con una vida monótona, dura, de fracasos y sin emociones, en la que viven quienes se contentan con *sobrevivir* sin esperar ni buscar nada extraordinario.

Concluiremos también, que no hay un minuto que perder, porque hay mucho que hacer; tanto que conocer, disfrutar y esperar

de la vida; y, muy especialmente, mucho que mejorar en nuestra alma y nuestro espíritu, porque la posibilidad de acceder a todas esas cosas maravillosas y experimentar esas sensaciones inigualables que nos ofrece la vida, va a estar condicionado proporcionalmente a nuestra capacidad de crecer intelectual y espiritualmente. ***Por tanto, tenemos que avanzar, sin tregua, sin descanso, felices, seguros del éxito en alcanzar nuestras metas, porque somos hijos privilegiados de Dios, quien nos ha permitido conocer estos secretos.***

Es por todo lo expuesto que se hace necesario revisar nuestra vida hasta el día de hoy, haciéndonos un sincero autoanálisis, para con tranquilidad determinar cuánto hemos hecho por ser mejores. Si es mucho lo que hemos hecho, nos felicitaremos. Si por el contrario nada hemos hecho que fuere significativo para tal fin, no lo miraremos con tristeza sino que lo tomaremos como el mejor acicate para aceptar que es urgente que iniciemos nuestro programa de ascensión a etapas superiores. No olvidaremos la enseñanza milenaria de Tales de Mileto cuando sentenció: *“La esperanza es el único bien común a todos los hombres. Los que todo lo han perdido la poseen aún”*. Por eso, no nos quejaremos. No nos lamentaremos ni lloraremos. Pero menos aún, no nos justificaremos. Simplemente, nos aceptaremos como somos: Hijos maravillosos de Dios, quienes somos capaces de cambiar con una decisión, en segundos, el destino de nuestra vida... ***porque somos seres humanos imperfectos, pero perfectibles. Ésa es nuestra mayor esperanza.***

Ese análisis sincero, ponderado, si se quiere, caritativo con nosotros mismos, nos permitirá conocer cuánto nos falta para lograr lo que queremos... si es que lo sabemos. Pero si no sabemos con certeza qué es lo que queremos o buscamos, o hacia dónde queremos ir, tampoco es un problema sin solución. Porque todos los momentos son buenos para iniciar nuevos proyectos, nuevos planes, enderezar caminos, iniciar o reiniciar la marcha. Entonces seremos humildes y pediremos guía al único que puede ayudarnos sin ningún reproche, sin censura, sin pedirnos nada a cambio. Al fin y al cabo, no estamos solos, nunca lo hemos estado.

Aún sin notarlo de manera consciente, en lo más profundo de nuestro ser, en nuestros sueños, en nuestros delirios, siempre hemos sentido una fuerza especial, sobrenatural, que está con nosotros:

Dios. ***Esa fuerza sobrenatural, ciertamente nos ha acompañado desde el vientre de nuestra madre y nos acompañará más allá de nuestra muerte.*** Sin su protección y ayuda no hubiésemos podido sobrevivir en un mundo, el cual, lo mismo que tiene de hermoso y reconfortante, lo tiene de insalubre y peligroso. Si cuando nacimos no éramos capaces ni siquiera de alimentarnos por nosotros mismos, menos aún podríamos solos haber enfrentado todos los elementos de la naturaleza.

Y es que, si como es cierto, estamos conscientes de que en cada día, en cada hora, en cada minuto o en cada segundo de nuestra vida, únicamente requerimos pisar en falso, o que un miligramo de colesterol obstruya una de nuestras arterias para perderla, entonces alguien debe haber estado evitando que cualquiera de esas cosas trágicas sucedieran, para que aún permanezcamos vivos.

Así que, si como antes se indica, aceptamos que no tenemos planes, no sabemos qué queremos ni para dónde ir, pero sí sabemos que deseamos ser felices, no hay tiempo que perder. Comenzaremos por recordar la admonición de uno de los Presidentes de los Estados Unidos, con mayor inteligencia que haya pasado por la Casa Blanca, el señor Franklyn D. Roosevelt: *“En la vida hay algo peor que el fracaso: el no haber intentado nada”*.

Nosotros no tenemos madera de fracasados, pero menos aún de negligentes. Por tanto iniciaremos un plan de inmediato, sin pérdida de tiempo. Lo iniciaremos de la manera más sencilla pero inteligente, pidiendo ayuda al mejor experto en planes y proyectos de vida. Nos comunicaremos con Él por el medio más eficiente que tenemos a nuestra mano: ***La Oración***. Utilizaremos su fuerza y su poder.

Seremos humildes y diremos todo lo que sentimos, lo que ambicionamos, lo que deseamos lograr. Pediremos ayuda, solicitaremos guía. En nuestra oración, condensaremos en un solo pedido todas nuestras complejas necesidades. Pediremos a Dios para en adelante, y especialmente en la confección de nuestro plan de vida, ***nos dé lucidez para tomar acertadas decisiones***. Solamente eso pediremos, seguros de que nos lo concederá, porque Dios concede todo a sus hijos buenos, y nosotros estamos precisamente en

ese grupo de hijos de Dios. Y de esto no voy a tener ninguna duda, ***porque para Dios todos sus hijos son buenos.***

Pues así es. Dios siempre ha estado ahí, en lo más recóndito de nuestra alma, amándonos como somos, guiándonos cada vez que nos desviamos del camino, soportando nuestra testarudez, y orientándonos hacia una vida menos complicada y más reconfortante; haciendo oídos sordos a la sarta de sandeces que todos los días nos repetimos, cuando no entendemos la dimensión de sus mensajes; y, especialmente, oyendo atentamente esas oraciones tan especiales y silenciosas que representan para Él nuestros momentos felices, que son el reconocimiento a la maravillosa vida que nos ha dado; nuestra actuación humilde para con nuestros hermanos desposeídos, que le demuestran que recibimos y practicamos su mensaje; nuestros actos de caridad o consecuencia con nuestros semejantes, que son la ratificación de que realmente sentimos que tenemos un pedacito de Él en nuestro corazón.

Dios siempre ha estado ahí, y lo más importante: siempre estará ahí, velando sin descanso por nosotros, hasta que de alguna manera, dentro de sus planes llegue la hora de recuperarnos para sí, y con los brazos abiertos nos reciba, vencedores de esta prueba a la cual nos ha sometido durante nuestra vida terrenal, para darnos ese nuevo destino indispensable para nuestro avance espiritual, hacia estadios más elevados, que progresivamente nos acercarán a su definitiva compañía.

Convencidos de tales realidades y como paso inmediato, no teniendo ninguna duda en la fuerza y el poder de la oración, seguros y persuadidos de que Dios nos dará lucidez para realizar nuestros planes de la mejor manera posible, iniciaremos el mismo. Tomaremos papel y lápiz y dejaremos que mediante nuestras manos, nuestra alma que está en contacto con Él, anote todo lo que quiere y espera de la vida, sin dejar nada por fuera, lo que quiere ser y hacer, cómo y en qué tiempo lo quiere hacer, sin preocuparnos si en este mismo momento no tenemos recursos o elementos para materializar nuestras ambiciones.

Al fin y al cabo, lo que queremos es un plan, un proyecto, una guía ordenada, la cual seguir. Los recursos, los medios para su materialización, llegarán en su debido momento.

Por otra parte, no los necesitamos todos de inmediato, sino precisamente cuando sea necesario, y la vida nos ha enseñado que *el tiempo de Dios es perfecto*.

Para concluir de la mejor manera posible nuestra relación de todo lo que queremos realizar, utilizaremos todo el tiempo que fuere necesario, porque de ahora en adelante ésta será nuestra más importante empresa. Inmediatamente pasaremos a la etapa de jerarquizar la importancia de cada uno de los aspectos que conformen nuestro plan, y de tal manera los ordenaremos con respecto al tiempo de su realización. Como somos personas que realizamos diversas actividades, nos asignaremos un lapso de tiempo cada día para trabajar en nuestro plan, el cual determinaremos como **“obligatorio”**.

Ahora bien, como somos leales y responsables en las labores que realizamos para las demás personas, de la misma manera actuaremos con las propias. No fallaremos en este empeño. Terminaremos nuestro plan en el menor tiempo posible. Cuando hayamos concluido, daremos gracias. Nos regocijaremos. Sentiremos que en tan corto tiempo, ya empezamos a avanzar. Sentiremos que somos mejores que antes de comenzar, sin importarnos haber comenzado apenas unas cuantas horas antes. Sentiremos que hemos dado nuestro primer paso hacia una nueva y mejor vida y, sin pérdida de tiempo, con la ayuda de Dios iniciaremos la materialización del mismo.

Eso sí, no seremos demasiado optimistas como para tratar de hacerlo todo de una sola vez. No, no dejaremos que la emoción que nos acompañará durante todo este camino, nos haga perder la perspectiva de la realidad. Tendremos siempre presente que un plan es como un camino o una escalera. Primero se requiere dar el primer paso o subir el primer peldaño, para después continuar con el segundo hasta llegar a la meta deseada.

Tampoco nos dejaremos arrastrar por la vanidad o la falsa confianza, pensando que todo va a ser muy fácil; por lo tanto, estaremos preparados para los momentos difíciles, y quizás adversos. Dios estará con nosotros para darnos paciencia, perseverancia, ternura y fortaleza. De eso no tendremos ninguna duda. Por

tanto, sin importar la dificultad o el tiempo que demore, continuaremos de manera ordenada.

Si en el desarrollo del plan tropezamos, entonces nos levantaremos, sacudiremos el polvo del camino de nuestras ropas y nuestra cara, secaremos nuestro sudor y enjugaremos lágrimas, pero continuaremos siempre dentro de nuestro plan. No nos desviaremos. No permitiremos que nada atraiga demasiado nuestra atención, porque pone en peligro nuestra meta. Disfrutaremos en el recorrido del camino, pero no nos apartaremos ni por un momento de él. No lo permitiremos.

La vida que estamos preparando y por la cual estamos luchando, la presentiremos demasiado buena. Vale la pena luchar por ella. Además, esa lucha será emocionante, reconfortante, prometedora. Esa lucha nos hará personas diferentes. Fortalecerá nuestro espíritu. Poco a poco, mientras ascendemos a la cima, paulatinamente nos transformaremos de personas comunes y corrientes, en triunfadores. Esa será la máxima recompensa a nuestra dedicación y esfuerzo. ***Ya no sobreviviremos, sino que viviremos. Viviremos plena e intensamente todos los días de nuestra vida, en todo el sentido de la palabra, porque para eso fuimos creados por Dios. Y no podemos darnos el lujo de defraudarlo.***



---

Segunda Parte

# LA PAREJA



“Cuando desperté y me di cuenta de todo esto,  
comprendí que la felicidad de la mujer  
no consiste en la gloria del hombre y su poderío,  
ni en su generosidad y esplendor,  
sino en el amor que une el alma de ella y la de él,  
que funde los sentimientos de ella en el alma de él  
y que hace de ella y de él un solo ser en la vida  
y una sola palabra en los Divinos labios de Dios”.

Khalil Gibran



# EL AMOR DE PAREJA

En una sociedad organizada como la actual, especialmente en los grandes conglomerados humanos, a mi manera de ver el asunto, el hacer pareja es trascendental. Es algo que nadie debería ver a la ligera, entre otras cosas porque la gran mayoría de quienes piensan en cambiar su estado de soltería, lo hacen con la firme intención de que sea para siempre.

Ciertamente, pensar en unir nuestro destino para toda la vida a otra persona, a quien conocimos poco tiempo antes, es cosa que debe tratarse con cautela. En principio, el éxito o fracaso de la relación, surtirá efectos idénticos en ambos integrantes; por lo tanto, serán dos en vez de uno, los que se beneficien, lamenten, o se perjudiquen de la elección.

En tal sentido, siempre me ha llamado la atención el hecho de que las personas para tomar decisiones como la de adquirir un vehículo (evento éste sin particular importancia en el futuro de sus vidas), hacen todo tipo de investigaciones: consultan revistas especializadas, catálogos, vídeos, visitan varios concesionarios, prueban varios vehículos y, en general, buscan todo tipo de asesoramiento para finalmente efectuar la compra. Asimismo, cuando deciden adquirir una mascota estudian hasta el último detalle en cuanto a su alimentación, costumbres, enfermedades, pedigrí, etc., y es al final cuando ya han manejado toda esta información que realizan la adquisición correspondiente.

Sin embargo, en el mundo de las relaciones personales íntimas, por el contrario, todos los días nos enteramos de personas que

inician una relación de pareja, inclusive por matrimonio civil y eclesiástico, con alguien a quien conocieron en una fiesta o por la Internet, quizás de otro país u otra cultura, en apenas días de conocerse; y otros casos, hasta donde sabemos, nunca han tenido contacto físico o visual personal y se casan por poder. Que esto sea indeseable, reprochable o pecaminoso, no me lo parece. Pero lo que sí creo es que tiene menos posibilidades de tener éxito una relación como la señalada, que otra en la que antes de la unión los integrantes se hayan dado la oportunidad de conocerse mediante el intercambio y la comunión de sus opiniones sobre sus vidas, familias, culturas, ambiciones, metas, frustraciones y realizaciones; así como su concepción de la vida del hombre sobre la tierra, sus fines esenciales y qué es lo que esperan de ella.

Aunque sinceramente pienso que es muy difícil que dos personas puedan asegurar que se conocen suficientemente, únicamente por la comunicación oral o escrita que hayan mantenido durante algunos meses o años, sí estoy persuadido de que algunos aspectos de la relación pareja son de tan trascendental importancia que, *sine qua non*, deben tratarse, discutirse y de ser posible, dirimirse antes de la unión definitiva de la pareja.

Por ejemplo, el tema de las relaciones sexuales de los integrantes de la pareja –para algunos tabú– pudiera ser el principal tema a tratar, ya que no se concibe una relación de pareja puramente espiritual porque no llenaría uno de los fines primordiales cual es la de reproducirse mediante el acto sexual. Pero tampoco se concibe una relación de pareja donde el único elemento importante lo sea la parte corporal, física o fisiológica, porque tal relación no tiene posibilidad de mantenerse en el tiempo.

Pienso que individualmente cada candidato a integrar la futura pareja, previo a la unión debe definir de la manera más sincera, consigo mismo y con su par, cuál es su concepción personal del cuerpo con relación a su espíritu y viceversa. Esto, porque la relación de pareja va a moverse en un mundo de probabilidades, más que de posibilidades, sobre la base de que lo probable de suyo es más inmediato que lo posible, por lo cual esto último es más remoto.

Entonces, tiene más probabilidades de tener éxito una pareja

que previamente ha explorado, analizado y discutido sobre sus propias opiniones o creencias respecto de la parte espiritual de la relación y encontrar que tienen múltiples afinidades, que aquella que no lo hace; y por tanto, esta última es la que tiene menos posibilidad de resultar exitosa. No hay duda que el conocimiento mutuo de los criterios o creencias de cada uno, puede permitirles determinar en su ser interno si esa forma de pensar es coincidente o aceptable con su concepción del asunto, y de tal manera hacerse una idea de la entidad de la probabilidad de éxito de la misma.

Así tendremos que para una persona muy espiritual pero también vital y con deseos de amar de manera física, apasionada e intensamente, será muy importante que su futura pareja tenga una concepción muy bien definida de la importancia de la parte espiritual de la relación, pero también que conciba la parte física como necesaria de ser intensa.

Por el contrario, para una persona a quien la parte física de la relación sea lo fundamental pero la espiritual realmente no tenga demasiada importancia, no tendrá ninguna relevancia la concepción que la otra parte tenga sobre el aspecto espiritual, pero sí respecto de lo material. Y es que la relación de pareja para que resulte duradera y edificante, debe ser lo más cercana a lo esperado por ambos, y en lo posible, dar a cada cual lo que de ella espera.

No es fácil, por mucho deseo de compartir que se tenga, adaptarse a vivir todos los días de la vida con otro ser, quien hasta muy poco tiempo antes fue un extraño. Entre otras cosas, porque precisamente va a compartirse todo, dentro de lo cual tiene fundamental relevancia la parte personal, la parte íntima, que conlleva no solamente un gran respeto por la individualidad de la persona humana, sino además una gran ternura y sensibilidad, para aceptar gustosamente que ese otro ser humano no sea, en principio, capaz de dar todo lo que de él se espera. Se requiere también una fuerte dosis de paciencia y dedicación, que sólo puede ser producto de un amor verdadero.

No han sido pocos los casos en los cuales un integrante de la pareja, por su naturaleza sensible y tierna, su ignorancia e inexperiencia en la vida sexual, la misma noche de su boda descubre

que su pareja, más allá de la facultad de encantador de serpientes, no es más que un burdo o desconsiderado, capaz de convertir el momento más sublime para alguien romántico, en un acto libidinoso y cruel, sembrador de recuerdos ingratos que marquen de manera negativa y permanente la relación recién iniciada y la cual seguramente no tendrá un buen final.

Especialmente para la mujer, el respeto por su intimidad es muy importante. Pienso que por éste, de alguna manera, la mujer afianza ese poder superior que sólo ella sabe ejercer sobre el ser amado y que nace de esa ilimitada ternura que, luego que se conoce, no podemos abstraernos de ella porque es parte de su ser maternal y como tal también produce un sentimiento de protección. Sobre la profunda diferencia entre el amor de la mujer y la del hombre, yo coincidí plenamente con Oscar Wilde cuando sobre el tema expresaba: *“Cuando los hombres aman a las mujeres sólo les dan un poco de su vida; mas las mujeres, cuando aman, lo dan todo”*.

Es por lo que debemos tener muy en cuenta que esa fuente maravillosa de amor y placer sin límites, como todo en la vida siempre está en peligro de ser perturbada. Por eso requiere una atención especial y permanente. La mujer en la pareja, es similar a una hermosa planta de un jardín tropical. En una época del año se viste de hermosas hojas verdes, en otra se llena de exuberantes flores, y finalmente, produce sus frutos o semillas. En cada una de esas etapas, es hermosa, esplendorosa, reconfortante, pero necesitada de atención y cuidados.

Nosotros, los hombres, somos sus jardineros. Por tanto, estamos obligados a cuidar y atender celosamente de sus bellas hojas. Polinizamos sus flores, disfrutamos de su belleza y aroma, vivimos con el alma cada uno de sus frutos. Si fuere esa la visión que cada hombre o mujer pudiera hacerse de su pareja, no tengo ninguna duda que, salvo contadas excepciones, la relación sería exitosa y permanente; de lo contrario, seguramente será pasajera.

No debemos olvidar que el hacer el amor con nuestra pareja es algo más que un acto corporal, y que más allá de la enorme satisfacción sensorial que nos produce, está imbuida de un mensaje sublime de tipo espiritual de doble vía y sin el cual no puede



mantenerse renovada, porque se afecta en su parte más débil el ingrediente mecánico, netamente material y por tanto frívolo, esencialmente temporal, cual es una necesidad momentánea que al satisfacerse pierde toda trascendencia. Exactamente igual que saciar el apetito por cualquier alimento.

Por eso no debemos olvidar que si lo que ambicionamos es una relación renovada y permanente de pareja, la magia y la vinculación espiritual deben acompañarle; de lo contrario se perderá para siempre. Con toda razón André Maurois decía: *"No basta un gran amor para retener eternamente a la persona que se ama, si al mismo tiempo no llenamos su existencia de un rico contenido, incesantemente renovado"*.

En mi caso, Dios ha sido bueno conmigo y sobre este tema tengo un largo camino recorrido, en el cual he recibido sobradas pruebas de que la ternura del hombre tanto en el matrimonio como en cualquier relación entre personas que se aman, es algo realmente deseado pero también agradecido y largamente compensado. Recuerdo de forma jocosa pero muy grata que en mi primera noche de bodas, luego de la recepción en la casa de mis suegros, ellos se empeñaron en acompañarnos a una ciudad cercana donde habíamos reservado una hermosa habitación de hotel. Llegados allí, nos esperaba una burbujeante botella de buen champagne con la que brindamos emocionados con ellos hasta terminarla.

Luego se despidieron y nosotros decidimos repetir, ya en privado, el agradable experimento y brindamos por primera vez solos, con plena libertad de hacerlo, sin pedir consentimiento ni rendirle cuentas a nadie. Realmente, no recuerdo si terminamos la botella o no, pero lo cierto es que fue mi esposa quien primero se quedó dormida y yo me arrellané a su lado por primera vez con plena libertad y derecho de hacerlo, y me dormí disfrutándolo intensamente.

A la mañana siguiente, al despertarnos y observar que nos habíamos quedado dormidos en nuestra primera noche de bodas, sin haber completado la parte más deseada y agradable de una noche tan especial como ésta, reímos como dos niños e hicimos bromas sobre tan atípica situación. Aseguro que no fue premeditado,

porque deseaba intensamente a mi esposa. Yo ya tenía veintinueve años y una experiencia conyugal anterior, en cambio mi esposa apenas tenía diecinueve añitos de edad y además era asistente asidua a reuniones en el Opus Dei. Dada mi experiencia, para mí era natural que ella sintiera cierto temor de esa primera noche porque nunca había tenido relación sexual alguna, por lo que no la desperté ni insistí en intentar fuera de tiempo algo que, como ya he anotado, deseaba intensamente.

Esa mañana memorable, luego de las risas por lo sucedido, ella me abrazó tiernamente, y sin tocar más el tema sentí sin ninguna duda en su mirada que agradecía el hecho de que yo, aún con todo mi camino recorrido en esa lid y mi deseo nunca ocultado, hubiese respetado su natural timidez y situación embarazosa de esa noche, para que su recuerdo de ninguna manera pudiera ser ingrato. Hoy, luego de más de 35 años, aún con todos mis arrestos masculinos, recuerdo con ternura esa noche y me felicito por mi actitud, pero sobre todo la recuerdo a ella sobre la cama dormida, hermosa, virginal, como un capullo en flor, en espera de abrir sus ojos. Ese día sentí, sin ninguna duda, que había amarrado mi barco... que había atracado en puerto seguro. Pero sobre todo aprendí que la ternura en el hombre, es algo que la mujer recibe como una ofrenda muy especial.

La relación de pareja lo es de dos. Es una permanente y constante relación coadyuvante.

Nunca he entendido muy bien aquellos solterones empedernidos que se excusan para no hacer pareja, por aquello de *"no perder su libertad"*. Pienso que ellos, en principio deben tener un concepto muy propio y seguramente también aberrado de lo que es la libertad. Quizás, en su afán de justificar su falta de amor, valor y solidaridad humana para estar dispuestos a compartir con otro ser humano una relación personal sobre la base de dar mucho sin esperar igual compensación, no se han percatado de que la libertad de actuación individual no es ilimitada. Menos aún, si se trata del comportamiento del hombre en comunidad, o más ampliamente en sociedad.

El ser humano normal es esencialmente gregario. De hecho no fue sino hasta que aprendió a organizarse socialmente, cuando

pudo adquirir la cultura y el conocimiento que hoy le permiten convivir en paz en grandes conglomerados humanos. Sin embargo, existen hombres en todo el mundo que sin que por ello se puedan considerar misántropos, sí se sienten más cómodos alejados de los conglomerados sociales, y hacen vida de ermitaños.

Pues bien, para este tipo especial de personas seguramente el significado o concepción del término libertad, deberá ser absolutamente diferente al de un ser humano que nace, crece y se desarrolla, dentro y con las reglas o normas de una sociedad organizada. En principio, la libertad de este último no es ilimitada, sino que, por el contrario tiene todas las restricciones que le imponen las leyes producto del contrato social que rige las sociedades modernas.

La primera limitación deviene de su propia esencia gregaria, de una norma interna, ética y moral, y reside en el hecho de que no debe realizar ningún acto que perjudique a su comunidad o a la sociedad en general, o de alguna manera afecte la evolución vital o conservación de la vida de su conglomerado. Detrás de esta limitación fundamental, y si se quiere de derecho natural, devienen aquellas que el ordenamiento jurídico ha desarrollado y hace punible su incumplimiento.

Por tanto, debemos aceptar que la libertad del individuo en sociedad no está de ninguna manera exenta de controles o limitantes; simplemente es el ejercicio de un derecho reglado, sobre la base del principio de que mis derechos terminan donde comienzan los de los demás y viceversa. Por lo cual no entiendo en qué tipo de actividades podría un ser humano normal, temer que pueda limitarle el hecho de convivir en pareja. Por el contrario, pienso que no me conviene ninguna libertad que no pueda o deba compartir con otra persona, quizás porque pertenezco al grupo de quienes temen a la soledad. Tratando de encontrarle alguna explicación lógica a tales temores de pérdida de *libertad*, creo que tiene que ver, especialmente en la pareja, con la imposibilidad de mantener relaciones sexuales extra pareja.

En mi larga observación del comportamiento humano, concluyo que el peor enemigo de la pareja como nosotros la

concebimos y aspiramos, por la extraordinaria e indiscutible influencia que en ella tiene la relación sexual, es la renuencia a la exclusividad de la relación monogámica. Quizás, porque pudiera ser que en su origen, los humanos no hubiésemos sido diseñados para ese estado tan especial de compartir nuestra intimidad sexual con una sola persona, cual únicamente puede ser *"aprendido"* sobre una base de tipo cultural, especialmente de carácter religioso.

Pienso asimismo que traemos una carga genética de promiscuidad, exacerbada en el género masculino, la que nos mantiene, desde que nacemos hasta que morimos, en una permanente lucha entre nuestras tendencias originarias y nuestros hábitos, reglas y normas culturales.

No obstante, como he planteado tema tan candente como el de las relaciones sexuales extra pareja, debo aceptar que es en ese único aspecto en el cual realmente el miembro de la pareja tiene limitada ésta, quizás impropriamente mal llamada *"libertad"*, a la cual tan a menudo se refieren quienes como antes indiqué, se niegan a hacer pareja bajo la excusa de perderla.

Como quiera que en adelante trataré ampliamente el tema de nuestras tendencias originarias, en esta parte únicamente me circunscribiré a asegurar que si amamos a nuestra pareja con toda la fuerza de nuestro espíritu y cuerpo, si somos capaces de recordar todos los días de nuestra vida sus muchas virtudes, los innumerables momentos hermosos, felices y deliciosos que nos ha proporcionado; que ella es el refugio de nuestras frustraciones, tristezas y desvelos; que además de todo eso nos ama, conoce hasta el último centímetro de nuestro cuerpo, y por tanto sabe cuándo, dónde y cómo reaccionamos en cada ocasión y a cada sensación, no pareciera muy acertado pensar que alguien, diferente a ella, portadora de un sexo con muy poca diferencia física; además de que esa persona no encierra para nosotros ninguna ternura especial, sino por el contrario sólo responde a un deseo originario, por no decir algo más drástico, pueda de alguna manera tener comparación o prevalecer frente a esa especial comunicación sexual de doble vía (corporal-espiritual), inmensamente reconfortante, y que únicamente se produce en las relaciones signadas por el amor verdadero, sobre la base de la lealtad al ser amado como suprema ofrenda a su personal entrega.

No. Para mí no tiene nada de racional, pero menos aún de lógico. Debe ser por eso que quienes se vanaglorian de sus relaciones sexuales extra pareja con diferentes personas, en su mayoría tienen vidas irregulares, disipadas, llenas de innumerables problemas, y casi siempre terminan sus días solos, tristes, relegados por todos, en asilos para ancianos, carcomidos por los remordimientos de haber tenido a su alcance la felicidad, y haberla perdido por su debilidad frente a sus tendencias más primitivas.

Aquéllos que fueron sus parejas, por virtud de su lealtad y respeto por las demás personas, rehicieron sus vidas con otros que sí las valoraron y les compensaron con la misma lealtad recibida, y quienes, dolorosamente, nada pueden hacer por aquéllos que un día lo tuvieron todo y hoy no pueden disfrutar ni siquiera de ese recuerdo, porque éste es su primer acusador.

Más allá del aspecto puramente originario, a mi manera de ver el asunto y por virtud del aspecto reproductivo de la mujer, el tema de la lealtad de la pareja afecta en mayor grado al hombre que a la mujer. Sin embargo, también ésta es acechada por la tentación a las relaciones sexuales extra pareja, no siempre por los mismos motivos que afectan el comportamiento masculino, sino que algunas veces el motivo de la infidelidad la produce la actitud descuidada, desconsiderada y a veces cruel del mismo hombre que conforma pareja.

Pero tal situación irregular siempre producirá fatales resultados para la relación, ya que en el caso del hombre éste tiene un conocimiento especial de su pareja, y en consecuencia está en mejor capacidad que cualquier extraño de satisfacerle las necesidades tanto de carácter fisiológico como de carácter sentimental y espiritual. Por lo tanto, la probabilidad de que la mujer que convive en pareja encuentre una satisfacción integral en una relación furtiva extra pareja y sobre todo el mínimo de seguridad que le es inherente como necesario a su sexo, es ciertamente remota.

Es una realidad incontestable que en oportunidades los miembros de una pareja, más allá del aspecto sexual, se sienten frustrados o descontentos con la relación que mantienen, al punto de considerar que es una relación que ya no tiene posibilidad de

arreglo. En tal caso, allí surte su efecto la libertad nunca perdida en la pareja. Esa verdadera libertad siempre existente de la cual dispusieron de forma permanente, no para limitarlos en su amor sino por el contrario para ofrecerles soluciones apropiadas a las diferentes situaciones que se presentaren.

Esa misma libertad de hacer las cosas buenas y beneficiosas a cada uno de los integrantes como individualidad y a la pareja como conjunto, les permite la opción de una separación temporal, definitiva, o... el divorcio, lo cual por cierto, es el mayor escollo que podrán encontrar quienes pretendan justificar a la ligera los estados de deslealtad en la pareja; porque así como se tiene la temeraria iniciativa para ser desleal, igualmente se puede tener la valiente iniciativa de manifestar el desacuerdo, y de una manera civilizada y sin herir ni herirse mutuamente, optar por una solución humana a un problema humano como lo es la separación o el divorcio, cuales al final son preferibles tanto para la pareja como para los posibles descendientes y la sociedad misma, a una relación desastrosa, dolorosa y mal ejemplarizante en cualquier comunidad.

El verdadero amor, el amor ideal,  
el amor del alma, es el que sólo desea  
la felicidad de la persona amada,  
sin exigirle en pago  
nuestra felicidad.

Jacinto Benavente





# LA ARMONÍA EN LA PAREJA

En esta parte de mi escrito posiblemente diré verdades que pudieran ser amargas, pero a veces el dolor da inicio a la redención. Como ya lo he mencionado, uno de los estados humanos más difíciles de lograr en perfecto amor y armonía, lo es el estado de convivencia permanente en pareja. Más allá de los muy diversos factores que deben conciliarse en la relación de pareja, tales como atracción física, cultura, educación, costumbres, valores, principios y creencias religiosas –por citar algunas de las más importantes que inciden en gran medida para hacer aún más difícil la relación–, está el hecho de que para vivir momentos ocasionalmente placenteros, y si se quiere de temporal felicidad, no es indispensable que éstos se produzcan en una relación de pareja.

La felicidad es algo que nadie nos puede dar, por ser un sentimiento interno, inmerso en lo más recóndito del cofre de nuestra alma y del que únicamente nosotros tenemos la llave. En todo caso, es la persona misma y nadie más quien decide si quiere ser feliz o no. Lo que sí es cierto es que, quien hace pareja con nosotros, puede hacer aún más feliz cualquiera de nuestros momentos. Pero no va a ser únicamente el hecho de su intención, su presencia, actuación o compañía lo que nos producirá la felicidad. No, quien así piense está errado y seguramente vivirá muchas frustraciones.

Para que esa otra persona que hace pareja con nosotros contribuya a nuestra felicidad –que es lo máximo que puede hacer por nosotros– se requiere como condición indispensable que estemos dispuestos a aceptar que ella puede contribuir a nuestra felicidad.

Por tanto no es la atracción física que nos genere, o la admiración por su brillantez, su conocimiento, virtudes o cultura, o por cualquier otra característica de su personalidad que despierte en nosotros interés, lo que nos hará felices. No, no es así. Todos esos atributos reunidos en uno solo y aún muchos más, no serían suficientes por sí solos para hacernos felices si nosotros como condición indispensable no estamos dispuestos a abrirle nuestra alma y, sobre todo, a aceptarla, sentirla o presentirla como alguien que va a contribuir a nuestra felicidad.

De hecho, personas quienes conforman parejas felices, aseguran que cuando vieron por primera vez a su actual pareja no pensaron que alguna vez pudiera convertirse en alguien tan amado, porque en esa oportunidad no les generó ningún interés especial. En otros casos, personas narran que al cruzar sus miradas por primera vez con quienes posteriormente fueron sus parejas, sintieron una atracción especial cada uno por el otro.

Cabe entonces preguntarse: ¿Qué sucedió en cada uno de estos casos? ¿Qué hizo la diferencia del resultado final? Pienso que cada caso es particular, pero que la relación de pareja en mucho se asemeja a una emocionante aventura que deseamos intentar realizar. Sabemos que iniciaremos una empresa desconocida, riesgosa, emocionante, con eventos inesperados.

En tal evento siempre habrá un primer paso, que normalmente se inicia cuando conocemos a esa otra persona y por quien en la mayoría de los casos sentimos un *filling* especial.

El segundo paso será la etapa de la relación cercana que nos permite el conocimiento mutuo del comportamiento humano, especialmente el carácter, gustos, sentimientos, creencias valores y ambiciones.

El tercer paso se produce cuando la relación avanza, todavía sin convivir como pareja. Allí afloran los mecanismos mutuos de defensa, producto de nuestra formación familiar a veces llena de tabúes, temores y etiquetas sociales. En este tercer paso se manifestarán nuestras actitudes más personales, inclusive aquellas íntimas que fueron impactadas por incidentes de la niñez: domésticos, escolares y familiares, cuales nos marcan de manera inclemente para toda la vida.

Igualmente, en esta fase la pareja deberá superar todos esos escollos que, como en toda empresa valiosa de nuestra vida, requerirá de amor, respeto, paciencia, comprensión, comunicación y, especialmente, aceptación de la condición humana e individualidad de cada uno y que nos hace a todos diferentes. La pareja deberá conciliar todos los factores tanto positivos como negativos, cultivando los primeros y venciendo los segundos en pro de consolidar la relación.

Se hace pareja con la intención de lograr mayor felicidad que permaneciendo soltero. Por tanto, se requiere ser estudioso del comportamiento humano, tolerante del temperamento de la pareja, porque al fin y al cabo será esa actitud siempre reflexiva, imbuida de afecto y a veces hasta de caridad, el único mecanismo humano efectivo mediante el cual es posible entender tanto las debilidades como la grandeza de los seres humanos.

Y es que, si para obtener el grado en cualquiera de nuestras etapas de formación académica donde escasamente se nos prepara para sobrevivir, se nos exige muchas horas de agotador estudio, con mayor razón y justificación requiere de estudio la más importante empresa de nuestra vida como lo es la de vivir con una pareja con la cual compartiremos nuestra existencia en un ambiente de paz, amor, cordialidad, armonía, respeto mutuo, comprensión y emoción por vivir la vida; condiciones éstas indispensables para lograr la tan ansiada felicidad.

Muchas veces he reflexionado sobre el hecho de que en nuestros centros de formación educativa, desde el preescolar hasta los centros de estudios de postgrado, nadie nos habla de la importancia de hacer pareja. Por tanto, nadie intenta ayudarnos a tomar algún conocimiento, que de alguna manera en el futuro pueda auxiliarnos en ese difícil camino de hacer una buena pareja.

Observamos cómo nos enseñan a cruzar la calle, a utilizar los cubiertos, a comportarnos en ciertos ambientes, conducir vehículos y... hasta cómo recoger la caca de un perro en el césped cuando lo paseamos en un parque. Pero nadie nos enseña cómo debemos actuar frente a otro ser humano para lograr generar en él un sentimiento tan grande y maravilloso, que le motive disposición para compartir su vida con nosotros.

Nadie se preocupa por ayudar a los jóvenes a entender que existe algo más sublime, hermoso, reconfortante, permanente, casi Divino, que el mero hecho mecánico de la unión sexual, como lo es el convivir, luchar y progresar en compañía de otro ser que todos los días se transforma en una parte de nosotros mismos, quizás la más querida, con la cual envejeceremos en una comunión de intereses, sentimientos, pensamientos y sensaciones, como lo es nuestra pareja.

No es discutible que mediante la unión de los sexos es como los humanos damos continuidad a la especie. Pero sin el idilio, sin la ternura, sin la pasión por dar amor más que recibir, la relación sexual es sólo un acto originario, reproductivo, si se quiere mecánico, en el cual la sensación máxima de satisfacción es fugaz. A veces el acto sexual, por depender del estado de ánimo de los participantes, no llega ni siquiera a ser reconfortante, por no decir aburrido.

Mi experiencia de más de treinta y cinco años de feliz relación de pareja me ha enseñado que sin ilusión, fantasía y magia, es muy difícil mantener lo que yo he dado en llamar "*el sueño de pareja*", cual es el entusiasmo sexual renovado con carácter de permanencia. Estoy seguro de que mucho ayuda en este sentido, el mantener nuestras fantasías. Eso sí, hay que diferenciar la fantasía de la realidad. La primera es ideal, la segunda real. Por tanto, el secreto es saber combinar nuestras fantasías con la realidad, construyendo la situación con todo lo que se encuentre a nuestro alcance.

