

POR EL AUTOR DEL BESTSELLER APRENDIENDO A DECIR ADIÓS

TÓMALE *una* **SELFIE** *a tu* **ALMA**

Cómo mirar dentro
de ti y ser tú mismo

Marcelo
Rittner

Prólogo de **ALEJANDRA LLAMAS**

Grijalbo



POR EL AUTOR DEL BESTSELLER APRENDIENDO A DECIR ADIÓS

TÓMALE *una* **SELFIE** *a tu* **ALMA**

Cómo mirar dentro
de ti y ser tú mismo

Marcelo Rittner

Prólogo de **ALEJANDRA LLAMAS**

Grijalbo



**TÓMATE *una*
SELFIE
a tu ALMA**

Cómo mirar dentro de ti y ser tú mismo

Marcelo
Rittner

Grijalbo

SÍGUENOS EN

megustaleer



Penguin
Random House
Grupo Editorial

Algún día, en cualquier parte, en cualquier lugar, indefectiblemente te encontrarás a ti mismo, y ésa, sólo ésa, puede ser la más feliz o la más amarga de tus horas.

PABLO NERUDA

Mi cariño y sincero agradecimiento a quienes, por sus ideas y escritos, sus palabras y enseñanzas, su creatividad y estímulo, su generosidad, su música y melodía, su amistad, por estar y ser, me han permitido día a día nutrirme, creer y crecer, aprender, transmitir y compartir, amar la vida y tratar de ser un buen socio de Dios dedicándome a hacer de este mundo un lugar mejor para todos.

Abraham Joshua Heschel. Al Jolson. Albert Camus. Albert Einstein. Albert Schweitzer. Alfred Dreyfus. Andrew Weber. Baal Shem Tov. Billy Cristal. Billy Joel. Charlie Chaplin. Daniel Rabinovich. Danny Kaye. David Ben Gurión. David Grossman. Dios, por cada una y todas sus bendiciones. Elie Wiesel. Elizabeth Kübler-Ross. Emmanuel Levinas. Erich Fromm. Ernesto Sábato. Franz Kafka. Gabriel García Márquez. Hannah Szenes. Hermanos Marx. Hillel y Shamai. Isaac Asimov. Isaac Bashevis Singer. Isaac Stern. Itzjak Rabin. Jackie Mason. Jafetz Jaim. Jerry Lewis. Jerusalén eterna. Joan Manuel Serrat. Jorge Luis Borges. José el Soñador. Kotzker Rebbe. Ludwig van Beethoven. Los Anónimos. Los ofendidos por mi omisión involuntaria. Leonard Cohen. Les Luthiers. Los Beatles. Los profetas bíblicos. Louis Armstrong. Maguid de Dubno. Mahatma Gandhi. Maimónides. Marcelo Rittner (mi otro yo). Mario Benedetti. Martin Buber. Mercedes Sosa. Moisés. Mordejai Kaplan. Murphy, el de las leyes. Najshón ben Aminadav. Naomi Levy. Oscar Wilde. Papa Francisco. Primo Levy. Rabí Akiba. RabíFritz Pinkuss. Rabí Harold Kushner. Rabí Najman de Bratzlav. Rabí Shlomó Carlebaj. Rabino Marshall T. Meyer. Rashi. Robin Williams. Samuel Agnon. Shel Silverstein. Shimon Peres. Sholem Aleijem. Sigmund Freud. Simon Wiesenthal. Steven Spielberg. Theodor Hertzl. Viktor Frankl. Vinicius de Moraes. W. A. Mozart. Yo-Yo Ma.

A mis padres, Bernardo y Paulina, mi mente todavía habla con ustedes,
mi corazón todavía los busca.

A mi rabino, Marshall T. Meyer, por contagiarme su pasión por la vida y la justicia social.

A la Familia Bet El, mi comunidad, gracias por permitirme ser su rabino tantos años, su amigo, su confidente; por estar juntos y poder ser parte de su historia personal y familiar,

de sus alegrías y tristezas.

A Ruth, mi compañera en el viaje de la vida.

A Sharon, Suri, Karen, Gabriel, Sonia, mis hijos, los amo.

Gracias Estre, Moi, Pau, Ber, Natush, Ber y Vic, Sam, Linda, mis nietos, por permitirme soñar con la continuidad de la vida.

A mis amigos y amigas que al partir dejaron una cicatriz en mi corazón.

A Roberto Banchik, director de PRH, y Ariel Rosales, editor.

A Amalia Ángeles y David Velázquez, por su ayuda en la publicación de este libro.

A Alejandra Llamas, por las amables palabras del prólogo.

A mi asistente Mónica Somerstein por su dedicación.

Y naturalmente a cada uno y todos ustedes, mis lectores, amigos, con quienes en cada uno de sus correos y comentarios se han construido puentes de presencia virtual por los que circulamos continuamente. Gracias por tantas manifestaciones de cariño. Ustedes son la fuente de inspiración donde encuentro las lecciones y los mensajes a los que trato de dar forma. Mi mayor deseo es que con este nuevo título continuemos dialogando y creciendo, siendo mejores seres humanos. Bendiciones.

Ciudad de México, abril de 2018

A los que buscan
aunque no encuentren,
a los que avanzan
aunque se pierdan,
a los que viven
aunque se mueran.

MARIO BENEDETTI



—¡Qué lejos estamos! —suspiró.

—¿De qué?

—De nosotros mismos.

GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ,

Del amor y otros demonios

PRÓLOGO

Las conversaciones empapadas de sabiduría, los relatos, las metáforas o las leyendas urbanas impregnadas de aprendizajes de la vida son una joya que no debemos dejar de contar. A lo largo de la historia los seres humanos hemos aprendido cómo vivir la vida al escuchar relatos que en el pasado eran transmitidos por personas queya sea por su edad o por su experiencia tenían el don de establecer enseñanzas a través del diálogo. Así, perlas de sabiduría se transmitían de generación en generación, y el arte de vivir se lograba por medio de narrativas que se heredaban a las generaciones venideras.

Pero la manera de comunicarnos ha cambiado mucho y muchos relatos de gran valor corren el riesgo de quedarse en el olvido.

Con una pluma clara y cargada de inspiración, este libro nos invita a la reflexión y resume enseñanzas humanas, y hasta diría que clásicas y necesarias, que deben permanecer en nuestra conversación familiar y social, pero sobre todo personal. En él, Marcelo Rittner nos hace una propuesta que me parece indispensable en este momento de la humanidad: cuestionarnos.

Nos propone hacernos las preguntas correctas, ir a nuestro interior, revisar nuestras virtudes, tener claros nuestros valores, aclarar nuestros sueños y trascender los miedos que pueden distraernos con facilidad de vivir la vida que conduce al propósito fundamental de nuestro gran destino: la vida misma, que está anclada a los grandes deseos de nuestro corazón.

En lo personal, desde muy joven la vida me llevó a emprender una nueva ruta en un país ajeno; en el mismo año que me divorcié, murió mi padre y comencé con un empleo nuevo. Era una vida totalmente desconocida para mí. Me encontré, a mis 28 años, viendo de frente a un futuro que se convertía en terreno fértil. Extraída de mi familia, de mi sociedad, de mi cultura, tuve la oportunidad de replantear en ese momento quién quería ser. Sin nada que perder, decidí sanar, reinventar mi autoimagen, proponerme una vida totalmente fuera de lo esperado, pero sobre todo una vida que delineara lo que para mí valía la pena experimentar. En ese momento no tenía claros cuáles eran estos deseos, pero sí sabía que iba a usar mi vida para comunicar un mensaje que tuviera valor para mí, que iba a actuar a pesar de mis miedos, que lo económico nunca iba a ser una justificación para alejarme de mis anhelos y que iba a convertirme en un vehículo de contribución. Siempre quise hacer una vida que dejara un sendero de luz a su paso.

Como una página en blanco decidí emprender. Al dejar atrás lo que me ataba, resolví

mis dudas y cuestioné durante años todas las creencias que tenía sobre no ser suficiente y no ser capaz; solté las inseguridades que me gobernaban y construí una idea de mí que me sostuviera a la altura de la vida que quería manifestar.

Hoy, a mis 48 años y al terminar de leer este maravilloso libro, aplaudo la invitación que nos hace Marcelo Rittner. Nos pide tener la valentía de dar vuelo a nuestra gran vida; que seamos honestos con nosotros mismos y que vivamos siguiendo el camino hacia la gran misión de nuestra alma.

Me quedo con la pregunta que Marcelo nos hace a lo largo del libro: ¿te conoces?, ¿estás constantemente en busca de que otros te acepten?, ¿inviertes tu energía en cómo te ven los demás para sentir reconocimiento?

La invitación es a dejar las excusas, las justificaciones, dar un salto al interior, nos pide que nos adueñemos de nuestra vida desde el lugar auténtico, pero sólo tú sabes qué significa esto para ti.

Volviendo atrás, nada valdrá más la pena en esta vida que la invitación que nos hace en este libro Marcelo Rittner. Nos insiste en vivir atentos a la vida, porque fácilmente podemos perdernos en las apariencias ilusorias de una existencia sin mayor sentido.

Al terminar esta gran lectura me quedo con la paz que da el tener una gran conversación con una persona colmada de conocimientos, una cuyas palabras transmiten la experiencia de vida y comunican lo que todos debemos aprender. Gracias.

ALEJANDRA LLAMAS

A MODO DE INTRODUCCIÓN

Una de mis mayores inquietudes ha sido la de estar permanentemente a la búsqueda del sentido de la vida. Poder alcanzar la plenitud y el significado. Poder reflejarme en un espejo y verme a mí mismo, no al Marcelo que yo imagino, sino al Marcelo que soy. Poder llegar a detectar cuál es la misión para la que fui creado. Cuál es el propósito de mi existencia. Cómo poder asimilar la urgencia del tiempo, la conciencia de que somos finitos y que por lo tanto tú, yo, *todos, tenemos una fecha de caducidad*.

Claro que lo maravilloso del viaje es que, como no sabemos cuál será esa fecha, deberíamos vivir cada día como si fuera el último. Algo que no te planteo como una reflexión trágica, por el contrario, me refiero a poder aprovechar cada día, cada momento. Y especialmente, a tomar conciencia de ello.

Cada uno de nosotros ha sido creado o concebido como un ser único. Imagínate que, entre miles de millones de seres humanos que habitamos el planeta, ¡no hay otro u otra como tú! Como lo escribiera Aaron Burr: “Soy lo único que puedo controlar en la vida. Soy inimitable. Soy original”. Y, sin embargo, la triste realidad nos confronta con el hecho de que vivimos imaginándonos y esforzándonos en ser otro u otros.

En lugar de ser tú mismo, recorres el viaje alejando tus sueños personales para vivir los de otras personas o personajes que tocan tu vida de las formas más diversas. Y así pasan los días, los soles y las lunas, hasta que comienzas a tomar conciencia de las palabras del poeta Pablo Neruda: “Algún día, en cualquier parte, en cualquier lugar, indefectiblemente, te encontrarás a ti mismo, y ésa, sólo ésa, puede ser la más feliz o la más amarga de tus horas”.

La hora que no tiene engaño, porque estarás frente a ti mismo. ¿Qué verás? ¿A quién verás? ¿Reconocerás la figura, la persona, reconocerás el interior de ese ser? ¿Podrás sonreírle, o te alejarás? ¿Estarás a gusto contigo mismo o buscarás ser otro? ¿Serás una voz o un eco? ¿Serás un original o serás una copia? ¿Serás un mago o serás la magia de tu vida?

Un relato del folclor judío cuenta sobre un renombrado sabio, Zusya, que yacía en su lecho de muerte rodeado de sus discípulos. Ellos vieron que los ojos de su maestro estaban llenos de lágrimas. Se dirigieron a él: “Maestro, ¿por qué está llorando? Usted ha vivido una buena vida, llena de buenas acciones, deja muchos estudiantes, ¿por qué llora?”. Y el maestro les respondió: “Cuando me presente frente al Creador, nadie me preguntará por qué no fui el patriarca Abraham, o el profeta Jeremías. No se espera que

yo sea Abraham o Jeremías. Me preguntarán: ‘¿Por qué no fuiste Zusya?’ Por ello estoy llorando. Porque deberé responder por qué no fui Zusya’.

Y esta pregunta tan sencilla y a la vez dramática es el propósito de esta nueva publicación: ¿Por qué no fuiste o no eres tú mismo?

Compartirles herramientas que nos ayuden a responder esa pregunta con la que cada uno nos enfrentaremos en algún momento de nuestra vida para alcanzar el verdadero y más completo sentido y significado. Para recuperar y reencontrarte con el ser único que eres. Para que cuando ocurra la hora del encuentro sea una hora feliz.

Lo hago a partir de textos que en su mayoría utilicé como mensajes a las familias de mi propia comunidad, o que en forma de conferencias transmití en muchos lugares. De estos mensajes me permití seleccionar aquellos con los que más me identifiqué o que interpreto serán de mayor ayuda en el objetivo de lo que les propongo como tarea personal. Me apoyo también en textos y autores que menciono a lo largo de estas páginas y a quienes les agradezco. Tampoco faltan algunos pensamientos que he recibido de lectores de mis libros anteriores y otros que circularon anónimamente por internet.

Casi todos ellos te hablan en primera persona, es mi forma de sentir que te hablo a ti de manera directa. No son textos sobre religión, sino sobre la fe, sobre la vida, sobre el alimento espiritual que tantas veces dejamos olvidado. Son mensajes universales, escritos por un rabino que trata de ver el mundo como una gran hermandad con valores compartidos y el compromiso de hacer de nuestro mundo un lugar mejor, una sociedad más justa, y especialmente hacernos más sensibles sobre el compromiso de hacerlo juntos.

Seguramente recordarán el relato de la inundación que se avecinaba y el aviso para que todos los residentes evacuaran sus hogares. “No se preocupen por mí —dijo un hombre—. Dios me salvará.” El caudal de aguas aumentaba y él se fue al segundo piso de su casa. Pasó un bote con policías que lo llamaban. “Gracias, estoy bien. Dios me salvará.” Finalmente, el hombre estaba en el techo y pasó un helicóptero para rescatarlo. Le arrojaron una escalera, pero él respondió: “Gracias, estoy esperando a que Dios me salve”. La siguiente escena es la del hombre quejándose ante Dios:

—Yo he vivido con fe perfecta. ¡Cómo pudiste haberme abandonado!

—¿Qué te pasa? —respondió Dios—. Te mandé un aviso de evacuación, un bote y hasta un helicóptero. ¿Qué más esperabas que hiciera?

El hombre murió esperando una señal. Quería que Dios se manifestara precisamente como él lo imaginaba.