Por ejemplo, no dejar morir en nuestro corazón aquella fantasía que vivimos cuando imaginamos nuestro primer encuentro íntimo con el ser amado, porque esa persona es real y está con nosotros, siempre esperando que fantaseemos con ella. ¿Por qué no hacerlo? ¿Por qué dejar que muera el gorrión por no acariciarlo? ¿No es acaso fantástico que entre millones de personas, algunas más hermosas y con más virtudes que nosotros, el ser amado nos haya escogido especialmente a nosotros para entregarnos lo mejor de sí y amarnos de manera exclusiva y por siempre?

¿No fue fantástica acaso nuestra primera relación sexual? ¿La primera sonrisa de nuestro hijo, o su primer balbuceo de papá... o

mamá? O acaso, ¿no es una fantasía maravillosa despertar todos los días desarreglado, despeinado, y que aún en tan terrible facha, alguien a tu lado te susurre: "Te amo"... cuando sabemos que hay millones de personas en el mundo, muy agradables, con poder y riquezas que viven inmensamente solas?

¿Qué fantasía podría ser más hermosa y real que aquella de amar y envejecer con el ser amado?

Cuando se inicia la relación de pareja para aquellas personas que tienen su corazón lleno de amor, también se inicia un maravilloso mundo de nuevas sensaciones. En adelante, compartirán su amor y serán dos, y dos son mejor que uno. Ya nunca más se sentirán solos. En adelante, tendrán alguien a su lado con quien compartir sus alegrías y éxitos. Asimismo, en lo adelante, harán suyo el principio bíblico: *"Si tropiezas tendrás quien te levante, si estás triste tendrás quien te consuele"*.

En una sociedad tan compleja y estresante como la actual, tener una pareja significa muchas cosas más. Es haber ganado una compañera o compañero de viaje largo. Es la seguridad de saber que alguien espera tu llegada todos los días, porque sin importar la hora ni de dónde vengas, allí estará ese otro pedazo de ti para oírte, entenderte, consolarte y amarte, para acoplarse contigo y formar una sola persona. Y, lo más hermoso, es que sólo espera de ti una recompensa que tiene bien merecida: amor, mucho amor y comprensión, cual es algo que no es difícil de dar para algún ser humano normal. Sobrada razón tenía Víctor Hugo cuando pregonaba: *"Dios es la plenitud del cielo, el amor es la plenitud del hombre"*.

Ahora bien, no obstante que no es tan fácil lograr una pareja apropiada, pareciera que es aún más difícil mantenerla. Al menos, mantenerla con la emoción mínima necesaria para que la relación no se haga aburrida o se convierta en un ring de boxeo, con función diaria. En tal sentido, pienso que en la mayoría de los casos, ambos integrantes inician la relación con la firme intención de que sea emocionante y permanente. Pero son tantos los factores incidentes diarios, que se requiere un aplomo especial y un deseo muy fuerte por solucionar los problemas que se presenten, los cuales tendrán

que ver con la relación íntima, económica, de trabajo, y familiar.

Sin embargo, como cada pareja es un mundo personal de sentimientos, sensaciones, ambiciones, esperanzas, sueños y metas, pienso que en ese mundo exclusivo de la pareja existen algunas palabras y frases que son mágicas y que, cuando se expresan de manera oportuna y con el tono apropiado, logran sortear los peores momentos en la relación. Éstas, en su más alto grado son frases conciliadoras que requieren desprendimiento, caridad, valentía y grandeza de espíritu para pronunciarlas sinceramente: *"Te amo"...* *"Perdóname"...* *"Disculpa"...* *"Me equivoqué"...* *"Tienes la razón"...* *"No quise ofenderte"...* *"Te prometo que nunca volverá a suceder"...*

Estoy convencido de que como sucede con muchas máximas, es equivocado pensar que *"amar es nunca tener que pedir perdón"*. Todo lo contrario, yo personalmente pienso que **amar es siempre pedir perdón**, y es que cuando pedimos perdón es porque en primer lugar nos estamos perdonando a nosotros mismos; y en segundo lugar, porque cuando perdonamos confesamos que somos capaces de aceptar a la otra persona como es, que no le guardamos resentimiento, que amamos su individualidad, que la amamos aún con sus defectos y/o limitaciones.

Cuando perdonamos, como quiera que el perdón es Divino, es la ocasión cuando más nos parecemos a Dios.

El pedir perdón al ser amado es un acto de grandeza, hermoso y valiente, inmensamente reconfortante para nuestra pareja. Pedir perdón a nuestra pareja es reconocer que aceptamos gustosos que en oportunidades cometemos errores, pero que tenemos la humildad y la grandeza de reconocerlo, y de tal manera convertirlo en una ofrenda u otra forma más de decir: Te amo por sobre todo, aún sobre mi propio orgullo personal. Y... ¿quién podría resistirse o ser indiferente a tanta nobleza?

Finalmente, creo que la felicidad de la pareja no es ni una ilusión irrealizable ni una entelequia. Pienso que, como todo lo que tiene que ver con el comportamiento humano, en esta vida la felicidad de la pareja se mueve dentro del mundo de las opciones,

de las probabilidades. Los integrantes deciden cuál es la opción que desean tomar, y sobre esa base deben trabajar. Entre otros aspectos, porque a un extraño le es muy difícil ayudar, tratándose de una relación tan íntima.

En esa labor de hacer mejor la relación de pareja, los dos integrantes están absolutamente solos. Es una empresa que a ellos corresponde y en la cual sólo ellos pueden actuar.

Entonces tenemos que, si la opción que toma la pareja es la de crear una relación feliz y permanente, son las herramientas más útiles: el amor que conlleva la ternura, la consideración que conlleva la solidaridad, el respeto que conlleva la lealtad, la consecuencia que conlleva la aceptación, y la comunicación sincera y fluida que conlleva la creatividad. Estas herramientas de utilización fundamental, a su vez se verán auxiliadas por otros sentimientos que se requiere ejercitar a favor del otro integrante de la pareja, tales como la paciencia, la caridad, la humildad, la mesura, la tranquilidad.





“Si yo tuviese profecía y entendiese todos los misterios y toda ciencia y si tuviese toda la fe, de tal manera que trasladase los montes y no tengo amor, nada soy. El amor todo lo sufre, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta”.

Corintios 13



# LA PERMANENCIA DE LA PAREJA

En varias ocasiones he sido objeto de la misma pregunta: *¿Por qué la relación de pareja es tan difícil de mantener de forma permanente?* En cada oportunidad he respondido más o menos lo mismo: Porque se trata del intento de armonizar, de dos personas casi siempre bien diferentes. Se trata del intento de dos personas normalmente de diferentes edades, con diferentes gustos y preferencias. Dos personas quienes nacieron en diferentes lugares, crecieron en diferentes familias, y en algunos casos nacieron y crecieron en diferentes culturas, creencias religiosas y políticas. Se trata del intento de construir una relación armoniosa y permanente entre dos personas disímiles, lo cual, independientemente del nivel de su amor e interés, sin duda requerirá para concretarse de algo más que la buena voluntad de sus integrantes.

A mi manera de ver el asunto, no obstante que tales relaciones son la base de la sociedad civilizada y, de alguna manera de la continuidad de nuestra especie, es algo sobre lo cual en nuestra etapa formativa intelectual nadie se preocupa de enseñarnos con alguna formalidad. Y esta grave deficiencia en nuestra formación pudiera derivarse del hecho de que, quizás ni nuestros maestros ni nuestros padres, en su gran ignorancia sobre el tema, llegaron nunca a conformar parejas bien avenidas y, consecuencialmente no es posible enseñar lo que no se conoce. Siendo el resultado objetivo, el que cuando iniciamos y avanzamos en nuestra relación de pareja, por no tener la formación mínima necesaria deseable, responderemos a cualquier situación típica de manera instintiva o emocional, pero no de forma inteligente o apropiada.

Ahora bien, la mayoría de las nuevas parejas no disponen de la formación o conocimiento aplicable a esa nueva etapa de su vida, como tampoco disponen del conocimiento del uso de las herramientas que les permita amortiguar el choque que se produce entre la fantasía del noviazgo y la realidad que representa una vida en común.

Como consecuencia, no queda más camino que improvisar sobre la marcha las posibles soluciones a los problemas diarios que se presentan, de la mejor manera posible y si se quiere por intuición.

En ese nuevo mundo de realidad al que nos enfrenta la vida en pareja, la diaria lucha por mantener la vida en común ya no responde a una actitud teatral y sin graves consecuencias como lo fue casi una constante en la etapa del noviazgo, sino que, por el contrario, esta situación de realidad conlleva la demostración de la cruda personalidad del individuo dando salida a sus más íntimos, auténticos y viscerales sentimientos.

De tal manera, lo que antes fue una interrelación únicamente orientada a disfrutar de los mejores momentos y presentar el lado personal más positivo e interesante, ahora se convierte en un comportamiento diario de gran atención, cuidado y responsabilidad, cual requiere para ser exitosa, indefectiblemente de formación espiritual, y especialmente, de una concepción clara y transparente de la función que a cada integrante corresponde en la pareja.

Tal formación y conocimiento, que deberá aprenderse sobre la marcha, permitirá disfrutar ese nuevo estado, considerando como un evento positivo y engrandecedor esa toma de responsabilidad, en la vía de evolucionar hacia el logro de una meta de primordial importancia, como lo es el de crear y consolidar un hogar propio, sólido y permanente, cual es el fin último de la pareja.

Aquellas parejas que de alguna manera logran entender la inmensa satisfacción de ser arquitectos de su propio proyecto de vida en común, absorben las responsabilidades de su nuevo estado como un reto agradable de enfrentar, porque avanzar en esa vía es la forma más efectiva y patente no sólo de crecer espiritualmente sino además de demostrar a la persona amada que ella no estuvo equivocada en su escogencia para hacer causa común.

El ejercicio de la función que dentro de la pareja a cada uno le corresponda, más que una actividad obligatoria o impuesta puede convertirse, de acuerdo a su libre albedrío y estado de ánimo, en una actitud voluntaria, reconfortante y agradable, sobre la base de que todos los días representan un nuevo paso hacia delante en el camino de lograr la más cara ambición de la pareja: ***Su Felicidad y Permanencia***

En este orden de ideas, al analizar el espinoso tema de la temporalidad del entusiasmo en la relación permanente de la pareja, no podemos menos que advertir que en el caso de las relaciones accidentales o muy temporales, pareciera ser que no es tan difícil mantener entre dos personas diferentes, una relación armoniosa y emocionante.

Surge entonces otra pregunta obligada: **¿Cuál es el factor fundamental que incide en este fenómeno?**

Pues bien, aislando factores incidentes que contribuyan o pudieren contribuir a disminuir la emoción en la relación de pareja, pareciera ser que el primero es la rutina, que aparece cuando la relación de pareja comienza a prolongarse, cuando es afectada por ese hastío que poco a poco invade la relación.

Seguramente, de continuar el análisis encontraremos otros cuantos factores incidentales que dificultan el mantenimiento constante de la emoción en la relación, tales como la falta al respeto, de comunicación, de aceptación, de solidaridad, de lealtad, y de socorro mutuo, como alimento diario de la relación de pareja. Sin embargo, considero que entre todos, la materia prima fundamental para constituir y mantener una buena relación de pareja blindada contra tales males, lo es el amor. Si el amor que conlleva el respeto se mantiene vivo, todos los problemas tienen solución porque el amor lo puede todo.

El hastío, el tedio, la rutina, la desesperanza, ***se combaten con el entusiasmo, el positivismo, la creatividad y la comunicación.*** Como lo comentaba Nathaniel Hawthorne: *“Las caricias son tan necesarias para la vida de los sentimientos como las hojas para los árboles. Sin ellas, el amor muere por la raíz”.*

Considero importante no olvidar ni por un momento que es una especie de ley natural, aquella que establece que: *todo tiempo es bueno para corregir errores*, así como que: *todo tiempo es apropiado para iniciar una nueva vida*. Por tanto, al momento de decidir el constituir y mantener una relación de este género, ninguno de los enumerados factores incidentes o coadyuvantes a desmejorar la relación de pareja debe generar terror. Entre otras cosas, porque la historia del mundo nos ha enseñado que el bien siempre triunfa sobre el mal, la alegría sobre la tristeza, el amor sobre el odio, y nosotros conocemos el valor del amor.

Tenemos mucho amor que dar, porque fuimos concebidos por amor, estamos hechos de amor, vivimos con amor y por amor. Por tanto, el amor es nuestro escudo, es nuestra fortaleza.

En principio, además de nuestro valor y peso personal, tenemos la ventaja de que para la empresa de hacer pareja no estamos solos, porque para construir la relación en todos los casos habrá dos interesados y, aunque el trabajo fuere arduo, su recompensa será maravillosa. La pareja únicamente requiere y acepta a sus dos únicos integrantes.

En consecuencia, a éstos no se les exige más requisito para tener éxito en la construcción de su propio destino común, que no sea el de tener mucho amor en su corazón, desear amar intensamente y estar siempre dispuestos a dar lo mejor de sí mismos; y muy especialmente, aceptar que los dos son seres humanos imperfectos pero perfectibles, hechos a imagen y semejanza de Dios y, por tanto, por Él dotados de las más especiales capacidades para adaptarse a cualquier ambiente o persona, por difíciles o problemáticos que sean.

Después de tantos años de vivir felizmente en pareja, no tengo duda de que quien pretenda la permanencia en tal relación y haga todo lo humanamente posible por motivar a su consorte, poniendo su mejor empeño podrá lograrlo por siempre y para siempre. Claro está, que los integrantes deben y tienen que funcionar como un equipo. Especialmente con reglas perfectamente definidas y predeterminadas por ambos con plena libertad de actuación, de tal manera que cada uno asuma voluntariamente, con orgullo,

entusiasmo, satisfacción y con total convencimiento de su conveniencia, el rol que en ella le corresponda, sin permitir ninguna posibilidad de competencia en cuanto al nivel de influencia en los logros de tan especial sociedad.

Cualquier logro, cualquier éxito, así como cualquier equivocación, lo será del equipo que funciona concatenado pero no de ninguna individualidad en particular.

En tal orden de ideas, ejemplarizando: si la relación sexual es excelente, no se deberá atribuir de ninguna manera a que alguno de los integrantes pueda considerarse una *“estrella”* en la cama; sino al hecho de que se logra mantener un ambiente de amor, ternura, dulzura, de lo cual deriva un buen acoplamiento sexual.

En el mismo sentido, si los niños son los mejores de su colegio, no puede atribuirse tal actuación exitosa a la consideración de que alguno de sus integrantes es un *“genio”*, sino al hecho de que es apropiada la atención que ambos, padre y madre, brindan a la educación de los niños.

Por el contrario, si los niños son los peores del colegio, la culpa no será de ninguno de los padres en particular, sino que podría tratarse de que no se han puesto de acuerdo en cuál es el nivel de la atención que se debe dar al problema, lo que será una responsabilidad compartida por igual y por tanto se corregirá al evaluar la dificultad y decidir lo que más convenga para solucionar el asunto. Sin duda, que con tal visión de las situaciones que se produzcan en la relación de pareja, se evitará la competencia entre ambos integrantes para ganar honores, evitar imputaciones o desavenencias.

En una pareja bien avenida, debe existir el convencimiento mutuo y constante de que ambos, de la mejor manera posible, hacen todo lo que está a su alcance para que todo funcione bien. En consecuencia, el éxito de la relación y sus resultados, independientemente de la entidad de éstos, serán igualmente compartidos. Las cargas, obligaciones, responsabilidades o beneficios, así como los honores, alegrías o tristezas, deberán ser equitativamente compartidas. Son esos sentimientos de solidaridad en los malos o buenos momentos, los que hacen de la pareja un

sólido receptáculo de las cosas maravillosas que la vida nos ofrece, así como de escudo frente a las adversidades a las cuales siempre estamos expuestos en esta vida. Alguien escribió que: *"La familia que reza unida, permanece unida"*... y pienso que este pensamiento es absolutamente cierto. Pero más allá de la oración en familia, estoy absolutamente persuadido que la unión familiar es la base de todo el éxito de sus integrantes o, por lo menos, al ganar el concurso de todos, hará a los mismos menos difícil cualquier logro y más remota la posibilidad de errar de forma grave.

Finalmente, si usted es de las personas que anhela vivir feliz de forma permanente con su pareja, tenga la seguridad de que es absolutamente posible y que además no es difícil de alcanzar, como esos muchos fracasados andan pregonando por ahí, porque ellos no supieron entender que el amor más hermoso no es el que se recibe sino el que se da.

Usted lo logrará, yo le doy testimonio de que es posible y usted debe confiar en mi testimonio, porque son más de treinta y cuatro años de feliz vida en pareja. Yo le puedo asegurar que es mucho más fácil de lo que se imagina. Solamente se requiere de elementos que usted tiene, que están dentro de usted mismo, de los cuales dispone todos los días, en cada momento.

Especialmente se requiere tener amor, mucho amor... voluntad, mucha voluntad. Se requiere ser un buen soñador, creativo y un poco... loco, porque la gente muy cuerda suele ser a veces aburrida. Sólo se necesita ser capaz de sentir y decir todos los días, en toda oportunidad a su pareja: *"Te amo... te amo como eres"*... *"Amo tu individualidad, amo tus virtudes y tus errores, porque no quiero a alguien perfecto"*... *"Soy tu exclusividad, yo sólo aspiro a tenerte siempre, no necesito nada más"*... *"Te deseo ahora, te deseo siempre, a toda hora"*.

Se requiere también la capacidad de aceptar de buen talante, y si se quiere con orgullo, que su pareja sea capaz de realizar algunas actividades y lograr algunos proyectos con mayor eficiencia que usted. Igualmente se requiere aceptar que no todo en la pareja tiene obligatoriamente que estar vinculado o derivar de la actividad sexual.



Se debe entender y convencerse de que un buen sexo no es solamente una carrera de resistencia, sino que es un acto tierno, delicado, suave, delicioso, lleno de contenido y de mensajes, más allá del aspecto sensorial, el cual no termina en el clímax sino que es un eslabón en esa cadena invisible que se fortalece y hace a la pareja más solidaria, más sólida... impenetrable frente a tantos riesgos que todo los días le acechan.

Por todo eso, le recomiendo que lo intente, que le apueste lo mejor de sí mismo, y si fracasa vuelva a comenzar otra vez... y otra vez. Al fin y al cabo, de su diligencia en este asunto pudiera depender no sólo su felicidad, sino la de esa otra persona quien un día confió en usted y le entregó su intimidad, su amor, su confianza, porque creyó que entre todas las otras personas del mundo, era usted la única persona capaz de amarla con todas sus virtudes y limitaciones... Creyó que era usted, quien podía ayudarla a lograr esa felicidad que ella nunca podría encontrar sola.

Recuerde que esa persona es la misma que usted escogió entre todas las otras del mundo para amarla, honrarla, protegerla y cuidarla siempre en los buenos y en los malos tiempos, con toda su nobleza y su integridad, cuales son atributos que usted heredó de Dios y que le acompañarán hasta el último de sus días.



“Por tanto, dejará el hombre a su  
padre y a su madre, y se unirá a  
su mujer, y serán una sola carne”.

Génesis 2,24



# LA SEXUALIDAD EN LA PAREJA

En alguna oportunidad escuché decir que los problemas más graves de la relación en pareja pueden iniciarse en cualquier parte o a cualquier hora, dentro o fuera de la casa, pero que finalmente terminan arreglándose en la alcoba. Por lo cual, si el problema no se arregla en el lecho, difícilmente tendrá solución. Pienso que esa persona trató de reflejar de manera gráfica la importancia fundamental de la relación sexual en la pareja, y ciertamente no estaba equivocada. Desde mi punto de vista, si bien es cierto que no es el sexo lo único que incide de manera importante en la relación de pareja, no menos cierto que es un factor decisivo.

La sexualidad en la pareja tiene que ver con la parte más íntima de sus integrantes, con sus más caros y respetables sentimientos, como lo son el amor, el ego, la lealtad, la solidaridad, la comprensión y el respeto.

Estos sentimientos van a estar, de alguna manera, afectados en su mayor o menor nivel por otros menos sentidos pero no menos respetables, los cuales van a incidir en mayor o menor grado positivo o negativo en la relación sexual de pareja, como lo son, por nombrar algunos: la emoción, la fantasía, la creatividad y el talante de los integrantes.

De los últimos mencionados, pienso que uno fundamental lo es la creatividad para producir el ambiente mágico, conveniente para ese maravilloso y reconfortante evento: *el acto sexual*. Porque, independientemente de la parte física de los sexos, este natural, pero especialísimo acto en el mundo civilizado, para lograr su máximo nivel

de satisfacción requiere de la magia, del idilio y de la ternura; elementos éstos que desde el inicio de la relación, lucharán contra su peor enemigo: *la rutina*.

Un acto sexual realmente satisfactorio y perdurable en sus más nobles efectos, requiere de otros elementos externos a los cuerpos que intervendrán en la relación, los cuales, aunque no constituyen su núcleo, sí van a definir en mucho el nivel de satisfacción que pueda lograrse. Al respecto, Kostas Axelo sentenció: *“La pareja no se apoya sobre la permanencia del amor y de la sexualidad, sino sobre la permanencia de la ternura”*.

El primer elemento externo lo es el ambiente en el que se va a desarrollar la relación sexual. Este elemento va a estar determinado a su vez por otros, que no por subalternos dejan de ser importantes. El primero debe producirse anticipadamente al momento del acto sexual y corresponde al comportamiento previo de quienes intervienen en la relación.

Así tendremos que en una pareja cuyos integrantes sean normales física y mentalmente, será muy difícil una buena disposición para la realización del acto sexual si uno de ellos ha sido descortés, violento, grosero o desconsiderado con anterioridad inmediata a tal oportunidad. Por ejemplo, si en el día ha habido desavenencias o peleas entre ambos, no será fácil desaparecer todo ese ambiente de guerra y sus secuelas en el alma, únicamente porque el agresor requiera los favores sexuales del otro.

En el caso contrario, cuando antes del momento al acto sexual ha reinado en el ambiente de pareja la cordialidad, la consideración, el respeto y el buen humor, los augurios para el acto sexual a realizarse serán realmente prometedores.

El segundo tipo de elemento externo a la pareja que va a incidir en el nivel de agrado o satisfacción del acto sexual, lo será *“el escenario físico”* en el cual se consumará el acto sexual, integrado entre otros por el lugar escogido para su consumación: la habitación; el lecho, las sábanas, adornos, etc.; los atuendos tales como la ropa interior, cremas, polvos perfumados; los sonidos, como la música u otros sonidos agradables; los olores o aromas, como los perfumes preferidos en el cuerpo de cada uno, o elementos de aromaterapia;

y en fin, cualquier otro elemento que siendo del gusto de ambos, pueda colaborar a hacer más emocionante o mágico el momento, como las flores, o un vídeo que sin ser grotesco, aporte elementos sexualmente emocionantes.

Asimismo, aunque pareciera redundante, es indispensable que la pareja esté absolutamente consciente de que el acto sexual es, esencial e indispensablemente, un acto de dos. Esto es que, si bien es cierto que no es impropia una modalidad de acto sexual más deseado por uno que por el otro, no menos cierto es que para que éste cumpla su función como elemento de integración satisfactoria de los dos cuerpos, deberá ser deseado por ambos. Y es que, la concepción del acto sexual lo es el más sublime, de darlo todo sin ninguna reserva. En consecuencia, aquél que da su amor de la manera más sublime y desinteresada, debería recibirlo de la misma forma.

Por eso decimos que no obstante que en el acto sexual de dos personas que se aman, el mayor interés lo es de prodigar la mayor cantidad y calidad de goce al ser amado, lo ideal, lo conveniente en todo caso sería que cada sujeto de la pareja lo recibiera de la misma manera.

En la relación sexual de la pareja no deben existir reservas, tabúes o limitaciones.

La pareja, mediante una buena comunicación, aprenderá a conocerse en sus sentimientos y también en su cuerpo físico. Así, cada uno de los integrantes de la pareja si es que realmente desea una relación duradera, desde su primer encuentro físico-íntimo deberá dedicar todo su ingenio, inteligencia, delicadeza, agudeza y paciencia, a descubrir las reacciones físicas del otro, así como sus sentimientos, limitaciones y emociones.

Deberá igualmente aplicar todo su intelecto para profundizar, en lo posible, en el alma de su pareja y descubrir sus gustos, deseos, temores, perturbaciones, aversiones o rechazos, con respecto a ese complejo pero maravilloso mundo del sexo.

Deberá asimismo, con la misma dedicación e interés con el cual escudriñó su alma, haciendo gala de su mayor tacto y ternura, descubrir su cuerpo hasta encontrar las zonas más sensibles al tacto,

a los sonidos, a las palabras, a los olores; lo cual le permitirá encontrar sus zonas de aceptación o erógenas, así como aquéllas que de alguna manera le producen rechazo o desagrado. Este conocimiento será fundamental para una relación sexual satisfactoria.

No es de extrañar que una palabra, un sonido, un olor, o cualquier actuación inoportuna o desagradable, produzca rechazo en uno de los integrantes de la pareja y de esta manera se rompa la magia de un momento que auguraba ser especialmente agradable. Por tanto, si tenemos un buen conocimiento de los gustos, deseos, rechazos y limitaciones de nuestra pareja, incluidas sus zonas erógenas más sensibles, estaremos en mejor capacidad de mantener una mejor relación sexual.

Una de las maneras de manifestar el respeto por la pareja, es precisamente atendiendo a estos factores de conocimiento de su personalidad.

Si bien es cierto, que en el acto sexual no existen más límites que los que se impongan de manera espontánea y de común acuerdo los integrantes de la pareja, no es menos cierto que no hay nada más irrespetuoso e indeseable en la relación íntima de la pareja que una actuación de presión, o solicitud inconveniente a la íntima forma de ser del otro integrante. Independientemente de la magnitud del deseo por la relación sexual, es fundamental el tacto para determinar la disposición del otro integrante para su realización.

El acto sexual, por ser el único momento en que los dos cuerpos se hacen uno solo, es de suyo un evento extraordinario. Cumple funciones muy importantes, más allá de la satisfacción sensorial del momento. Es una manera, quizás la más sublime, de decir: *"Te amo, eres especial para mí"*...Es también un acto absolutamente solidario. Es un acto que nos ratifica que no estamos solos, que alguien comparte su tesoro máspreciado con nosotros.

Es un elemento estabilizador emocional. Es un mecanismo mediante el cual damos y recibimos el mayor caudal de ternura; y como acto placentero, es el máximo que puede experimentar un ser humano.



En fin, el acto sexual es la ratificación máxima de que como individualidad de un género determinado, somos incompletos; que indefectiblemente para lograr el máximo del goce sexual, así como de la continuidad de la especie, siempre requeriremos de la persona del otro sexo. Salvo, claro está, en los casos de conductas sexuales atípicas, como podría ser la relación homosexual, respetable por corresponder a la libertad de decisión del ser humano y donde pudiera ser que dos personas del mismo sexo logren complementarse y satisfacerse en su relación física íntima, e inclusive espiritualmente, pero, al menos hasta ahora, no pareciera posible lograrse en tal relación el objetivo de la continuidad de la especie.

En el mundo de las realidades, especialmente en el de la pareja heterosexual, lamentablemente el sexo no es todo lo que de él se espera, ni tampoco se usa en todos los casos de manera apropiada. Sobre el sexo de pareja se ha escrito todo tipo de especulaciones. Desde aquéllas que lo consideran sublime, sin que se nos explique el porqué, hasta los que lo consideran la peor aberración, no por de alguna manera ser contrario a la moral, sino por lo aburrido.

Hay tanto mito, tabú y mentiras sobre el sexo en tal relación, que la situación real se ha dejado siempre escondida bajo las sábanas del lecho, sin duda, para encubrir la insinceridad de sus integrantes. En fin, pareciera que el sexo en la pareja da para todo.

Pero, sin ánimo de echar sal en heridas abiertas, cabe preguntarse: *¿Es realmente sensacional, emocionante, o por lo menos satisfactorio o edificante el sexo de pareja?* Ni siquiera se me ocurre dirigir esa pregunta a algún integrante de una pareja en particular, porque tengo la certeza de que no me respondería sinceramente.

En este tema pareciera difícil para el ser humano ser sincero con los demás, pero también consigo mismo. Hemos llevado a tal extremo la mendacidad, que en ocasiones se nos olvida cómo comunicarnos con la verdad y sin rodeos, hasta con nosotros mismos.

En mi caso, por años he tratado de hacerlo, y hoy, después de muchas luchas conmigo mismo, frente a un ambiente en el cual pareciera ser importante, y si se quiere indispensable, el

comportamiento mendaz, creo haber avanzado bastante como para ser capaz de *no tratar de mentirme a mí mismo*, cual es lo mínimo que en tal camino alguien podría lograr.

Ciertamente, no es posible de ninguna forma mentirse a sí mismo, pero sí es posible sentir que estamos engañándonos sobre algún asunto, como una situación especial que mediante una operación mental se adapta a nuestra necesidad temporal de autoaprobación.

En el tema del sexo en pareja es más lo que se oculta, simula, finge y miente, que lo que realmente se manifiesta al otro integrante.

Es por esa falta de la verdad en la comunicación con la pareja, respecto de las necesidades, apetencias, periodicidad, y fantasía sexual, que la inmensa mayoría de las parejas, ocasionales o permanentes, regulares o irregulares –por no utilizar los términos legales o ilegales–, llegan a convertir un sexo, en sus inicios sublime, maravilloso, emocionante y reconfortante, en un acto repetitivo a intervalos, incompleto, insatisfactorio y sin ninguna emoción o sensación nueva; y cuando no, una competencia de velocidad o resistencia física, cabriolas o actos acrobáticos, a cual más digno del público más desaprensivo de un autocine de los en boga por allá por los años setenta.

La pareja, por falta de formación sexual-espiritual, convierte un acto sublime en un acto, *simplemente rutinario o resignado*. Algo así como el cumplimiento obligado de un deber, carente de la satisfacción de los primeros tiempos, dejando en el alma una sensación traumática *in crescendo* que llega a transformar tal acto, de aburrido o rutinario, en desagradable y frustrante; aumentando la pesada carga de insatisfacciones personales, para hacer aún más lacerantes los sentimientos de autocompasión, tan dañina para el progreso espiritual.

No vacilo en asegurar que los dos más grandes enemigos del sexo de pareja lo son *la rutina y la resignación*.

La práctica de un sexo rutinario o resignado, es ofensivo a los integrantes de la pareja. Si se quiere, podría catalogarse como una forma de *violación a la intimidad de un ser humano*. A mi manera

de ver el asunto, este tipo de violación, completamente premeditada, no tiene mucho qué envidiar a la violación sexual típica de los delincuentes sexuales, porque éstos, en un alto porcentaje, son enfermos sexuales, psicópatas o sicóticos, que de alguna manera responden a necesidades derivadas de su propia patología, que los hace menos responsables de sus actos.

Pero en el sexo aburrido o resignado en pareja, normalmente el acto se realiza por personas mentalmente sanas y con absoluta conciencia de lo que hacen, esto es, contestes de su resultado. Por tanto, no mantengo ningún respeto por los profesionales especializados, quienes aconsejan a sus asesorados la *"masturbación mental"* con un extraño, en el momento de la realización del acto sexual de la pareja, supuestamente para mejorar su relación sexual. Sin ánimo de entablar una polémica sobre el tema, debo manifestar que disiento profundamente de tales *"técnicas"*.

A mi manera de ver el asunto, tal actuación falsa es un acto consciente donde conviven, sin ningún pudor en la actuación física sobre el sexo opuesto, la deslealtad, la mentira, la suciedad y el engaño.

Indudablemente que en esta exposición no me refiero al sexo mecánico, originario, necesario únicamente desde el punto vista fisiológico, sino que me refiero a la relación civilizada del sexo vinculado al espíritu de los integrantes de la pareja.

Y es que en variados casos, en los actos de sexo aburrido y rutinario, en el momento del acto sexual la pareja para crear algún ambiente medianamente propicio a su realización física, en vez de alcanzar éste a través de la creatividad, amor y respeto por su par, por el contrario utiliza mecanismos que violan los sentimientos del corazón, al idealizar y fantasear con su imaginación situaciones mentales con otras personas extrañas a la relación.

En tales situaciones se engaña con palabras bonitas y actuaciones falsas, con lo cual se empaña el alma del sujeto actuante de la pareja, convirtiendo un acto que pudo ser sublime y hermoso, en aberrado y negativo al crecimiento espiritual.

En orden de tratar de ahondar en la idea de aplicar bálsamo en vez poner sal sobre las heridas, respecto del espinoso y casi *"tabú"*

tema del verdadero sexo de pareja, no predicaré sobre una fórmula –que no la existe– para lograr una buena relación sexual de pareja, sino que la intención es aportar ideas que de alguna forma pudieren contribuir a crear expectativas positivas y fácilmente realizables, para alcanzar una mejor relación sexual de pareja.

En tal sentido trataré de exponer de la manera más cruda pero a la vez respetuosa por el lector, lo que en las experiencias de mi vida me ha permitido disfrutar por más de treinta y cuatro años, de un sexo *in crescendo* fantástico, emocionante, renovado, recurrente y reconfortante, imbuido de sentimientos nuevos y maravillosos, donde quizás el factor fundamental ha sido el binomio, oportunamente comunicado, de sinceridad-creatividad.

En ese maravilloso mundo del *sexo sagrado*, –como he dado por llamar al acto sexual que sólo responde a la necesidad insuperable de dar y recibir amor, sin más interés que la transmisión del incomparable sentimiento de compartirlo todo, ni otra limitación que aquélla que nace de la propia espontaneidad–, no puede haber nada que se repute como tabú, prohibido o pecaminoso. Precisamente porque lo que nace del amor se hace por amor y para el amor, de ninguna manera puede ser malo, desagradable o reprochable.

Siempre he estado consciente y la vida me lo ha ratificado en múltiples oportunidades, que el único sexo no satisfactorio, que no pervertido o malo, es aquel que no se practica de común acuerdo porque los integrantes de la pareja que lo realizan están conscientes de que satisface a uno pero desagrada al otro.

Me parece que en la pareja, el sexo cumple funciones fundamentales, entre ellas, la de ser el medio por el cual se continúa la especie. Asimismo, es un medio que nos produce el más sublime de los placeres. Es también un elemento que afecta nuestra psiquis de tal manera que eleva nuestro ego y nos hace sentir especialmente satisfechos con nosotros mismos.

En la vida diaria cumple otra función por demás importante en estos días, como es la de rebajar la presión de los problemas diarios o disminuimos el estrés, siendo que normalmente es bien difícil que alguien que tenga buen sexo no disfrute en la misma

medida de una buena salud. Por lo que podemos decir, sin temor a equivocarnos, que un buen sexo es un índice de buena salud física y espiritual.

Honoré de Balzac, refiriéndose al amor en una relación heterosexual monogámica decía que: *“Es tan absurdo pretender que un hombre no puede amar siempre a la misma mujer, como pretender que un buen violinista no puede tocar siempre el mismo instrumento”*. Yo suscribo de todo corazón esta aseveración.

En una oportunidad, una persona de mediana edad y quien tiene una relación de pareja por más de veinte años, me preguntó que cómo hacía yo para no aburrirme del sexo... *“Igual como hago para no aburrirme de comer los tacos –contesté. Simplemente varío en lo posible su contenido”*...

En tal sentido, como antes lo he expuesto, para hacer el amor de manera constante pero agradable con la misma persona, es muy importante la sinceridad y la creatividad. La sinceridad, en esa comunicación íntima que cuando es inteligente no se contenta sólo con las palabras, sino que nos permite incorporar nuevos elementos a la relación sexual, en obsequio de un sexo menos rutinario donde entrarán en juego todas esas técnicas, herramientas y ayudas que aquí se tratan.

No debemos olvidar que la relación sexual normal siempre es de dos, quienes realizan el acto esperanzados de recibir la mayor cantidad de placer posible. Es por lo cual, la relación sexual, un agradable deber. En ella se tiene el derecho a recibir lo mejor y se tiene el deber de dar de manera idéntica.

No cabe duda que una relación sexual monótona y rutinaria, o con el único fin procreativo, muy pronto dejará de ser satisfactoria para convertirse en una obligación, si no desagradable por lo menos tediosa, con un absoluto desánimo por un nuevo encuentro y que más que un medio de placer será un deber que cumplir.

Por el contrario, una relación sexual inteligente, cual es como decir matizada por la ternura, la emoción y la creatividad, producirá una relación apasionada que nos dejará el deseo de volver a repetirla.

Ciertamente, la relación sexual de pareja, para que sea emocionante y duradera, no es cosa de violencia o de glotonería. Todo lo contrario: *es un ejercicio de ternura, de dulzura, de disfrute gourmet, lento, delicado, considerado... solidario*. Es un camino lento, pero hermoso, vivificante, que se recorre en busca de un apetecido premio, cual en mucho dependerá de las sensaciones que seamos capaces de lograr que nuestra pareja experimente.

Nunca he creído que sean ciertos los mitos de que el tamaño del órgano sexual, glúteos o senos; los gemidos o habilidades acrobáticas; los aditamentos especialmente diseñados para producir placer físico en los genitales, o la experiencia de alguno de los integrantes de la pareja, sean los elementos predominantes o determinantes en la extensión, satisfacción, éxtasis, o deseo de volver a repetir el momento íntimo.