La moraleja de la historia nos dice que Dios se manifiesta de mil maneras, pero no necesariamente como nosotros lo esperaríamos.

Se trata, pues, de vivir con los ojos abiertos y el cerebro conectado, sin por ello perder nuestra fe. Vivir como si todo dependiera de Dios y actuar como si todo

dependiera de nosotros.

Bien, yo quisiera pedir a cada uno de quienes les tocó vivir el terremoto de septiembre de 2017 (me encantaría poder escribir el último) que durante unos instantes reflexione para responder a mi pregunta: Durante el temblor, ¿qué pensamientos pasaron por tu mente?

Me animo a decir —y me incluyo— que pensamos en nuestros seres queridos —en quienes amamos—, nos comunicamos con ellos, rezamos, pensamos en lo precario de la vida y pensamos en la muerte. Y, al mismo tiempo, estoy seguro de que nadie pensó en aquellas cosas que a diario nos llenan de tristeza y enojo.

Abraham Joshua Heschel escribió en uno de sus libros: “El hecho de ser mortales debe ser un factor importante en nuestra comprensión de la vida”.

En otras palabras, si hoy les menciono la muerte, no es porque estemos obsesionados con ella, sino porque lo estamos con la vida. Y el hecho de que estemos compartiendo esta lectura se debe a que anhelamos una nueva oportunidad. Por lo tanto, este día debe ser un recordatorio que resalte cómo es esencial y urgente que dejemos de esperar y comencemos a vivir.

Ahora bien, si realmente queremos aferrarnos a la vida, necesitamos transitar por nuestra memoria, nuestros recuerdos y encontrar las minas que nosotros mismos sembramos a lo largo de nuestro camino personal al postergar, esconder, desenlazar nuestro ser interior de nuestro ser exterior, las cuales ponen en peligro que logremos una vida más significativa.

Cuando nos tomamos tiempo para observar el funcionamiento de nuestro ser, podemos descubrir que hay algo profundamente escondido dentro de nosotros, y que, si lo permitimos, nos ayudará a acercar nuestro ser verdadero a nuestro ser ideal.

Ésta es nuestra tarea. Acercarnos a nosotros mismos, a nuestro ser espiritual. El alma, como la brújula que reside dentro de nosotros, que siempre señala hacia las cosas y valores eternos, y que tiene un sentido misterioso de dirección. Hay cosas que ella sabe y que tú has olvidado. Si permitimos que nuestra vida y nuestro corazón dejen mezclarse por nuestra alma, nos hacemos acreedores de pequeñas revelaciones, vestigios de *déjà vu*. Aprendemos algo nuevo y reconocemos lo que siempre hemos sabido. Por ello, creo que acercarnos a nosotros mismos, a nuestro ser interior, podría ser una de las claves de una vida de significado y realización. Y de ahí la razón del título de este libro. Si bien a lo largo de nuestra vida nos tomamos incontables *selfies*, que representan nuestro ser exterior, te invito a que dediques ahora un tiempo para tomarte una *selfie*, un retrato del alma, de tu *ser interior*, y que la interpretes.

Los invito a que cada uno abra su corazón, a que nos conectemos con nuestro pasado personal y colectivo, y que *hagamos un esfuerzo por cambiar la selfie, lo exterior, lo superficial, lo mundano, por la posibilidad de reconocer nuestra propia espiritualidad*,

valores e ideales.

Cuando comiences la tarea de revelar e interpretar tu *selfie* interior, deberás recorrer recuerdos personales, visitar el almacén de las buenas intenciones, eliminar las minas que nos amenazan y que nosotros mismos colocamos.

Y cuando veas tu ser interior, ¿qué verás? ¿A quién verás? ¿Reconocerás a la persona, el interior de ese ser? ¿Podrás sonreírle o te alejarás? ¿Estarás a gusto contigo mismo o buscarás ser otro? ¿Serás una voz o un eco? ¿Serás un original o serás una copia? ¿Serás un mago o serás la magia de tu vida?

¿Qué reflejos verás? ¿Puedes ver las lágrimas en la mejilla de alguien más? ¿Puedes oír el sollozo de alguien más? ¿Puedes sentir el temblor en la mano de otra persona? ¿Puedes sentir el dolor de tu gente, de tu país? ¿Puedes sensibilizarte con quienes perdieron seres queridos, su techo? ¿Con aquellos que no tienen comida ni agua? ¿Con los que viven el ayuno a diario? ¿Qué estás dispuesto a hacer para sanarlo? ¿Puedes dejar de quejarte de lo que te falta, y contar tus bendiciones?

El alma es un espejo de Dios dentro de nosotros. El alma llena el cuerpo, así como Dios llena el mundo. Tu ser interior te está llamando, así como Dios te está llamando.

Hay una hermosa parábola que cuenta que cuando Dios creó el mundo les contó un secreto a los ángeles: “Los seres humanos serán creados a Mi imagen”.

Los ángeles estaban celosos. ¿Por qué se debe confiar a los seres humanos un don tan precioso cuando ellos son imperfectos? Así, los ángeles decidieron tomar la imagen de Dios y escogieron un lugar para ocultarla para que el hombre nunca la encontrara. El ángel Gabriel sugirió que la escondieran en lo alto del pico más alto de la montaña más alta. “No. Un día los humanos aprenderán a escalar y la encontrarán ahí”, le respondieron. El ángel Mijael dijo: “Vamos a esconderla en el fondo del mar”. “No —se quejaron los otros ángeles—. Ellos encontrarán una manera de zambullirse al fondo del mar y la encontrarán.” Todas las ideas fueron rechazadas. Entonces Uriel, el ángel más sabio, dio un paso adelante y dijo: “Conozco un lugar donde el hombre nunca la buscará”. Ocultaron la preciosa imagen de Dios dentro del alma humana.

Yo creo que tenemos la posibilidad de probar que los ángeles estaban equivocados. Así podremos saber qué ha estado tratando de decirnos nuestra alma y que hemos estado ignorando.

¿Qué es lo que quiero reparar de mi ser interior, y no puedo porque tengo miedo?

Dejemos de esperar, acerquemos nuestro ser interior con nuestro ser exterior y comencemos a vivir. *Ten claro que no puedes volver atrás y crear un nuevo comienzo, pero puedes comenzar ahora y crear un nuevo final a tu vida.*

Ésa es mi propuesta, la tarea para crecer y ser mejores, más completos, más cerca de nuestro ser ideal, más auténticos, más nosotros mismos.

Siempre recuerdo la historia de los dos amigos y compañeros de salón Chucho y

Pepe. Casualmente es Pepe quien se sienta en la banca de atrás de su amigo. Cuando llega el final del curso, el maestro entrega a cada alumno una hoja para responder el examen. Todos reciben la hoja y trabajan en silencio. Cuando termina el tiempo establecido, entregan el papel con las respuestas. Una semana después el profesor entrega las calificaciones. Chucho 9. Feliz, agradece. Pepe 0.

—Pero, maestro, ¿por qué mi calificación es cero si tuve las mismas respuestas que Chucho?

A lo que el profesor respondió:

—Porque le copiaste. En la pregunta 10, Chucho respondió: “No sé la respuesta”, y tú respondiste: “Yo tampoco”.

Cada quien vive su vida, cada quien tiene sus ideas. No puedes vivir tu vida “copiando” las respuestas, los gestos, las palabras, la vestimenta, en fin, la vida de otra persona. Justamente cuando vivimos el auge de la globalización, más que nunca debemos esforzarnos por ser nosotros mismos; recuperar nuestra individualidad, nuestra esencia, acercarnos a nuestro propio ser interior.

Eso es lo que pretendo transmitirte en este libro. Un libro que he construido con la inspiración de pensadores, poetas, filósofos, maestros de la vida y de la fe que dejaron su huella al expresar y tratar este delicado y desafiante tema.

Antes de concluir este texto quiero contar una historia. El rabí Simja Bunam de Psihska era un maestro inusual. Se enorgullecía de ser mundano e intelectual. Había sido comerciante de madera y farmacéutico. Frecuentaba el teatro y era conocedor de la música popular de finales del siglo XVIII. Se acercó al jasidismo relativamente tarde en su vida. Pero atrajo a muchos estudiantes por el énfasis que daba a sus pensamientos. Uno de ellos se volvió un clásico: “Cada persona debería tener dos bolsillos. En uno debería haber una nota que dijera: ‘Es por mí que el mundo se ha creado’ (Talmud, Sanedrín, 37a). Y en el otro debería haber una nota diciendo: ‘Yo soy polvo y cenizas’ ”.

Cuando te sientas triste, deprimido, derrotado, deberías pensar: “Es por mí que el mundo se ha creado”. Pero cuando en la euforia creas que eres lo máximo, deberías leer: “Yo soy polvo y ceniza”. El desafío es tener la sabiduría de cuál de las notas usar, cuándo, cómo y dónde.

En cualquier tiempo y en cualquier lugar del mundo hacia donde te dirijas, tienes un propósito, una razón. Nadie puede decir cuál es ese propósito, esa misión, pero ésa es la razón para vivir con una intención. El mundo ha estado esperando mi llegada porque sin mí no estaría completo. Y cuando dedico mis acciones a cumplir con el propósito para el que fui creado, justifico mi existencia. Pero si no lo hago, vuelvo al estado de no tener valor ni “ser” propio.

Muchos olvidan “es por mí que el mundo se ha creado”, porque viven persiguiendo el sueño de otro, tratando de vivir la vida de otro, tratando de ser otro, y cada vez que lo

hacemos dejamos el mundo incompleto. Otros se esconden e indiferentes a la vida declaran: “Yo soy polvo y cenizas”, dejando de asumir su misión y su razón en la vida.

Tu vida no es un accidente, tiene un motivo para ocurrir. Naciste para hacer alguna diferencia, porque el mundo estaría incompleto sin ti. Por ello cuando sientes que no importas, que eres pequeño, que no podrás lograrlo, recuerda: “Es por mí que el mundo se ha creado”.

Hay un pensamiento popular africano que confirma esto: “Si crees que eres demasiado pequeño como para hacerte notar, es que nunca pasaste la noche con un mosquito”.

Cada día el mundo es recreado. Y ante ti la posibilidad de renacer y entender que fuiste creado porque eras necesario, porque el mundo estaba incompleto sin ti. Pero al mismo tiempo cada día nos recuerda que la fama es efímera, que ninguno se hizo solo, que todos somos mortales.

Deja que se encienda en ti la pasión que te ayude a encontrar la misión de tu existencia, porque eres el centro del universo. Pero cuando celebres tus éxitos, recuerda también: “Yo soy polvo y cenizas”, y busca entonces traer a tu vida el equilibrio entre ambas recomendaciones.

El profeta Jeremías lo expresó con profunda belleza: “No se vanaglorie el sabio por su sabiduría, ni se alabe el hombre fuerte por su fuerza, y no se vanaglorie el rico en sus riquezas”.

El talento es dado por Dios. Sé humilde. La fama es dada por el hombre. Sé agradecido. La arrogancia se la otorga uno a sí mismo. Sé cuidadoso. No vivas una vida prestada. Vive tu propia vida. Descubre tu misión y recupera tu valor. Y al mismo tiempo, no permitas que la arrogancia te robe tu medalla. El secreto de una vida con sentido es aprender cuál de los dos papeles sacar del bolsillo, y cuándo, cómo y dónde.

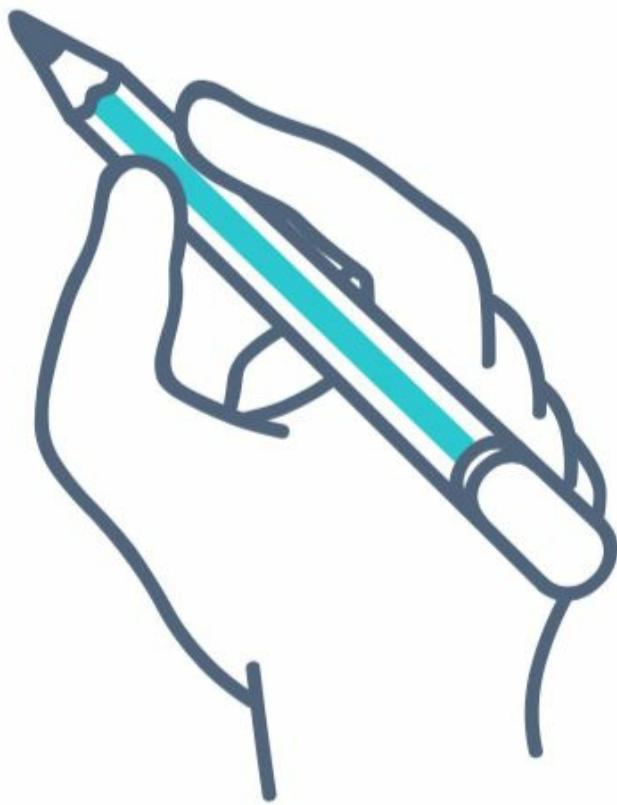
Te invito a que recorramos juntos estas páginas. Te agradezco que estés aquí. Si llegas como viejo lector o lectora, vieja amiga o amigo, seguimos nuestra “plática” que iniciamos en *Y si no es ahora, ¿cuándo?* y en *Aprendiendo a decir adiós*. Y si vives una nueva experiencia, te agradezco sinceramente la oportunidad.

Una vieja enseñanza expresa que cada uno tiene su propia melodía para cantar en su vida. Pero al mismo tiempo, solamente podemos reconocer nuestra melodía cuando la transformamos en parte de una sinfonía de la humanidad.

Y ésa es la tarea: lograr ser tú mismo en una melodía colectiva.

Estamos juntos en el proyecto.

Mi correo es mrittner@gmail.com. Estemos comunicados.



La vida es el examen más difícil.

Muchas personas fracasan porque intentan copiar a otros, sin darse cuenta de que cada uno tiene una pregunta diferente.



TU VERDADERO YO



Nunca es alto el precio a pagar por el
privilegio de pertenecer a sí mismo.

FRIEDRICH NIETZSCHE

¿CUÁL ES TU HISTORIA?

No me refiero a dónde creciste, dónde estudiaste, cómo conseguiste tu primer trabajo, quiénes fueron tus padres, tu primer amigo o amiga. No me refiero a cuál es tu historia sino a qué narrativa has construido a partir de los acontecimientos de tu vida.

¿Sabes que ésta podría ser la pregunta más importante que puedas formularte? De acuerdo con el fascinante campo de la “psicología narrativa”, las historias que contamos sobre nosotros mismos son la clave de nuestro bienestar. Si has interpretado los acontecimientos de tu vida en el sentido de que tienes mala suerte o eres imprudente, es difícil mirar con optimismo hacia el futuro. Por el contrario, si reconoces que has cometido errores y enfrentado dificultades, percibirás un sentido más cercano a la realidad de tu vida.