A mi manera de ver el asunto, seguramente que de alguna forma en mayor o menor grado los citados elementos inciden en el acto sexual, pero para llegar al éxtasis que nos satisfaga totalmente y que nos deje el deseo de volver a repetirlo, se requiere como elemento fundamental la convicción de que hemos sido sinceramente satisfechos y disfrutados, pero no mecánicamente manipulados, utilizados, o simplemente servidos.

Una buena relación sexual que se pretenda sea continuada no es algo improvisado sino que requiere del conocimiento de la parte física del cuerpo de la pareja y también de sus temores, tabúes, frustraciones, reservas y limitaciones. Asimismo, requiere el conocimiento de cuáles son sus tendencias, temperamento, gustos, preferencias, deseos y si se quiere, sus fantasías.

De la misma manera es deseable conocer, dentro de lo posible, su parte psíquica o espiritual, de lo cual va a devenir su interpretación personal de lo que de tal acto es aceptable, agradable, delicioso o, por el contrario, indeseable o desagradable por decir lo menos. Con tal cúmulo de conocimientos e información, la pareja está preparada para realizar esa inigualable aventura en toda oportunidad agradable: *"hacer el amor"*.

Pienso que la relación sexual debe tener un cuidadoso proceso de preparación. En ella deben abundar las tiernas palabras y suaves

caricias como parte del muy grato inicio del juego sexual, tomando iniciativas y permitiendo a la pareja tenerlas según sea su temperamento, sin más limitación que aquella que imponga el deseo compartido.

Ya encendida la pasión y extendiendo lo más posible estos juegos iniciales para lograr la mayor excitación mutua, con la misma ternura debe procederse al disfrute de la unión carnal. Sin prisa, sin violencia, con fruición, sin precipitaciones, con el firme propósito de dar más de lo que se recibe.

Llegado el momento sublime de la explosión máxima del amor, debemos recibirla tanto como el más alto premio a nuestra naturaleza humana y en honor a nuestra amorosa constancia, como el reconocimiento a nuestra lealtad y dedicación y, sobre todo, como la ofrenda y expresión máxima de amor de nuestra pareja. El incomparable momento del éxtasis sexual debe renovar nuestro compromiso con nuestro par, de amar y compartir sin egoísmo lo mejor de nuestra existencia.

El acto sexual pleno, es la ratificación de los pactos más sagrados de la pareja. Allí concurren de manera espontánea, nuestros más hermosos sentimientos. Es, si se quiere, un acto de comunión, donde el alma y el cuerpo se unen para decir: **somos uno solo**.

El acto sexual de pareja nos permite aflorar nuestros más hermoso sentimientos. Si es extraordinariamente placentero, sin importar las motivaciones que lo hagan tal, nos transporta a un mundo supra natural, que por segundos absorbe todos nuestros sentidos más allá de nuestra propia conciencia, en una explosión maravillosa que nos eleva por encima de todo lo terrenal a un mundo ideal, de goce sin límites.

Ese placer extremo, ese momento sensacional, altera todos nuestros sentidos y nos hace mucho más sensibles. Definitivamente somos y actuamos de manera diferente a lo normal. Nos liberamos de todos nuestros mecanismos de defensa. Perdemos absolutamente la noción del tiempo. Nos imbuimos de un mundo especialmente sensorial, imposible de definir o determinar con palabras. Seguramente son pocos segundos, pero nosotros no tenemos conciencia real de cuánto es ese tiempo. Es como si la materia y el

espíritu se fusionaran en uno solo. Ascendemos a otra dimensión, sin tiempo ni espacio. Se produce un estallido que nos inunda de forma integral, penetra nuestras venas y nuestro sistema nervioso, y ya no somos más conscientes. Nos movemos, hablamos, suspiramos, gemimos, suplicamos, gritamos o lloramos; todo en una danza de sensaciones inidentificables, completamente extrañas, aquéllas en que se mueve nuestro mundo racional. En segundos producimos el milagro de unir nuestro cuerpo a nuestra alma, para viajar en un mundo mental de luces y sonidos fantasiosos, de idas y regresos, de incoherencias y sutilezas. Simplemente no somos nosotros, al menos no los de todos los días. Ascendemos no se adónde, pero ascendemos a otra esfera por encima de nuestros propios sentidos. Todo lo ofrecemos. Todo lo damos. No dejamos nada para nosotros.

Sin lugar a dudas, cuando hacemos el amor, cuando lo hacemos con esa persona a quien amamos con toda la intensidad de nuestra conciencia, en el momento del clímax definitivamente afloran nuestros mejores sentimientos: volvemos a ser como cuando nacemos, desnudos de cuerpo y alma, puros, prístinos; olvidamos nuestra vida consciente, sus sinsabores, sus tristezas, sus dolores. Ciertamente nos escapamos del mundo real y pasamos a un mundo rosado, de fantasía. Es el éxtasis. En ese mundo especial y diferente donde no tenemos reservas, somos los habitantes de un espacio sin tiempo, que no entendemos bien pero que deja en nuestros sentidos la imperiosa necesidad de volver.

Tal es la elevación de ese momento maravilloso, que cuando por cualquier circunstancia de carácter temperamental, o simplemente accidental no llega a producirnos tales extraordinarias sensaciones, y estando conscientes de que nuestra pareja sí las experimenta, nos da la oportunidad de elevarnos por encima de nuestra propia naturaleza en un acto de máximo desprendimiento, brindándonos la extraordinaria oportunidad de obsequiar a nuestra pareja ese sublime e inigualable momento, compensándonos en el espíritu lo que hubiésemos dejado de experimentar en nuestro cuerpo.

Como el acto sexual de pareja y lo sublime del mismo debe estar orientado a la permanencia en el tiempo, siempre recomiendo



a quienes me consultan, especialmente a las parejas jóvenes, que inmediato al éxtasis sexual se debe producir una expresión tierna de reconocimiento ya con caricias, con un tierno beso, o con palabras de sincero reconocimiento como: *"Te amo"...* *"Eres lo máximo"...* *"Eres incomparable"...* O simplemente: *"Gracias por hacerme tan feliz"...* Porque con tales demostraciones de reconocimiento, estamos diciendo a nuestra pareja, en ese lenguaje especial de los que se aman: *"Tú eres para mí algo más que un medio de satisfacción sexual"*.

Sé, porque así me lo han expresado especialmente damas, que toda la satisfacción y el recuerdo de un buen acto sexual que pudo ser inolvidable, ha perdido su magia debido a la actitud de su pareja, que les hace sentir que fueron utilizadas.

Por ejemplo, cuando inmediatamente de concluido el acto sexual la pareja se da la vuelta sin obsequiar ninguna caricia o articular sonido más allá de un balbuceo gutural a manera de: *"Hasta mañana"*, o un largo y ruidoso bostezo. Tales actitudes terminan asesinando el momento romántico.

Estoy convencido de que el hombre civilizado es la única especie viviente que sublimiza el sexo. Los seres humanos practicamos un sexo muy especial. De hecho, somos la única especie que hace el amor sin la intención única y exclusiva de procrear, sino también con el único fin de obtener y dar placer.

En el ser humano, el hacer el amor es un acto de tanta elevación que no tenemos límite en buscar e inventar sus formas más placenteras. No nos contentamos con realizar el coito de la manera natural como todos los demás animales lo hacen. Sino que, progresivamente hemos hecho del sexo algo idílico, sublime, creativo. Algo más allá de la satisfacción física natural del mero acto copular.

Más allá de cualquier interpretación o especulación psicológica, hemos inventado maneras de hacer el sexo, únicamente aceptables como manifestación de elevación espiritual.

Así, por ejemplo, el sexo oral es una modalidad en la cual eliminamos todos nuestros mecanismos naturales de defensa; y en

la máxima búsqueda de una manera sublime de simbolizar un lenguaje especial, con él simplemente decimos a nuestra pareja: *“No tengo límite para amarte, no hay nada que deje de hacer por ti, todo lo que hago por ti es sublime... Toda tú eres un disfrute para mí”*.

Por su parte, quien recibe el sexo oral lo siente como la mayor ofrenda, como algo supra natural; algo que no es instintivo ni originario, sino creado, inventado, especialmente diseñado para expresar amor, emoción sin límites: **entrega total**.

Es por lo expuesto que en el mundo íntimo y personal de la pareja, es demasiado subjetivo hablar de *perversiones sexuales*. Pienso que cuando el acto sexual es deseado y compartido por ambas partes, todo está permitido. Si alguna limitación pudiera existir, lo sería el rechazo a su realización por parte de alguno de sus integrantes. En todo caso lo que pudiera ser pervertido, dependiendo de la mentalidad de los integrantes de la pareja, sería que alguno de sus integrantes o ambos, sobre la base de una concepción mojigata, mantuvieran un acto sexual *“normal”*, pero en su fuero interno al no conformarse cómo lo realizan, mentalmente fantaseen con una relación sexual menos *“normal”* pero más emocionante con otra persona; como podría ser precisamente la fantasía sobre el sexo oral que por su inhibición o no tener una iniciativa sexual cónsona con sus deseos, no lo manifiestan o inducen en su pareja, quien pudiera ser que no sólo gustosa aceptaría sino que además lo agradecería.

***Por tanto, no debemos olvidar que en la mayoría de los casos del sexo en pareja, la diferencia respecto del nivel de goce y permanencia va a depender de cuán sinceros y comunicativos podamos ser con nuestra pareja; aceptando que cualquier iniciativa en este campo debe ser gustosamente recibida, evaluada, y de ser posible practicada.***

Entre otros aspectos positivos, porque en mucho va a depender de esa libertad de acción e iniciativa íntima, el deseo sincero de producir nuevos encuentros del mismo género, los que por su especialmente grata experiencia combatirán esos enemigos silenciosos pero siempre acechantes en la relación: el hastío, la rutina y la resignación.

Abundando respecto del tema, estoy absolutamente persuadido de que cualquier problema de pareja es solucionable, en tanto y en cuanto sobreviva la emoción sexual. Cualquier disgusto, desavenencia, mal entendido, depresión, frustración, o mala situación económica, es subsanable si persiste en la pareja la atracción físico-espiritual. Al punto de que, en muchos casos, las reconciliaciones que siempre terminan en la alcoba llegan a ser tan reconfortantes, que pudiera ser que en el futuro llegaren a producirse situaciones problemáticas, únicamente por el deseo inconsciente de disfrutar de las bondades del acto reconciliatorio, cuyo recuerdo se encuentra escondido pero activo en la memoria.

Pero si por falta de creatividad, inhibición o falta de libertad de acción, el deseo sexual se desmejora o muere, la situación *in crescendo* se hace insostenible; y lo que en el pasado fue hermoso, emocionante y reconfortante, se convierte en algo desagradable, indeseable, casi como una tortura que termina si no acabando con la relación, por lo menos pervirtiéndola al convertirla más que en un acto sublime o agradable, en un deber de desagradable cumplimiento obligatorio.

Y es que mientras se mantiene el fuego del amor, nos esforzamos por producir el mayor placer posible a nuestra pareja, procuramos entenderla hasta en su más mínimo detalle, luchamos por sobrellevar sus caprichos o incomprensiones. Simplemente la aceptamos como es en lo más profundo de nuestro ser y, a veces, inclusive, cerramos nuestros ojos a sus zonas erróneas, haciendo hasta lo imposible por ayudarle a ser mejor.

Por el contrario, si se deja morir esa emoción de amar intensamente, iniciamos una situación personal también progresiva que nos lleva a calificar de manera interesadamente negativa todas y cada una de las actuaciones de nuestra pareja. Con el resultado de que, también progresivamente, descubrimos todos sus "*defectos*", cuales no son más que las mismas actuaciones que en el pasado nos parecieron normales pero que hoy, negativamente influenciados, no sólo nos parecen inconvenientes o desagradables sino en algunos casos hasta grotescas.

Así nos enfrentamos al evento más desagradable en pareja: vivir al lado de alguien que no nos realiza material y espiritualmente.

Tal nueva situación, si se permite que continúe, en principio es un acto masoquista porque nos hace daño, pero en segundo lugar es un desperdicio por partida doble porque, como quiera que cada integrante de la pareja tiene sus propios defectos y limitaciones, también sus virtudes y especiales aptitudes, siempre habrá más de una persona fuera de la pareja que bien podría estar interesada en tales virtudes y aptitudes.

Por tanto, de continuar en una relación tan inconveniente para ambos únicamente por mantener la fachada de pareja, además de perverso es atentatorio contra la libertad y felicidad de sus integrantes, quienes de no decidirse a terminar tal enfermiza relación, continuarán haciéndose daño hasta que un día, de forma manifiesta o soterrada, el amor inicial irá transformándose en un sentimiento confuso de rencor y, si se quiere, de odio. Esto, porque con razón se culparán mutuamente de haber sido la causa de haber perdido los mejores años de su vida, en los cuales pudieron haber disfrutado y vivido hermosos momentos y agradables sensaciones, que al menos mientras dure el trauma parecieran en el futuro inalcanzables.

En el sentido de lo antes expuesto, en oportunidades he oído comentarios donde una persona se queja de que *"ha perdido su felicidad"* por continuar unido a su cónyuge con quien únicamente tiene peleas, porque la emoción del amor hace tiempo que murió. Cuando les he interrogado sobre el porqué no se separaron a tiempo, me han respondido que no lo hicieron por *"mantener la relación"* o *"por los hijos"*. Tal respuesta me parece la mayor demostración de hipocresía, cobardía y desamor por la pareja y por los propios hijos.

Es evidente que el peor daño que puede hacerse a quien un día amamos, es mantenerla atada a nuestro lado cuando la relación se ha convertido en un infierno. Entre otros aspectos, porque mientras persista esa perversa relación íntima, su ego estará tan desmejorado que ella no tendrá la más mínima confianza de poder rehacer su vida.

Respecto de los hijos, tampoco es un secreto el conocimiento de que, el mayor daño que se le puede hacer a la psiquis de los niños, es mantenerlos en un ambiente donde los padres habitualmente viven en una constante discusión y pelea.

Pero también es una forma paulatina de suicidarse moralmente, ya que la frustración y perturbación que producen tales estados de ánimo afectan el carácter, desmejoran la propia condición humana y ponen el ego en su más bajo nivel; todo lo cual se reflejará en sus actuaciones, alejando en consecuencia las posibilidades de que alguien valioso y feliz pueda interesarse y de tal manera ayudarles a recuperar la felicidad perdida.

Es por eso que en tales situaciones, por cierto bastante comunes en estos días, en un último acto de valentía y decisión, en honor al recuerdo de los buenos momentos vividos, es un deber el hacernos felices y ayudar a ser felices a los demás, especialmente sin ningún resquemor o resentimiento en nuestro corazón a quien una vez nos prodigó amor y obsequió hermosos momentos.

En tal caso, deberíamos terminar la relación que ya no cumple la función para la cual fue creada, y de tal manera darse y darle a la otra parte la oportunidad de rehacer su vida con otra persona que, sin importar cuáles sean sus motivaciones, en ella pueda encontrar la realización material y espiritual que no pudo lograr en nuestra compañía.

Seguidamente, luego de un acto íntimo de perdón de doble dirección (perdonando y perdonándonos), olvidar y echar fuera las frustraciones y los traumas del pasado, reflejando en todos nuestros actos nuestro amor por la vida, abriendo nuestro corazón y nuestra alma a un mundo que está esperándonos con los brazos abiertos, lleno de buenas personas dispuestas a compensarnos por los malos momentos pasados. Un mundo lleno de personas quienes sólo ambicionan encontrar a alguien como nosotros, dispuesto a hacer causa común en busca de una vida mejor.

En tal situación no debemos olvidar que nuestros ojos son el reflejo del alma, vale decir, la ventana por donde las personas pueden atisbar hacia nuestro fuero interno.

***Por tanto, debemos recordar que si somos optimistas, alegres y felices, ésa será la sensación que reflejará nuestra imagen. Asimismo, si estamos perturbados, deprimidos, malhumorados o***

*desconfiados, esa misma sensación será recibida por aquéllos que nos traten, quienes seguramente sentirán nuestras malas influencias, y en vez de acercárenos procurarán ponerse a prudencial distancia, precisamente para no contaminarse con nuestra negatividad.*

“En cuanto se concede a la mujer  
la igualdad con el hombre,  
se vuelve superior a él”.

Margaret Thatcher





# DERECHOS EN LA PAREJA

El tema del desequilibrio en la distribución de las cargas, derechos y obligaciones a los miembros de la pareja heterosexual latinoamericana, me lleva a tocar un espinoso tema, el cual seguramente producirá desagrado en mis congéneres hombres hacia mi persona, lo que sinceramente lamento. Pero dado el caso, estoy dispuesto a soportarlo. Precisamente, una encuesta por TV que cubrió el universo de la nación venezolana, nos informaba que los salarios para idénticas actividades, en el caso de las mujeres lo eran el 30 % ó 40 % más bajos que los que devengan los hombres.

En el mismo sentido, en la Asamblea Nacional venezolana (Congreso), el número de mujeres no llega ni al 20 por ciento del total de los Diputados. En cuanto a las Gobernaciones de los Estados, los hombres copan el 95 %, quedando para las mujeres un escaso 5 %.

Pues bien, de continuar analizando respecto del género, quiénes ocupan los cargos y actividades más importantes y mejor remuneradas del país, tales como: Magistrados del Tribunal Supremo de Justicia, Consejo Nacional Electoral, Rectores de Universidades y Colegios Universitarios o Presidentes de Corporaciones Públicas y Privadas, difícilmente variarían los porcentajes señalados.

Aún en el inicio del siglo XXI, no obstante los derechos y libertades que paulatinamente ha ido logrando ejercer la mujer y la universal demostración de su capacidad en las más diversas actividades, que en muchas oportunidades supera la de los hombres, persiste una concepción anacrónica y si se quiere atávica sobre la

distribución o asignación de responsabilidades y su contraprestación económica en función del sexo.

Tal discriminación no tiene otra explicación que no sea la de un machismo atávico y exacerbado en perjuicio de la mujer, quizás derivado de un temor cerval a que las féminas puedan demostrar que en casi todas las actividades, están en capacidad de igualar y quizás de superar a los hombres.

Ahora bien, como quiera que la pareja de alguna manera es reflejo del comportamiento del conglomerado social, ésta no escapa a tal tendencia; y por tanto, en la mayoría de los casos y salvo raras excepciones, la mujer lleva la mayor carga de trabajo, atención al hogar y fidelidad conyugal, con muy poco reconocimiento por su ardua labor. Esta situación tan común en las parejas, a mi manera de ver el asunto es uno de los factores de mayor incidencia en aquéllos que generan las malas relaciones de pareja y los cuales en algunos casos logran acabarla.

Así tenemos que, es permisible al hombre cualquier desliz, inclusive relaciones íntimas temporales extra pareja, sin más consecuencia que una discusión acalorada o a lo sumo una reprimenda sin más consecuencias graves para él. Pero si de la mujer se trata, entonces la cosa cambia radicalmente. De hecho, a ésta le está prohibido siquiera admirar u observar con interés a cualquier otro hombre, so pena de ser calificada de la manera más severamente peyorativa.

Conozco de un caso donde se inició una pelea de pareja cuando el hombre fue pillado a punto de besar a una vecina a quien constantemente piropeaba a discreción, no obstante la ira y los reclamos de su consorte. Situación, por supuesto, muy simple de resolver. Bastó para ello con argumentar un tropezón accidental... y problema resuelto.

En situación similar, de haberse tratado de la mujer, aún en la situación más obvia de ausencia de cualquier intención, todo habría cambiado radicalmente. En tal supuesto, al explotar la ira de *Neptuno* no se aceptarían explicaciones de ningún género. Entre otros argumentos muy masculinos, porque a todo evento: *"La mujer del César no sólo debe ser casta, sino parecerlo"*, sin que a nadie

importe si “el César” es un libidinoso ebrio, quien danza en cueros entre sus esclavas y cortesanos, sin cuidar para nada de su apariencia y majestad.

En el caso arriba expuesto, la pareja no sólo recibiría la reprimenda del siglo, sino que tendría que cargar ese “*sanbenito*” durante quién sabe cuánto tiempo. Seguramente, en adelante para evitar reprimendas que pongan en riesgo su relación, antes de salir de la casa cuidaría celosamente de otear el horizonte para asegurarse de que su vecino se encuentre a más de 50 pasos de distancia y, si fuere posible, salir mirando hacia otro lado no vaya a ser que su pareja, quien demuestra especiales facultades de perfecto “*observador de la conducta femenina*”, haciendo uso de tan especial capacidad presenta una situación “*previamente preparada*” como parte de un “*malévolo plan de infidelidad conyugal femenina progresiva*”, y entonces las cosas podrían pasar a mayores.

En el mismo orden de cosas, no es extraño que a menudo escuchemos decir, inclusive a mujeres, que tal o cual dama es una “*mala mujer*”, porque siendo madre de dos hijos solicitó y obtuvo el divorcio, sin considerar que sus hijos crecerían sin la “*tan necesaria salud mental que genera la imagen paterna*”.

En tales casos nadie se pregunta los motivos que originaron tan grave decisión por parte de la mujer, o cuáles fueron las circunstancias que originaron tal nivel de frustración para que la dama tomara tal decisión. Ni por un momento interesa a la destructora crítica, cuál era el comportamiento del hombre para con su mujer y sus hijos, su responsabilidad y cumplimiento con los deberes maritales, su trato diario con ellos. Nada, a nadie le preocupa la actuación previa que produjo el rompimiento.

Todos, al presumir una aberrada obligación de “*sacrificio*” de la mujer, la condenan de manera automática en pro de justificar al defenestrado consorte. Todo sobre la base de una *especial responsabilidad* de la mujer, creada en ese código no escrito que mantienen mis congéneres miembros del sexo masculino, que durante siglos ha regido la conducta en familia.

En el caso propuesto, en cuanto al análisis del comportamiento femenino, de manera solapada se le cuestiona a la mujer el hecho de

haber tenido la valentía de intentar y lograr un divorcio, lo cual se supone que es una iniciativa monopólica de los hombres en defensa de su "honor"; supuesto valor éste que también pareciera ser exclusivo del sexo masculino. No importa en el caso bajo análisis si el marido era un atorrante, quien había convertido el hogar en un infierno tanto para su pareja como la de los indefensos hijos.

Nadie siquiera especula sobre el acierto de que, está comprobado que la única imagen paterna que beneficia a los hijos, es aquélla que representa la diligencia, ternura, coraje y aplomo de un buen padre de familia. La otra, la imagen del padre dictador, pependenciero, soez, irrespetuoso, irresponsable y violento, con lo único que puede contribuir en la formación mental de unos niños menores, y aún sin suficiente uso pleno de la razón, sería en todo caso a su insania mental, pues lo menos que pueden absorber de tales deplorables actitudes sería un mal ejemplo que pudiere afectar negativamente su vida futura.

Tampoco es diferente la situación en lo relativo al trabajo o ejercicio de la profesión de los integrantes de la pareja. En el caso del hombre, éste se "sacrifica" trabajando o ejerciendo su profesión para traer el sustento a la casa. Por tanto, con tal premisa que es ley en el hogar, a su arribo a la casa, si es que ya regresó la esposa de su trabajo o ejercicio profesional, la casa debe estar impecable, la comida preparada, y si fuere posible, la bata y las pantuflas prestas para el descanso de "el guerrero".

Y, desde ese momento hasta la mañana siguiente cuando la mujer madruga para alistar los niños para ir a la escuela, prepararle el infaltable cafecito, previo haberle preparado cuidadosamente su vestimenta... "el guerrero" descansa.

Al levantarse en la mañana, todo deberá estar en regla: los niños preparados a tiempo para la escuela; el cafecito a tiempo, la camisa planchada y el desayuno presto. Caso contrario, arderá Troya: "Nadie en esta casa considera mi esfuerzo de todos los días por traer el sustento al hogar" –se lamentará el interfecto. "No importa que mis mejores años los dedique por completo a tratar de lograr el éxito por ustedes"... y así continuará hasta el momento de la

despedida, cuando seguramente sustituirá un amoroso beso a su pareja por un portazo de marca mayor.

Por su parte, la rutina de la esposa, si es que comienza a trabajar más tarde que el marido, es la de levantarse a las cinco de la mañana, preparar el café, despertar a los niños, vestirlos, preparar sus emparedados, revisar los morrales con los libros, escoger cuidadosamente la ropa del marido y ponerla en *"su santo lugar"*, donde éste gusta encontrarla.

Al mismo tiempo, porque sólo le queda una hora, prepararle el desayuno al esposo, poniéndose a intervalo sus piezas de vestir, maquillaje, etc., para estar en la mesa a la hora cuando éste se siente a desayunar y cuando posiblemente reclamará que no le trajeron su diario, el cual, sin importar que en la noche hayan caído diez centímetros de lluvia, la esposa debe recoger del jardín donde el repartidor de periódicos lo tiró desde tempranas horas.

Al final, luego de recordarle que es importante que al salir del trabajo, por favor asista a la Asamblea de Padres convocada por la escuela de los niños, es posible, si es que la esposa está de suerte ese día, que fugazmente su *"guerrero"* le obsequie un beso más de hermano que de esposo, con un hasta luego que es más un bostezo que una despedida.

Luego ella, contrariando todas las reglas *"anti-speeding"* y jugándose la vida, como todos los que corren a altas velocidades, alcanzará el autobús conducido por un buen hombre, quien ya conoce la rutina y retarda un poco la salida para darle chance de subir, a *"la señora"*, quien todos los días le da amablemente las gracias y ofrece las mismas disculpas.

En la tarde o a la noche, según el turno que trabaje, la esposa regresará molida a preparar a velocidad de rayo *"el descanso del guerrero"*, con la esperanza de que su suerte de hoy sea mejor y cuando él llegue haya finalizado su programa favorito de TV, única posibilidad de que tan cansado *"luchador de todas las batallas del día"* no se lo interrumpa.

Y si su día es extraordinario, quizás no arme un berrinche porque los niños no tuvieron las mejores calificaciones, o

simplemente porque no se pudo pagar a tiempo una factura, sin importar comprobar que en la chequera no hubiese ni un centavo.

En alguna oportunidad pudiera ser que el sacrificado *"guerrero"*, dentro de sus múltiples y muy importantes ocupaciones del día, hubiese encontrado un pequeño espacio para acordarse de su fiel compañera, y entonces le traerá algún obsequio como un par de guantes de tela acolchada adornada con florecitas rojas y verdes (amor y esperanza) o algo así, para hacer menos duro su trabajo. Pero unas flores, un *"te amo"*, un *"gracias por ser mi esposa"*, o *"gracias por dedicar tu mejor tiempo a los niños"*, no surge ni por equivocación. Al fin y al cabo, el *"guerrero"* es él, no ella; y los guerreros sólo dicen *"te amo"* en las películas donde además siempre hay una *"heroína"*.

En la vida real, la de todos los días, en la pareja siempre hay un *"guerrero"*, pero una heroína, muy difícil. La atención permanente a los niños, el trabajo, el cuidado de la casa, y sobre todo, la atención al exigente *"guerrero"*, no da a la mujer tiempo de estar tan bella como las heroínas de las películas, quienes hasta cuando lloran se ven sexy.

Ninguna de esas condiciones especiales que hacen de la mujer una *"heroína"*, se pueden lograr sin tiempo disponible.

Y es que ella puede serlo todo, menos heroína. ¿Quién ha visto a heroínas con tan escaso *"charm"*? ¿Sin un traje que muestre más de lo que esconde o sin maquillaje con lucecitas y estrellitas? No, las heroínas huelen a flores de azucenas y tienen una cabellera espectacular al gusto de todos los caballeros, sin importar si la cabellera es postiza o prestada, lo importante es que a todos atrae.

¿A quién se le podría ocurrir que el olor a cebolla sirva para algo más que no sea para un buen estofado? O que cuando la niña de tres años está a punto de demostrar sus cualidades de mujer maravilla, saltando desde la ventana de la cocina con peligro de estrellar su crisma contra el piso, la pobre mujer, quien sí es una maravilla para atraparla en el aire antes de que quede como una estampilla, pueda ocupar su tiempo en maquillarse y perfumarse para esperar a su *"héroe"*, quien como siempre llega tan cansado,

que ni siquiera lo nota?

Después de todo lo escrito, mi reflexión es obligada: ¿Será que cuando Dios nos hizo hombres nos inculcó unos tantos centímetros cúbicos de cretinismo, o que somos idiotas por vocación? Tenemos a nuestro alcance y para nosotros, ese maravilloso ser que es la mujer, porque Dios quizás sobrestimándonos nos la puso a nuestro alcance para que fuera nuestra compañera, nuestro complemento; pero por si fuera poco, le dio un alto porcentaje de masoquismo como única posibilidad de poder soportarnos, y le encomendó además la misión más hermosa y trascendente que cualquier ser humano pudiese tener: crear seres humanos, incluso ese raro espécimen que somos los hombres, con lo cual asegura la continuación de nuestra especie y, para los que amamos intensamente y creemos en el amor, la continuidad de nuestro amor en el tiempo.

Independientemente de tales exclusivas cualidades que adornan a la mujer, ésta se cree nuestros cuentos, nos regala su máspreciado tesoro: su intimidad, nos mimas, nos hace creer que es cierto que somos héroes y nos obsequia hermosos hijos, a quienes superando cualquier sacrificio mantiene en su vientre durante nueve largos meses, pariendo finalmente con dolores tan intensos, cual si nuestra función como hombres hubiese sido traerlos al mundo en tales condiciones, de lo que no tengo duda que hace mucho tiempo la raza humana se habría extinguido precisamente por falta de nuevas generaciones.

Cada vez que me hago estas reflexiones pienso que en algún recodo del camino del desarrollo de nuestro comportamiento social, a los hombres se nos extravió la capacidad de entender ese maravilloso manantial productor de hermosas sensaciones y maravillosos momentos, representado en el alma de la mujer. Más allá de un torpe autoendiosamiento y un ego enfermizo, en su más alto porcentaje los hombres con respecto a la mujer, no tenemos idea de lo que es nuestra función.

Por lo tanto, tampoco nos preocupamos de investigar cómo se comporta el alma femenina, desconociendo por completo cómo funciona su complejo mundo de acciones y reacciones. Y lo que es más grave, pareciera que no nos interesa en lo más mínimo

permitirles que nos manifiesten con sinceridad, cómo son, qué sienten, qué desean y cuál es el comportamiento que esperan de nosotros.

Quizás, porque en lo más íntimo de nuestra alma tememos tener que aceptar que la mujer no nos pide grandes sacrificios o actitudes muy difíciles de cumplir, o que para satisfacerlas no requerimos aplicar fórmulas complicadas sino simplemente el sentido común, del cual estamos tan escasos. De la observación diaria de la relación de pareja podemos colegir, que una mujer normal que ama sólo exige y espera de ese hombre a quien ha escogido para hacer vida en común, la justa compensación de sentimientos. Vale decir, reciprocidad de acciones y reacciones: amor por amor, consideración y respeto por consideración y respeto, lealtad por lealtad, y una sincera y permanente comunicación.

Y es que la sinceridad debería ser compensada por sinceridad, y el esfuerzo por actitud similar. Los hombres deberíamos estar conscientes de que no vinimos a este mundo para aprovecharnos de los sentimientos y la ternura de madre que todas las mujeres anidan en su alma. Los hombres vinimos a este mundo para amarlas, para protegerlas, para ayudarlas, para cuidarlas; pero sobre todo, los hombres vinimos a este mundo para complementarlas, y junto con ellas hacer una unidad monolítica que nos permita a ambos realizarnos material y espiritualmente, cual es lo que todos ambicionamos y que se conoce como el sentimiento de *la felicidad*.

Para eso fuimos creados, y sólo deberían llamarse hombres, aquéllos que tienen el valor de aceptar con satisfacción, que para quienes vinimos a esta tierra equipados con un buen equilibrio hormonal, sólo en la maravillosa compañía de una mujer vale la pena vivir, porque por nuestra propia naturaleza sólo en su compañía podremos lograr nuestro fin último: *ser felices*.

Para finalizar este capítulo quiero dar un voto de confianza a esa especialista en distribución del tiempo que es la mujer contemporánea, quien luego de más de cien años de luchas hoy sabe ser esposa, madre, profesional y/o trabajadora a la vez, quedándole en muchos casos tiempo para realizar actividades de



caridad y política, sin solicitar por ello un reconocimiento especial de parte de los hombres.

Asimismo, debo manifestar que declaro de la manera más contundente mi rechazo a los hombres que, más allá de su exagerado ego y preocupación permanente porque en alguna instancia de la vida de alguna manera puedan ser superados por la mujer, esconden sus personales temores detrás de una actitud desconsiderada e injusta frente a sus parejas, perdiendo la interesante oportunidad de compartir con ellas el mundo maravilloso de su inagotable don de amar.

A estos hombres les recuerdo que siempre hay tiempo para empezar. Que siempre hay tiempo para remendar nuestros entuertos. Que no es un error decir: "me equivoqué", sino por el contrario, pudiera ser el acto más inteligente porque es el primer paso para enmendar lo errado.

Que los hombres tenemos una gran ventaja, que grafica perfectamente el viejo apotegma de que: *"Los hombres siempre quieren ser el primer amor de una mujer. La mujer más inteligente, prefiere ser la última aventura de un hombre"*. Por tanto, debemos aprovechar esa ventaja y tomar ese último vagón del tren de nuestra felicidad, porque reconociendo lo que somos realmente, abrimos el camino a lograr de nosotros el desarrollo de nuestra máxima capacidad, especialmente la de amar.

Seguramente, si lo intentamos sin considerar nuestros errores pasados, ella no nos va a rechazar. Allí estará, como siempre, esperando hasta el final, con el amor de madre, con la solidaridad de la hija, con la paciencia de la esposa. Siempre esperando por lo que sabe que le corresponde: ***su última aventura llena de amor sincero, sin reservas, sin condiciones, permanente, seguro, con el alma y con el cuerpo.***



Cuando la edad enfría la sangre  
y los placeres son cosa del pasado,  
el recuerdo más querido sigue siendo  
el último y nuestra evocación más dulce,  
la del primer beso”.

Lord Byron



# LOS AÑOS DORADOS

Aunque reconozco que no es fácil el acoplamiento de dos personas diferentes para vivir una misma vida, como un mensaje de esperanza, sobre la base de mis propias experiencias, debo asegurar que estoy absolutamente convencido de que cuando se tienen metas comunes e intereses compartidos, dos personas dispuestas a dar lo mejor de sí y sin esperar más de lo que dan para vivir una vida mejor, pueden lograr más temprano que tarde llegar a ese estado de comprensión total y donde las manifestaciones del amor ya no son únicamente aquéllas exclusivamente guiadas por la emoción o la pasión fogosa, a veces irreflexiva de los primeros tiempos.

En ese diario compartir experiencias y vivencias, mejores o peores, en los integrantes de la pareja se crea una especie de hermandad más allá de cualquier consideración subalterna, suficientemente fuerte y capaz de capear cualquier temporal, donde la lealtad se hace integral y el amor se llena de una gama interminable de manifestaciones, cuales todos los días dan la oportunidad para mirar atrás, evaluando lo andado sin dolor, frustración ni tristeza. Porque no importando cuánto ha costado el resultado de haber creado una familia, continuar juntos compartiendo todo como una sola persona, siempre nos indica que todos los esfuerzos valieron la pena.

Es que, el transcurrir de los años va enriqueciendo paulatinamente nuestro nivel o capacidad de disfrutar de la vida. Inicialmente, la juventud, el empuje, la vitalidad, los deseos de lograr satisfacer nuestras necesidades y las de nuestra familia lo

más pronto posible, no nos da tiempo para pensar en otras cosas reconfortantes, más allá del diario batallar con y por la subsistencia

Luego, cuando crecen los hijos, se educan y vuelan como las aves buscando su propio rumbo. Entonces se tiene tiempo... mucho tiempo, bastante tiempo para pensar, para meditar, para revisarse y, si se es inteligente, para reinventarse. Al fin y al cabo la pareja son dos; dos que comenzaron y dos que deben terminar de la misma manera: juntos.

Y dos son mejor que uno. Sobre todo para hacerse compañía, para ayudarse, para complementarse. Henri Bordeaux decía que: *"Durante la juventud creemos amar, pero sólo cuando hemos envejecido en compañía de otro, conocemos la fuerza del amor"*. En mi personal criterio, es absolutamente cierto que cuando dos se aman, se cumple el binomio ideal de la vida del ser humano.

En la vida de las personas jóvenes, la palabra *"años dorados"* suena terrorífica. Es natural que ningún joven espere con ansiedad o emoción la vejez, pero para su tranquilidad puedo asegurarles que si se ha vivido cada etapa de la vida como corresponde a cada edad, seguramente los años dorados serán una época de diferente característica, pero igualmente emocionante y reconfortante, mas no ingrata. Será igualmente buena para disfrutar de la vida y realizar cosas nuevas. De alguna manera fue lo que quiso expresar Baltazar Gracián cuando exponía que: *"La excelencia suele envejecer, y con ella la fama. La costumbre disminuye la admiración y una novedad mediana suele vencer a la mayor eminencia una vez envejecida. Hay que renovar el valor, el ingenio, el éxito, todo. Hay que aventurarse a renovar en brillantez, amaneciendo muchas veces como el sol, cambiando las actividades del lucimiento. La privación provocará el deseo, y la novedad el aplauso"*.

Con la mayor sinceridad debo decir que parte de los años más hermosos de mi vida, quizás de los más reconfortantes y en los cuales he recibido las más grandes satisfacciones, lo han sido mis años dorados.