Si has perdido un empleo, ¿es una prueba, por ejemplo, de que tu carrera es un fracaso? ¿O es algo como una oportunidad de buscar y encontrar aquello que se acerque más a lo que anhelas? ¿Qué pasó con el amor? ¿Es una señal de la mala suerte en el amor o un pasaje difícil a un romance más esperanzador?

La idea no es engañarte a ti mismo de que las cosas malas son realmente buenas. Es, en cambio, para encontrar un sentido a la progresión de un evento a otro. Es reconocer que todo cambia constantemente. Es entender y aceptar que los hechos importan menos que la narrativa.

Nuestras historias son todo, son el corazón del amor y del sentido.

Entonces, ¿cuál es tu historia? ¿Puedo sugerirte que la cuentes a personas como tu familia? A ellos, tus hijos y nietos, les fascina conocer tus anécdotas y experiencias de vida, tus proyectos. Cuéntales las cosas y las personas que te importan más. Y cuéntatela a ti mismo.

No necesitas un final feliz clásico, siempre y cuando hayas encontrado significado. Y no te preocupes si crees que aún no llegaste a destino. Lo que vale es que en tus narrativas te enfoques en el resultado que algún día te gustaría ver. Y recuerda las palabras de Joseph Campbell; sí, el de las sopas: “Donde te tropiezas es donde está tu tesoro”.

EL LIBRO DE TU VIDA

Quiero invitarte a que te acomodes, te relajes, cierres los ojos y pienses en tu vida. Que recuerdes lo que has visto, las experiencias que has vivido. Los olores y los sonidos que conforman tu vida. Cómo se mueven los árboles con el viento. Imagina el calor del sol. Todo es familiar... sin embargo, hay algo especial. Siempre estuvo ahí, pero no lo notaste hasta hoy. Es una puerta. Algo de esa puerta te invita, y te diriges hacia ella, con un paso tranquilo pero firme. Al acercarte, te detienes para observarla. Parece tener la manija justo en el lugar correcto. Tiene exactamente la altura para ti, y con muy poco esfuerzo la abres.

Al entrar, te sientes sorprendido pero no sobresaltado. Caminas unos pasos hasta una habitación que está amueblada con tus colores favoritos. Tiene el estilo que te gusta. Las luces están exactamente en el lugar correcto, y se escucha tu música favorita. Todo está tal como te gusta. Tus ojos brillan de amor por el recuerdo del amor por otros.

Ahora tus ojos se dirigen a un librero. Los libros están bien acomodados y te atraen. Un libro en especial te llama la atención. Está encuadrado de una manera atractiva. Te acercas, lo tomas, y notas que en la portada tiene escrito tu nombre.

Ansiosamente y con curiosidad lo abres en la primera página, y lees: "El libro de mi vida". Pasas rápidamente a la siguiente página, y lees: "Había una vez una persona que nació en..." (cierta ciudad, que es tu ciudad), y continúa describiendo los acontecimientos de tu vida. Conforme pasas las páginas notas que es la crónica de tu vida y refleja todos tus esfuerzos, alegrías, triunfos, esperanzas. También tus temores, tus fracasos, tus momentos de dolor. Lees la narrativa de tu vida.

Entonces llegas a la última página. Tiene la fecha de hoy. Siguen muchas páginas en blanco, y la primera lleva como título: "Mi vida a partir de hoy, construida a partir de lo aprendido del ayer". Al ver esto, sabes que todas las experiencias del ayer te han preparado para lo que has aprendido diferentemente hoy.

Tomas una pluma, que te acomoda perfectamente y es justo tu color preferido, y con amor comienzas a escribir tus pensamientos y narrativas actuales.

Nuestra vida está llena de metáforas. Símbolos. Palabras que nos conducen a algún sitio o que cambian o simplifican nuestra percepción. Nos ayudan a comprender nuestro complejo mundo. Hay metáforas para explicar la bolsa de valores: decimos que sube o que baja. Hay metáforas para describir las computadoras: decimos que tienen "memoria", o que están infectadas por un "virus". Que todo se guarda en una "nube".

Por lo tanto, ¿por qué no imaginar nuestro propio libro personal? El libro de la vida. Mi vida. Y cada año nuevo o cada cumpleaños pasamos a una nueva página en el “Libro de mi vida”.

¡Qué metáfora más maravillosa! Nuestra vida es como un libro, y así se escribe y se lee. Escribimos las páginas y los capítulos de nuestra vida, narramos nuestras experiencias, nuestra historia personal, nuestro balance espiritual. Cada año se nos da una página nueva. Y nosotros, por nuestra parte, le sacamos punta a nuestro lápiz y registramos los recuerdos y las memorias.

El libro de nuestra vida está ahí para leerlo y evaluarlo. Y tenemos la oportunidad de repasar las páginas ya escritas y volver a pensar qué nos proponemos escribir en las páginas futuras.

Escribir una nueva página en el libro de la vida no borra las páginas que le precedieron. La historia de nuestra vida que hemos escrito en esas páginas año tras año es un libro abierto para que todos lo lean. Si ha de reflejar una vida llena de logros y de bien, o una vida llena de remordimiento y vergüenza, está solamente en nuestras manos. Nosotros somos quienes debemos decidir.

El pasar a una nueva página en el libro de la vida no borra el pasado. Sólo nos da la oportunidad de cambiar. Puede que haya páginas al principio del libro que lamentemos: oportunidades perdidas de amor y felicidad, años de sufrimiento y relaciones tormentosas con hermanos y padres, con hijos y cónyuges. ¡Cómo quisiéramos poder arrancar esos capítulos del libro de nuestra vida! No podemos. Pero si hay cosas que preferiríamos tener escritas, entonces el momento de empezar de nuevo es ahora. Ésa es la belleza central de la metáfora de cambiar de página en el libro de la vida. El mensaje es que es posible cambiar. Podemos cambiar nuestra vida, podemos hacerlo en cualquier momento, pero éste es el mejor.

Ahora, al pasar a una nueva página en nuestro libro de la vida personal, está en nuestras manos decidir qué es lo que dirá el libro. La respuesta está en tus manos. Ya sea que hayas crecido al construir un mundo junto con quienes te rodean, o moldeado tu vida sobre los sueños destrozados de otros, la respuesta está en tus manos. Tú eres el autor de tu libro.

Hay una historia sobre un hombre rico que era muy avaro. Un día fue a la panadería y compró un pastel delicioso. Corrió rápidamente a su enorme y hermosa casa, imaginando lo delicioso que estaría su pastel: lo rico de su relleno, lo delicado del betún, y lo dulce de su sabor. En el camino, el hombre resbaló, y aunque recuperó el equilibrio, el pastel cayó en el lodo. Al verlo, le dio gran tristeza ver la pérdida de esta delicia culinaria. En ese momento pasó un pordiosero, quien esperaba que este hombre bien vestido le ayudara. Pidiendo ayuda, el pordiosero extendió la mano. El hombre rico, en lugar de meter la mano al bolsillo, se inclinó y le dio el pastel sucio que había caído al lodo.

Estaba muy contento de que la compra del pastel no había sido una pérdida completa. Ahora podía cumplir con el precepto de caridad y se sentía mucho mejor.

Esa noche el hombre tuvo un sueño. Estaba sentado en un gran comedor, con muchas personas. A todos les servían todo tipo de manjares: comidas deliciosas y fabulosos postres. Al hombre le dio mucha hambre al ver toda esa buena comida, así que llamó a un mesero y pidió que le trajeran de comer. El mesero volvió de inmediato con un postre sucio, cubierto de lodo.

—¿Qué es esto? —clamó el hombre—. ¿Cómo te atreves a insultarme así? Yo soy un hombre muy rico, tengo suficiente dinero para ofrecerles un banquete fabuloso a todas las personas que están aquí. Tráeme tu mejor comida, pagaré lo que sea necesario.

—Lo siento —dijo el mesero—, pero tu dinero no sirve aquí. No el tipo de dinero al que te refieres. Estás ahora en el banquete del mundo venidero. Aquí se te sirve de acuerdo con tus buenas acciones en el mundo pasado. Hemos revisado tu expediente y encontramos que sólo hiciste un acto de bondad cuando le diste a un pordiosero un pastel que se había caído al piso. Así que ésta es la recompensa que recibirás en tu nueva posada.

En la mañana, el hombre despertó y supo exactamente qué debía hacer.

“Hoy” nos da la oportunidad de leer las páginas del expediente de nuestra vida, de leer lo que hemos hecho y evaluar si nuestra vida ha estado llena con el tipo de significado y valor que queremos para ella, sopesar nuestras buenas acciones, nuestra sensibilidad para con quienes han sido menos afortunados, tomar la pluma que nos acomoda perfectamente, y escribir, con propósito, exactamente lo que queremos que quede escrito en la siguiente página.

**Escribe esa historia y cuéntame
cómo se llamaría el libro de tu vida.**



Un mal capítulo no significa
que tu historia haya
terminado.



REVISE SU CAMBIO

Una y otra vez la imaginación nos envuelve con la sugestiva imagen de un libro abierto con páginas llenas de historias de nuestra propia vida, con narraciones sobre quiénes somos y cómo actuamos. Algunos lo llaman diario; otros, apuntes de mi vida. En realidad el nombre no es lo más relevante.

Se me ocurre que éste es un ejercicio que cada uno podría realizar como su propia manera de escribir y luego leer su propio libro de la vida. Al hacerlo cada uno podrá ver reflejada en las páginas y en los textos una narrativa de su propia vida. Los invito a hojear y comparar las páginas del año pasado y el actual y ser capaces de señalar logros y también promesas y propósitos incumplidos.

Y naturalmente encontrar cuáles han sido tus cambios.

Seguramente a ustedes les pasa lo mismo que a mí. Estás en algún lugar y te saludan: “Te ves muy bien, no has cambiado nada”. Suena muy agradable. Es un halago, ¿verdad? Nos hace sentir muy bien.

Pero cuando más tarde pensé en esas palabras, ya no me sentí tan seguro de que fuera algo tan bueno.

Que después de un tiempo sin verte te digan que no has cambiado nada no es algo deseable de escucharse.

Imaginen: después de pasado un año, ¿cómo nos verá Dios? Sospecho que nos diría: “No te ves muy bien. ¡No has cambiado nada!”. Ya no suena tan halagüeño, ¿verdad?

Abrir el libro de tu vida y encontrar que ahí quedaron tus propósitos y promesas, olvidos y omisiones no es una sensación agradable. Revisar tu cambio y no ver cambios es una decepción que podemos evitar. Cada año nos permite recrearnos y cambiar.

Escribe en una nueva página del libro de tu vida: “Hoy el mundo fue creado”.

Todos tenemos esa nueva oportunidad de renovarnos, si tan sólo la aprovecháramos. En estos días ponemos a prueba nuestra habilidad y nuestro carácter para cambiar. Podemos hacerlo, podemos ser diferentes.

Más de una vez se me ocurrió que en los lugares de plegaria, iglesias, sinagogas, en nuestras casas, podría ponerse un cartel, grande, como para que todos lo puedan ver, como los que hay en muchas tiendas y bancos, que diga: “Revise su cambio antes de salir”.

Creo que si bien es un buen consejo comercial, en esta época es todavía un mejor consejo espiritual. Abrir el libro de tu vida, evaluar los cambios del último año y al

mismo tiempo establecer las metas para uno nuevo.

Hace dos o tres años Starbucks se dio cuenta de que no era tan exitosa como lo había sido en años anteriores. Fue perdiendo terreno frente a nueva competencia y las ventas reflejaban cierta crisis. ¿Qué hizo el presidente de la compañía, Howard Schultz? Cerró todas las tiendas durante un par de horas. Todas las tiendas cerraron a las 5:30 pm y dedicaron tres horas para la capacitación y reeducación del personal. Él dijo: "Nos apasiona nuestro café. Revisaremos nuestras normas de calidad, que son la base de la confianza de nuestros clientes, y crearemos nuevos productos". ¿Qué hizo Starbucks? Volver a lo básico, limpiar la tienda, revisar los procedimientos, renovarse, asegurarse de que todo estaba bien, crear nuevos productos. Reflexionar y cambiar lo que debía cambiar para asegurar el éxito.

¿No deberíamos nosotros hacer lo mismo? Porque es una de las tareas de estos días: revisar y cambiar, recrearnos, renovarnos. ¿Qué debo cambiar para vivir mejor el próximo año? Y no menos importante, ¿cómo puedo hacerlo?

Una mujer estaba en el trabajo cuando recibió una llamada telefónica avisándole que su pequeña hija estaba con fiebre muy alta. Ella dejó su trabajo y se detuvo en la farmacia para comprar algunos medicamentos. Al regresar a su coche descubrió que lo había cerrado con las llaves dentro. No sabía qué hacer. Llamó a su casa y le dijo a la niñera qué estaba sucediendo. La nana le dijo que la fiebre seguía subiendo. Y le recomendó: "Consígase un gancho de ropa, puede usarlo para abrir la puerta".

La mujer miró a su alrededor y encontró un viejo gancho oxidado tirado en el suelo. No sabiendo cómo usarlo le pidió a Dios que por favor la ayudara. A los pocos minutos pasó un hombre con una barba desaliñada y ropa gastada, en una vieja motocicleta. Se detuvo. La mujer pensó: "¿Esto es lo que me envió para que me ayude?". Pero estaba tan desesperada que también estuvo agradecida. El hombre se bajó de la moto y le preguntó si podía ayudar. Ella respondió: "Sí, mi hija está enferma, me detuve a conseguir una medicina y olvidé las llaves dentro del coche. ¿Puede usted utilizar este gancho para abrir mi coche...?". Él dijo: "Claro". Se acercó al coche, y en segundos abrió la puerta.

Ella abrazó al hombre y entre lágrimas le dijo: "Muchísimas gracias. Tú eres un buen hombre".

El hombre respondió: "Señora, yo no soy un buen hombre. Ayer salí de la cárcel. ¡Estuve un año por robo de automóviles!".

La mujer volvió a agradecer infinitamente al hombre, y mirando hacia el cielo, sollozando de alegría, dijo: "¡Oh, muchas gracias, Dios! No sólo me mandaste ayuda, ¡me mandaste a un profesional!".

Abre tu libro. Si no lo tienes, consigue un cuaderno. Registra tus recuerdos y escribe tus metas. Y vive con una actitud optimista. No dejes de buscar y revisar los cambios en tu vida antes de salir.