Fue a partir de mis cincuenta años que mi pareja y yo nos forjamos como una real unidad. Fue a partir de esta edad, que

podimos como pareja vivir cualquier situación o experiencia que se nos antojara, sin preocuparnos de su influencia en nuestro círculo íntimo, especialmente sobre nuestros descendientes. Fue también a partir de esa edad que hemos disfrutado como pareja de nuestra mayor libertad de acción, y porqué no decirlo, de nuestro mejor sexo.

En los años dorados pareciera que nos importan menos los convencionalismos sociales. La figuración y la vanidad van dejando paso al recogimiento y a la realidad. El deseo de vivir más, sobrepasa la conveniencia de los honores. Se vive más para uno mismo y su pareja.

Se tiene tiempo para meditar, para leer, para pensar, y también para realizar cualquier actividad atrasada, de las muchas consonas con la edad, sin preocuparse de llegar tarde o demorarse. Se está siempre libre para aprovechar y disfrutar de un tiempo que sabemos ya no será muy largo. Como somos una unidad, andamos juntos y sabemos que nadie nos espera.

En esta edad también apreciamos mucho más los incontables valores de nuestra pareja. Es como si redescubriéramos sus virtudes, su dedicación, su control sobre las situaciones de todos los días. Pienso que, como nuestras facultades de alguna manera van decayendo, su actuación oportuna y preocupada que nos da soporte, crea las condiciones diarias para notar la permanente complementación que con su abnegada y amorosa atención, nos hace nuestra pareja.

Es en esta edad cuando al fin entendemos lo acertado que fue haber escogido, precisamente a esa maravillosa persona que con nosotros hace pareja, y no otra de aquéllas que tocaron nuestra puerta cuando jóvenes. Ciertamente, redescubrimos nuestra pareja integralmente. Sentimos el deseo de enamorarla otra vez, la necesidad de reconquistarla. En esta edad sentimos la necesidad de ser especiales con ella, de hacer cosas interesantes que de alguna forma sirvan como un mensaje, en cuanto a que tampoco estuvo equivocada al escogernos como su compañero de aventuras hermosas.

Es una sed que sentimos de darle todo eso que tenemos, o no fuimos capaces de dar en toda su integridad e intensidad en nuestra

vida joven y adulta. Realmente nos sentimos tan agradecidos, que todo lo que podamos hacer es poco. En esta época de la vida descubrimos cuán bella es nuestra pareja. Admiramos su cuerpo, pero también su alma. Cualquier situación o evento, como una canción, aroma o paisaje, nos devuelve treinta o cuarenta años atrás.

Especialmente los álbumes de fotografías nos regresan al comienzo y vemos a nuestra pareja allí, joven, rozagante, hermosa, prometedora. Luego adulta, con los bebés en sus brazos, bañándolos o preparándolos para el colegio. Y ¡Ah milagro!, la vemos a ella ahora, en este momento, con sus hilos de plata sobre las sienes, con la piel menos lozana, pero erguida, hermosa, casi desafiante, como si no hubiese pasado tanto tiempo. Tan llena de vida, que casi nos parece más hermosa. Y esa visión alimenta nuestro recuerdo, nuestra alma, nuestro cuerpo.

Entonces, queremos dar más y más, y la edad ya no es problema, porque el espíritu se eleva como un jinete recio sobre los lomos de un cuerpo que aun tiene mucha vida, y somos capaces de hacer milagros por y para ese amor que aún está ahí, a nuestro lado, pidiendo la recompensa que se ganó por anticipado: amor, amor y más amor.

Asimismo, como integrantes de una pareja, en estos años dorados sufrimos unos procesos por demás interesantes. Tanto, que hasta empezamos a parecernos y nos convertimos en una especie de telepatas. En la mayoría de los casos gustamos de los mismos ambientes, la misma música, las mismas distracciones y hasta de la misma comida.

Nuestras mentes y almas corren tan juntas, que en muchos casos el contacto telepático es automático, por lo cual, repetidamente cuando hacemos un comentario nos encontramos con que nuestra pareja pensaba en lo mismo. Cuando vamos a referir algo, tropezamos con las idénticas palabras que en ese mismo momento brotan de la boca de nuestra pareja, especialmente antes de conciliar el sueño.

Es entonces cuando reaparece como por arte de magia esa admonición tan hermosa y llena de contenido que hacíamos por



los hijos, ya casi olvidada, la cual se hace una costumbre antes de dormir: "**Dios te bendiga mi amor**"...

También en esta época de la vida redescubrimos deseos y aficiones; y como se dispone de mucho tiempo y es menor el que queda por vivir, cualquier nueva actividad se realiza con emoción y esmero, porque además ayuda a luchar contra el consabido enemigo de las parejas tradicionales: la rutina, enemigo inclusive de aquéllas de edad avanzada, o como se dice hoy día, **de juventud prolongada**.

Es por eso que todos los días observamos cómo artistas, escritores, científicos, humanistas y creativos, realizan sus mejores obras en la época de sus años dorados. Precisamente mientras esto escribía, oí la noticia de una madre excepcional: acababa de traer al mundo a un hijo, a los cincuenta y seis años de edad.

Eso me hace recordar que cuando hablé de las aficiones y emociones en la edad madura, no traté el aspecto sexual, por lo cual enmendaré mi error comentándoles que a mi manera de ver el asunto, en estos años de madurez no hay razón para que las parejas descuiden su relación sexual. Especialmente hoy más que nunca por los avances de la farmacología, si aún se mantiene el amor en la pareja, ya ha dejado de ser un problema la disfunción sexual masculina, la frigidez femenina o los problemas vaginales de la edad avanzada.

Basta con ojear una revista científica o publicación especializada, para conocer la gama de elementos farmacológicos que se ofrece a las personas para mejorar la parte física de sus relaciones sexuales: hormonas, pastillas, cremas, esencias... y algo muy interesante, a esa edad ya no hay que andar cuidándose ni preocupándose de las consecuencias de las relaciones sexuales: **no hay posibilidad de descendencia**.

Lógicamente, todo lo dicho lo es sobre la base de que aún se mantenga viva la llama del amor. Lamentablemente, no hay ningún fármaco que se ofrezca para ayudar la parte espiritual del ser humano, vale decir, para ayudar a que tales relaciones sean edificantes, reconfortantes, duraderas y continuas.

Por eso he anotado que para la relación sexual positiva se

requiere que el amor no haya muerto. No importa que haya decaído o que no se encuentre en su mejor momento. Todo eso es subsanable, si aún la llamita del amor no se ha apagado. Al fin y al cabo, por muchos momentos de depresión o desgano que se experimente en esta vida, siempre con voluntad, éstos se superarán. Sabido es que el amor puede curar hasta las enfermedades.

No puedo finalizar este capítulo sin hacer referencia a uno de los mayores placeres, cuales excepcionalmente podrían ser disfrutados por alguien que no esté inscrito en la edad de los años dorados: el advenimiento de los nietos. La emoción por la llegada de un nieto, es como un segundo parto tanto para la abuela como para el abuelo. Creo que en muchos casos, es realmente el primer “parto” de un abuelo.

Es que por las hijas cuando se encuentran embarazadas, los abuelos sentimos un sentimiento muy especial. Es un sentimiento indeterminable e indefinible; tanto, que hay que ser abuelo para entenderlo. Pero al momento del alumbramiento, entonces es el juicio final. La emoción no tiene límites. Los sentimientos se confunden. Es el amor, la ternura y... el miedo que hacen un cóctel digno de un tomador de menor edad. La impotencia de no saber cómo ayudar más que con los buenos deseos y la oración el lapso de espera y la ansiedad por el resultado, producen emociones nunca vividas.

Antes del llanto del recién nacido, hay otro llanto que nadie escucha, silencioso, perdido en lo más recóndito de nuestra alma; un llanto sin lágrimas, que nos devuelve años atrás; un llanto por nuestra niñita de faldita a cuadros de ayer, hoy madre que sufre, que ofrenda su dolor por su hijo que llega; es el mismo llanto de hace veinte o treinta años atrás, el mismo que antecede siempre al milagro de la vida.

Y *habemus* nieto. Allí termina un mundo y comienza otro. Un chillido ensordecedor y unos ojitos semiabiertos, cambian nuestra vida. Ya nunca más será igual. Esperábamos estar terminando con la vida, y ¡ah! sorpresa, comenzamos de nuevo.

Es la semilla que germina; es la vida que continúa, es el amor que renace, que se hace inextinguible. Si es una tierna y bella niña, es ver la cara de la abuela. Si es un hermoso varón, se parece a su

padre. Si nace un poco feo, entonces... se parece al abuelo. Qué le vamos a hacer, así es la vida, y aún así es maravillosa. ***Al fin y al cabo, tenemos nieto.***

No puedo saber si a todos los abuelos les sucede lo mismo, pero a mí los nietos me vuelven loco de amor o, como dicen los jóvenes venezolanos: "*me yeyan*". Todos me parecen los más hermosos del mundo, tanto mis cinco nietos varones como mi nietita, igual todos me parecen los más lindos. Desde que nacen, los amo intensamente y debe ser porque como no tengo que criarlos, mi labor se reduce a eso: mimarlos, consentirlos y amarlos.

Es curioso, pero mi nietita se me parece más a la abuela que a su mamá; en cambio los varones se me parecen mucho más a su mamá que a su abuela. Sinceramente creo que mis nietos varones son afortunados, ninguno se parece a mí. Qué alivio. Pero todos son muy amorosos conmigo, creo que me aman.

Por mi parte, mis sentimientos hacia mis nietos son muy especiales. Como todos viven lejos de mí y pasan la mayor parte del tiempo en otro país, siempre estoy ansioso de verlos y vivo inventando viajes, hasta cuatro anualmente. Cuando estoy con ellos el tiempo vuela, nunca es suficiente para estar juntos.

No ha terminado uno de instalarse, cuando ya tiene que regresar, qué horror, y pensar que pasan veinte o treinta días y parece que fueran apenas horas. Nunca es suficiente el tiempo para estar con los nietos. Pero, bueno, al final sabemos que regresaremos y ahí estarán ellos, esperando al abuelo para tirarle del cabello, hacerle de caballito, y de vez en cuando... darle un beso, y ya no importa cuántas veces tenga que viajar. ***No me importa cuántas veces tenga que atravesar los mares o el continente, por un beso de mis nietos.***



---

Tercera Parte

**ROMPIENDO**  
**MITOS Y PARADIGMAS**



“Vive de modo tal que, cuando tus hijos  
piensen en la justicia y la integridad,  
piensen en ti”.

H. Brown





# EL RESPETO REVERENCIAL HACIA LOS PADRES

De larga data existe la conseja de que es preferible una mentira que toda la verdad, porque esta última puede ser tan horrible que un ser humano no la resista. Yo personalmente no estoy de acuerdo con tal presunción, porque mi vida está llena de situaciones que me han demostrado, sin lugar a ninguna duda, que la verdad nos hace libres y como regla general es una compañera fiel. Hago esta aclaratoria porque en este capítulo diré algunas verdades que contrarían viejos paradigmas mantenidos por mucho tiempo como verdaderos, pero que conforme lo expondré y probaré adelante, no son del todo acertados.

Por tanto, con mi exposición en estos renglones corro el riesgo de ganarme animadversión de algunos progenitores, especialmente de aquéllos que aman la reverencia más que el verdadero y espontáneo respeto que sus hijos puedan sentir hacia ellos. Pero, no hay remedio... correré el riesgo. Siempre he dicho la verdad y ni modo que vaya a cambiar ahora de viejo.

No sé si solamente a mí me sucedió o si así será para todos los hijos, pero desde que tuve uso de razón hasta que comenzó mi adolescencia, para mí, mi padre era un héroe y mi madre una santa.

Ciertamente en esos años más que amarlos, los veneré. En todo caso, si eso era amor, lo era dogmático, no racional. Vale decir, que en tal operación mental nunca utilicé ningún análisis racional sobre su personalidad, comportamiento y resultados en su vida integral, incluido el aspecto conyugal. Tampoco en esa etapa de mi vida los vi como seres humanos normales, sino que fueron para mí

lo máximo. Por tanto nunca reparé en su condición física, económica o formativa–académica. Simplemente eran mis héroes, indiscutiblemente los mejores.

Con el correr de los años, y especialmente a finales de los años cincuenta, en mi primera larga ausencia de mi hogar, cuando viajé a Caracas con la intención de trabajar e inscribirme en una universidad para seguir una carrera nocturna, la distancia de mi familia me aseguró la independencia necesaria para compararlos con otros padres totalmente diferentes en sus actuaciones. Tal circunstancia, adicionada a los nuevos conocimientos de carácter sociológico, me permitieron comenzar a hacerme una imagen más real e independiente del nexo filial, respecto de lo que ellos verdaderamente eran como seres humanos.

Fue entonces cuando, por primera vez con pleno conocimiento de causa, advertí sus virtudes, defectos y limitaciones. Fue entonces cuando analicé de manera no sesgada sus condiciones de cultura, comportamiento humano y situación económica; y muy especialmente su comportamiento personal conmigo en la época de mi niñez y adolescencia.

Entonces, ya de manera consciente y racional los amé más que antes. Los amé, más por lo que no supieron hacer por mí que por lo que realmente hicieron. Los amé, más por lo que no supieron darme que por lo que realmente me dieron. Hasta ese momento pude advertir sus gigantescas limitaciones y carencias, y creo que los amé más, sobre todo por todo eso que la vida les había negado, o quizás por lo que ellos no supieron lograr ni para ellos ni para ninguno de sus ocho hijos.

Hoy, después de más de cincuenta años, las lágrimas afloran a mis ojos cuando pienso en todo el amor que me perdí de ellos, porque es indudable que hasta para dar amor se requiere alguna formación y ellos tampoco nunca la tuvieron. Sin embargo, me consuela saber que ellos vivieron en tiempos muy duros, donde lo más importante era la supervivencia, y ellos eran sobrevivientes.

Me consuela pensar que mis padres nunca llegaron a percatarse de que para los hijos, si bien es cierto que la alimentación, la vivienda y el vestido son importantes, como su mundo es tan pequeño

también es muy importante e inmediato el amor, y estos seres no conocen otro cual no sea el de sus padres. Sin ese amor, es muy poco lo que los niños tienen. En ese pequeño mundo de los niños, un beso de la madre y especialmente para los varones, del padre, es algo muy reconfortante. Entre otras cosas porque al menos por aquellos años y en mi país, los niños no eran tomados en cuenta en sus opiniones; por lo tanto, cuando los padres los acariciaban tiernamente, era un momento en el cual, de alguna manera, ellos se sentían importantes... sentían que existían.

Pues bien, aún con todos esos sinsabores, respetando por intuición su libre albedrío, yo amé profundamente a mis padres. Cuando envejecieron, con dedicación los atendí y cuidé hasta el último día de sus vidas. No obstante, no dejo de reconocer que a diferencia de la mayoría de los hijos, para mí, al menos de mi padre, su mejor enseñanza lo fue el ejemplo que me dio de las cosas que no se deben hacer.

Creo que mis padres, de manera diferente cada uno, desperdiciaron buena parte de su vida. Pienso que su mayor error lo fue escogerse mutuamente como pareja, sin compartir la misma ideología sobre el porqué y para qué estamos los seres humanos sobre esta tierra. Ellos, no obstante que mantuvieron más de cincuenta años su matrimonio, nunca llegaron a entender el núcleo de la necesidad de hacer pareja, cual es de aunar esfuerzos, aportando cada uno lo mejor de sí a la relación, para compartir lo bueno y hacer menos desagradable lo malo de la vida, soportándose mutuamente y enfrentando juntos cualquier situación con posibilidad de resolverla con mayor éxito que estando solteros.

Esa realidad tan obvia, pienso que ellos nunca la entendieron, por lo cual, en su relación enfermiza la democracia era inexistente, la subordinación era lo más importante. En esa relación aberrada, en todo, bueno o malo, mejor o peor, alguien ordenaba (mi padre) y alguien obedecía (mi madre). Nosotros, sus hijos, vivíamos atemorizados y sufríamos las consecuencias de tan errada relación.

Como producto de tales cavilaciones, me siento obligado a compartir con mis lectores algunas especulaciones sobre el tema de

las relaciones de los padres con los hijos, las que supuestamente deben producir de los segundos hacia los primeros, un *respeto reverencial*.

Difiero de la opinión generalizada sobre *la sagrada obligación* de agradecimiento *per secula seculorum* de los hijos para con sus progenitores, por el simple hecho de haberlos traído al mundo, independientemente de cuál haya sido su comportamiento o atención hacia sus hijos. Especialmente en el caso de una multiplicidad de padres que olvidaron el sabio proverbio español que reza: "*Trata a los pequeños como tú quisieras ser tratado por los grandes*".

Creo que el concepto de agradecimiento perpetuo de los hijos hacia los padres, podría ser susceptible de algún sencillo análisis, ya que si bien es cierto que si no hubiese sido por nuestros padres no hubiésemos nacido y por tanto no conoceríamos las maravillosas experiencias que nos da la vida, otra cosa diferente es convencernos de que de alguna manera fue un acto de heroísmo materno o de estoicismo o sacrificio paterno, habernos concebido, traído al mundo, cuidado, mantenido y educado (en algunos casos, que no en el mío) hasta nuestra mayoría de edad.

Sin que lo dicho de ninguna forma signifique que no solamente apruebo, sino que además admiro en aquellos hijos que, imbuidos de un amor sin límites, se dedican y atienden a sus padres en todo momento, sin considerar las atenciones o cuidados que de ellos recibieron; apreciando esto más que como una obligación que cumplir por haberlos traído al mundo, como un ejercicio agradable de compensación amorosa a la poca o mucha dedicación que alguna vez recibieron de ellos, si es que la recibieron, porque ese fue mi caso.

Ahora bien, como quiera que pienso que cada cosa debemos ponerla en el sitio que en justicia le corresponde, considero que no tiene nada de heroísmo, estoicismo o sacrificio, el inigualable placer corporal y espiritual de hacer el amor con la persona amada, cual es el primer paso que dan los padres para procrear los hijos. Muy por el contrario, hacer el amor entre dos enamorados, es un acto no solamente el más placentero y por tanto deseado, sino además celebrado de tal manera, que quienes lo realizan deciden vivir juntos para continuar repitiendo tan incomparable experiencia.

Por otra parte, salvo muy raras excepciones, en los meses de embarazo la mujer, lejos de tener una mala o difícil vida, es mimada no sólo por su pareja sino además por todos sus relacionados, especialmente por sus familiares. Al punto de que, al menos en Latinoamérica, se permiten la libertad de despertar a su pareja a medianoche para que vaya a traer un helado para satisfacer un “antojo”, so pena de que el nuevo miembro de la familia vaya a salir con “la boca abierta”.

Así, después de haber estado nueve meses con una cosita tierna creciendo en el vientre, lo natural es que la madre lo ame. Ni modo que la madre vaya a botarlo, sino que simplemente en su debido momento lo pare, o como también se dice en Latinoamérica: “*lo da a luz*”, lo cual por cierto en estos días, con los adelantos médicos y farmacológicos especializados no es ni un acto de heroísmo ni algo del otro mundo.

El alumbramiento de un hijo para una mujer normal, simplemente es la consecuencia esperada de un acto que a su vez también fue agradable y deseado, cual produce el milagro de la vida, pero además la realización de la mujer en su papel más excelso: ser madre. Y por si fuera poco, para los que se aman de verdad, es la continuación de ese amor en el tiempo.

Luego, cuidar a un bebito lindo –a quien todos dicen que es la misma cara de su madre pero que también se parece a su padre, lo que normalmente no es cierto porque los recién nacidos en su mayoría no se parecen a nadie más que a ellos mismos– no es tampoco algo que podamos denominar como un gran sacrificio.

Pero, llevarlo al médico y no dejarlo morir de hambre, es algo de lo más normal, máxime cuando los gastos médicos los paga la compañía de Seguros, pero si no le provees alimento al hijo te castiga la ley.

En este mismo sentido, como quiera que en la mayoría de los países la educación es obligatoria y gratuita, incluso en algunos hasta les regalan los útiles escolares y les suministran transporte y alimentos, ningún padre me va a convencer de que fue un acto heroico o sobrehumano acompañar en sus primeros años a los niños a la escuela y luego insistir en que continúen sus estudios.

Tampoco pareciera algo del otro mundo atender con todo cuidado y colaborar en lo posible con los hijos estudiantes, para que éstos entiendan que dependiendo de sus buenas notas se abrirá para ellos la posibilidad de asistir a las universidades, que en su mayoría mantienen las puertas abiertas para los buenos estudiantes; siendo además que en casi todos los países civilizados del mundo, existen para estos buenos estudiantes becas y también créditos estudiantiles, que incluyen no sólo los gastos de su matrícula universitaria sino además los gastos de vida hasta la finalización de sus carreras, por lo que tampoco se requieren grandes erogaciones económicas de los padres.

De lo antes expuesto podemos colegir que, si como ya hemos analizado, nada especialmente extraordinario realizan los padres para procrear, cuidar, mantener y educar sus hijos, tampoco existe ninguna deuda extraordinaria ni vitalicia de los hijos para con sus padres por el único hecho de que éstos hayan hecho lo normal para tenerlos, dentro de una sociedad organizada como ésta donde vivimos, para preservar y continuar la especie, más que aquélla derivada de la especial actitud de éstos hacia ellos cuando más la necesitan; como sería el amor, la comprensión, la compasión, la caridad, la solidaridad y, lo que es más importante, el respeto por la persona humana del hijo, especialmente a su individualidad y su libre albedrío; aspectos estos dos últimos (individualidad y libre albedrío) por cierto, que no son un obsequio o liberalidad de los padres sino que es la herencia de Dios a cada ser humano que viene a poblar el mundo.

En general, pienso que no existen deudas pendientes entre padres e hijos por razón de su advenimiento y crianza. La razón por la cual no puede existir este tipo de deudas de los hijos para con sus padres, reside en el hecho cierto de que lo que hacen los padres por los hijos al traerlos al mundo, criándolos y algunas veces educándolos, es lo mismo que por ellos hicieron sus ancestros. *Vale decir, que los padres cobraron por adelantado, de sus propios padres, las cosas que a su vez hacen por sus hijos.*

De alguna manera, creo que Carlos Augusto León estaba en esta misma onda cuando en su bello poema "Elegía en la Muerte de mi Padre", decía: *"Con un hijo te pago la vida que te debo, porque creo ciertamente que no hay otra manera. Yo le daré el*

*juguete, los días que me diste, la alegría de los campos, el libro y el arroyo, como le doy mi sangre, mi mirada y mis huesos. Él crecerá a mi lado y ha de llegar un día en que yo también parta como ahora has partido y él me dirá su adiós profundo y encendido”...*

Tampoco es obligante *per se*, ese respeto reverencial que algunos padres reclaman de sus hijos. El respeto reverencial que algunos hijos sienten y manifiestan por sus padres, no lo es en pago de ninguna deuda que tenga que ver con el hecho de haberlos traído al mundo, ni por haber cumplido con las mínimas exigencias que la sociedad y la ley hacen a los padres respecto de la atención de sus hijos.

El respeto reverencial que ciertamente vemos en muchos casos de algunos hijos para con sus padres, es algo ganado en buena lid por estos últimos. Responde a una dedicación más allá del aspecto netamente natural, de colaborar con su supervivencia física, formación y felicidad.

El respeto reverencial de los hijos hacia los padres debería ser la consecuencia del amor y el respeto por el hijo, demostrado en hechos por los progenitores, desde que éste es concebido hasta que deja el hogar; y luego, debería continuar cuando adulto, sin que nunca llegue a agotarse.

Debería ser producto, en primer lugar, del profundo respeto siempre presente desde sus primeros años, de los padres hacia la persona humana de sus hijos, especialmente por su forma de ser, de pensar, por su ideología en cuanto a su concepción de la vida y de las cosas.

Debería ser producto de la actitud de aceptar gustosamente que son los padres quienes deben entender a sus hijos pero no los hijos a los padres, precisamente porque son los padres quienes más han vivido y han acumulado más experiencias de la vida, y por tanto están obligados a aceptar el desconocimiento de sus hijos y orientarlos en el buen camino, de la misma manera como sus padres hicieron con ellos, cuando a su vez fueron niños.

El respeto reverencial debería ser producto del orgullo y admiración de los hijos por el buen comportamiento de sus padres.

Debería ser la manifestación del reconocimiento espontáneo de los hijos por el comportamiento moral, hidalguía, lealtad, integridad, honestidad y responsabilidad, que adviertan en sus padres en sus actuaciones cotidianas, desde las más banales hasta las más trascendentes.

Ningún padre debería esperar de un hijo ninguna actitud hacia él, diferente a la que él le brindó cuando niño y durante su desarrollo. Tampoco debería ningún padre, exigir de un hijo lo que él no fue o es capaz de realizar.

Siempre me ha parecido necio, y si se quiere chocante, oír algunos padres decir que un hijo no les respeta porque no les consulta para tomar tal o cual decisión, o que no es un buen hijo porque *"no les agradece que lo trajeron al mundo"*.

Estoy convencido de que los padres que supieron hacer las cosas debidas en el momento apropiado, que respetaron, amaron y dieron un debido tratamiento a sus hijos, siempre los tendrán buscándoles para conocer su opinión en cualquier asunto que crean trascendente.

En el mismo sentido estoy persuadido de que tales padres no quieren ni esperan ningún agradecimiento por haber traído los hijos al mundo y haber actuado como buenos padres de familia, sino que, por el contrario, agradecen a Dios y a sus hijos por haber venido al mundo, al seno de su familia, a llenar y hacer más hermosa su vida desde el mismo momento en que fueron concebidos, y por siempre en esa relación hermosa y espiritual que siempre, aún en la distancia, permanentemente los mantendrá unidos.

No tengo ninguna duda que es a esos padres, a quienes los hijos les tienen un *"respeto reverencial"*, el que por cierto en estos casos no es advertido por ninguno de ellos como tal, sino como una muestra más de amor y una ofrenda a la mutua consideración y respeto.



“He aprendido que cuando un recién nacido  
aprieta con su pequeño puño por vez primera  
el dedo del padre, lo tiene atrapado  
por siempre”.

Gabriel García Márquez



# PERDER O GANAR LOS HIJOS

¿Que al abandonar el hogar paterno y hacer pareja los padres pierden a sus hijos? Realmente no lo creo. Por el contrario, en desagravio de los hijos debo protestar de la manera más enérgica manifestando mi mayor desaprobación a aquellos progenitores, quienes no contentos con haber vivido su vida como les dio la gana, en sus últimos años valiéndose de todo tipo de subterfugios y manipulaciones, pretenden constituirse en una carga obligada para sus hijos manipulando su nobleza y buenos sentimientos; poniéndoles en grave riesgo de afectar su relación de pareja, con el peligro de contribuir a que se queden solos por el resto de sus días.

Debo decir, como padre cercano al medio siglo en esta lid, que es injusto que un progenitor pretenda que sus hijos, en vez de ver por ellos mismos y por su futuro se dediquen a atender sus caprichos, achaques o necesidades de viejo.

Y es que no fueron los hijos quienes trajeron al mundo a los padres, y por tanto ninguna responsabilidad tienen por su existencia en esta tierra de Dios.

Asimismo, bastante preocupación tienen los hijos en estos días tan difíciles para apañarse por ellos mismos y sus posibles descendientes, para tener además que atender la carga de unos padres, quienes no supieron en el momento oportuno tomar las provisiones necesarias para no ser en su vejez, una carga para sus hijos.

Creo que para todo padre debe ser importante considerar que existe una edad en la que los jóvenes requieren de toda su atención,

intelecto y vitalidad, porque están en esa tarea de capacitarse, prepararse, formarse y formar familia. Pero, si en tales especiales circunstancias, en vez de preocuparse de agenciarse la satisfacción de sus propias necesidades siempre crecientes, tomando provisiones para que luego no les pase lo mismo que a sus progenitores, se dedican a satisfacer las necesidades de éstos, entonces seguramente no tendrán tiempo ni recursos suficientes para atender las propias.

En este mismo sentido es de advertir que, en el caso de ubicar pareja, si algo es aterrador para un joven es la posibilidad de unir su destino con alguien que carga con un viejito o viejitos, casi siempre insatisfechos, sabiduchos y gruñones, normalmente con la costumbre de dormir cuando todos están despiertos y desvelarse cuando los demás duermen.

Conocí personalmente un caso de una profesora que había dedicado buena parte de su vida a atender a su madre anciana, a quien mantenía viviendo con ella. Esta buena hija, ya de bastante edad pero además subidita de peso, cuando por suerte pudo ubicar un posible candidato para hacer pareja, al presentarlo a su madre, ésta aprovechó la oportunidad para de manera por demás imprudente hacerle conocer al futuro yerno en quién residía el poder en la casa, indicándole de una vez por todas cuáles eran las normas mínimas de comportamiento en ese hogar.

Como era de esperarse, luego de finalizar la visita, cual como por arte de magia se hizo de lo más breve, el supuesto candidato de manera inteligente corrió por su vida y se agenció mil excusas para nunca más regresar.

Posteriormente, cuando la hija trató de alguna manera de atraerlo nuevamente mediante llamadas telefónicas o la intermediación de sus amigas, la madre, al advertirlo con lágrimas en los ojos, le increpaba en cuanto a que: *“O él o yo que soy tu madre, quien siempre lo he dado todo por ti”*. La buena de la hija, típica practicante del respeto reverencial que nos ocupa, de lo más conmovida, sintiéndose ciertamente culpable de sus lágrimas, consolaba a su madre prometiéndole no volver a insistir con *“ese hombre”*, que de alguna manera podía separarla de su *santa madre*.

Hoy, tristemente, la viejecita es la hija quien batalla con el problema de tener que vivir sola, sin una pareja o descendiente que la acompañe, debido a que nunca permitió que ningún hombre la separara de su *santa madre*. Por supuesto, la madre ya hace años que no tiene ningún problema: ***está muerta***.

La anécdota narrada, absolutamente cierta y presenciada personalmente por mí, me permite considerar y expresar que los padres debemos estar contestes de que los hijos tienen el derecho de hacer su vida con plena libertad de actuación y decisión, de la misma manera como los padres hicieron la suya.

Eso me indica que no debemos como padres interferir más de la cuenta en su toma de decisiones, especialmente al momento de escoger pareja, ya que, entre otras cosas, no somos los padres quienes vamos a mantener tal relación.

Es al descendiente a quien debe gustarle el candidato o candidata y su familia, la vivienda, los muebles y la decoración para su nuevo hogar, pero no obligatoriamente a los padres.

En consecuencia, lo menos que pueden hacer los padres, es colaborar con ellos no interfiriendo en sus decisiones, dándoles plena libertad de escogencia.

***Porque, ¿qué sería de su nueva vida si los hijos tuvieran que acogerse a los gustos y decisiones de unos padres con diferencia de edad de treinta o más años?***

Una actuación que aleja a los hijos de los padres, es el hecho realmente lamentable que se produce cuando los padres, convencidos de que lo hacen de maravilla para protegerlos, tratan de controlar a los hijos de tal manera que los ponen en la difícil situación de tener que someter a su aprobación, no solamente la pareja de su agrado sino además su familia, el sitio donde van a vivir, y hasta el vino que tomarán el día de la boda.

Ese tipo de padres hacen un flaco favor a la nueva pareja, la cual sin lugar a dudas, por tales actitudes y como natural mecanismo de defensa, se irá separando de ellos paulatinamente, como única posibilidad de vivir la interesante experiencia de hacer con plena libertad su propia vida.

Pienso que el papel importante de los progenitores, luego de iniciada la relación de pareja de los hijos, es la de convertirse de la manera más sincera en soporte material y espiritual de los recién iniciados, de modo que éstos se sientan que tienen un apoyo permanente en sus padres, de asesorarles y prestarles cualquier ayuda en cuanto fuere necesario. Si se quiere, lo ideal es que la nueva pareja sienta que en el hogar de los padres existe un refugio seguro para ellos, y que la experiencia acumulada por éstos siempre va a estar a su disposición, cuando así de alguna manera fuere requerida o conveniente.

Creo que es fundamental que la nueva pareja perciba que los padres les aman, que respetan su intimidad y sus decisiones, que de ninguna manera interferirán en su vida más allá de lo que les sea voluntariamente solicitado.

Por experiencia propia en la vida de mis cinco hijos, no tengo duda que un tipo de relación del género propuesto entre la nueva pareja y sus padres, sobre la base del respeto, la consideración y la colaboración mutua, siempre será fructífera para ambos y muy rica en buenos momentos.

Hay tanto qué dar como padres al naciente hogar de nuestros descendientes, que es lamentable que algunos de ellos, por su exagerado sentimiento de posesión sobre los hijos, les creen mecanismos de defensa adicionales que les limitan en cuanto a solicitar su asesoramiento, asistencia o ayuda.

De tal manera, los padres pierden la maravillosa oportunidad de ayudar a sus hijos a formar sus hogares, cual es como seguir compartiendo su vida; y para los hijos, la posibilidad de que la iniciación de su hogar sea menos dura por la capitalización de las experiencias positivas de sus padres, en la conformación del suyo propio. Experiencia a la que les es difícil acceder, por el temor natural a la probabilidad de la exacerbada intervención de los padres en su vida diaria.

En el caso específico de la nueva pareja por su condición de mujer, la madre o suegra pueden serle de una valiosísima ayuda; desde asesorarle en las cosas más nimias como sería una receta de cocina, hasta una de las más importantes como su ayuda en la

época del embarazo y al momento del parto. Posteriormente, luego del parto, nada más valioso para una novel madre, que el asesoramiento de quien además de amarla por ser su hija o esposa de su hijo, fue progenitora de uno o más hijos.

Esa valiosa e incomparable ayuda no se agotará nunca, porque aunque parezca extraño, los abuelos hacemos por los nietos, cosas que nunca fuimos capaces de hacer por nuestros propios hijos. En mi caso personal, dentro de mis días y noches memorables se cuentan aquéllas que, por causa de compromisos de mis hijas, hemos tenido mamá y yo que quedarnos cuidando los nietos.

Ciertamente, es una ternura especial la que se siente por ellos porque en el fondo de nuestra alma, es de alguna manera la incomparable experiencia de sentirnos... nuevamente padres.

También es extraordinario el sentimiento de amor y solidaridad que experimentamos los abuelos, cuando observamos los nietos en brazos de la abuela. Pareciera que el tiempo se regresa y volvemos a sentir, como si esos niños fueran aquéllos que veinte o treinta años atrás, ellas tiernamente protegían en su regazo mientras nos hacía señas con su dedo sobre los labios, pidiendo silencio para no interrumpir su dulce sueño.

En ese momento estamos obligados a dar gracias a Dios de todo corazón, y a esa otra persona que hizo pareja con nuestro descendiente, por habernos escogido para ser abuelos, lo cual no solamente nos permite ver sino abrazar, acariciar y cuidar esos pequeños y maravillosos seres, quienes darán continuidad a nuestro amor sobre esta bendita tierra que nuestro Padre Celestial nos dio como heredad.

Es por eso que los padres deben tener presente siempre que la única posibilidad de disfrutar de tales placeres, lo es colaborando desinteresadamente con el nuevo hogar de los hijos en pro de su estabilidad y felicidad, para que de esta forma sientan que el aporte siempre va a ser respetuoso, moderado y oportuno; y asimismo den a los padres la oportunidad, si se quiere solícita, de que aunque fuere ocasionalmente puedan disfrutar de la sin par experiencia de compartir una parte de su propia vida.

Estimo que, luego de que los hijos dejan el hogar y hacen su propio nido, más que padres necesitan amigos, amigos fieles y leales, y... ¿quiénes mejor que aquéllos que una vez fueron sus padres para llenar tal necesidad? De hacerlo no se perderían los hijos y se ganarían amigos. Quizás valdría la pena meditarlo, y quizá intentarlo. ¿A qué esperar?

Otro sentimiento de inquietud que tampoco entiendo de algunos padres, es el temor de que los hijos hagan pareja, porque según ellos: “...*la familia empieza a disminuirse o desaparecerá*”.

En mi caso particular siempre he creído, y el tiempo y cinco hijos casados me han dado la razón, en cuanto a que cuando los hijos hacen pareja, lejos de hacer “*desaparecer o disminuir la familia*”, sucede todo lo contrario: no sólo no se disminuye o desaparece sino que se aumenta, crece.

Además, me parece algo maravilloso que alguien invierta tiempo, cariño, dedicación y dinero en criar y formar a un joven para que al final, completamente gratis, te lo obsequien para integrar tu familia sin que tú hayas hecho ningún esfuerzo por obtenerlo.

Así, si se trata de que tu hijo varón hace pareja, pues tienes una bella nueva hija que te llega empaquetadita en papel de regalo, ya educadita y formadita, en la cual no tendrás que invertir nada que no sea amor y ternura, por lo cual recibirás no solamente lo mismo sino además unos bellos nietos que harán la delicia de tus años dorados, para que se cumpla el principio bíblico: “*Corona de los viejos son los nietos*”.

En el mismo sentido, si se trata de que es una hija la que hace pareja, entonces te llega un joven también educado, formado y bien alimentado, quien engrosará el ejército de los hombres de la familia y quizás empareje el género, normalmente apabullado por el sexo femenino.

Adicionalmente, a él le gustará practicar algunos de tus *hobbies* o pasatiempos, se llevará mejor con tu esposa que contigo mismo, y podrás desfogarte diciéndole la cosas que no eres capaz de decir en casa. Este muchachote que seguramente lo criaron con esos nuevos productos para bebés que los hacen muy fuertes, te



ayudará los fines de semana en esas actividades para las cuales requiere juventud y fuerza, en las que una columna vertebral del cuerpo tan usada como la tuya siempre estará en riesgo; y si sabes tratarlo y le demuestras tu sincero cariño por él, es posible que te invite al fútbol, pagando los boletos él, por supuesto.