Te deseo que puedas reconciliarte con los otros y contigo mismo.



UNA HISTORIA DE AMOR

Permítanme compartir con ustedes una conmovedora historia cortesía de mi colega el rabino Ed Farber. Un hombre mayor fue a visitar a su esposa en un asilo de ancianos donde había estado durante varios años. Se había quedado en casa durante los primeros años de la enfermedad de Alzheimer, pero en los últimos tres años se necesitaba la constante atención y supervisión que se le proporcionaba mejor en esa institución.

Una de las enfermeras se acercó al hombre y le dijo: “Te he visto venir aquí día tras día durante todos estos años para sentarte y hablar con tu esposa. Pero cada vez te es más difícil hacerlo. El viaje es difícil, el esfuerzo te está agotando. El tiempo está pasándose la factura. Tengo que decírtelo: tu esposa no tiene idea de quién eres desde hace casi tres años. No hace ninguna diferencia para ella si tú o yo, o cualquiera de los cuidadores aquí hablamos con ella. No es necesario que te esfuerces así. No tienes que seguir viniendo”.

El anciano vio a los ojos a la cuidadora con una mirada de agradecimiento y reconocimiento y le dijo: “Le agradezco su preocupación. Le doy las gracias desde el fondo de mi alma, a usted y a todos los cuidadores, por la atención y la amabilidad extraordinaria que muestran hacia mi esposa, pero voy a seguir viniendo”.

La cuidadora estaba un poco frustrada porque le dolía ver al anciano esforzarse tanto para acudir a la visita. Ella le dijo: “De verdad, ella no sabe quién es usted”.

Él la miró nuevamente y le dijo: “Desde hace tres años me he dado cuenta de que ella no sabe quién soy”. “¿Entonces por qué sigue viniendo?”

Él la miró y le dijo: “Porque *yo sé quién soy yo*”.

Amiga, amigo lector, ¿tú sabes quién eres?

¿SABES QUIÉN ERES?

Se cuenta que cuando Hillary Clinton estaba en campaña para lograr su nominación como candidata a la presidencia, visitó un hogar de ancianos en Florida. Habían reunido a todos los residentes en el salón principal y cuando ella llegó la recibieron con mucho cariño. Hillary tomó la palabra y preguntó: “Hola, amigas, ¿saben quién soy?”. Silencio total. Hillary insistió: “Bien, soy esposa de un expresidente muy querido. ¿Ya saben?”. Nada. Preguntó por tercera vez: “¿Saben quién soy?”. En ese preciso momento una anciana entre el público levantó su bastón y le dijo: “Señora, no se ponga nerviosa, si no sabe quién es, vaya al mostrador en la entrada y ellos le van a decir”. ¿Y tú, tú sabes quién eres?

No sé si lo recuerdan: hace algún tiempo Google cambió sus políticas de cuentas, y hubo oportunidad de borrar tu historial antes de que se convirtiera en tu “registro permanente”. Yo lo hice y configuré una nueva cuenta. Pero pasar por el historial fue un viaje bastante revelador. Lo que me sorprendió fue lo mucho que Google sabía de mí. Más de lo que recordaba de mí mismo. Pero con una sola tecla hice desaparecer mi historial de la memoria.

Verán: éste es un tiempo para la reflexión, para la limpieza del alma. Por ello insisto en que en estos días iniciemos la búsqueda de la respuesta a la pregunta “¿Quién soy?”, haciendo un viaje al interior de nuestro ser. Sé que no es fácil. Hemos llegado más allá de la Luna, pero no logramos llegar a la esencia de nuestro ser.

A Dios no le interesa lo que haces para ganarte la vida. Quiere saber lo que ansías, si te atreves a soñar, si hay ideales en tu corazón. No le interesa la edad que tengas. Quiere saber si vas a correr riesgos por la aventura de estar vivo. Quiere saber si estás vivo o si te has marchitado por miedo a más dolor. Quiere saber si puedes presentarte ante Él sin intentar esconder tus fracasos e imperfecciones. Quiere saber si puedes desilusionar a otros para serle fiel a ti mismo. Quiere saber si puedes vivir con el fracaso, el tuyo y el mío, y no obstante levantarte y volver a intentarlo. No le interesa saber dónde vives o cuánto dinero tienes. Quiere saber cómo ayudas al necesitado, al hambriento, al desnudo. Quiere saber cómo tratas a tu esposa, a tus hijos, a tus padres. Quiere saber si has dado consuelo o has dado

la espalda. Quiere saber si puedes estar solo contigo mismo y estar a gusto. Quiere saber si vives con algún propósito o si apenas existes. Quiere saber el sentido del tiempo en tu vida. Quiere saber si tus acciones hacen una diferencia. Quiere saber qué es lo que legitima tu viaje.

Un episodio sobre la vida de Jorge Luis Borges cuenta que ya casi ciego, del brazo de su acompañante caminaba una tarde por la cétrica calle de Florida, en Buenos Aires. De repente, un transeúnte que pasaba por ahí, al reconocerlo, se le acercó y emocionado lo empezó a abrazar, al tiempo que le gritaba: “¿Es usted Borges? ¿Es usted Borges?”. A lo que el intelectual, impávido, le respondió: “Fíjese usted que justamente es lo que yo me pregunto cada mañana: ¿Acaso soy yo Borges?”.

Así que lo primero en esta ocasión es pedirte que por favor te presentes.

¿Cómo te describirías? ¿Podrías describir en algunas frases quién eres tú?

PODER ACERCARNOS A NOSOTROS MISMOS

Quiero contarles un sencillo relato con un profundo mensaje. Un hombre acompañó a su rabino a la sinagoga. Después de las plegarias, el rabino se acercó al hombre y lo saludó: “Bienvenido”. El hombre lo miró sorprendido y dijo: “Rabí, ¿qué quiere usted decir? Vine hasta aquí con usted, yo no soy un desconocido. Usted sabe quién soy. ¿Qué es esto de ‘bienvenido’? Rezamos juntos toda la mañana”. El rabino sonrió y respondió gentilmente: “Es cierto que tu cuerpo estaba aquí, pero tu mente, tu alma, tu ser, han estado toda la mañana con tus asuntos en otro lugar, así que por eso bienvenido, amigo”.

Alguien dijo una vez: “Siempre que dos personas se encuentran, en realidad hay seis personas presentes. Está cada hombre como se ve a sí mismo, cada hombre como lo ve el otro, y cada hombre como realmente es”.

Ustedes y yo conocemos a muchas personas que están aquí físicamente, pero su cabeza está en otra parte. Las podríamos llamar “personas divididas”. Físicamente estás en el lugar, pero mentalmente estás en otro. Son personas que donde estén, siempre están a medias y actúan a medias porque sus pensamientos y sus sentimientos no están realmente integrados a sus acciones.

Rousseau escribió: “El hombre nació libre y vive encadenado”. ¿Qué habría dicho Rousseau de las cadenas y los grilletes modernos con los que nos amarramos y que nos fragmentan? Curiosamente no están hechos de hierro o de acero, sino de silicón y plástico y teclas y electrones y ondas que surcan por los aires. Éstas son las cadenas de dispositivos, como los teléfonos inteligentes. Éstas son las cadenas con las que hemos perdido la capacidad de percibir el mundo que nos rodea. Veo a las personas en un consultorio, en una comida, en un concierto, manejando... Están ahí, pero... fragmentadas.