Por si fuera poco, ese nuevo miembro de la familia que hace pareja con tu descendiente, también trae consigo sus padres, quienes más o menos son de tu misma edad, lo cual abre una serie de posibilidades de intercambio de ideas, de conocimientos, de experiencias que enriquecerán tu familia.

Que al fin y al cabo, ellos serán los abuelos de tus nietos, esto es, que en esos vástagos se unirá para siempre tu sangre y la de ellos. Mayor y más positivo acontecimiento, imposible.

Y es que, al final, cuando unes todos estos cabos, el que un descendiente haga pareja, en vez de motivo de tristeza debe ser motivo de sincera alegría. La Biblia es sabia, y en el Eclesiastés dice que: *“Dos son mejor que uno”*.

Para nosotros esa sabia enseñanza bíblica se hace práctica en el hecho de que, al menos para mí, y creo que también para quien tenga el concepto de familia que yo tengo, nuestros descendientes no se casan solamente con su cónyuge sino que se casan también con su familia.

Por tanto, como nosotros amamos entrañablemente a nuestros hijos y los hemos criado democráticamente, con amor y respeto, pues no cabe duda que cuando ellos hacen pareja igualmente actuaremos con el cónyuge de nuestro descendiente y su familia, lo cual nos asegura su amor y respeto, lo que creará una alianza natural entre las dos familias.

Tales circunstancias se traducirán en el hecho práctico de que las familias se fortalecerán mutuamente, porque en lo adelante, como quiera que ambas se unen para contribuir a la felicidad de la nueva pareja, con esta intención se apoyarán recíprocamente, de lo que no hay duda que crea las condiciones para compartir futuros buenos momentos de la vida y enfrentar con mayor eficiencia que antes, cualquier futura contingencia dañosa.

Así que, demos gracias a Dios porque nuestros hijos encuentran personas que les aman y comparten con ellos sus vidas. Y por favor, ayudemos a que esas nuevas familias nacientes puedan, como nosotros, utilizar su libre albedrío para hacer de sus vidas lo que ellos consideren más conveniente.

Tales aspiraciones sólo podrán materializarse únicamente en la medida en que, con la intención de transmitirles las experiencias que para nosotros fueron muy valiosas, pero que pudiera ser para ellos ya no lo sean tanto, no intervengamos más de lo necesario en sus vidas diarias, habida cuenta de la conveniencia de que sean ellos mismos quienes experimenten en su propia vida como miembros de una pareja y como padres, siempre en la seguridad de que si ellos nos necesitan sin duda nos llamarán en su auxilio... y allí estaremos para ayudarlos.

“No seas demasiado justo,  
ni seas sabio con exceso.  
¿Por qué habrás de destruirte?”.

Eclesiastés 7,16



# LA RESPONSABILIDAD DOGMÁTICA

Desde niños nos acostumbraron a que es muy importante en la vida del hombre, ser siempre responsable en la realización de todas y cada una de las actividades. Al menos para quienes me formaron ciertamente así lo era, porque para ellos responsabilidad era sinónimo de eficiencia. Así me lo enseñaron sin descanso durante toda mi niñez. Mas ¿qué pienso hoy sobre ese tipo de responsabilidad que supuestamente debemos tener siempre y en todos los casos? Pues, eso es otra cosa. Durante gran parte de mi vida fui un esclavo de ese tipo de responsabilidad irreflexiva, la cual yo he denominado “*la responsabilidad dogmática*”, porque, como a mí me la sembraron en el alma con carácter de dogma, vale decir, como una verdad que no era discutible y la cual sólo debía creer sin ninguna duda ni preguntar porqué, nunca antes me di la oportunidad de reflexionar sobre ello.

Hoy, con el correr de los años, he repensado mejor la situación y he descubierto que esa *responsabilidad dogmática* no siempre, ni en todos los casos, es buena. Algo más: pienso que en muchas oportunidades es aberrada porque no nos beneficia, pero además porque puede ser perjudicial para las demás personas, inclusive para nosotros mismos.

De hecho, durante muchos años yo me estresé inútilmente, y en ocasiones hasta puse en peligro mi integridad física corriendo riesgos innecesarios porque, por ejemplo, mi sentido de responsabilidad me inducía a llegar a mis citas exactamente a la hora convenida. No antes ni después. En raras ocasiones la otra persona llegó a tiempo, ya que normalmente la mayoría de mis

relacionados llegaba a las citas, quince minutos y hasta una hora fuera del tiempo convenido.

Igualmente, cuando fui un empleado no fueron pocas las malas influencias que me ocasionó con mis compañeros de trabajo, mi sentido de *responsabilidad dogmática*, por la exactitud de la hora para asistir al trabajo y la realización de mis actividades.

Ellos, mis compañeros de trabajo, únicamente realizaban sus tareas “*de manera normal*”, solamente lo que les correspondía hacer, lo cual me convertía en un sujeto problemático e indeseable, ya que ellos no conocían ni les interesaba conocer ese tipo de compromiso y menos aún actuar bajo la presión de una *responsabilidad dogmática*.

Hoy no tengo duda que en tales ocasiones esos mis compañeros de trabajo, a quienes yo consideraba irresponsables, realmente actuaban con la responsabilidad que para sus actividades era requerida, y nada más.

No olvido los momentos de angustia que afectaron esos años de mi vida, que pudieron ser realmente sólo minutos pero que a mí me parecieron horas, cuando tuve que esperar reunirme, previa cita convenida, con mi novia, colegas, amigos o familiares, quienes en la mayoría de los casos llegaron tarde pero “*frescos como lechugas*” para decirme: “*Discúlpame, tuve tal o cual problema y no pude llegar a tiempo*”.

Mi sentido de *responsabilidad dogmática* fue tan exagerado, que mi estrés lo era, tanto como llegar a tiempo a una cita, como de esperar a alguien, o terminar en un determinado tiempo cualquier actividad; tomar un vuelo de avión, o asistir a una conferencia.

Recientemente, un día cualquiera, leí que un agente especial de seguridad del Estado pudo desactivar una bomba y evitar una explosión que hubiera destruido vidas y bienes de personas inocentes, porque el terrorista había descuidado un pequeño detalle, vale decir, había hecho mal su trabajo, lo cual para los “*responsables dogmáticos*” es como decir que había sido *irresponsable* (negligente) en cumplir con su tarea de explosivista.

Este hecho afortunado para la comunidad, me percató de que si el terrorista hubiera actuado con toda responsabilidad (eficiencia) al realizar su labor, habrían muerto muchas personas inocentes, por lo cual no me quedó ninguna duda que la responsabilidad (eficiencia) de nuestros actos, de ninguna manera puede ser dogmática, ya que ésta únicamente puede ser conveniente en aquellos actos benéficos a la comunidad. Pero algo más, hoy pienso que la responsabilidad en la realización de nuestros actos debe ser gradada o jerarquizada, conforme a la importancia del acto que debemos cumplir. De tal manera, podemos deducir que la importancia de la responsabilidad lo estará proporcionalmente conformada por la importancia del asunto a realizar o tratar. Esto es que, será menos importante la responsabilidad para asistir a tiempo a la cita del amigo en la taberna, que la que se requiere para asistir a un acto en una Corte de Justicia.

En el mismo sentido, no es de la misma importancia la *responsabilidad* de quien atiende a un niño de tres meses que puede caerse, atorarse o asfixiarse y perder la vida si se produce un descuido en su atención, que la *responsabilidad* de quien tiene que regar a una hora determinada planta, sin que esto signifique que esto no sea importante, sino que me refiero al nivel del daño personal o colectivo, derivado de la responsabilidad en la actuación que corresponda.

Alguien pudiera pensar que con mi exposición estoy atentando contra el importante valor de la *responsabilidad*, pero no es así. Por el contrario, todos los días estoy más convencido de que actuar con responsabilidad en lo que sea conveniente al ser humano, es algo de mucha importancia para el éxito de su vida.

El asunto está en que, como toda actuación humana, ésta debe obedecer a un plan jerarquizado; y es en la medida de esa jerarquía, en función de lo cual debemos darle importancia y en esa misma medida ser responsables. Podemos decir que nuestra preocupación de ser responsables, debe estar acorde con la importancia del asunto del que debemos ocuparnos.

De tal manera, si voy a tener una cita con un amigo en un sitio y hora determinados para concurrir a una sesión de cine, y por alguna circunstancia debo retrasarme, no debo permitir estresarme por tal percance; porque ni para la persona que me espera ni para

mí, ni para la sociedad, eso tiene relevancia. Por el contrario, si debo asistir a determinada hora a una audiencia en una Corte o Tribunal, entonces eso sí que tiene mucha importancia y por lo tanto la responsabilidad en cumplir con el horario preestablecido es fundamental, especialmente porque conforme a las leyes procesales se trata de un lapso preclusivo, vale decir, sin oportunidad de repetirse; y el incumplimiento por mi parte del mismo, puede representar que una persona inocente pierda o desmejore su libertad o su patrimonio.

Así que, lo más importante a destacar de esta exposición es que la *responsabilidad dogmática* no tiene razón de ser y, si se quiere, es más perjudicial que beneficiosa para nuestra propia salud y la de los demás. De lo cual deduzco que, el actuar *responsablemente* es importante sólo cuando esa responsabilidad de actuación conlleva la realización de actos positivos para nosotros y para nuestra comunidad o la sociedad en general. ***La moraleja sería que, por regla general debemos ser responsables, pero la medida de la responsabilidad debe estar determinada por el beneficio que pueda producir nuestra actuación responsable.***



“En el día del bien goza del bien; y en el día  
de la adversidad considera. Dios hizo tanto  
lo uno como lo otro, a fin de que el hombre  
nada halle después de él.”

Eclesiastés 7,14



# POR QUIÉN Y PARA QUIÉN VIVIR

**A** sí como para el caminante es importante hacer un alto en el camino para descansar y tomar nuevas fuerzas para poder continuar hasta su destino, considero de vital importancia para los seres humanos, cuando aún se está a tiempo, hacer un alto en el camino de su vida, mirar hacia atrás y hacerse algunas preguntas, como por ejemplo: **¿Qué he hecho de mi vida? ¿Estoy satisfecho con lo que he hecho? ¿Para quién he vivido? ¿Qué haré en lo adelante?** Tales interrogantes generarán un proceso de reflexión, un autoanálisis que nos permitirá hacer una evaluación propia, una composición de lugar actual y un plan de futuro.

Desde que tenemos uso de razón iniciamos un largo camino en búsqueda de no sé cuantas cosas, entre las cuales, como abundamos en estos renglones, las más importantes son el éxito (sin determinarlo), la riqueza (sin precisar para qué), y la felicidad (sin una idea clara de lo que significa).

Ese camino será tan largo como extensa sea nuestra vida, y tan complicado y azaroso conforme sea el tamaño de nuestra capacidad de organizarnos y nuestra ambición.

En esta vida, muy pocas personas tienen un verdadero plan maestro que seguir, o un sistema de evaluación permanente de sus avances. Por tanto, si no se tiene un plan de vida y proyecto de futuro (dentro de su concepción real) perfectamente definido, en lo cual andamos la mayoría de las personas, se requiere hacer un alto en el camino para analizar las cuatro preguntas arriba indicadas.

Especialmente me parece muy importante, y de hecho así lo haré, especular sobre la tercera interrogante: *¿Para quién he vivido?* Seguramente la respuesta en mucho va a estar determinada por la edad al momento de formulársela y la concepción de su papel durante su vida sobre esta tierra.

Así tenemos que, si la pregunta se la formula una persona menor de veinticinco años, no tendrá ningún problema: él sólo ha vivido para y por sí mismo. Pero si se trata de una persona de mayor edad, y especialmente con edad mayor de cuarenta años, la respuesta va a ameritar una profunda reflexión y seguramente producirá la intención de realizar algunos cambios en su vida.

A título de ejemplo podemos adelantar que normalmente, una persona independientemente de su sexo, al menos en Latinoamérica, hace pareja entre los veinte y treinta años, lo cual significa que empieza a tener descendencia entre los veinticinco y treinta y cinco años. Pues bien, desde el momento en que nacen los hijos y hasta que éstos adquieren la mayoría de edad, los padres por lo general viven por y para los hijos, esto es, cuando ya los padres tienen entre cuarenta y cinco y cincuenta y cinco años de edad.

Precisamente es en esta edad cuando normalmente los hijos se van y los padres se quedan solos, y como quiera que desde que nacieron los niños se dedicaron a cuidarlos, educarlos y formarlos, en el camino fueron dejando sus mejores años, sin percatarse a toda conciencia que un día los hijos dejarían el hogar y la vida sería diferente.

Es por eso que, como antes indico, es muy importante hacer un alto en el camino antes de que sea tarde, para reflexionar profundamente para quién se vive, o se ha vivido. Y lo más importante, meditar sobre si no será posible vivir una parte de nuestra vida por y para los hijos, pero también otra parte importante por y para nosotros mismos, especialmente cuando todavía tenemos la vitalidad y la capacidad para disfrutarnos como pareja y recrearnos con todas las cosas buenas que nos ofrece la vida.

Me parece terrible que algunas personas consideren como algo *sacrílego* que durante el largo período de la crianza de sus hijos, algunos padres hagan espacio para su propia vida y cuiden celosamente de no ser perturbados.

De la misma manera, me parece aberrante cuando escucho padres decir que hay que *sacrificarse por los hijos*. Pienso que la labor de criar los hijos no tiene porqué considerarse un *sacrificio*, sino por el contrario debe considerarse un privilegio cual nos da innumerables momentos reconfortantes y felices.

Mas, esto no significa que vamos a vivir únicamente para los hijos. No, eso quizás sea muy común, pero no por eso deja de ser un grave error. Si aún a tiempo hacemos esta parada en el camino, podremos reflexionar y seguramente determinar que sí es posible atender con la misma dedicación, tanto a los hijos como atendernos mutuamente como pareja.

Respecto de los cónyuges, es grave descuidarse por atender los hijos, porque para todos hay espacio en el corazón. No es justo que alguien dedique todo lo mejor de su tiempo a los hijos dejando el rezago para el cónyuge, porque ellos crecerán y partirán, pero el cónyuge, quien estuvo con nosotros antes que los hijos y durante la vida de éstos, permanecerá con nosotros después que ellos se marchen.

Lo justo, lo correcto, lo inteligente, lo apropiado, es dar a cada cual lo que le corresponda. Entre otras cosas, porque nuestro ser imperfecto está lleno de vacíos que llenamos con las otras personas, pero para que sea completo requiere ser satisfecho por la persona apropiada.

Nuestros hijos nos darán grandes satisfacciones, pero nunca podrán llenar los vacíos que únicamente pueden ser satisfechos por nuestro cónyuge. En este mismo sentido, nuestro cónyuge nos prodirá un amor permanente y una solidaridad, que, por el mismo hecho de su naturaleza, es absolutamente diferente al amor y la solidaridad de nuestros hijos.

Son dos mundos diferentes y como tal deben tratarse. Quienes se equivocan en estas apreciaciones, la vida les cobrará muy cara su equivocación. Y eso es realmente fatal. No tiene solución alternativa.

El mundo está lleno de parejas que se dedicaron exclusivamente a sus hijos, en quienes, durante su crecimiento y desarrollo, concentraron todo su amor y dedicación descuidando a sus

cónyuges, porque la prioridad siempre fue para “*los niños*”, sin importar que ellos tuvieran ya veinte años de edad.

Al final, cuando éstos se fueron, los padres se quedaron solos, con un problema a costas aún mayor que su partida: No aprendieron a vivir solos como cónyuges, porque fue tanta su dedicación a los hijos, que sin percatarse de que se trataba de un amor exagerado, no aprendieron a vivir juntos sin ellos, y al irse éstos, la pareja perdió el incentivo de su vínculo de unión; perdió lo que le daba vida activa como pareja, quedando el hogar como un cascarón vacío, sin nada por dentro.

En este tipo de parejas, el tedio y la rutina se enseñorean de lo que una vez fue un hogar activo y alegre, convirtiéndolo en un sitio de reclusión de dos viejos aburridos, siempre en la espera de la llamada telefónica o la carta de los hijos, o de los amigos de los hijos, para tener sus noticias.

En estos cuasi hogares el amor desapareció, porque si alguna vez lo hubo, lo devoró la dedicación obnubilada, irracional y excluyente a los hijos, y sólo quedó el recuerdo que en vez de alegrar el hogar, solamente produce nostalgia y mayor sentimiento de soledad. Como lo escribiera el poeta: “...*Las aves se van cuando hace frío*”.

Por el contrario, en los hogares donde la pareja desde los inicios de su relación dosificó el amor por los hijos y por el cónyuge, dando a cada uno lo suyo, equilibrando de tal manera la situación, cuidando que la atención a los hijos no interfiriera con la dedicación mutua de los integrantes de la pareja, se puede inferir que a medida que *los niños* crecieron también creció el amor y la solidaridad entre los cónyuges.

Por lo cual, cuando los hijos dejan el hogar, estos cónyuges no tienen ningún problema porque siempre entendieron y aceptaron que los hijos, en mayor o menor tiempo, su estadía en el hogar sería pasajera y que un día partirían para hacer su propia vida y ellos, los cónyuges, quedarían para siempre, como habían comenzado... solos, solos frente al mundo.

Este tipo de padres entendieron a tiempo que cuando se fueran

los hijos, ellos como pareja seguirían adelante con su vida, con su amor, con su solidaridad y con su lealtad, de la misma manera como iniciaron su hogar antes de que nacieran los niños; cómo lo mantuvieron durante el crecimiento de éstos y cómo lo deberán mantener luego de su partida.

Este tipo de pareja exitosa, desde sus inicios entendió que los hijos, como lo escribió Khalil Gibrán, realmente no son nuestros, son los hijos de la vida, del amor, son los hijos de Dios. Nosotros, apenas sí somos los arcos que Dios dispone para dispararlos a ellos quienes son las flechas, por lo cual nosotros nunca sabremos a dónde van, porque el arquero es Dios y únicamente Él lo sabe.

Esas parejas envejecerán juntas, porque aprendieron a vivir solos, porque su amor, solidaridad y lealtad no dependió nunca de sus hijos; y, si bien es cierto que los hijos hicieron más bello el hogar, más activa la vida familiar mientras estuvieron en él, siempre tuvieron conciencia de que su estadía era temporal. Cuando los hijos partieron, el hogar no se destruyó sino que continuó con la felicidad de siempre en los integrantes de la pareja. En estos hogares, los recuerdos no crean nostalgia ni sentimientos de soledad o tristeza. Todo lo contrario: los recuerdos son hermosos, son reconfortantes, representan la prueba de lo que se logró como pareja. Tienen siempre presente que valió la pena toda la dedicación y el amor que se invirtió en los hijos.

En estos hogares no se espera con ansiedad una carta o una llamada de los hijos, porque su presencia es permanente en el alma, en el sentimiento; todo está impregnado de ellos, pero no para hacernos tristes sino para sentirnos mejor, porque el hogar sigue siendo de ellos, viven en cada uno de sus detalles, en cada rincón de la casa, en cada amanecer, en cada anochecer.

Por eso, si llaman o escriben, qué maravilla. Pero si no lo hacen, no hay problema, ya lo harán mañana o la semana próxima, o el mes próximo, o... cuando lo deseen. Papá y mamá siempre estarán allí.

Los hijos lo saben y no se preocupan mucho, porque saben que mamá y papá se complementan perfectamente. ... *"Los conocemos muy bien, ellos saben vivir mejor que nosotros"* –seguramente comentarán a sus amigos, sin ninguna preocupación.





“Quizá la mayor equivocación acerca de la soledad  
es que cada cual va por el mundo creyendo ser  
el único que la padece”.

*Jeanne Marie Laskas*



# FICCIÓN

## DE SOLEDAD

Algunas noches, cuando despierto y todos duermen, me levanto y al asomarme por la ventana de mi casa observo el verde jardín interno, matizado con las sombras nocturnas que produce la luna sobre las palmeras, donde esconden su raudo vuelo los pájaros nocturnos que en picada roban gotas de agua a la piscina. En ese momento percibo un profundo silencio. No se oye ningún ruido, todo está en calma, pareciera que el mundo se hubiera detenido.

Entonces, en esos precisos instantes tengo la sensación de entender lo que la mayoría de los humanos percibe como una gran soledad personal. No es la soledad de no tener la compañía de otro ser humano, es esa soledad inmensa del hombre como especie frente a un mundo amplio y ajeno; frente a una naturaleza con elementos incontenibles, destructivos, terribles, que no podemos prever cuándo se desencadenarán, pero en el que somos minúsculos y absolutamente vulnerables.

En esos momentos de silencio absoluto, de alguna manera presiento ese sentimiento extraño que suele ser paralizante para aquellos quienes creen en la soledad. Se trata de esa sensación de infinita pequeñez que nos embarga frente a un mundo gigante y anciano pero muy poderoso, en el cual nuestra conformación física, por su extensión y conformación, escasamente se asemeja a algo menos que un grano de arena y menos importante y pasajero que la vida del más pequeño de los insectos.

En esos momentos de mi vida he tenido la oportunidad de reflexionar más con curiosidad que con temor, sobre la propia y

natural soledad del ser humano en este mundo.

Salvo excepciones, nacemos solos, nadie nace con nosotros. Por tanto, nadie ni nuestros seres más queridos tendrían de alguna manera dentro de sus planes la intención o expectativa de acompañarnos al más allá, al momento de dejar esta tierra.

Sobre la base de tales reflexiones me pregunto: **¿Realmente estamos solos en el camino de nuestra vida?** No necesito mucho tiempo para responderme: definitivamente no. No estamos solos, ni antes de nacer ni durante nuestro largo periplo por la vida, ni después de morir. Al menos yo, desde que mi madre me enseñó la existencia de Dios y me orientó en cómo comunicarme con Él, nunca me he sentido realmente solo porque sé que desde antes de nacer ya tenía segura y buena compañía.

Es cierto que en ocasiones me he sentido desconsolado o frustrado por algunos fracasos personales o la ausencia de seres humanos, a quienes he amado o profesado amistad; pero decir que me he sentido de forma permanente inmensamente solo, no es cierto.

Siempre he estado absolutamente persuadido de que Dios es un inmejorable compañero de viaje, porque nunca nos abandona, porque siempre está con nosotros, o por lo menos a nuestro alcance.

Será por eso que siento una infinita tristeza por los millones de personas que, por no tener a Dios en su corazón, vagan por el mundo con el sentimiento de sentirse solas.

Yo no tengo ninguna duda de que Dios nunca duerme; cuando nosotros lo hacemos, Él está en vigilia siempre presto a despertarnos si hay peligro. Es Él cuando estamos cansados o atribulados, quien nos produce esos sueños maravillosos que traen paz a nuestra alma y nos hacen despertar con optimismo.

Es Él quien nos produce esos sueños que nos presagian males, y que nos ponen alerta frente a las eventualidades negativas. Es Él, quien mediante los presentimientos nos señala cuándo debemos desviarnos del camino, porque adelante asecha el peligro. Es Él quien nos acerca a las personas que amamos y nos aleja de las personas que de alguna manera pudieran hacernos daño. Y es Él quien nos

señala el bien y el mal, permitiéndonos libremente tomar la opción que estimemos conveniente.

Dios nos da nuestra esposa, nuestros hijos, nuestra familia, nuestra salud, nuestro bienestar, nuestra vida. Él nos lleva de la mano para lograr la satisfacción de todas nuestras necesidades físicas y espirituales. Él nos dejó la promesa de que podemos ser mejores, y quizás, perfectos.

Y Él nos recuperará y nos regresará a ese mundo de donde vinimos, en el momento apropiado, ni un minuto antes ni un minuto después. Porque Él, que siempre nos ha acompañado en esta vida, también está esperando con los brazos abiertos, a la hora del regreso, no para pedirnos cuentas sino para acogernos en su regazo porque somos sus hijos amados.

Él nos conoce muy bien, desde antes de nuestro nacimiento ya sabía de lo que éramos capaces.

Desde siempre supo cómo y para dónde íbamos, sabía todas y cada una de las cosas que nosotros haríamos en esta vida. Por tanto ¿cómo va a pedirnos cuentas de lo que Él ya sabía que íbamos a hacer, en un viaje que Él mismo nos diseñó? ***Es por lo cual debemos tener la seguridad y no podemos dudar, de que nuestra soledad en esta vida es mental, no es real.***

Lo importante es que debemos introspeccionar en nuestra alma, en nuestra mente, en nuestros sentidos, de que nunca estamos realmente solos porque Dios, a su manera, en su forma de hacer las cosas, siempre está con nosotros.

Pero, ¿cuál es su forma de acompañarnos? No tenemos por qué conocerla, no nos aporta nada adicional, no nos afecta en absoluto. Lo que debe importarnos es el resultado final: que Él está siempre con nosotros, en todas partes.

Y es que si no fuera así, ***¿qué sería de nuestra frágil humanidad?*** Somos tan vulnerables, que para morir no requerimos caer de un quinto piso o de mayor altura; basta con resbarnos sobre el suelo mojado para que nuestra cabeza choque con el suelo o con una piedra, y con eso es suficiente, todo termina.

En el mismo sentido, sólo requerimos dar un mal paso para lesionar nuestra columna y quedar paralíticos para siempre. O suficiente es abrir fuera de tiempo una ventana de nuestra casa, para que pesquemos una pulmonía que puede acabar con nuestra vida.

Un día cualquiera, haciendo lo mismo de siempre, como bañarnos después de comer, simplemente nos da una congestión y morimos.

Y así, en cada paso que damos en nuestra vida estamos expuestos a cualquier elemento de la naturaleza, animal, mineral o vegetal, e inclusive al más minúsculo de ellos como un microbio o una bacteria, que pueden acabar con nuestra vida en minutos. Por si fuera poca nuestra vulnerabilidad frente al ambiente natural, inventamos máquinas como los autos, que producen anualmente más lisiados y muertos que la más encarnizada guerra que se conozca en la historia. Pero, ¡Ah milagro!... permanecemos vivos.

Pero, *¿quiénes, cuántos y por qué?* No lo sé y creo que ni siquiera me interesa, pero yo soy uno de ellos, de los que permanecen vivos; y por lo que a mí respecta, sí que no tengo duda de que sigo vivo en esta tierra porque mi Padre Celestial está conmigo, porque me acompaña, porque me cuida, porque me guía, porque me da lucidez para tomar acertadas decisiones.

Por eso doy gracias todos los días, en cada hora, en cada minuto, en cada segundo de mi vida. Por eso no le pido nada para mí, porque Él en su infinita sabiduría, sabe de qué cosas tengo necesidad, cuáles me convienen y cuáles no.

Por todo eso también siempre estoy a su disposición, porque sé que Él tiene un plan especial para mí, dentro del cual este paso por la vida no es más que una etapa de muchas, y luego vendrá otra etapa, y otra, y otra aún superior.

Soy muy feliz porque sé que Él nunca me abandonará, siempre estará conmigo en esta etapa de mi vida y más allá cuando Él decida que debo partir, o mejor dicho, cuando Él decida que debo comenzar o recomenzar hasta mi destino final.

Por eso no temo al futuro. Por eso no recuerdo el pasado, porque mi Padre Celestial no me trajo a este mundo ni a recordar el

pasado, ni a temer o anhelar el futuro. Me trajo para vivir todos los días de mi vida disfrutando los dones que Él puso en la tierra para sus hijos.

Y para que fuera aún más feliz y no distrajera mi hoy ni por el pasado ni por el futuro, no me dijo ni me deja conocer cuánto tiempo voy a estar aquí. Ése es su secreto y a mí no tiene porqué interesarme.

Al fin y al cabo, Él no me trajo aquí por accidente y por tanto no me va a dejar aquí abandonado, porque cuando esto se ponga muy problemático para mí, me llamará, vendrá, me sacará de aquí y me llevará a otra parte.

Me asignará una misión nueva, cual como la de esta vida, cumpliré con agrado y con felicidad, porque ésa es la voluntad de mi Padre, de ese Padre amado que siempre ha estado conmigo desde antes de nacer, y siempre lo estará donde yo vaya. ***Por eso es que no creo en la soledad, no en la de los seres humanos, menos aún en la mía.***





Perdonar es el valor de los valientes.  
Solamente aquél que es bastante fuerte  
para perdonar una ofensa, sabe amar”.

Mahatma Gandhi



# EL PODER SANADOR DEL PERDÓN

En alguna parte, alguna vez leí una máxima como ésta: *“El perdón es Divino, la venganza es de Dios”*. La primera parte referente a que *“el perdón es Divino”*, me pareció realmente hermosa y prometedora, porque la mayor aspiración de un hombre de buena voluntad, sin duda es lograr alguna vez un destello siquiera de divinidad. He llegado a la conclusión de que, ciertamente el hecho de perdonar a quienes de alguna manera nos han ofendido sin que nada de rencor o dolor quede en nuestro corazón por el agravio, poder sacar de lo más profundo de nuestra alma ese sentimiento de frustración, dolor y revanchismo que se anida cuando somos objeto de injustas ofensas contra nosotros o nuestros más sentidos valores, es entonces la tarea más difícil para un ser con las pocas virtudes y muchos defectos de los que la mayoría de los humanos normalmente somos portadores.

Por lo cual, el acto de perdonar realmente nos eleva por encima de todas nuestras miserias humanas, para acercarnos a Dios. Creo que se requiere algo más que valentía y estoicidad para perdonar. Ciertamente, se requiere un destello de *“luz divina”*, pues la recompensa por el perdón es asimismo sublime.

Cuando perdonamos, es una de las pocas oportunidades de nuestra vida terrena cuando vencemos nuestra propia materia, nuestros instintos más primitivos y hasta nuestros más elementales mecanismos de defensa, para así alzarnos sobre nuestra propia humanidad corporal y ascender en lo espiritual y parecernos un poco a Dios.

Es por eso que luego del perdón viene el sosiego y se llena un vacío espiritual, sobreviene la tranquilidad, vuelve la calma. El alma se siente elevada, superada, más limpia. Por eso Jesús aconsejaba: *“Cuando vengas a hacer una ofrenda y tengas problema pendiente con tu hermano, anda primero y arréglalo y luego ven a hacer tu ofrenda”*. Era que Él quería que las ofrendas se hicieran con el alma limpia y para eso había antes que perdonar, cual es como decir que si no perdonas a tu hermano no estás limpio y mientras no lo hagas, de nada sirve tu ofrenda (Oración).

En estos días no hacemos ofrendas de la manera que lo hacían los antiguos. En estos días, escasamente nos encomendamos a Dios mediante nuestras oraciones, pero una interpretación honesta del pasaje bíblico aplicado a estos tiempos podría serlo que: *“Mientras no perdones a tu hermano, poco valen tus oraciones”*, y eso me parece de una gravedad de las mayores, *ya que una persona que quiere estar en paz consigo mismo y en paz con el Creador, deberá perdonar como única posibilidad de que el Señor pueda oír su plegaria*.

En el mismo sentido, Jesús condicionó el perdón divino a nuestra actuación consecuente con los ofensores, cuando sentenció: *“Porque si perdonáis a los hombres sus ofensas, os perdonará también a vosotros vuestro Padre Celestial”*. Pienso asimismo que, como quiera que mientras no perdonamos mantenemos nuestra alma sucia, también requerimos *“perdonarnos”* de corazón por siempre; perdonarnos por lo que hicimos y por lo que debíamos haber hecho y no fuimos capaces de hacer.

Conozco de personas que vivieron por mucho tiempo angustiadas, sin poder determinar de dónde provenía su angustia, hasta que determinaron que el origen de ese estado mental y anímico había surgido y se mantenía dentro del alma, desde que habían realizado algún acto en contra de otra persona, que en su fuero interno consideraban pecaminoso y el cual no se habían perdonado; y por tanto era el peso de esa culpa lo que no les dejaba ser felices.

Luego de reconocerlo, entenderlo y procesarlo, al perdonarse, simplemente se elevaron por sobre su propia humanidad, se acercaron a Dios, sintieron su alma limpia, y la recompensa fue su tranquilidad espiritual, que es el mejor remedio para eliminar la angustia.

Además, es sano recordar que fue por amor que fuimos diseñados por Dios y concebidos por nuestros padres. Por tanto, conviene a nuestra salud mental recordar que: *“Sólo el amor puede anular el odio”*.

Me imagino que el lector estará reflexionando sobre el trillado adagio que presume que, cuando recibimos una ofensa o un agravio considerado muy grave, en tales casos ***“hay cosas que no se pueden perdonar”***. Tal aseveración, como muchas que he oído muy en boga, simplemente me parecen muy emocionales pero no inteligentes ni apropiadas o, por decir lo menos, sin una base cierta que de alguna manera beneficie al agraviado. Ahora, que si alguien puede probarme que el hecho de que no perdonar al agraviante le produce algún bien o de alguna manera lo beneficia, entonces yo tengo que aceptar que pudiera ser que existan ofensas *“que no deban perdonarse”*.

Ahora bien, todo lo que en este capítulo se expone sobre los funestos efectos de no perdonar, de ninguna manera he basado mi análisis en inducir una conducta determinada ante la gravedad o entidad del agravio que se recibe y que se debería o no perdonar, al menos no en sentido negativo.

No, de ninguna manera, ya que como quiera que estoy persuadido que el agraviante u ofensor pudiera ser que ni siquiera recuerde el evento, debo basarme en el hecho cierto y el cual trataré de probar, que la más beneficiada no es la persona a quien se perdona, sino que lo es quien realiza el acto de perdonar.

Y es que al final, para el ofensor o agresor esto no le causa ninguna preocupación o quizás ya ni siquiera recuerde cuándo lo hizo. Quien sí lo recuerda permanentemente es el agraviado, por cuanto fue él quien recibió la ofensa.

Fue el agraviado quien sufrió las consecuencias del hecho dañoso; y lo más grave, mientras continúe recordándolo tendrá una carga adicional de dolor, continuará sufriendo, y así aumentará aún más la consecuencia del agravio u ofensa. Por lo tanto, el perdonar se constituye en una solución liberatoria, porque al perdonar se elimina ese recuerdo malsano que hiere y hace daño en el alma del agraviado.

Por otra parte, como lo escribió Francois de La Rochefoucauld: *“Cuando nuestro odio es demasiado profundo, nos coloca por debajo de aquéllos a quienes odiamos”*.

Por el contrario, al perdonar el agravio nos deslastra de algo desagradable que permanentemente horadaba nuestro pensamiento y nuestra alma, afectando parte de la tan necesaria tranquilidad espiritual y sin la cual es muy difícil lograr la felicidad.

Para el agraviado es conveniente perdonar todo tipo de ofensas; y mientras más graves, mejor, porque el dolor por la ofensa es proporcional a la entidad de la misma, esto es, que en la medida de la gravedad de la ofensa igual será la preocupación producida. Entonces si la ofensa es leve, leve será su dolor; pero si la ofensa es grave o muy grave, de la misma intensidad será su dolor.

De lo expuesto, por ser a su favor, el agraviado debe eliminar con prioridad lo que más daño le hace, que por supuesto serán las ofensas o agravios mayores. Y ya hemos probado que no hay ninguna otra forma de eliminar esa angustia, rabia, frustración o desasosiego, o como usted quiera llamarlo, que no sea olvidando la ofensa inferida, y para olvidarlo no hay otra fórmula que el perdón.

El Rey Salomón solía decir que: *“Mejor es la comida de legumbres donde hay amor, que de ternero cebado donde hay odio”*. ***Así, que mis queridos lectores, recuerden siempre que, cuando se perdona se neutraliza el efecto del agravio inferido y así retorna la tranquilidad espiritual perdida, la cual requerimos para ser felices.***

Si no lo hacemos, si no perdonamos, si insistimos en rumiar los dolores que nos infirieron con la ofensa o agravio, no solamente sufriremos la consecuencia de la ofensa de que fuimos víctima, sino que aumentaremos la consecuencia dañosa producida al continuar atormentándonos con tan ingrato recuerdo.

Pero, además de mantenernos angustiados y perturbados, ensuciamos nuestra alma y dañamos nuestro cuerpo físico con la sed de venganza; dos sentimientos que albergamos, el dolor y la venganza, que mientras los mantengamos con nosotros, no nos permitirán jamás alcanzar nuestra más preciada meta: ***ser felices.***

Todo lo cual, por cierto, al agraviante u ofensor no le da ni frío ni calor, porque simplemente no le importa. Posiblemente, ya lo ha olvidado.

Por otra parte, no es una especulación sin ninguna base, sino una conclusión científica el que cuando odiamos y estamos llenos de rencor (por no haber perdonado), nuestra química corporal se altera y nos produce un estado neurótico, que al perturbarnos nos hace más vulnerables al desmejoramiento o pérdida de nuestra salud física y psíquica.

En tal sentido, no se requiere ser un especialista de las ciencias médicas o de la salud, para intuir que una persona que tenga tranquilidad en su espíritu y amor en su corazón y, por tanto, ausente de cualquier estado angustioso, estará en mejor capacidad de resistir cualquier desmejoramiento de su salud o enfermedad, que aquella cuyo espíritu se encuentra perturbado o atormentado por el dolor, el odio, la frustración, y el deseo de venganza.

Así las cosas, la acumulación de sentimientos negativos, consecuencia del agravio, además de minar nuestra salud mental y corporal, disminuye nuestra capacidad de disfrutar de las cosas maravillosas que existen en el ambiente que nos rodea, tales como el amor de la familia, la actividad laboral o de estudio que cotidianamente realizamos, percibir el ambiente con sus árboles y bellos animales; y las otras muchas cosas que hacen agradables y confortables todos los días de nuestra vida.

Especialmente nos limita el disfrutar de la gente que nos rodea, quienes ignorantes de la borrasca que llevamos por dentro por no perdonar, insistirán en tratarnos con amor y compartir con nosotros sus momentos agradables, sin encontrar de nuestra parte la debida respuesta.

Esa situación angustioso-dolorosa que produce el agravio no perdonado, si no nos proponemos de corazón a solucionarla podrá contaminar *in crescendo* nuestra vida, hasta convertirnos en personas solitarias y, si se quiere, en unos verdaderos misántropos, cual es a mi manera de ver el asunto: la negación de nuestra propia naturaleza humana.

Creo que es una actitud común pero muy torpe la de no perdonar a quienes nos ofenden. Porque esa actitud contumaz de no perdonar, lejos de beneficiarnos o darnos alguna satisfacción real, sólo contribuye y trabaja a favor del ofensor al hacer aún mayor la consecuencia de la ofensa y agravando por extensión el daño que nos ha infringido.

Por oposición en contrario, cuando perdonamos, cuando ha regresado la calma y está tranquila nuestra alma, simplemente todo efecto de la ofensa se disipa; y en tal caso se invierte la situación, porque si alguien resulta perdedor es el ofensor, porque el efecto negativo de su ofensa sobre nosotros por él buscado, se desvanece, desaparece y ya nunca más podrá perjudicarnos.

Ese es el efecto Divino del perdón: ***dar paz a nuestra alma y elevarnos sobre nuestra propia naturaleza, acercándonos de forma extraordinaria a nuestro Creador.***

Este maravilloso mensaje tiene más de dos mil años, nos lo dejó Jesús de Nazareth, cuando le preguntaron sus discípulos que cuántas veces se debía perdonar y él les respondió de forma contundente: ***“Setenta veces siete”***. Recientemente leí un hermoso poema sobre el perdón donde no se indicaba ningún autor, el cual llenó de paz y ternura mi corazón, por lo que pienso que repetirlo aquí y recordar su profundo contenido, es obsequiarle paz a nuestra alma. Su texto decía:

*Si te hieren, perdona.*

*Si te mienten, perdona.*

*Si te maldicen, perdona.*

*Si te calumnian, perdona.*

*Porque si Jesús perdonó todos nuestros pecados...*

*aún antes de cometerlos*

*y murió en la cruz, para salvarnos del castigo de Dios Padre,*

*¿con qué derecho nosotros*

*no perdonamos las ofensas de nuestros hermanos?*

No debo concluir este capítulo sin tocar un tema respecto de los efectos sanadores el perdón, ya no en el espíritu de quien perdona sino exclusiva y directamente sobre su cuerpo físico. Realmente, lo ideal en el ser humano sería que un espíritu sano debería morar en



un cuerpo también sano. O quizás, dicho de otra manera, un espíritu sano procurará un cuerpo sano.

Así tenemos que, ya no es algo especulativo, imaginativo o fantasioso, sino científicamente comprobado, el hecho cierto de que los estados de tranquilidad, sosiego y alegría como los que produce el perdón, la risa o la práctica del deporte, aumentan la producción de "endorfinas", cuales son éstas descubiertas y divulgadas hormonas que se producen por secreciones endocrinas en el cuerpo y que según los doctores Guillemin y Hughes (1975) son "*moléculas polipeptídicas, en realidad, drogas que segrega el cerebro*", que se originan en presencia de los estados de felicidad, alegría, satisfacción, especialmente cuando se practican los deportes.

Conforme a los nuevos criterios médicos, las endorfinas tienen un efecto positivo inmediato y casi mágico sobre el temperamento y carácter del ser humano, y también sobre el dolor en su parte física. Adicionalmente se ha descubierto que actúan de manera positiva, entre otras, en el mantenimiento de la lozanía de la piel y el sistema capilar.

También se asegura que se ha comprobado científicamente, que las endorfinas benefician de manera fundamental los estados de recuperación de las células enfermas en los estados mórbidos, especialmente en las personas enfermas de cáncer, al fortalecer las células sanas y combatir el crecimiento de las células contaminadas, prácticamente destruyéndolas. Inclusive, hay investigadores que afirman haber comprobado sobre bases científicas probadas, que ***en las personas enfermas de cáncer, en las cuales se logra una alta producción de endorfinas, las células buenas que se hacen fuertes, combaten y destruyen las células cancerígenas.***

Estas buenas noticias derivadas de las citadas investigaciones, a mí personalmente no me sorprenden. Yo siempre he estado persuadido de que, de alguna manera, nuestro cuerpo que funciona como el más perfecto de los laboratorios, tiene algunos mecanismos que aunque nosotros conscientemente no los conocemos, ocasionalmente logramos de alguna manera activarlos y producen por sí mismos soluciones beneficiosas a nuestra salud integral, e inclusive curaciones "*milagrosas*" de graves enfermedades.

En este caso, lo mejor de esta noticia es que la producción de endorfinas, como quiera que se sucede conforme y proporcionalmente de acuerdo a nuestro estado de ánimo, así como todas las cosas trascendentes para el ser humano, Dios las ha puesto a nuestro alcance sin que para ello tengamos necesidad de erogar ningún tipo de recurso o realizar ningún esfuerzo.

Por tanto, su producción y consecuencial beneficio espiritual-corporal, estará a nuestro alcance en la medida en que seamos capaces de superar los problemas de nuestras vivencias diarias; vale decir, cambiar el mal humor por el buen humor; la tristeza por la alegría; el resentimiento por el amor, los pensamientos negativos por los positivos; la frustración por la confianza, el desánimo por la esperanza; la rabia por la risa; el temor por la fe y la oración, y el deseo de venganza por el perdón.

Si logramos producir estos cambios en nuestro ánimo, las endorfinas aflorarán en abundancia para colaborar, sin costo alguno, con nuestra salud física y espiritual.

Finalmente, no puedo terminar este capítulo sin advertir a mis lectores que la persona que fue más vilipendiada, vejada e injustamente torturada, para luego morir de manera infamante, flanqueado por delincuentes e inmensamente solo, lo fue Jesús de Nazareth; de quien los mismos que apenas horas antes le alababan y glorificaban, se burlaron, mofaron, escupieron, golpearon y hasta le negaron el agua en sus últimos momentos.

Sin embargo, con sus últimas palabras nos regaló un preciado tesoro para que nunca lo olvidáramos: el mensaje del perdón. Esa admonición final que era un último ruego a su Padre Celestial al finalizar su vida en esta tierra, superando el dolor, la frustración y la tristeza que como humano experimentaba, y que elevándose por encima de ese ropaje humano que le acompañó durante toda su vida, dio su última demostración de compasión y divinidad cuando exclamó: ***“Padre, perdónalos porque no saben lo que hacen”***.

Pienso que en ese especialísimo último momento de su vida terrena, Jesús nos creó un compromiso sagrado, el cual podría resumirse así: *Sí yo, quien además de ser hombre como tú soy hijo*

*predilecto de Dios soy capaz de recibir las peores ofensas, agravios y maltratos, y aún así perdonar a mis ofensores, tú que nunca serás tan gravemente agraviado como yo, que nunca estarás tan solo como yo en este momento, estás obligado a perdonar... siempre, so pena no sólo de no ser perdonado por las demás personas, sino además de no tener tranquilidad en tu espíritu, en tu alma, en tu corazón. **Escoge la opción, tienes plena libertad para hacerlo.***



“Pedid y se os dará; buscad, y hallaréis;  
llamad y se os abrirá. Porque todo aquél  
que pide recibe; y el que busca, halla;  
y el que llama, se le abrirá”.

S. Mateo 7,7



# LA FUERZA DE LA ORACIÓN

Si alguien me preguntara dónde reside la fuerza de la oración, no vacilaría en contestarle que en el alma de quien la hace. ¿Significa esto que la oración no es para Dios sino para quien la hace? Bueno, de alguna manera así es, porque a nadie se le ocurre pensar que Dios en su omnipotencia tenga alguna necesidad de que una persona haga oraciones para ayudarlo a hacer mejor las cosas, recordándole lo que debe darnos o lo que más nos conviene. En verdad, la oración tiene una fuerza extraordinaria e indiscutible y de tal forma, a mi manera de ver el asunto y sobre la base de mis propias experiencias, siempre actúa a favor de quien la hace.

Las reglas o mecanismos supra naturales de las cuales se vale Dios para hacer que la oración funcione, ciertamente yo no las conozco ni me interesa conocerlas. Lo que a mí me importa es tener la certeza, como la tengo, de que sin ninguna duda la oración es absolutamente poderosa, tanto, que siempre se traduce en resultados objetivos que enriquecen mi vida tanto material como espiritualmente.

Cuando era un niño, mi madre amorosamente me arrodillaba al lado de la cama, me juntaba las manos y me enseñaba que debía rezarle a mi Ángel de la Guarda para que éste me cuidara durante toda la noche. Yo nunca me preocupé por preguntarle cómo era ese Ángel de la Guarda o en qué sitio de mi habitación se ubicaba para cuidarme.

Yo solamente confiaba en que él estaba allí, que él me cuidaba, y hoy pienso que lo hizo tan bien que llegué sano y salvo

a mi edad de adolescente cuando, por virtud de la fe de mi madre, mi Ángel de la Guarda le entregó el cuidado de mi persona directamente a Dios... cuando por aquellos años mi madre me enseñó que ya no necesitaba arrodillarme a pedirle a mi Ángel de la Guarda que me cuidara, ya que sólo requería antes de dormirme encomendarme y ponerme en manos de Dios, ya no recitando rezos sino orando, que era como decir conversar con Dios de la manera como lo hacemos con nuestro padre, contándole nuestras penas y pidiendo su ayuda. Recuerdo que ella me decía: *"Si te duermes sin orar, seguramente te despertarás en la noche y entonces debes encomendarte a Dios"*. Ciertamente, cuando me dormía sin orar, me despertaba sobresaltado, oraba... y dormía como un lirón.

Hoy, después de más de cincuenta y cinco años de aquellos días, gustosamente acepto que la mejor demostración de que la oración funciona y que Dios es un gran cuidador de los seres humanos, soy yo: ***aún estoy vivo***.

En el mismo sentido, debo confesar que independientemente de esos tan efectivos consejos de mi madre, siempre tuve conciencia de que, si ando en los caminos de Dios no solamente en la noche sino a todas horas y en todas partes, siempre está conmigo un Ángel que cuida de mí, que me evita peligros, porque sabe comunicarse conmigo en ese especial lenguaje espiritual que conscientemente no me está dado entender, pero que sé que de alguna manera yo intuyo o presiento, cual es lo que me hace actuar de determinada manera en determinado momento. Y lo sé, no tengo la menor duda, que gracias a ese Ángel muchas veces mis presentimientos me han librado de cometer graves errores y, quizás... han salvado mi vida.

Luego de lo expuesto me imagino que se estarán preguntando: *Pero ¿existe un sitio o una oración especial, o unas palabras cabalísticas para comunicarse con Dios?* Pues bien, al menos en mi caso nunca me preocupé mucho de eso. Quizás porque debido a mi formación cristiana, siempre tuve un gran respeto por las enseñanzas bíblicas y especialmente por los evangelios, entre los cuales mis preferidos siempre lo han sido los escritos por S. Mateo, en el Nuevo Testamento.



Recuerdo que me impresionó profundamente y se anidó para siempre en mi alma, la anécdota de cuando sus discípulos preguntaron a Jesús de Nazareth: "*¿Dónde debemos orar?*"... Y él con esa sabiduría y sencillez, más allá de la vanidad humana, les respondió algo como esto: "*Cuando oren, vayan a la parte más recóndita de su alcoba, y allí oren en secreto, que mi Padre que oye en secreto les recompensará en público*"... Personalmente, a mi manera interpreté que las palabras de Jesús en realidad podrían traducirse en: "*Ora a mi Padre, en lo más recóndito de tu alma y él se manifestará a su manera*".

Igualmente marcó de manera significativa mi vida, cuando leí el pasaje bíblico donde creo que fueron sus Apóstoles quienes preguntaron a Jesús como debían orar y él les contestó de la manera más sencilla, y en pocas palabras les dejó todo un compendio de paz, amor y sabiduría cuando les respondió: "*...Cuando oren no usen de vanas repeticiones, vosotros, pues, oraréis así: Padre nuestro que estás en los cielos, santificado sea tu nombre. Venga tu reino. Hágase tu voluntad, como en el cielo, así también en la tierra. El pan nuestro de cada día, dánoslo hoy. Y perdónanos nuestras deudas, como nosotros también perdonamos a nuestros deudores. Y no nos metas en tentación, más líbranos del mal. Porque tuyo es el reino, y el poder, y la gloria, por los siglos de los siglos*" (S. Mateo 6).

Realmente no sé si ésas fueron las palabras exactas de Jesús, pues es un hecho conocido que los evangelios fueron escritos muchos años después de su muerte, pero lo que sí es cierto es que para mí esta oración cada vez que la oigo me llega a lo más profundo de mi ser.

Yo soy católico, respeto y disfruto mi religión, sus ritos, pero en el sentido real de la palabra, ciertamente lo que yo soy es Cristiano. Vale decir, soy y siempre he sido un *fan* de Jesús de Nazareth. He leído y releído su vida, sus palabras, sus anécdotas, y a veces siento que son tan actuales que no puedo más que maravillarme.

Si yo hubiese vivido en esa época, gustosamente le hubiera seguido como le siguieron esos hombres y mujeres que con él

anduvieron, divulgando la buena nueva y tratando de ser mejores, para de alguna manera en algo parecerse a ese buen maestro que era capaz de soportar sus palabras con su propio ejemplo personal, para aún a costa de su propia vida llevar al mundo un mensaje de amor, para aquella época realmente desconocido, con el sentido que Jesús le daba: *curador de las enfermedades del cuerpo y del alma de las personas*.

Quizás será por eso que cuando alguna vez me siento con deseos de ir a la iglesia, normalmente algún domingo con mi esposa, cuando tomados tiernamente de las manos, una la de mi esposa y la otra de algún desconocido que está a mi lado, entonamos esa hermosa oración que se parece tanto a Jesús, el "*Padre Nuestro*", afloran a mis ojos lágrimas de paz, de ternura, de amor y de dulzura.

Creo que esa persona extraña que toma mi mano, siente que yo soy su hermano; su hermano bueno que sin conocerle le ama, aunque sea por ese momento. Siento yo en ese instante sublime de mágica oración que también mi esposa percibe todo ese maravilloso, sublime y eterno amor que mis palabras, por muy expresivas que sean, nunca podrán comunicarle con la misma dimensión que mi cálida y amorosa mano le trasmite cuando juntos entonamos esa hermosa oración.

Sin embargo, una paradoja grande de mi vida es que yo, a excepción de esos excelsos momentos cuando estoy en el templo en compañía de mis hermanos del mundo y mi esposa, nunca rezo el Padre Nuestro. En verdad, a lo mejor en eso soy un mal católico, porque sin restarle su efecto maravilloso y positivo para el alma de quienes lo rezan, fuera del templo tampoco nunca rezo ninguna de esas otras hermosas oraciones como son el "*Ave María*", "*El Credo*", ni otras igualmente bellas oraciones que nos enseñan en la iglesia.

Desde muy joven, quizás porque la mayoría de las personas de mi edad pensaban y expresaban sus creencias respecto de la cosa religiosa bien diferentes a mis ideas, aprendí a dialogar y refugiarme directamente en Dios. Él, siempre me ha demostrado que Jesús no estaba equivocado respecto a los efectos maravillosos

de la oración, porque particularmente a mí Dios siempre me ha oído en secreto y me ha recompensado en público.

Mi comunicación con Él es más una conversación que una oración tradicional, la cual cuida sea muy corta pero muy sincera. Tampoco me preocupo de dónde hacerla, al fin y al cabo de alguna manera yo no tengo duda que una partecita de Él, la que necesito, mora en mi alma y siempre me acompaña.

Si en algo piensa el lector que pueda servirle conocer la oración de alguien como yo, quien con más de medio siglo encima le ha ofrecido a Dios, a quien se le ha ido la mano en darme cosas buenas, sin dejar de complacerme en todas aquéllas que por ser para mí muy importantes siempre quise tener, mi oración diaria, de todo momento, mi favorita, por no decir la única, le ruego primero se prepare para una sorpresa porque no es precisamente una pieza oratoria, enjundiosa como lo es el *Padre Nuestro* ni nada que se le parezca. Pero para mí es simplemente mágica. Es algo así como un "abracadabra", porque todo lo logra.

Mi corta oración, la cual siempre Dios ha oído y respondido de manera especial, la hago todos los días, en todas partes, a cada momento: *"Señor, danos lucidez, a mí y a mis seres queridos para tomar acertadas decisiones. Gracias Padre, porque sé que me has oído"*. Me imagino que usted, amigo lector, se sentirá frustrado porque quizás esperaba algo más *"elevado"*, *"esotérico"* o *"religioso"*. Pero, por favor, no cierre el libro aún, le debo una explicación. Déme la oportunidad de dársela, explicarle porqué después de mucho meditar y pensar sobre el asunto, decidí que ésa es la mejor oración, al menos para mí.

Como todas las cosas en la vida tienen su historia, también mi corta pero efectiva oración tiene la suya.

Hace años, iniciando mi vida independiente de mi familia paterna, con la poca formación espiritual que recibí en mi hogar, circunscrita a la fe en la existencia de Dios, tuve muchos problemas de todo género. Como siempre, en esos días tan duros me refugiaba en Dios, lo que me hacía más llevadera la vida.

Por regla general oraba en la noche, pero no tuve la

oportunidad de pedirle al Señor todas las cosas que necesitaba ni tiempo para enumerarle las muchas que quería le otorgara a los seres que amaba, como mis padres, mis seis hermanos, mis muchos sobrinos, mis amigos más queridos, algunos compañeros de trabajo y, por último, todas esas pobres personas que sufren tanto, particularmente los niños pobres que inundan las calles de nuestra amada América Latina pidiendo limosna. Era tan larga la lista de personas y pedimentos, que no hubo ni una sola noche que no me quedara dormido antes de terminar tan largas enumeraciones cuales, ciertamente, eran más que oraciones un memorial de agravios.

Un buen día, a raíz de que debía estar muy temprano en la oficina, al levantarme y evitando prender la luz por lo temprano, no conseguía mis pantuflas y me dije a mí mismo: "Tomaré la decisión de ir al baño sin mis pantuflas"... En ese preciso momento reflexioné sobre esa primera decisión de un día cualquiera de mi vida. Realmente ponerme las pantuflas o no ponérmelas, era la primera decisión del día. Pero luego, lavarme primero la cara o cepillarme los dientes antes, era otra decisión, y así sucesivamente por primera vez me percaté de manera consciente, que desde el momento en que en la mañana abría los ojos y decidía por cuál lado de la cama me levantaba, pasando por si asistía a mi trabajo o me encaminaba al club, lo que bebía o lo que comía, o la hora en que lo hacía, hasta el último acto que realizaba consciente antes de dormirme y que pudiera ser si utilizaba o no mi almohada... todo el día, en la secuencia de mis actos diarios, todo se ha reducía a una "*toma de decisiones*".

Entonces deduje que, el éxito de mis actos diarios estaría determinado por lo acertado de esa toma de decisiones que producía cada uno de ellos. Fue así como comprendí que ***si Dios me daba lucidez para tomar acertadas decisiones, pues, ya no necesitaba pedirle nada más.***

Por lo cual, si usted, amigo lector, analiza con cuidado el asunto coincidirá conmigo en que, por ejemplo, cuando alguien gana el primer premio de la lotería, tal acierto se debió al hecho de que "*tomó la decisión acertada*" cuando adquirió el boleto en un sitio determinado y en el preciso momento. Igual podría haberlo adquirido en otro sitio (donde no salió el número ganador), o a

otra hora del día (cuando ya otra persona lo habría comprado), las cuales serían decisiones desacertadas.

En el mismo sentido se maneja nuestra vida, y no debemos olvidar que nuestra vida no es más que la sucesión de nuestras vivencias diarias. Por lo tanto, si la decisión es acertada, los resultados serán apropiados; pero si la decisión es desacertada, será extemporánea o fuera de lugar y sus resultados serán adversos. Por eso yo le recomiendo que pruebe una oración nacida de su alma, de lo más profundo de su ser, de tal manera que al mismo tiempo que le dice a Dios lo que usted quiere, siente y/o desea comunicarle, en ese mismo instante usted sienta la respuesta positiva, porque como nos enseñó Jesús, nuestro Padre Celestial *"...que ve en lo secreto, nos recompensará en público"*.

Entre otras cosas, porque Dios sabe qué cosas necesitamos y aunque nosotros las deseamos ansiosamente y las pidamos, sabe cuáles no nos son convenientes. Es por eso que Jesús en su oración, en uno de sus momentos más duros sobre la tierra, invocó a su Padre diciendo que: *"...se haga tu voluntad y no la mía"*.

Por tanto, si de algo le sirve amigo lector, permítame contarle que en oportunidades e leído de personas de espíritu muy elevado, quienes han escrito que cuando oramos debemos saber pedir, o mejor dicho, tener cuidado con lo que pedimos. Opinan estas personas que pudiera ser que de pronto a Dios se le ocurra concedernos de buenas a primeras las cosas que le estamos solicitando y que estimamos que son buenas para nosotros; pero como nosotros no conocemos el futuro ni los planes de Dios, al final pueden resultar altamente perjudiciales por cuanto no era lo más apropiado para el momento de nuestra vida cuando lo solicitamos.

Nunca he creído que quienes conocen y hacen bien su trabajo, se requiera recordarles a cada momento qué es lo que deben hacer. Y yo puedo darles testimonio de que Dios sabe hacer muy bien las cosas y dar las que son convenientes a sus hijos. Yo no creo se deba estar todos los días *"ilustrando"* o *"recordando"* a Dios qué cosas debe darnos. Jesús decía que su Padre sabía mejor que nosotros mismos, las cosas que cada uno de nosotros necesitábamos. Yo creo que eso es muy cierto. Al menos en mi vida, en repetidas

oportunidades deseé y tuve la certeza de que tal o cual realización sería muy buena para mí, la cual efectivamente en desmedro de los pedimentos en mis oraciones simplemente no se me dieron. Cuando esas cosas me sucedían, yo tenía mi fórmula para recibirlas: *“Seguramente no me convenía”* –me decía. Con el tiempo, di gracias al Señor porque muchas de ellas no se me hubieren dado. Seguramente lo que sucedió fue que Dios, que sí sabía que cosas me convenían, me hizo el favor de no dármelas para evitarme un dolor o una frustración más.

Hoy creo que, no debemos decirle a Dios qué cosas necesitamos o cuáles Él debe darnos. Es suficiente solicitarle que nos permita que seamos nosotros mismos los que nos demos las cosas que necesitamos, ***dotándonos de lucidez para tomar las más acertadas decisiones en todos nuestros actos.*** Así, la próxima vez que usted vaya a orar, en vez del catálogo de sus pedimentos al Padre Celestial, solicítele una sola cosa, por demás fácil de conceder: ***lucidez para tomar acertadas decisiones...*** y le puedo asegurar que Él no se lo negará.

Mi última recomendación, la cual quizás no le haga falta pero es lo único que podemos hacer por Dios, es: ***darle gracias en todo momento por la vida que nos ha dado y todas las cosas buenas que ella conlleva.***

No debo finalizar este capítulo sin observarles que no he conocido en mi larga vida persona alguna realmente exitosa en lograr las cosas que hacen buena la vida, que no me haya confesado que cree en el poder y la fuerza de la oración.

En el mismo sentido les haré otra personal confidencia: en las mañanas, cuando despierto y oigo los gonzalitos, los cristofué y algunas otras aves que al posarse en las palmeras inician su coro mañanero, siempre elevando sus cabezas al cielo mientras otras toman agua de nuestra alberca, yo asimilo sus trinos a una oración en grupo, como aquellas que de niño hacíamos los ocho hermanos y mi madre para dar gracias a Dios, y pedir su protección cuando mi padre estaba de viaje en sus correrías por el Río Orinoco.

Asimismo, cuando comúnmente salgo al campo, cuando miro estremecerse los bambúes y las guaduas con la brisa de los días de

verano, en el crujir de sus endebles tallos siento que elevan una oración a su Creador.

Y también las quebradas, y en el río, en ese murmullo incomprensible y eterno de sus aguas, con sus olas a veces encrespadas cual manos en posición de oración, siento que dan gracias al Señor por su existencia.

En esas oportunidades reflexiono sobre el hecho de que no cabe la menor duda que Dios está en todas partes, que todo está inundado de su omnipresencia. En esos momentos siento la presencia de Dios tan cerca de mí, como si compartiera conmigo el espectáculo maravilloso de la oración de los elementos, que a veces le doy gracias por ser su máxima creación... por haberme dotado de mis ojos y mis oídos para poder presenciar y escuchar el coro de la oración de la naturaleza.

En tales oportunidades, delante de tanta grandeza, tengo más conciencia que nunca de mi pequeñez y fragilidad frente a la naturaleza, y por consecuencia termino convencido de que, si Dios no estuviese siempre cuidándome, seguramente mi vida hubiese sido muy efímera.

Quizás, será por eso que a mí no me está permitido dudar de su existencia, ni de su poder ni de su fuerza, ni de su bondad. También por eso, me siento obligado a decirles como testimonio viviente, que no tengo la menor duda de que Dios está aquí, de que nos acompaña, de que está pendiente de nuestras necesidades, y que lo único que podemos hacer por Él es agradecerle su infinita misericordia y su constante disposición para iluminar nuestra mente y lograr mantenernos vivos en esta tierra y obtener las cosas que Él estima que son buenas para nosotros.

Es por eso que la oración es fuerte, es por eso que es poderosa, es por eso que no hay oración perdida. Todas las oraciones llegan a Dios, porque están en el lenguaje de nuestra alma, cual es el que Él entiende.

Por tanto, debemos orar siempre y en todo momento, de la manera más sencilla, con real y absoluto convencimiento de que Dios nos oye, porque es y siempre ha sido un buen padre, que nos ama y

nos cuida, porque al fin y al cabo, somos su obra más acabada. Cuando me refiero a dar gracias en todo momento, realmente lo circunscribo a todo instante de mi vida, la cual, conforme a mi manera de ver ese milagro de existir, no es otra que el eterno presente que no va más allá de las veinticuatro horas de cada día. Tema éste del que disertaré ampliamente en el próximo capítulo.



*“Respetar el pasado en la medida justa  
en que se lo merece, pero no cometer  
el error de confundirlo con el presente,  
ni buscar en él los ideales del futuro”.*

*José Ingenieros*



# EL ETERNO PRESENTE

Siempre he creído que la vida, al menos la mía, lo es únicamente de veinticuatro horas y nada más. Muero en las noches cuando me duermo (no veo, no oigo, no hablo... no estoy consciente), y por eso antes de dormirme doy gracias a Dios por haber vivido esas maravillosas e irrepetibles veinticuatro horas. Vuelvo a nacer al otro día cuando me despierto y entonces doy gracias a Dios por que vivirá otra vez veinticuatro incomparables horas.

De hecho, nuestra vida diaria se desarrolla en veinticuatro horas, divididas en tres etapas de ocho horas cada una, las cuales transcurren más o menos así: aproximadamente ocho horas descansamos, dormimos; otras ocho horas realizamos alguna actividad fija y rutinaria, tal como trabajar o estudiar; las restantes ocho horas las distribuimos en una variedad de actividades, tales como el traslado a nuestro centro de trabajo o estudio, haciendo vida social, practicando deportes, realizando algún *hobby* u otra de nuestras múltiples actividades.

En las últimas ocho horas de nuestra vida diaria, quizás en todos nosotros hay algún espacio de tiempo, de horas o minutos, que nunca contabilizamos con exactitud, en el cual realizamos las más variadas actividades. Pero lo importante de todo esto es que, si aislamos dentro de esos tres lapsos de ocho horas de nuestra vida una cualesquiera de nuestras actividades en especial, sin lugar a ninguna duda ***dependerá de nosotros y de nadie más hacerla más o menos agradable, o simplemente feliz.***

Quizás porque sólo vivo veinticuatro horas y nada más, no

me pesan los veintidós mil novecientos noventa y cinco períodos de veinticuatro horas que representan mis sesenta y tres años de edad, sino que por el contrario, cada vez que acumulo veinticuatro maravillosas horas más siento que estoy ganando no un día más, sino una vida más, con todas las emociones y sensaciones extraordinarias que representa vivir un día más. Por eso, para mí ***cada día es maravilloso, porque representa algo más que vivir veinticuatro horas. Es ciertamente, vivir una vida más.***

Así tenemos que, si de ese nuevo día tomamos como referencia nuestras primeras ocho horas diarias que aplicamos al elemento TRABAJAR o ESTUDIAR, dependerá exclusivamente de nosotros, de cómo introspeccionemos el hecho de que nos resulte desagradable, agradable, o simplemente nos haga felices.

Por ejemplo, si a usted le apasiona la música y ésta es su actividad principal (su trabajo), usted puede ser más feliz realizando durante esas ocho horas esa actividad, que cualquier otra. Claro está, se requiere que usted mentalice que realizar esa actividad que usted ama es un extraordinario privilegio, ya que existe un altísimo número de personas quienes, independientemente de sus circunstancias personales, realizan actividades diarias que no les motivan en absoluto, sino que su única razón lo es la de obtener una remuneración.

Tal pensamiento positivo lo hará sentir feliz, porque es maravilloso poder dedicar la tercera parte de su vida a algo que simplemente le apasiona.

De idéntica forma, si lo que a usted le apasiona es la investigación científica, sus ocho horas en el laboratorio le parecerán pocas para realizar esa actividad que usted ama.

La misma reflexión podemos hacérsela sobre el elemento ESTUDIAR, si fuere la actividad que a usted le apasiona realizar.

En el mismo orden de ideas, tomando las ocho horas del día en las cuales normalmente descansamos, no es discutible que descansar, incluido el dormir, puede ser una actividad muy placentera; inclusive, si estamos en paz con nosotros mismos y con el medio

que nos rodea, no es exagerado decir que descansar y/o dormir nos produce un momento de felicidad.

Las restantes ocho horas de las veinticuatro del día, cuando realizamos una diversidad de actividades, todas ellas con un poco de creatividad y buen estado de ánimo, desde conducir un vehículo o viajar en el tren, hasta practicar un deporte o leer un buen libro, pueden resultar actividades reconfortantes, agradables, e inclusive hacernos felices.

Del análisis realizado podemos concluir que, definitivamente, dependerá de nosotros mismos y no de nuestro entorno o algo externo, el ser felices o no durante las veinticuatro horas de cada día. Somos nosotros y nadie más quienes le ponemos a cada una de nuestras vivencias, el toque mágico que las transforma de situaciones normales en situaciones especiales. Por eso, no debemos olvidar que: **LA FELICIDAD VIVE DENTRO DE NOSOTROS, SIEMPRE ESPERANDO QUE LA DEJEMOS ACTUAR A NUESTRO FAVOR**, y no requerimos ningún esfuerzo para obtenerla.

Estoy seguro de que quien atesore estas reflexiones, empezará a comprender que no se justifica ninguna de nuestras preocupaciones o angustias por el tiempo que pasó o el que está por venir.

Asimismo, que si permitimos que nos afecte el pasado o nos inquiete el futuro, restamos posibilidad de disfrutar más nuestras veinticuatro horas del hoy. Y es que, lo único cierto, lo único real es el presente. Por tanto, es del hoy de lo que debemos ocuparnos, que no preocuparnos. La preocupación no nos aporta nada positivo. Es la ocupación del asunto lo que nos permite resolverlo a favor de nuestros deseos y aspiraciones.

Al menos en mi caso, no me importa cuántos años he vivido o cuántos viviré. Yo soy de la misma escuela que sustenta el pensamiento de Albert Einstein: *"Nunca pienso en el futuro. Llego enseguida"*.

Vivo tan feliz mi día de hoy, que no tengo tiempo para pensar ni en lo que pasó ni en lo que vendrá. No soy tonto para dedicar mis escasos minutos de vida de este día a lamentarme por lo que

no hice o dejé de hacer ayer, o preocuparme por lo que podré o no hacer mañana. Eso para mí está cancelado. No existe. Mi mente la programo en la mañana, cuando abro los ojos para mi maravilloso e inigualable día de hoy. Por eso no desperdicio ni un segundo de disfrute de este maravilloso y único día que me interesa: **hoy**.

Por eso hoy me levanto muy temprano para sentir en mi cara la brisa mañanera, para disfrutar el canto de los pájaros que también como yo saludan al nuevo día...para sentir ese sol maravilloso de las primeras horas de la mañana que tanto bien hace a mi cuerpo. Por eso, tampoco pierdo oportunidad para manifestarle a mis seres queridos que los amo, porque entre otras cosas, no sé si será esta la última oportunidad de hacerlo y no la voy a desperdiciar.

Por eso, hoy vivo intensamente cada una de las cosas que hago, y disfruto avaricioso de cualquier placer por pequeño que sea, porque no sé si después de hoy tendré oportunidad de hacerlo, al menos con este cuerpo.

Hoy observo con interés las personas que pasan frente a mí, los árboles, los animales, inclusive las maravillosas máquinas que el hombre ha inventado para nuestro confort; oigo entusiasmado el canto de los pájaros, la risa de los niños y el ruido del agua, sonidos éstos que especialmente amo y trato de retratarlos y fijarlos todos en mi mente para guardarlos como un tesoro, porque no sé si será la última vez que los oiga o... si despertaré mañana.

***Por todo eso, hoy, es el único tiempo que para mí tiene importancia porque es el único que vivo. En lo más recóndito de mi alma doy gracias a Dios por haberme permitido esta maravillosa experiencia de haberlo vivido... una vez más.***

Con respecto a lo que sucedió ayer, prácticamente ya no lo recuerdo. Para mí se quedó en el pasado, se perdió en el tiempo, y no hay posibilidad de cambiarlo. Si algo de ello pudiere aprovecharme, lo será solamente las enseñanzas que me pueda haber dejado. Experiencias positivas o negativas, poco me afectan. Si son positivas, continuaré aplicándolas, y de ser posible mejorándolas. Si por el contrario fueron negativas, las desecharé, las evitaré en todo lo posible y, lo que es más importante, no les daré trascendencia ni las recordaré jamás.

El ayer es un muerto y los muertos deben permanecer en sus tumbas, porque estoy hecho a imagen y semejanza de Dios, y Dios es un Dios de vida. Su hijo predilecto, Jesús de Nazareth así lo dijo: *"Mi Padre es un dios de vida"*... También aconsejó respecto de los muertos: *"...Deja que los muertos entierren a sus muertos"*, y no tengo ninguna duda de que si alguien sabía de vida y de muerte, era precisamente ese hijo especial de Dios.

La vida me ha enseñado que si miro hacia atrás, corro el riesgo de que me suceda como a la mujer de Lot: *convertirme en una estatua de sal*. Siempre tengo pendiente esta enseñanza de la mujer de Lot. No quiero estancarme en el tiempo, no quiero quedarme en el pasado. No puedo dejar de avanzar, porque eso es contrario a mi naturaleza. Mi vida, mi realización material y espiritual, se nutren de mi evolución.

Debo avanzar siempre, porque voy hacia adelante, no hacia atrás. Avanzo porque estoy persuadido de que adelante me espera mi destino, el maravilloso destino que Dios da a sus hijos buenos: ***la felicidad integral***. Si me paro, corro el riesgo de no estar a tiempo en el sitio que Dios ha destinado a mis realizaciones; y el tiempo es tan corto que no puedo perder ni un minuto. Alguien escribió que a la vuelta de la esquina nos espera un milagro. Yo soy un ferviente creyente de esa máxima, por eso avanzo, porque no quiero perderme encontrar a la vuelta de la esquina ese milagro que Dios tiene guardado, esperando por mí.

***Además, no puedo correr el riesgo de que, por mi negligencia, los que vienen detrás de mí, quienes también avanzan, me superen y yo me quede en el mundo de los olvidados.***

Con relación al mañana, además de que no me preocupa el futuro, precisamente porque como ni siquiera sé si llegará para mí, sería torpe dedicarle más tiempo o cuidado que aquel que le beneficie, sin desviar mi atención del maravilloso hoy. Estoy absolutamente convencido de que ***si algo puedo hacer por beneficiar el mañana o por prever el futuro, es hacer las cosas lo mejor que pueda el día de hoy***. Como consecuencia, trato de realizar todas mis actividades hoy lo mejor posible, dentro de mis muchas limitaciones.

La certeza de que mañana, si llega para mí, será de alguna manera producto de mis actos de hoy, me orienta a hacer las cosas con amor, con dedicación, con mucho cuidado, con responsabilidad. Ese hacer hoy conlleva para mí todas y cada una de mis actividades, desde cepillarme los dientes hasta realizar mi actividad profesional, pasando por mi alimentación y mis relaciones con las personas que me rodean o conforman mi entorno más íntimo.

Así, por ejemplo, estoy convencido que si cuido mi cuerpo eficientemente hoy, mañana responderá mejor a todas sus actividades físicas y espirituales; si hoy realizo eficientemente mi actividad profesional, mañana tendré más reconocimiento y aumentaré mis ingresos; si hoy, a todas las personas con quienes me relaciono les demuestro respeto y consideración, ellos mañana me considerarán y respetarán aún más; si hoy, a las personas que amo les prodigo amor y además se lo manifiesto de todas las maneras posibles, la ley de probabilidades me asegura que mañana me amarán más y es posible que se acuerden de... manifestármelo.

Por todo esto no debo preocuparme del mañana, porque como lo repetía Jesús de Nazareth: *"Mañana traerá sus propias preocupaciones, basta a cada día su mal"*... Y como quiera que soy un ferviente creyente y seguidor de Jesús de Nazareth, me parece simplemente inoficioso, agregar al día de hoy problemas o males que supuestamente pudieren afectar el mañana, los cuales es posible que nunca lleguen a suceder.

De alguna manera sigo el sabio consejo de que: *"Dios nos dio el Don de la Vida, el cual es temporal. Es decir, cuando nacemos a esta vida humana, lo único seguro que tenemos es la muerte. Cada segundo es irrepetible. Por eso, VIVE el momento, y mejor aún, VIVE en la GRACIA de Dios"*.

Como quiera que la intención de estas reflexiones, sobre la base de exponer experiencias realmente vividas, lo es con el fin de que los mensajes o enseñanzas que de ellas se deriven cuando sean positivas puedan ser utilizadas y atesoradas por los lectores, y cuando parezcan negativas puedan ser desechadas, en ambos casos aportarían conocimientos prácticos de la vida, utilizables de manera positiva.



Debo decir que en el largo camino que he recorrido en esta vida, he observado que muchas personas transcurren la mayor parte de la suya, angustiadas por eventos por los cuales nada pueden hacer o remediar. Unas son presas de sus recuerdos más dolorosos. Otras se angustian como producto del temor sobre lo que les sobrevendrá más adelante en el tiempo, lo cual es una aberración si se toma en consideración que sus preocupaciones tienen fundamento en eventos futuros e inciertos, que pudiera ser nunca lleguen para esa persona, quien erradamente dedica el maravilloso tiempo del *hoy* a un *incierto mañana*.

Tales actitudes, sobre la base de la lógica formal deberían representar un contrasentido o algo poco común en los humanos, pero no es así. Muchas más personas de las que usted pudiera imaginar, han sufrido por años en su vida debido al ingrato recuerdo de una oportunidad o un amor perdidos, de lo cual se culpan por no haber sabido identificar el momento o la actitud apropiada, sopesando sin cesar lo que *"hubiera sido"* de su vida si no hubiesen cometido tal o cual error.

En el mismo sentido, tantas otras han desperdiciado innumerables horas de su vida, por el temor que les produce estar conscientes de que algún día morirán. *¡Habrás visto mayor pérdida de tiempo y desperdicio de los buenos momentos!...*

¿Cómo es posible que una vida tan limitada en el tiempo, como lo es la de un ser humano, en la que podemos vivir tan emocionantes momentos que el día a día nos aporta, pueda ser desperdiciada por alguien pensando en que un día ocurrirá un evento del que no hay la más mínima posibilidad de predecir cuándo sucederá, y sobre el cual nada se puede hacer para evitarlo?

La muerte es algo inherente al ser vivo, es algo de lo cual no debemos preocuparnos porque es fatal. Calino decía que: *"Quien nace mortal, camina hacia la muerte"*. Así es, no importa cómo ni cuándo, simplemente sucederá. Por su parte Teófilo Gautier asegura que: *"Nacer es comenzar a morir"*. Ciertamente, cuando nacemos... o morimos o vivimos. Si vivimos, desde ese mismo momento estamos en riesgo de morir. Cada segundo que pasa nos acerca más a ese

indeseado momento, nos acerca a la muerte. No es algo que se pueda evitar, únicamente tiene que ver con el factor tiempo.

La muerte vendrá, más tarde o más temprano, pero vendrá, y quizás en ese momento ni siquiera nos daremos cuenta que morimos, así como de manera consciente tampoco nos enteramos cuándo nacimos.

En el mismo sentido, Mahatma Gandhi opinaba: *“El nacimiento y la muerte no son dos estados distintos, sino dos aspectos del mismo estado”*. Por lo tanto, pienso que cualquier preocupación sobre su llegada es absolutamente inútil y sin ningún sentido práctico.

En mi caso, yo también tuve alguna vez preocupación por la muerte pero hace ya bastantes años, luego de este análisis, ya no me preocupo por ella.

Cuando alguien me pregunta que cómo hago para no preocuparme por la muerte, de inmediato respondo: *“Simplemente no pienso en ella”*.

Cuando me acuerdo de ella pienso que muy poco puedo hacer por evitarla. Sin embargo, lo poco que puedo hacer por retardarla, ciertamente lo hago. Procuro tomar la mayor cantidad de agua posible y me proporciono una alimentación sana y balanceada, profusa en vegetales, frutas frescas y secas, legumbres y aceite de oliva, pero muy pobre en grasas saturadas y carnes rojas. Por lo menos una vez al día incluyo en mi dieta la ensalada y una copa de vino, preferiblemente vino tinto. Trato de no excederme ni en la alimentación ni en la bebida. No fumo. No bebo licores, más allá de una copa de buen brandy, un vaso de whiskey o una cerveza. Evito los medicamentos innecesarios y utilizo, en lo posible y razonable, la medicina natural. Asimismo, combato el estrés –cual es la agresión mayor del ambiente moderno– repitiéndome a cada momento que todo en esta vida es pasajero y que lo único que no tiene solución es, precisamente, la muerte, de la cual no debo preocuparme.

Para mantenerme en forma, trato en lo posible de levantarme a las 6:30 de la mañana, hago una caminata de por lo menos cinco

kilómetros, infaltable, por lo menos cinco días de la semana, preferiblemente en un parque donde me contacte con la naturaleza.

Asisto tres días a la semana a un gimnasio, donde durante una hora un entrenador me orienta en los ejercicios apropiados para mi edad. Pero si por cualquier circunstancia algún día no puedo caminar, en la noche hago en mi casa *bailoterapia* con mi compañera de viaje largo.

Trato de trasnocharme lo menos posible, esto es, duermo por lo menos cinco horas cada noche, lo cual tengo probado es suficiente para mí. Y como no hay nada tan sano y beneficioso, no sólo para conservar la vida sino para alegrar el espíritu, como hacer el amor, y por cuanto para practicar el sexo cualquier oportunidad es buena y mi formación es *sibarítica*, lo practico con mi pareja donde, como y cuando se me presente la oportunidad, con la mayor regularidad posible, degustándolo con la lentitud debida y con fruición; lo disfruto como un buen vino o un manjar de dioses que, por cierto, es como debemos definir el sexo: **un manjar de dioses**.

Finalmente, en pro de procurarme una vida sana, sistemáticamente me realizo chequeos médicos y de laboratorio, conforme a los consejos de mis internista, urólogo y cardiólogo. Como podrán imaginarse luego de esta lectura, existen cosas muy placenteras en la vida a las cuales dedicarles nuestro mejor tiempo del presente, para estar desperdiciándolo en preocupaciones por lo que pudiera acontecer en el futuro, o por cosas tan desagradables como es que lo pongan a uno con la cabeza por delante en una caja de madera, por primera vez adecuadamente maquillado como si fuere a asistir a una fiesta.

Debo acotar antes de terminar este capítulo, que en este eterno presente suelen presentárenos situaciones conflictivas o desagradables, de las que hoy me ocupo mas no me preocupo. Estas situaciones en mi vida personal, antes de adquirir la formación espiritual que hoy disfruto, me llenaban de una gran angustia, y en tales casos erráticamente siempre me preguntaba *porqué me sucedían*, lo cual nunca pude responderme ni tampoco me producía ningún alivio.

La diferencia ahora, cuando se me presenta alguna situación conflictiva, desagradable, o si se quiere desgraciada, es que ya no me hago esa pregunta porque simplemente, por el desconocimiento de los planes de Dios, no tiene una respuesta acorde con nuestra lógica racional; porque aunque Dios nos dotó de la razón, pareciera que Él no utiliza esa misma ratio. Por tanto, luego de mucho meditar sobre el porqué de nuestros males, desarrollé la alternativa a esta pregunta que sí podemos contestar nosotros, la cual con lujo de detalles expongo en el próximo capítulo de este libro.

“No existe nada más cierto que la conformidad  
y relación que guardan entre sí el cuerpo y el alma.  
Bello y bueno se expresan  
por medio de una misma palabra en griego”.

Montaigne



# EL PORQUÉ DEL PARA QUÉ

A mi manera de ver el progreso espiritual, pienso que a medida que avanzamos en él vamos teniendo conciencia real de que el único seguro o protección frente a la adversidad, lo es la fortaleza espiritual. Usted podrá adquirir una póliza de seguros contra incendio y con ello proteger de tal mal la casa y sus bienes, o con otra póliza protegerse del robo de éstos; inclusive, con un seguro de accidentes o de vida, proteger a sus herederos, al menos económicamente, frente a su eventual muerte. Pero, no hay seguro para protegerse frente a una situación adversa que horade lo más profundo de su alma, como podría ser, por ejemplo, la muerte de un ser amado o su abandono, o una enfermedad o accidente que le inutilice, o algo parecido.

Lo único que puede permitirle superar cualquier adversidad, sin importar su gravedad, lo es su fortaleza espiritual. Porque siempre está vinculada a su fe, en esa fuerza universal omnipresente y omnipotente que es Dios.

Pienso que sólo quienes han crecido espiritualmente pueden enfrentar cualquier adversidad, sin desfallecer o derrumbarse permanentemente. Rudyard Kipling en su famoso poema *Si*, advertía: *"Si todas tus ganancias poniendo en un montón las arriesgas osado en un golpe de azar... tuya es la Tierra y todos sus codiciados frutos, y lo que más importa, serás Hombre, hijo mío"*.

Quienes han fortalecido su espíritu, en su dolor no se lamentan preguntándose: *¿Por qué me ha sucedido tal desgracia?... ¿Por qué tenía que ser a mí y no a otro?* No, quienes han crecido

espiritualmente no se hacen preguntas cuya respuesta sólo podría satisfacerla Dios. Por el contrario, se interrogan sobre las cosas positivas que toda desgracia tiene.

Entonces, en vez de preguntarse porqué, cual es una respuesta que sólo Dios podría dar, se preguntan **¿Para qué? ¿Para qué me sucedió tal desgracia?** Porque esa pregunta sí tiene muchas respuestas que podemos darnos nosotros mismos, sobre la base de que todo lo que sucede a un ser humano sobre la tierra tiene una razón, la cual, por cierto, en la mayoría de los casos, en el mismo momento del suceso no nos está dado conocer. Pero lo verdadero es que existe una razón.

Normalmente, con el tiempo, entendemos esa razón. Pero si no llegamos a entenderla, tampoco es un problema para nosotros porque Dios está aquí, no se ha ido, no se va, no nos abandona; y como quiera que Él nos cuida, significa que conoce porqué sucedió. Eso debe ser bastante para nosotros, si es que hemos crecido espiritualmente.

El **para qué** es la parte positiva de la situación adversa. Es el **para qué** lo que nos permite reflexionar sobre las múltiples posibilidades de que esa situación adversa en ese momento, pueda evitarnos en el futuro una situación más traumática o dolorosa.

En una oportunidad asistí al funeral de un chico de apenas diecinueve años de edad, al que conocí y aprecié desde niño era buen estudiante y deportista, quien falleció en un accidente automovilístico. Su madre estaba desconsolada y cuando me miró llegar se echó en mis brazos sollozando desconsoladamente, porque sabía que yo apreciaba a éste su joven hijo que vi crecer y quien yacía en una urna a escasos pasos de ella. “¿Por qué?... –se lamentaba tristemente. ...¿Por qué ahora que mi hijo tenía diecinueve años Dios me lo quita?”... –musitaba entre sollozos.

“Por favor –le dije- no se pregunté porqué, usted es cristiana y eso sólo Dios lo sabe. Pregúntese para qué sucedió esta desgracia. Póngase en oración, hable con Dios y seguramente, Él en su lenguaje especial le responderá en su corazón y le dará, no el porqué de su muerte, porque eso no le beneficia en absoluto y tampoco usted



nunca le preguntó a Dios, porqué se lo dio cuando nació. Pero tenga la seguridad que si usted hace contacto con Dios en su alma, en su corazón, Él le dará la paz que usted ahora necesita. Recuerde –insistí– cuántas madres todos los días ven morir sus hijos a los dos, cuatro, diez o quince años de edad, y muchas veces de muertes muy lentas y dolorosas. Usted, en cambio, disfrutó de su hijo sano, estudioso, deportista, que la hizo feliz por diecinueve largos años. Usted es privilegiada frente a esas pobres madres que vieron morir sus hijos a edades tan tempranas, y con enfermedades lentas y dolorosas.

Por tanto, póngase de rodillas y déle gracias a Dios, porque la ama tanto que le dio un hermoso hijo por diecinueve años sin que usted siquiera se lo hubiera pedido. Y lo más importante, tenga la seguridad de que existe una razón por la cual Dios se lo llevó. Recuerde, amiga, que nada, ni una hoja de un árbol se mueve sin la voluntad de Dios. Y Él no hace nada en contra de nosotros, porque nos ama, desde antes de nacer, y desde el vientre de nuestra madre nos hace un plan para esta vida, el cual sólo Él conoce. Cuando lo finalizamos nos vamos. Dios no hace nada en contra nuestra. Nosotros somos su máxima obra, y eso no debemos olvidarlo nunca”...

Cuando terminé mi reflexión, ya no lloraba con la desesperación que lo hacía cuando inicié mis palabras de solidaridad. Estaba muy triste, pero yo sentí en mi alma que ella había recibido en la suya, al menos en parte mi mensaje. Había tristeza en sus ojos, pero también había paz en su alma.

Semanas después volví a verla. Me saludó amablemente y me besó en la mejilla, yo la abracé tiernamente y sólo le pregunté cómo andaban las cosas, y volví a recordarle sobre la fuerza de la oración. No me habló mucho, pero en sus ojos, que son el reflejo del alma, sentí que ella había procesado el mensaje. Sentí que su herida aún estaba abierta, pero también tuve la sensación de que su curación estaba avanzando rápidamente.

Desde ese día, siempre que tengo la oportunidad de hablar con personas que han sufrido una desgracia o un daño grave, invariablemente utilizo la fórmula bendita del *para qué*. Siempre con la misma intención de abrir en la mente del afligido un proceso de reflexión sugiero que, en vez de hacerse una pregunta sin

explicación de lógica racional como lo es porque sucedió tal evento doloroso o dañoso, cambiar el esquema a una inquisición que sí tiene respuestas lógicas y racionales, como lo es: ***para qué sucedió el evento doloroso o dañoso.***

Porque esta última tiene miles de respuestas positivas. Realmente tiene tantas, que una persona inteligente puede adaptarlas a sus propias y mejores conveniencias. Por ejemplo, si un ser amado muere en un accidente, bien podría su deudo pensar que fue preferible una muerte instantánea de la que él seguramente ni siquiera se enteró, a una larga y penosa enfermedad que le hubiese podido consumir lentamente, al punto de que él mismo hubiese preferido una muerte más rápida y menos traumática.

También en el caso muy sentimental del abandono de un ser amado, el adolorido amante abandonado bien podría consolarse preguntándose en vez de por qué, para qué. Así podría especular, entre otros aspectos, sobre el que su abandono, aunque muy doloroso, podría servir para que esa persona amada y quizás él mismo, pudiesen rehacer su vida y lograr ser en el futuro aún más felices de lo que fueron en la relación perdida.

El mensaje importante de estas reflexiones pudiera estar, en acostumbrarnos a que el dueño de nuestra vida es Dios, y Él puede hacer con ella aquello que tiene planeado para cada uno de nosotros, sin preguntarnos nuestra opinión.

Así, debemos estar conscientes que ni nosotros solicitamos venir al mundo, ni nadie nos pidió opinión sobre nuestro deseo de venir a esta tierra. Por lo cual, tampoco nadie nos pedirá opinión de cuándo o cómo debemos dejarla. Porque fue Dios y sólo Él, quien nos incluyó dentro de sus planes dándonos una misión en esta vida, cual indefectiblemente todos venimos a cumplir, y ni un segundo antes de cumplirla dejaremos de estar aquí. Por lo que, si algo podemos hacer por agradecer esta experiencia extraordinaria que es nuestro paso por esta vida y lograr un resultado feliz al final de nuestro camino, es orar continuamente dándole gracias a Dios... aceptando su santa voluntad.

Determinado como ha quedado que la pregunta apropiada en cualquier situación dolorosa o grave que nos afecte, lo es **el para qué** y no el porqué, pienso no obstante –como se dejó analizado– que por la amplitud de opciones que nos otorga tal pregunta, se requiere un elemento indispensable cual es el que va a permitirnos transformar la consecuencia dañosa o dolorosa en algo realmente positivo o didáctico. Ese elemento trascendental para lograr tales fines es el maravilloso **estado de ánimo**, del que todos sin excepción hemos sido dotados por Dios, y cuyo tema trato ampliamente en otro capítulo de este libro.



Así que no os afanéis por el día de  
mañana, el día de mañana traerá su afán.  
Basta a cada día su propio mal.”

S. Mateo 6, 34



# LA ANGUSTIA

En la actualidad, uno de los enemigos más diseminados en nuestras vida social, cual afecta gravemente la tranquilidad humana lo es **LA ANGUSTIA**, sentimiento prácticamente indefinible pero cuyos efectos producen en el ser humano un desasosiego *in crescendo*, que distorsiona su natural comportamiento a niveles patológicos. Ahora bien, como quiera que *la angustia* es un sentimiento disperso y confuso de congoja, aflicción, zozobra, dolor moral y...quién sabe cuántas cosas más, desde el punto de vista esencialmente empírico que no científico, podemos decir que nos hace sentir deprimidos, atemorizados, acongojados, ansiosos, confundidos, confusos, lo que afecta gravemente nuestra capacidad de concentración. Cuando se nos presenta no sabemos a ciencia cierta y de manera determinada cuál es su origen o qué es lo que nos la produce, pero nos perturba de manera sensible afectando nuestro carácter en forma negativa y alejando nuestra atención de las cosas importantes que debemos atender.

En mi caso, como todo ser humano, cuando he sufrido la muy desagradable sensación de *angustia* –exacerbada en estos días–, para combatirla he instrumentado un método de actuación inmediata, el cual pongo a funcionar tan pronto me siento en estado angustioso.

El mismo se inicia con un primer paso, mediante el cual me dedico a fondo a determinar qué es lo que me angustia, que es como decir a qué temo, porque de alguna manera la angustia nos la produce el temor a algo no determinado que pudiera ser dañoso, porque lo que nos beneficia no nos angustia.

Ciertamente no conozco de ningún caso de persona alguna que se haya encontrado en estado angustioso por participar de un evento feliz tal como recibir un premio o un regalo especial. Definitivamente, los estados angustiosos los produce la sensación de temor a algo que no se sabe lo que es.

Como quiera que en la mayoría de los casos nuestras angustias se producen por preocupaciones sobre nuestros problemas más inmediatos y en gran parte relacionados con asuntos del futuro, en tal circunstancia yo particularmente tomo papel y lápiz y comienzo a relacionar mis áreas más sensibles.

Así por ejemplo, anoto: familia (relaciones con esposa, hijos, afines y colaterales); ejercicio profesional (situación de casos activos, honorarios por cobrar, obligaciones relacionadas); aspecto económico (deudas: tarjetas de crédito, seguros, servicios). Si dentro de todas estas áreas no logro ubicar qué es lo que me produce angustia, entonces comienzo a descartar elementos menos inmediatos como las implicaciones en mi persona o entorno íntimo de la situación política del país, la cual en América Latina y específicamente aquí en Venezuela, es una fuente de estrés permanente y casi constante, ya que, como lo hemos dicho, *la angustia* se produce precisamente cuando no sabemos exactamente qué es lo que nos preocupa.

Si tampoco eso me da resultado, como quiera que en esta sociedad actual, de conglomerados humanos súper poblados, donde la competencia por los bienes y servicios es a muerte, y como consecuencia nuestras mayores preocupaciones suelen devenir de la cosa económica, entonces simplemente hago un balance personal de todos mis bienes, derechos y acciones, los valoro y los sumo. Seguidamente anoto mis obligaciones, deudas actuales y eventuales y las sumo. Finalmente hago una simple resta; y si mis haberes económicos son superiores a mis deudas y obligaciones económicas, pues simplemente me digo: "Estoy financieramente muy bien"... Lo cual de inmediato, si la angustia se debía a preocupaciones de carácter económico, pues desaparece.

Si por el contrario mis obligaciones y deudas superan mis haberes en el más alto porcentaje, determino que es allí donde reside



mi angustia y en consecuencia procedo a ocuparme, que no preocuparme, de ver cómo es que voy a corregir e invertir tal indeseable situación.

En ocasiones muy contadas, ha resultado que el método no ha funcionado, porque ninguno de estos análisis me ha tranquilizado. Entonces, sintiéndome inútil de resolverlo yo solo, comento el asunto con mi esposa quien a su vez con sus propios recursos intelectuales se incorpora a ayudarme a encontrar la fuente del problema. Si ambos fallamos en el intento, consideramos que esa angustia puede ser un aviso de Dios para que estemos alerta, entonces asistimos juntos a nuestra iglesia, oramos dando Gracias a Dios y pedimos su guía, y como siempre nos ponemos en sus manos y le pedimos que nos preserve de cualquier cosa negativa.

A estas alturas del asunto, siempre he desterrado la angustia, y casi en todos los casos la he sustituido por esa especial paz interior que me invade cada vez que se me ocurre asistir al templo y allí, en ese ambiente lleno de magnetismo y buenas influencias, comunicarme de manera especial con Dios.

Sin embargo, como quiera que me he referido a mi experiencia personal dentro de las características específicas de mi propia individualidad, no podría asegurar que este método funcione igual para todos. Por tanto, como guía general pienso que toda persona en estado de angustia debería utilizar el siguiente método:

**Primer paso:** tratar de determinar *cuál es el asunto o problema* que le produce esa desagradable e indefinible sensación, ya que así como pudiera tratarse de una preocupación infundada, pudiera ser un alerta de su inconsciente conectado con Dios, frente a un problema real, posible de ocurrir.

**Segundo paso:** determinado como haya sido cuál es el hecho que genera la angustia, este paso se reduce a *la jerarquización de los asuntos o problemas* que ya se ha determinado que crean la angustia.

**Tercer paso:** perfectamente determinado y jerarquizado el hecho que produce la angustia, utilizaremos el método de W. Carrier cuando expuso: *“Si tienes un problema, piensa qué es lo peor*

***que te puede pasar y acepta que ciertamente te puede suceder”.***

**Cuarto paso:** como quiera que a estas alturas del problema ya hemos aceptado lo peor que nos puede suceder, esto es, que al conocer de qué se trata y cuál es su origen, por virtud de nuestro análisis, el evento que nos producía la angustia lo hemos convertido en un asunto solucionable, vale decir, en ***un problema por resolver***. Por lo cual, sólo nos quedaría hacer todo lo que humanamente esté a nuestro alcance por evitarlo.

Concluyendo sobre la metodología expuesta, al aceptar tanto la posibilidad real de que tal evento puede suceder como su peor consecuencia, la angustia se habrá convertido en un ***problema por solucionar***, lo cual es absolutamente determinado y al que se aplicará lo mejor del intelecto en tratar de encontrarle una solución apropiada. Vale decir, se habrá transformado algo indeterminado que producía el indefinido sentimiento de *la angustia*, en ***un problema determinado*** que, como todos los problemas, siempre tendrá una solución y sobre la cual deberá trabajarse a marcha forzada. Así, dependerá de la diligencia del afectado la resolución del mismo.

Pudiera ser, como de hecho en contadas ocasiones ocurre, que sobre la base del análisis personal expuesto, si se determina que el problema que produjo la angustia es uno que se considera definitivamente no tiene ninguna solución, entonces eso mismo sería la solución, a la preocupación; porque los problemas que no tienen solución, preocuparse por ellos es una pérdida de tiempo, por no decir una tontería. Como alguien escribió alguna vez: *“Si un problema tiene solución, ¿porqué te preocupas?”*. Sólo tienes que buscar esa solución. *“Pero si el problema no tiene solución, ¿porqué te preocupas?”*, ya que, como quiera que no tiene solución, cualquier preocupación sería inútil. Creo que esta inteligente persona que se formuló estas interrogantes, realmente quiso decir: *Si determinaste que el problema tiene solución, en vez de preocuparte, **ocúpate** en buscarla, porque tu sola preocupación no sirve de nada. Y si, por el contrario, determinas que el problema no tiene solución (como el caso de la muerte), pues nada haces con preocuparte ya que conoces que no existe solución; entonces lo mejor que puedes hacer es dejar de preocuparte, no pensando en ello.*

Un brillante hombre de la antigüedad, acuñó un pensamiento de gran trascendencia, que de alguna manera tiene que ver con la existencia de los problemas, con o sin solución. Se trata de Marco Aurelio, quien en una resumida máxima nos dejó todo un tratado filosófico aplicable a cualquier situación problemática de nuestra vida, cuando sentenció: **“SEÑOR, DAME LA SERENIDAD PARA ACEPTAR LO QUE NO PUEDO CAMBIAR, EL CORAJE PARA CAMBIAR LO QUE PUEDA Y LA SABIDURÍA PARA IDENTIFICAR LA DIFERENCIA”**.

Ahora bien, como quiera que en otro capítulo de este libro hemos determinado que lo único que podemos hacer por nuestro futuro, es hacer las cosas bien hoy, y que paradójicamente la mayoría de nuestras *angustias* no lo son por los problemas de hoy sino por aquellos que sentimos o presentimos que tendremos después de hoy; pues, como en la individualidad del ser humano, su mañana, si es que llega, deberá ser consecuencia de su hoy, no nos queda más remedio que, ***en función de un mejor futuro, simplemente ocuparnos de hacer las cosas lo mejor posible, hoy.***

Asimismo hemos determinado que el pasado tampoco debe afectar el hoy, o por lo menos que en pro de nuestra felicidad estamos obligados a no permitir que el ayer lo perturbe en absoluto. Los eventos pasados pertenecen a la historia, y para nosotros todos los eventos del pasado permanecerán en el baúl de los recuerdos y no le daremos más trascendencia que aquella que de alguna manera pueda beneficiarnos, pero nunca para incomodarnos y menos aún para angustiarnos.

Estimo, que es sano recordar siempre que ***el pasado es un muerto***, en consecuencia no puede afectarnos; que el futuro es incierto y ni siquiera sabemos si para nosotros llegará; que ***el presente está aquí, es el hoy lo que existe*** y convive con nosotros, vivimos en él.

En fin, el hoy es el único tiempo importante. El ayer es un muerto y el futuro no ha nacido. ***Por lo que viviré el día de hoy, porque es lo único que para mí existe. A él me aferraré con todas mis fuerzas y lo viviré con todas mis emociones, intensamente hasta su último segundo.***



*“ Los hombres sabios aprenden  
con los errores que otros cometen;  
los tontos, con los propios ”.*

*H. G. Bohn*



# LOS CONSEJOS

En una oportunidad escuché una conversación en la cual alguien comentaba a otro, su convencimiento de que: “*Los consejos no sirven para nada, porque quien los da no cobra por ellos*”. Como la mayor parte de mi vida me he dedicado a observar las reacciones de las personas frente a las cosas más elementales de la vida diaria, tal criterio sobre los consejos me hizo reflexionar al respecto, llegando a la conclusión de que ciertamente nunca escuché que las personas cobraran por dar consejos, a excepción de los asesores profesionales que en justicia reciben por su trabajo una determinada remuneración.

Al respecto, considerando que la referencia se hizo únicamente a los **buenos consejos**, pero de ninguna manera a los malos o negativos. Refiriéndome exclusivamente a los primeros (los buenos consejos), en mi criterio, si bien es cierto que los consejos los regalan, no es menos cierto tampoco que en todos los casos no sirvan de nada o para nadie. Porque, si alguien oye un buen consejo y no le da importancia o no lo aplica a las necesidades de su vida en general, seguramente no le servirá de nada haberlo oído; pero si se trata de alguien que lo oye con interés y de alguna manera, por parecerle acertado, lo aplica de manera positiva a sus propias vivencias, para éste no solamente es bueno sino que pudiera ser extraordinariamente provechoso.

En este último caso, la persona que tome el consejo y lo aplique de manera positiva a su vida, seguramente logrará de manera excepcional hacer efectiva aquella vieja máxima, aplicable a las personas sabias, de: “*experimentar en cabeza ajena*”. Y qué

cosa más interesante que aprender de las experiencias de otros, sin tener que pasar por los sinsabores o frustraciones que casi siempre en la vida conlleva el aprendizaje.

La enseñanza que podemos derivar de lo arriba expuesto, es que no todo en la vida para que sea provechoso debe tener un valor económico, como es el caso de los consejos.

Escuchar con respeto e interés los consejos y estudiar detenidamente la posibilidad de utilizar su parte positiva en nuestra propia vida, nos otorga la posibilidad de lograr enriquecer nuestro conocimiento aprovechando la experiencia ajena, lo cual nos evitará posibles sinsabores. No en vano Jesús de Nazareth repetía: *"El que tenga ojos que vea, el que tenga oídos que escuche"*. Esta hermosa enseñanza, especialmente la parte que nos advierte *"...el que tenga oídos que escuche"*, encierra en sí misma nuestro compromiso de ser diligentes para lograr lo mejor de esta vida.

Ciertamente, la diligencia, la disposición para hacer las cosas mejor, son parte importante de los logros personales. Toda actividad, más o menos importante, requiere para llegar a buen fin, de la diligencia, la constancia, la perseverancia. Es así como aquél que oyendo sobre las experiencias de los demás, evalúa sus resultados; y de ser positivos, estudia la posibilidad de aplicarlas a su propio caso, seguramente encuentre una fuente que contribuya a la solución de algunos de sus problemas.

Y es que, cuando se oye con atención las experiencias de otros, empezamos a descubrir con cierto injustificado asombro que son en su mayoría casi idénticas a las nuestras, por lo tanto, también casi siempre podemos establecer alguna relación o comparación con las que hemos vivido. Pero también, de aquellas que aún no hemos experimentado, su conocimiento nos permite prever con anticipación cómo enfrentarlas, si de manera similar o parecida, se nos presentaran en el futuro. El Eclesiastés nos enseña: *"Las palabras del sabio escuchadas en quietud, son mejores que el clamor del señor entre los necios"*.

Idéntica situación se nos presenta cuando observamos las actuaciones y los resultados de éstas en los demás seres humanos.



Si somos cuidadosos en la observación, entenderemos la importancia de la advertencia de Jesús de Nazareth: **“El que tenga ojos que vea”**. El observar nos advierte sobre lo que es bueno y lo que es malo, conveniente o inconveniente, mejor o peor. Es mediante la visualización como relacionamos unos fenómenos con otros, unas personas con otras, unas situaciones con otras.

Quien observa con atención, aprende de los actos de los demás. Por el contrario, quien es desaprensivo, descuidado y poco observador, corre el riesgo de vivir situaciones difíciles y peligrosas por esa falta de observación atenta en percibir de otras personas resultados oportunos, perdiendo así la invaluable ocasión de **“escarmentar en cabeza ajena”** para no incurrir en actuaciones erróneas por desconocer tales resultados.

Resumiendo, no tengo la menor duda de que aquél, que escuchando un buen consejo no lo toma, no lo atesora, no lo pone en práctica, seguramente la vida en el futuro se lo cobrará porque tuvo la oportunidad de aprender algo bueno sin ningún esfuerzo propio, y no lo hizo. En adelante, con sus actuaciones cometerá errores que le crearán problemas, los cuales quizás pudo haber evitado utilizando las experiencias vividas por esa persona que le aconsejó.

Por tanto, no debemos olvidar que no es verdad que los consejos no sirven de nada, sólo porque quien los da no cobra nada por ellos. **Los consejos sí que son muy buenos para aquellas personas que los oyen con respeto y aprenden de ellos**. Para quienes no sirven de nada es para aquellas personas que van por la vida a la buena de Dios, imprevisivas, desaprensivas, poco diligentes y, quizás, negligentes.

Por el contrario, para quienes toman los consejos y los usan porque encuentran que éstos le pueden ser positivos, para estas personas los consejos se convierten en parte de su mayor tesoro porque **umentan su sabiduría personal, que les permite una mejor resolución de sus problemas y, por ende, tener una mejor calidad de vida**.

Con todo respeto por mis lectores, me permito sugerirles que oigan con atención los consejos, que atesoren de ellos lo positivo y

desechen lo negativo o inservible; que si no pagan o erogan ningún recurso por los consejos, por lo menos agradezcan sinceramente el conocerlos.

Únicamente los insensatos pierden la oportunidad de experimentar en los demás y/o aprender de las experiencias ajenas. Sólo los necios, teniendo a mano un buen paraguas, esperan que el agua les empape para abrirlo. No haga usted ese papel tan triste. Recuerde el sabio consejo de ese maravilloso ser humano que se llamó Jesús de Nazareth, antes transcrito y el cual se justifica repetir, que nos enseña: ***“El que tenga oídos que escuche, el que tenga ojos que vea”***. También recuerde que la atención y respeto por las palabras de las otras personas, de alguna manera deben estar fundamentadas en la cualidad de quien habla. Y en el caso de este sabio consejo, quien así nos persuadió acertadamente, porque más de dos mil años nos han demostrado que era cierto que su discurso estaría para siempre, cuando sentenció: ***“El cielo y la tierra pasarán, mas mis palabras no pasarán”***.

“Ser bello significa tener un cuerpo sano, un alma dulce, un corazón bondadoso y una mente pura.”

Audrey Munson



# ABRIENDO EL CORAZÓN Y LA MENTE

Cuando algunas jóvenes damas, casi siempre hermosas, me han planteado sus problemas de soledad amorosa, en su gran mayoría lo han atribuído a situaciones como éstas: *“Lo que pasa es que en estos tiempos los hombres son muy mujeriegos”... “Es que los hombres en esta época le tienen miedo al matrimonio”... “Los hombres lo único que les interesa es el sexo”.*

Personalmente pienso que ninguna de estas satanizadas actitudes masculinas encierran una gravedad insuperable. En primer lugar, me consta que los hombres son mujeriegos. Eso sí, hasta que encuentran la horma de su zapato representada en una mujer quien, además de despertar un sentimiento de amor en ellos, logra motivarlos y generarles respeto. Esto me hace pensar que la actitud de mujeriegos lo es únicamente como producto de su necesidad de llenar un vacío de carácter sentimental. Por lo que, no obstante no ser ese el camino más apropiado, al fin y al cabo es el que a ellos les parece correcto para encontrar una solución a su problema.

En segundo lugar, es casi natural como mecanismo de supervivencia que los hombres teman al matrimonio, ya que tal evento representa un riesgo mayúsculo porque propende a la unión permanente con otra persona; y tal compromiso, de no resultar positivo, pudiera ser muy frustrante porque conlleva el riesgo de marcar a una persona negativamente, quizás por el resto de su vida.

Por tanto, no creo que sean en todos los casos, únicamente sean ellos quienes teman al matrimonio, ya que al final es igual la consecuencia tanto para el hombre como para la mujer. De hecho,

conozco casos de mujeres muy exitosas económicamente, quienes temen al matrimonio tanto como cualquier hombre.

En tercer lugar, la tesis de que a los hombres les interese mucho el sexo, no es nada extraño sino algo muy natural, pues al menos con respecto a mis personales experiencias, la relación sexual es la sensación más agradable, reconfortante y sublime que algún ser humano normal pueda experimentar. Por cierto, tampoco tengo noticias certificables de que a las damas les disguste las tan naturales y satisfactorias prácticas, como son las de carácter sexual.

A mi manera de ver el asunto planteado, pudiera ser que a estas damas, quienes mantengan de forma permanente tales reservas mentales, les sea más difícil producir una buena relación con alguien que de alguna manera pudiera considerarse posible candidato para entablar una relación íntima. Por lo que pienso que el primer paso que debe dar cualquier persona que tenga real interés en producir una relación tendiente a un acercamiento íntimo, es liberarse en lo posible de los mecanismos de defensa que desde niños le fueron inculcados, para de tal manera, **desnudando su corazón y abriendo su alma**, hacerse receptiva frente a quienes se le acerquen o tenga la oportunidad de tratar.

Ahora bien, como quiera que los seres humanos, salvo muy raras excepciones no tenemos capacidad de adivinación, lo único que con seguridad podemos percibir de una persona al momento de conocerla, es su imagen y su voz, cuales son los rasgos externos de su personalidad. Todo lo que de ella nos imaginemos, no pasa de ser más que meras especulaciones.

Así que, si estamos cargados de pesimismo, temores y mecanismos de defensa, esos sentimientos harán mayor nuestro natural recelo por las personas que conocemos, creando una barrera en nuestra alma que hará aun más difícil nuestra comunicación y, por ende, conocer sus cualidades, virtudes, defectos o limitaciones.

Por el contrario, si tratamos a las personas de manera directa, desnudando nuestra alma y mostrándonos como realmente somos, sin ningún miedo a que conozcan nuestra forma de pensar, de ver la vida y las cosas, abrimos un canal de comunicación directo que

permitirá que fluyan las palabras y detrás de ellas los sentimientos, tanto los propios como los de los extraños. Es de esta manera cómo hoy los seres humanos nos interrelacionamos. Ya no lo hacemos de la manera como lo hacían nuestro ancestros, mediante señales de humo, de telégrafo, o de manera epistolar. Simplemente hablando intercambiamos impresiones, concepciones, creencias, deseos, ambiciones, metas y sueños.

Cuando tenemos el valor de correr el riesgo de abrir nuestra alma a nuestros semejantes, en la mayoría de esas oportunidades descubrimos con gran satisfacción que casi sin excepción los demás seres humanos andan en lo mismo que nosotros: tratando de comunicarse con sus hermanos humanos dentro de sus propias limitaciones, prejuicios, tabúes y mitos, en búsqueda de coincidencias que les permita asegurarse que sus congéneres sufren su mismo mal: déficit de amor tierno, seguro y permanente, y una vida cargada de recelos, temores, frustraciones, resentimientos; y sobre todo, un miedo cerval a que alguien pueda aprovecharse de sus sentimientos.

Es ese temor, el de que conociendo nuestra intimidad alguien pueda aprovecharse y hacernos daño, lo que hace que las personas estén tan llenas de recelos sin ningún sentido práctico. Tal sentimiento, lejos de protegernos, nos aleja la posibilidad de conocer ese caudal de ternura y capacidad de amar que casi todos los seres humanos llevan por dentro, siempre en espera de que alguien llegue y los despierte, sin importar si se encuentran dormidos, o por lo menos aletargados por el temor a la frustración. No hay otro camino para establecer una relación prometedora con otra persona, cual no sea el mostrarnos como realmente somos. Con tal actitud le damos un espaldarazo a nuestra capacidad intelectual, dejando la atracción física inicial en segundo plano. Ese acto de apertura, y si se quiere de confianza a las personas que conocemos, surte efectos inmediatos muy positivos porque desmonta los naturales mecanismos de defensa de nuestros interlocutores, dándoles la oportunidad de mostrar su verdadera identidad.

Cuando entablamos una relación desprejuiciada y sincera, suele suceder algo ciertamente mágico: como quiera que normalmente la relación se inicia sobre la base de la atracción física,

en este caso si la motivación es positiva y la atracción física sigue siendo importante, ésta disminuye en jerarquía frente al interés por la personalidad del otro individuo al descubrir coincidencias ideológicas, gustos y preferencias.

Caso contrario, al motivarnos negativamente, rápidamente se disparan nuestros naturales mecanismos de defensa, cuales nos indican que ésta no es la persona con la que queremos relacionarnos, o que su mentalidad es tan disímil de la nuestra, que hace nula cualquier comunicación positiva, y en tal sentido también la atracción física baja a su menor nivel.

En el primer caso, esa interesante primera impresión que produce el trato directo, abre camino a futuros encuentros que permitirán fortalecer la relación, calibrando aspectos de la personalidad, fundamentales de tomar en cuenta al iniciar una relación de ese género, como lo son la cultura, el respeto, la responsabilidad, la consideración, la confianza, la ternura, el desprendimiento y las ambiciones. Con tal conocimiento, la persona interesada en una relación íntima, estará en capacidad de determinar con plena libertad y a conciencia, el nivel del riesgo que está dispuesta a correr en procura de la relación íntima.

Nunca he creído que se requieran años para conocer, dentro de lo razonable, a una persona.

Al fin y al cabo, en mi largo camino por la vida he aprendido que con toda certeza, que nunca llegamos a conocer al cien por ciento a ninguna persona, entre otras cosas, porque los seres humanos no siempre reaccionan de la misma manera en todas las oportunidades y frente a los mismos eventos.

Soy de los que piensa que con dos o tres veces que tengamos la oportunidad de tratar de manera directa a alguien, estamos en capacidad, dentro de lo normal, de hacernos una visión más o menos acertada de la personalidad de cualquier individuo, lo cual nos permite tomar cualquier decisión en cuanto a avanzar en la relación o simplemente darla por terminada.

Conozco parejas que habiendo tenido noviazgos de dos o más años, no mantuvieron su matrimonio por más de uno.



Asimismo, sé de personas de mi entorno cercano, quienes a no más de tres meses de conocerse iniciaron una relación de pareja que supera los seis años, con indicios ciertos de que se mantendrá bastantes años más.

Pienso que una persona que tiene interés en comenzar una relación íntima prometedora, cual pudiera ser decisiva en búsqueda de su felicidad, sin obsesiones de ningún género, no debe escatimar en los recursos a utilizar para tal fin. Pero ciertamente, Dios nos dotó a todos del más efectivo de éstos: la palabra, que acompañada por nuestra actitud abierta y desinteresada, sobre la base de nuestra aptitud para identificar las personas que pudieren encajar en nuestra categoría, seguramente en corto tiempo nos producirá muy buenos resultados.

También creo que es conveniente no predeterminar o idealizar en nuestra mente, una imagen física única o especial, de esa persona que ambicionamos un día llegará para recibir nuestro amor. No debemos olvidar ni por un momento que la atracción física es absolutamente subjetiva, pero además cambiante y esencialmente pasajera.

Debemos tener en cuenta que las imágenes que nos atraían cuando teníamos doce o quince años, no son las mismas que nos atraen cuando tenemos veinticinco o más años. En ese mismo sentido, quienes a unas personas les parecen espectacularmente bellas, a otras pueden parecerles nada especiales, y viceversa. Asimismo, en diferentes oportunidades, personas que a primera vista nos motivaron negativamente, con el tiempo, cuando les conocimos y les tratamos de manera directa, llegaron a producirnos sentimientos contrarios a los iniciales, llegando a ser en nuestra vida importantes, queridas o especialmente estimadas.

Debemos considerar que, en ese camino de agenciarnos compañía íntima permanente, aunque sería lo ideal calcularlo, vale la pena correr riesgos. Al fin y al cabo, lo peor que puede pasar es que nos demoremos en encontrarla. Pero si la buscamos con dedicación, buena intención y seguridad en nosotros mismos, el resultado definitivo será obsequioso a nuestro esfuerzo.

Pero adicionalmente, esa búsqueda nos dejará nuevas experiencias que enriquecerán nuestro conocimiento de la vida y nos permitirá utilizarlas en adelante de manera positiva, en función de hacer más permanente y edificante cualquier otra relación por nosotros deseada o lograda.

En este asunto de ubicar una compañía sentimental, tenemos que darnos la oportunidad de equivocarnos. Porque si no lo hacemos, por supuesto que no nos equivocaremos, pero tampoco tendremos la oportunidad de ubicar lo que estamos buscando. Es algo así como jugar a la lotería. Si compramos un boleto, tendremos la oportunidad de perder, pero también la misma oportunidad de ganar. El resultado dependerá de nuestro acierto. Por el contrario, si no compramos el boleto, pues simplemente cerramos toda posibilidad, ya que no tendremos ninguna oportunidad: ni de ganar ni de perder.

Mas, si llegásemos a la situación indeseable de errar, porque habiendo logrado conformar una relación de pareja, ésta por cualquier circunstancia ajena a nuestro propio deseo se disolviese, entonces es hora de agradecer a Dios por habernos dado la oportunidad de compartir nuestra vida con esa otra persona, quien sin ningún tipo de presiones nos escogió precisamente a nosotros, dentro de un universo de cientos de miles de personas, para darnos su amor; y que seguramente, a su vez al igual que nosotros al iniciar la relación, tuvo la misma firme intención y sano propósito de que fuera vivificante, estable y permanente.

Y es que es posible, cuando surge la ruptura, devolver o compensar cualquier bien físico estimable en dinero, intereses, acciones, derechos reales o personales. Pero no existe ninguna posibilidad de devolver ni compensar el amor, la ternura, la consecuencia, la dedicación que alguna vez nos obsequiaron, porque esas mismas actuaciones absolutamente voluntarias y espontáneas a nuestro favor, brotaron de ese inconmensurable mundo interno personal: de lo más profundo del alma. Esos sentimientos que pertenecen al pasado, nunca más los volveremos a experimentar de igual manera porque, entre otras cosas, tampoco tenemos la más mínima posibilidad de conocer cuál pudo haber sido su intensidad. Por eso conviene respetarlos.

Por otra parte, respecto del amor que nosotros dimos en la relación perdida, no debemos olvidar que en principio ya nos hubimos compensados por adelantado cuando lo disfrutamos intensamente. Y en el caso de que la otra persona no nos hubiese compensado de la misma manera, yo les puedo dar personal testimonio, de que es una aseveración bien fundada aquella de que: ***“Cuando damos amor y no nos es correspondido en ese momento por quien lo recibe directamente, la vida nos lo devolverá multiplicado varias veces, precisamente en el momento que más lo necesitemos”.***

Ahora bien, como quiera que yo lo viví personalmente en mi juventud, puedo asegurarles que cuando se pierde una relación de pareja, la tendencia natural es a la frustración y la depresión, porque en el fondo de nuestro corazón tenemos la propensión a pensar que fracasamos, quizás en la empresa más importante de nuestra vida. Pero éstos son sentimientos pasajeros, que nada valioso aportan a nuestra felicidad, sino que por el contrario, la afectan.

Los sentimientos de frustración, depresión, autocompasión y rabia o revanchismo, no hacen más que aumentar nuestro sufrimiento, por lo que debemos desecharlos y sustituirlos de inmediato por una reflexión absolutamente procedente y además positiva, cual sería el que, si bien es cierto que acabar con una relación de suyo puede ser traumático, no menos cierto es que en la mayoría de los casos produce un sentimiento de liberación y, porqué no decirlo, también de renovación.

Cuando finalizamos una relación sentimental, se abren caminos distintos; significa que podemos comenzar de nuevo, iniciar nuevos proyectos, actualizar viejas aspiraciones. En sí, es otra oportunidad que nos da la vida, para iniciar otra interesantísima aventura como es la de buscar y encontrar aquella persona que esté dispuesta a aceptarnos como somos, y hacer con nosotros causa común en búsqueda de una vida mejor para ambos.

Por otra parte, creo que es sano considerar, respecto de la ruptura de la relación de pareja, el hecho de que si bien es cierto – como ya lo hemos indicado – que tal situación es muy dolorosa, como todo en la vida también tiene su parte positiva. Esta parte

positiva significa que cuando finaliza la relación, las partes quedan libres para establecer nuevas relaciones con otras personas, dentro de las cuales seguramente encontrarán a alguien que les produzca esa condición satisfactoria que no pudieron concretar en la anterior relación. Tal nueva situación es preferible a empeñarse en continuar con una relación traumática, que día a día empeoraría sin que nadie pudiese prever hasta qué grado podrían llegar a ser graves o irreversibles sus consecuencias.

Yo, por mi condición natural absolutamente gregaria y por mi formación cristiana, cuando hace más de treinta y cinco años sufrí un percance de este género llamé a mi guía de siempre: mi Padre Celestial. Hablé con Él, le conté mis penas, me puse en sus manos, y como muchas veces les comento en este libro, no le pedí que me solucionara el problema sino que me diera la oportunidad de encontrar o producir yo mismo la solución, ***dándome lucidez para encontrar opciones y tomar acertadas decisiones.***

Como siempre, Dios fue especial conmigo. Me iluminó para que abriera mi corazón y mi alma a las otras personas, y en la primera oportunidad que tuve de reunirme con un grupo de jóvenes de más o menos mi edad y de mi entorno social, la primera persona que conocí resultó ser, precisamente, quien hoy es mi esposa: mi compañera de viaje largo, por más de treinta y cinco años de feliz matrimonio.

Por lo tanto, yo tengo autoridad moral para dar testimonio, porque no hablo de planteamientos teóricos, fantasiosos o ilusionistas, sino de realidades, mis propias realidades, porque estoy en el mundo de la realidad. Y sobre las experiencias en él vividas, gustosamente comparto las enseñanzas que me dejaron, con la esperanza de que alguien que lo necesite, las recoja, y haciendo buen uso de ellas, pudiese superar de una mejor manera el trauma natural y la posible huella, que deja en nuestra alma la ruptura de una relación amorosa.

Siempre tengo presente en mi vida, las palabras de Henri Bataille: *“El amor es el gran refugio del hombre contra la soledad, la inmensa soledad que le han impuesto la naturaleza, la especie, las leyes eternas”.*

En una oportunidad leí en alguna parte que: *“Tal vez Dios quiere que nosotros conozcamos a unas cuantas personas equivocadas antes de conocer a la persona correcta, para que al fin cuando la conozcamos, sepamos ser agradecidos por ese maravilloso regalo”*. Yo personalmente, doy absoluto testimonio de la certeza de tal admonición.

Por eso doy gracias a Dios todos los días. Por eso, con toda autoridad me permito recordarles que todos los momentos son buenos para comenzar. La meta es adelante, nunca atrás. No tenemos derecho a devolvemos, no podemos correr el riesgo de que la vida no nos lo perdone. Debemos seguir adelante, siempre adelante. Porque es adelante donde nos espera nuestro destino, ese destino bueno que Dios ha preparado para nosotros, como recompensa a nuestra dedicación, constancia, fe y confianza.

***No podemos demorarnos. Nuestro destino nos espera, y mientras más pronto llegemos mejor. Tenemos que ir por él. En el nombre de Dios, nada ni nadie podrá detenernos.***



“Porque escudo es la ciencia, y escudo es  
el dinero; más la sabiduría excede en que  
da vida a sus poseedores”.

Eclesiastés 7,10





# LA SABIDURÍA Y EL CONOCIMIENTO

Más que conocer el significado de la Sabiduría, como la máxima virtud en el ser humano... más allá del concepto escolástico que la define como la conjunción de las virtudes de *prudencia, sensatez, acierto y visión de la vida*, está el interés por conocer dónde reside y de qué manera puede el hombre común hacerla suya y ponerla de manera consciente a su servicio personal en cada uno de sus actos, y en todos sus días, y éste es el tema fundamental que ha ocupado al hombre civilizado durante toda su existencia.

Desde mi punto de vista, la sabiduría tiene mucho que ver con la inteligencia en su concepto más práctico: ***“La medida de la capacidad del ser humano para hacer las cosas bien, hoy”***. ¿Podría entonces decirse que la inteligencia y la sabiduría son la misma cosa? No lo creo. A mi personal manera de ver el asunto, la Sabiduría, por reunir muchas virtudes, es la mayor y más acabada condición intelectual del ser humano, la cual tiene que ver –como queda anotado– con la concepción práctica de la inteligencia también ya esbozadas, mas no debe considerarse que sean o representen la misma cosa.

Estimo que desde el punto de vista teleológico, la Sabiduría es el continente y la inteligencia el contenido. Respecto a su definición, pienso que su diferencia fundamental de carácter práctico con el concepto ya referido de inteligencia, lo es el hecho de que la Sabiduría no sería ***esa capacidad de hacer las cosas bien hoy***, sino que, de alguna manera, lo sería ***la capacidad de hacer las cosas bien siempre***.

Sobre el mismo tema, el hombre civilizado desde tiempos remotos ha especulado sobre si el conocimiento formal adquirido aumenta o no la Sabiduría; o, si por el contrario, ésta es inherente a la condición humana del individuo o a un estado superior del mismo.

Dentro de las múltiples personas que han especulado sobre el tema, tengo un profundo respeto por la opinión de Marilyn Vos Savan, cuando dijo: *“El conocimiento se adquiere por medio del estudio; la sabiduría, por medio de la observación”*. En la onda del pensamiento transcrito, creo que no de manera obligante el conocimiento formal incide en forma definitiva en el nivel de sabiduría de un ser humano. Pero sí creo que el mayor conocimiento formal pudiera de alguna manera y en algunos casos, predisponer al ser humano para acceder con mayor facilidad a ese excepcional estado espiritual y mental que entendemos como el de actuar con sabiduría.

Personalmente conozco hombres que por sus actuaciones y realizaciones los considero sabios, y quienes no disponen de un vasto conocimiento formal o académico de ninguna disciplina científica o humanística en especial.

De la misma manera, en mi experiencia por más de medio siglo he tenido la oportunidad de tratar con personas con un bagaje de conocimientos sobre las ciencias y las letras, y especialmente sobre complejas disciplinas, a quienes sólo puedo catalogar como necios, temerarios o incautos. En estos personajes pareciera que su abultado conocimiento y especialidad académica, de alguna manera pesara como la causa principal de tanta contumacia y testarudez, por vivir una vida dándose golpes contra esa pared infranqueable, que representa su ausencia de fe en la existencia de Dios; aumentada con su prepotencia y soberbia, cuales son sentimientos comunes en las personas que consideran fundamentales para su vida integral, el mayor cúmulo de conocimientos sobre asuntos meramente materialistas y pragmáticos, menospreciando o dejando en algunas ocasiones de lado, la formación y mejoramiento constante de su espíritu, cuando no, de manera consciente, pretendiendo ignorar su existencia.

De la sabiduría, como elemento de insoslayable importancia en la vida de un ser humano en búsqueda de la felicidad, tengo algunas experiencias que referirles.

En el camino de mi profusa observación del comportamiento humano, el que durante muchos años ha ocupado mi tiempo, he tenido la oportunidad de reflexionar de manera abundante sobre este punto. En tal sentido, muchas han sido las oportunidades que personas ricas, con muchos conocimientos e inclusive hombres ciertamente poderosos, me han hecho confidencias de su vida personal, cuando me han manifestado de la manera más sincera sus estados angustiosos y su desconsuelo, producidos por la imposibilidad de conciliar su riqueza, recursos, poder y mucho conocimiento académico, con su vida práctica de todos los días, en la búsqueda de un estado de felicidad personal de carácter permanente.

Ciertamente ha sido para mí desconcertante, luego de sus confidencias, llegar a la conclusión de que sin que esto pudiera representar el núcleo del asunto, pudiera ser con un alto porcentaje de posibilidades que si esas personas nunca hubiesen obtenido el volumen de conocimiento especial tan elevado de sus disciplinas, ni hubiesen accedido a tan importantes riquezas y poder sobre la sociedad, su vida hubiese sido diferente y quizás mucho más feliz.

En la mayoría de esos casos, estas personas se culpaban por haber perdido la capacidad de satisfacerse con las cosas más sencillas de su medio ambiente. Con dolor recordaban sus días pasados cuando no disponían de tantos dones (conocimiento formal, riquezas, recursos y poder), pero sí disfrutaban intensamente de cada una de las maravillosas y entretenidas experiencias que les producía una vida sencilla, siempre en ascenso.

Por cierto, las experiencias narradas eran pletóricas de situaciones sencillas y de acceso inmediato, tales como sus relaciones con sus familiares, amigos, compañeros de estudio y de trabajo, así como las sensaciones aún presentes en sus almas, de sus amores, distracciones, deportes y celebraciones; todas dentro de un mundo sencillo, pero muy reconfortante. Su frustración principal lo era el que, en su nueva situación, con todo su conocimiento, abundancia

de recursos y poder, situaciones y experiencias similares que antes eran agradables y especiales, habían perdido para ellos toda trascendencia o valor. Realmente *se sentían enfermos de hastío, rutina y desencanto*, cuales son males que casi siempre andan aparejados a la abundancia. Paradójicamente, pareciera que quienes tienen carencia de tales dones, al ocupar todo su tiempo en tratar de lograrlos, no tienen en sus vidas espacio para el hastío, la rutina o el aburrimiento.

En esos casos, no obstante el efecto fantástico que sobre ellos tendía a crear la nostalgia por los tiempos pasados, sus deprimentes narraciones no me dejaron ninguna duda de que tales personas simplemente adolecían de toda sabiduría. Desde el punto de vista de la razón, el don máspreciado heredado de Dios, era ilógico que estos desdichados e impotentes *“científico-ricos-poderosos”*, disponiendo de elementos generalmente supuestos como importantes para el confort y la buena vida, como en principio lo son el conocimiento, la riqueza, los recursos y el poder de tales, actuaran de manera inversa sobre sus propias conciencias, ubicándolos en su vida en el sitio del más desventurado o supino ignorante de la faz de la tierra, cual es la imagen que un ser cauto se haría de alguien que, habiendo logrado cosas materiales supuestamente importantes, inclusive el conocimiento especial de alguna disciplina profesional, no hubiese podido conformar el bien máspreciado: *La Felicidad*.

Cuando tuve la oportunidad, a estas personas les hablé de posibles soluciones, que a mi manera de ver las cosas apenas representaban un cambio en su estado de ánimo, con una obligada y sencilla, que no traumática, reprogramación mental con el simple propósito de dar en sus vidas a cada cosa su lugar, respecto de su jerarquía como elementos tendentes al logro de la felicidad. Tales soluciones no requerían renunciar a la riqueza o al poder, sino que por el contrario sólo proponían su apropiada ubicación, conforme a su propia personalidad, en la escala de valores personales e íntimos de cada uno de ellos y sobre la base del fin propuesto. Raramente tuve noticias de que alguno de estos personajes de abultado conocimiento científico hubiesen cambiado realmente sus actitudes y en consecuencia sus vidas.

Pareciera que el poder y la riqueza en las personas que no son sabias, fueren especialmente morbosas o cautivantes, por no decir esclavizantes. A tal punto, que enceguecen a las personas frente a las realidades más obvias. Quizás, para hacer vigentes las palabras de Jesús de Nazareth cuando casi dos mil años atrás advertía: *“Es más fácil que un camello entre por el hueco de una aguja, que un rico entre al reino de los cielos...”*.

Ciertamente, la preocupación por la influencia de la concentración de la riqueza y el poder en una persona, sobre el comportamiento social de los individuos, fue algo constante en la prédica de Jesús. Así, en sus admoniciones encontramos una que demostraba su gran preocupación por el tema, cuando enseñaba: *“Donde esté tu tesoro, allí estará tu corazón”...* Pero, como Jesús era sabio, nos dio la alternativa válida frente a este problema, cuando aconsejaba: *“Busca el reino de Dios y su justicia, y todo lo demás os será dado por añadidura”...*

No obstante todo lo ya expuesto sobre tales desventurados *“pobres ricos”* o *“infelices académicos”*, de suyo tétrico y lapidario pero no fatal, debo comentarles que Dios puso en mi camino a quienes por su forma de vivir y sus frutos, considero personas sabias y a quienes he dedicado horas de mi vida, oyéndolas complacido hablar de su concepción de la vida y de las cosas, de su indiferencia absoluta por el futuro y por el ayer, de su dedicación total a su hoy, y su satisfacción no sólo por su vida física sino por cada uno de los momentos que la integran.

Estas personas siempre estuvieron abiertas al diálogo, dispuestas a hablar sobre su vida, sus ambiciones, logros y metas hasta en su más mínimo detalle. De ellas supe que daban gracias a Dios todos los días, y que disfrutaban cada minuto de su vida con tal avaricia como si se tratara de su último momento sobre esta tierra, pero siempre con la esperanza de vivir muchos años.

Pienso que ellos tenían la seguridad de que no estaban en esta vida por un accidente, sino porque de alguna manera fueron escogidos por Dios para realizar una misión especial y única, sobre la cual no existe fuerza sobre la tierra que pueda evitar que se materialice. A ellos no les importaba cuál sería esa misión o cuánto

tiempo demoraría, sólo sabían que tenían que cumplirla y que únicamente sería al momento de concluirla cuando Dios enviaría por ellos, pero que mientras llegara ese momento ellos vivirían intensamente.

Debo acotar que estas maravillosas personas, en su mayoría tenían una escasa formación académica y un nivel de vida, cual nadie podría catalogar como de personas ricas o poderosas, pero todas, sin excepción, eran muy felices.

Dentro del grupo de esas personas que considero sabias, aún existe una por la cual tengo un especial cariño y un bien fundado respeto: *"El abuelo"*, como sus amigos y allegados suelen llamarle. Este especial personaje es alguien quien ya ronda por los ochenta años de edad, pero está tan lleno de vitalidad, entusiasmo y amor por la vida, que ya desearían tenerlo hombres jóvenes.

El Abuelo se levanta a las seis de la mañana todos los días, camina invariablemente una hora antes de iniciar sus actividades, y es a las nueve de la noche su última actividad, cuando todavía dedica una hora frente a su televisor para enterarse de cómo anda el mundo ese día que finaliza.

En oportunidades, cuando ya ha terminado sus duras labores de pequeño transportista en un vehículo pick-up que él mismo conduce, logro "pescarlo" en su sitio predilecto: un sencillo café de la ciudad, donde acostumbra sentarse religiosamente todos los días hábiles de la semana en horas de la tarde para intercambiar ideas con las personas que allí acceden, quienes por cierto todas son sus amigas y que respetuosamente le llaman por su nombre de pila y siempre están atentas a sus palabras.

Al otear desde lejos su familiar figura, con su cabeza blanca con tantos hilos de plata que dejó el tiempo, cuales semejan copos de nieve o una nube de verano sobre su cabeza, su sonrisa afable pero serena, y su mirada viva, experimento no sólo una gran ternura sino un profundo respeto y admiración. Cuando tomo su mano en efusivo saludo y a veces le abrazo tiernamente, entiendo porqué siempre está rodeado de personas que le oyen, le admiran y le celebran. Siento que este hombre exuda una gran vibración positiva

y la virtud de crear en lo más profundo del ser, un sentimiento de bondad, una profunda sensación de paz, tranquilidad y regocijo.

Luego de los siempre efusivos saludos, cuando habla, sus palabras sencillas pero llenas de un contenido esencialmente humano y esperanzador, descubro en ellas tanta verdad, tanta realidad sencilla, tanto amor por las demás personas y por su propia vida; y sobre todo, tanta tranquilidad de su alma, que la paz de su espíritu pareciera rodearlo con una aureola que de alguna manera nos alcanza, pero que sólo puede captarla nuestro espíritu.

Sus palabras pausadas, siempre permisivas a la interrupción del interlocutor y a la consecuencial explicación, no nos dejan lugar a dudas de que para él, en su ser interno, este intercambio de ideas casi ritual corresponde a su convencimiento de que él ha cumplido con su papel en este mundo y de que está obligado a compartir sus experiencias positivas con todas las personas que se crucen en su camino.

Su certeza de que todo está bien, y sobre todo de que siempre va a estar bien para él, es realmente asombrosa y, si se quiere, contagiosa.

El Abuelo, con sus palabras siempre oportunas, inunda el ambiente de una serenidad que apacigua el alma y aquieta nuestros sentidos, y uno termina ubicando los pocos problemas que le afectan en su lugar apropiado: *el de los asuntos por resolver*.

Cuando hablo con él, de alguna manera abro un espacio en mi vida diaria para darme la oportunidad de sentir que también pertenezco a ese mundo especial que Dios nos ha regalado como heredad, donde todo está previsto, donde no tenemos por qué preocuparnos más de la cuenta, porque Él provee todo lo necesario... que el paraíso no está en ninguna otra parte que no sea en esta tierra, aquí bajo nuestros pies... a nuestro alcance... todos los días.

El Abuelo y yo hemos hablado tantas veces sobre muchos temas, pero invariablemente nuestra conversación gira sobre el comportamiento humano. Este hombre octogenario, pero sabio, cual capitán joven en un barco viejo, no creo que lo esté tanto; de hecho, recuerda situaciones vividas hace más de sesenta años, las que relata con lujo de detalles, sin dejar de hacer señalamientos

secundarios sobre el carácter o cualidad de tal o cual persona de esa época, a quienes estimó o amó de manera especial; personas a quienes, seguramente, ya no recuerdan tan bien ni siquiera sus seres más queridos, lo cual no deja duda de que dispone de una memoria privilegiada.

A diferencia de muchos otros hombres de avanzada edad que conozco, nunca habla de malas situaciones o de que los tiempos pasados fueron mejores; ni habla de que los jóvenes sean displicentes, indisciplinados, irresponsables o irrespetuosos, como lo hace la mayoría de los viejos con quienes he tenido la oportunidad de tratar, independientemente de cuál fuere su posición social, sexo o credo. Realmente puedo asegurar que El Abuelo nunca me ha hablado mal de nadie, más allá de una anécdota jocosa o un chascarrillo, lo cual pienso se debe a que es una persona profundamente cristiana y sigue al pie de la letra la enseñanza de Jesús de Nazareth cuando aconsejaba que: *"No debemos juzgar, para no ser juzgados"...*

Este ser excepcional nunca he oído que se queje de la situación económica, de su salud, o de ninguna etapa de su vida. Por el contrario, siempre tiene a flor de labios una palabra de aliento, una promesa de esperanza, o una anécdota que termina demostrando que cualquier situación que se nos presente en esta vida, por adversa que sea, siempre es mejor que estar durmiendo el último de los sueños en el cementerio. Creo que El Abuelo anda en la misma onda de aquel poeta que escribió que: *"Aún en la situación más lamentable, es la vida del hombre siempre amable"*.

Quienes le conocemos por años nunca le hemos visto enfermo ni subido de peso. Cuando alguien le pregunta cuál es su dieta, invariablemente él responde: *"No sé, como de todo"*. Si alguien le inquiriere sobre cuál es o en qué reside el secreto para su buena salud, él sin pensarlo mucho responde: *"Soy un hombre feliz"*.

El Abuelo no fue el más joven de sus cuatro hermanos, pero sí el único superviviente.

Entre nosotros siempre ha existido un fuerte sentimiento de amistad respetuosa y considerada. Creo que en toda su vida, a pocas



personas como a mí les ha permitido entrar de lleno en el mundo de sus intimidades personales. Durante horas le he oído las anécdotas sobre su larga vida, con especial atención y merecido respeto; sobre sus aventuras de todo género, que ha narrado con los más mínimos detalles, desde que era un niño en su pueblo natal; las muchas cosas que deseó y obtuvo durante toda su vida y las pocas que deseándolas intensamente no pudo lograr, pero que no le causan ninguna frustración o tristeza, porque como él apropiadamente lo comenta, *corresponden al mundo del pasado*.

Pero en todas ellas, siempre hizo hincapié en que siempre estuvieron presentes su confianza en la existencia de Dios y su fe en la especial protección que siempre recibió de Él; el amor y dedicación a su familia, y muy especialmente la devoción a su esposa por más de cincuenta y seis años de casados, de quien dice *no permite que se la toquen ni con el pétalo de una rosa*; el amor por sus hijas, y su convicción de que sólo en democracia puede el hombre desarrollar todas sus potencialidades.

En cada oportunidad que medito sobre nuestras largas pláticas, termino aceptando gustosamente que de él he aprendido mucho sobre los sentimientos de los seres humanos, sus temores, sus virtudes, sus limitaciones y sus reacciones. De la mano de sus relatos visualicé un mundo latinoamericano, y especialmente venezolano, de principios del Siglo Veinte, que yo no conocí.

De las narraciones de todas sus vivencias, inferí que él es un ser excepcional porque no obstante que su niñez y juventud se desarrollaron en un medio rural, en un ambiente tan diferente al de estos días, a él los profundos cambios que aceleradamente se produjeron en el mundo, nunca le han causado mella.

Así, de las vivencias de este hombre lleno de nietos y bisnietos, entendí que ciertamente se requiere ser un ser especial para poder vivir como él, sin ningún trauma, frustración, dolor o temor, en un mundo que ya no es el suyo, o por lo menos muy diferente a aquel en el cual él creció y se formó.

Su mundo, ése su mundo que se fue con sus costumbres para dar paso a nuevos y diferentes hábitos, en el que cambió su música

cadenciosa y romántica para dar paso a sonidos metálicos estridentes, con loas a otra forma de amar... Ese mundo que cambió sus paseos vespertinos por la frondosa ribera del hermoso río que bordeaba su pequeño pueblo natal, bajo la alborozada algarabía de despedida del día, de los cientos de pájaros multicolores del llano, cuyos trinos se perdían lentamente en lontananza, dejando un eco que parecía perpetuarse en su recuerdo, por apretujados trenes subterráneos que igual pasan por un silencioso y a veces tenebroso túnel, como a nivel de una fábrica cuyos ruidos taladran sus oídos.

Un mundo que de alguna manera, se llevó también parte de la identidad de las personas, al cambiar las tradiciones y la idiosincrasia del pueblo, desmejorando sentidos valores colectivos como la ternura por los niños, el especial respeto por la mujer y la reverencia y cuidado para los ancianos.

Pero el Abuelo, con el escudo de valor de los que saben lo que quieren, superó felizmente toda esta hecatombe generacional, subsistió frente a lo que Alvin Toffler alguna vez, en un arranque de premonición, casi consideró como fatal y anunció como: "*El Shock del Futuro*".

El Abuelo hizo algo más que sobrevivir el advenimiento de un mundo que en menos de sesenta años, cambió las carretas tiradas por caballos por cohetes que viajan a la Luna. Pienso que él, simplemente, nunca se permitió sentir el natural *shock* que esto produciría en cualquier ser humano normal de su edad, y que hoy es la primera fuente de estrés en las personas de edad avanzada. El Él **no sobrevivió**, quizás porque sobrevivir es demasiado simple, él enfrentó los cambios profundos de los nuevos tiempos, los capturó y se adaptó a ellos sin perder sus propias convicciones, y hoy no **sobrevive** sino que **vive una vida plena**, pletórica de amigos que le admiramos y de buenos momentos con que la vida premia a los triunfadores.

El Abuelo, ese personaje que siendo real parece de novela, sencillo pero digno de estudio por los profesionales especializados, que con tanta alharaca estudian la conducta del individuo en sociedad, predicando muchos consejos sobre lo que se debería hacer

pero que no son capaces de realizar o de alguna manera ejemplarizar. Este personaje, sin pedírmelo, me sembró en el alma el compromiso de complementar su misión, divulgando los factores más importantes de su vida sobre esta tierra: su fe en Dios, el amor por la gente, su desinterés en el futuro, su avaricia por vivir intensamente, y su permanente entusiasmo por el día de hoy.

Desde el fondo de mi alma, a él dedico este capítulo, entre otras cosas, porque estoy seguro de que, cuando desaparezca físicamente de la faz de la tierra, lo cual espero demore mucho tiempo, este hombre de buena voluntad será para mí algo más que un ejemplo a seguir. Será, quizás, como el ventrílocuo, que cuando ya no tenga las suyas propias, por mis palabras expresará al mundo desde quién sabe dónde, sus maravillosas anécdotas que yo contaré no solamente a ustedes con la mágica voz del silencio de estas páginas, sino personalmente a mis nietos y bisnietos, sentados sobre la acera de alguna calle, en una noche de primavera, en algún paraje de esta madre tierra, en la seguridad de que, en su nueva morada, en la luz lejana y titilante de una estrella, o semiescondido detrás de una oreja de la luna, El Abuelo me guiñará un ojo, como tantas veces lo hizo en aquella mesita de su café preferido, donde reunía su más querido auditorio, cuando al paso de una hermosa y joven mujer, me comentaba en voz baja, para de alguna manera justificar su mirada indiscreta: *“Es que... el que ha sido marinero, cuando ve la mar, suspira.”*

Para finalizar, creo que conviene destacar que para las personas del perfil del personaje de marras, su felicidad reside en la tranquilidad espiritual que les produce el hecho de estar convencidos de que todos los tiempos son buenos, porque para ellos su Dios es el Dios de todos, su vida es un don muy preciado que le fue obsequiado por Él y por tanto nadie más puede disponer de ella.

Que el tener la oportunidad de tratar y convivir con las otras personas, más que algo que pudiera ser problemático, es un privilegio porque cada una de ellas es un venero de buenas intenciones e ideas, quienes sólo aspiran a que alguien les oiga, con respeto y preocupación, las cosas que ellos piensan que son importantes en su vida y que nunca tienen auditorio a quien referir. Que el amor, más que un sentimiento maravilloso de dar y compartir,

es una fuerza arrolladora en contra de la maldad, la tristeza y la soledad, y muy especialmente de las enfermedades del alma que son más graves que las que aquejan nuestro cuerpo.

Que lo que la mayoría de los humanos denominan como problemas, no son más que asuntos por resolver, cuya solución se inicia en el mismo momento en que aceptamos que sí tienen una solución.

Que nuestra única preocupación como hijos de Dios sobre la tierra, debería serlo el día de hoy, porque es de lo único que tenemos real conciencia de su existencia, ya que por otra parte el futuro es de Dios, quien es el único que sabe algo sobre el, y especialmente sólo Él conoce si realmente llegará para nosotros.

Que nuestra única preocupación debe serlo el hacer el bien, a quien conscientemente creamos conveniente nuestra ayuda, sin importar si ello conlleva compartir nuestro propio alimento, porque al fin y al cabo Dios nos aseguró desde antes de nacer el sustento de cada día, y nunca ha dejado de cumplir esa promesa.

Que Dios se encuentra al alcance de todos, porque mora en lo más recóndito de nuestra alma, y siempre está atento a nuestro llamado para auxiliarnos en cuanto sea necesario, por tanto nunca debemos desesperarnos ni sentirnos solos en este mundo.

Que independientemente de la gravedad de nuestra aflicción o sentimiento de soledad, nunca estaremos solos, por lo que siempre debemos tener presente uno de los más grandes mensajes de esperanza contenido en las Sagradas Escrituras, en el Salmo 27, donde se profetiza: ***“Aunque mi padre y mi madre me dejen, con todo, Jehová me recogerá”***.

Y yo, sencillo mortal que anhelo con todo mi corazón, con toda mi alma ser mejor todos los días, le pido a Dios con toda mi fuerza, que aunque fuere al final de mi existencia, pueda pensar y actuar con esa ponderación, con esa moderación, con ese indeclinable amor por la vida y confianza en los demás seres humanos, como en toda oportunidad he visto hacerlo a El Abuelo. Seguramente ese día podré sentir que al final he logrado un poco de sabiduría.