Ahora imaginen un viaje en avión. Volamos por todo el mundo. Escuchamos música. Leemos libros o diarios. Dormimos y soñamos. Si son como yo, miran las formas de las nubes mientras escuchan música clásica. Tal vez platican con su vecino. Tienen libertad para pensar y reflexionar sobre la existencia y sobre su pequeño papel en ella. Son libres para pensar y recordar. Y, entonces, el avión aterriza. Celulares y agendas entran en acción. Largas hileras de luces se iluminan en pantallas pequeñitas. Son llamadas absolutamente “urgentes”. Y entonces se cierra el circuito: los pasajeros que unos

instantes antes eran seres humanos se convierten en máquinas electrónicas. Volvemos a vivir vidas divididas.

¿Cómo pudimos vivir sin ellos? ¿Qué haríamos si desaparecieran? Nos veríamos obligados a pensar de nuevo. Dejaríamos de ser esclavos conectados. Habría más oportunidad de conocernos a nosotros mismos, de disfrutar el viaje de la vida.

Hace poco, un noticiero en la televisión mostraba una escena de un ritual en una iglesia. Me llamó la atención ver a personas con sus teléfonos encendidos leyendo algo. Yo los veo en la sinagoga, y están a medias. Físicamente presentes, pero con la mente en el mundo exterior. Están con un ojo en el libro de plegarias y el otro en la vida social. Con una mano en el libro de oraciones y la otra tratando de no perderse el mensaje de su celular. Sin concentración, sin devoción. Lo mismo pasa en la vida diaria.

Los veo tan cerca y los siento tan lejos. Recuerdo que una vez me preguntaron: “Rabino Marcelo, ¿cómo ser uno consigo mismo?” Y respondí: “En cierta ocasión el Kotzker Rebe preguntó: ‘¿Qué es lo más importante en el mundo?’ Y él mismo respondió: ‘*Lo que estés haciendo en este momento*’”.

Cada día caminamos por la cuerda floja de la vida. Nuestra vida y la de nuestra familia, nuestras ambiciones, nuestros sueños, nuestros anhelos, todo pende de una fina cuerda. Por ello, debemos permanentemente concentrarnos en la tarea que tenemos ante nosotros. Debemos encontrarnos y acercarnos a nosotros mismos.

Yo deseo que cuando estés donde estés, realmente estés completamente “ahí”. Sólo así los días serán más significativos y te permitirán crecer y acercar lo real a lo ideal, como persona, como familia.

Ése es el desafío de nuestros días. *Llegar a ser personas completas.*



— ● ● —

Todos los viajes tienen destinos secretos sobre los que el viajero
nada sabe.

MARTIN BUBER

— ● ● —

EL ALMACÉN DE LAS “BUENAS INTENCIIONES”

El novelista estadounidense Saul Bellow, en uno de sus libros, acuñó la frase: “Almacén de buenas intenciones”. Él explicaba que cada uno lo tenemos dentro. Ya saben: tenía la intención de ponerme en contacto con alguien, pero... no tuve tiempo y la guardé. Quería contribuir con esa buena causa, pero nunca lo hice y la guardé. Quise mostrar mi amistad y mi cariño a esas personas especiales, pero ya no volvió a presentarse la oportunidad. Todos creamos y guardamos en ese “almacén de buenas intenciones” cosas que queríamos hacer, decir; planes, sueños, compromisos que se quedaron almacenados, pospuestos o simplemente olvidados.

Tal vez transitar por estas páginas puede ser una oportunidad para rescatar y visitar ese almacén en nuestro ser interior. *¿Cuáles son tus temores? ¿Con qué comienzas? ¿Dónde comienzas?*

Me atrevo a sugerir que si tú te lo propones, este preciso momento podría ser la medianoche del alma... Hay una curiosidad, calma más marcada, cierta melancolía que nos transporta a tiempos de infancia o juventud, que nos hace evocar a nuestros seres queridos, especialmente a aquellos que partieron del mundo físico. Hay algo que nos cobija y protege y nos conduce a dar una mirada más cercana a nuestros propios rincones escondidos. *¿Cuáles son tus temores?*

Un libro cuenta una historia maravillosa sobre el maestro que fue con sus discípulos a ver a un famoso equilibrista que iba a cruzar el río sobre una cuerda que unía ambas márgenes. Era una gran altura. Cualquier error significaría su muerte. Al igual que el resto de la gente del pueblo, el maestro parecía fascinado y lo observaba boquiabierto. Cuando el equilibrista logró su objetivo, uno de los adeptos preguntó a su maestro: “¿Por qué esto te resultó tan interesante?” Y él le respondió: “Se podría pensar que el acróbatas cruzó el río por la recompensa económica. De hecho, podría haber comenzado por esa motivación. Pero una vez que estaba sobre la cuerda, si hubiera pensado por un segundo en la recompensa, se habría caído. Mientras estaba en la altura, en lo único que podía pensar era en el siguiente paso. Debía estar concentrado en mantener el equilibrio y avanzar”.

Lo mismo pasa con nosotros. Hoy tú eres ese equilibrista, cruzando por encima de un hilo muy estrecho. Toda tu vida, tu historia y tu futuro dependen de tu concentración.

Sabes los riesgos. Debes tener la devoción y la concentración para llegar a tu meta. Y especialmente el valor de dar el primer paso.

Pienso que muchos actuamos como en el caso de aquella mujer con 14 hijos, cuyas edades iban de uno a 14 años. Ella decidió demandar a su marido por abandono. “¿Cuándo te abandonó?”, preguntó el juez. “Hace 13 años”, respondió ella. “¿Se fue hace 13 años? ¿Y de dónde vienen todos los niños?”. La mujer parecía avergonzada. “Él volvía cada año y me decía que estaba arrepentido”.

¿Te identificas con la metáfora? O simplemente pensaste: “¡Conozco a alguien a quien le cae como anillo al dedo!” O pensaste: “¿Cuántas veces me he arrepentido y fallé? ¿Esta vez podré lograrlo?”

Hace algún tiempo escuché esta historia en boca del rabino Harold Kushner. Contó que Harry Golden creció en el Lower East Side de Nueva York antes de establecerse en Charlotte, Carolina del Norte, donde editaba un periódico local. Daba conferencias humorísticas sobre qué significaba crecer en Nueva York. Publicó un libro y, para su sorpresa, se convirtió en bestseller.

Una de las experiencias que contó sucedió cuando Harry Golden tenía ocho años. Su madre le hizo un encargo: le dio cinco dólares y lo envió a recoger su pedido en la carnicería y pagar. Ella le dijo: “Debes tener mucho cuidado. Cinco dólares es mucho dinero”. Harry fue sintiéndose responsable y no dejaba de poner la mano en el bolsillo para asegurarse de que el billete de cinco dólares todavía estaba ahí. Dos cuadras antes de llegar a su destino, puso su mano en el bolsillo para tomar el dinero para el carnicero, y no estaba. Con pánico, buscó desesperadamente. Buscó y buscó, y después de 30 o 40 minutos, llorando, se fue a casa a confesar lo que había pasado. Su madre corrió a su encuentro, lo abrazó y lo besó: “¿Dónde estabas? Estábamos preocupados por ti”. Harry, entre lágrimas, contó lo sucedido. Estaba dispuesto a aceptar su castigo; cinco dólares era muchísimo dinero para la familia. Ella lo abrazó y le dijo: “Es mejor que tener que gastarlos en el médico”.

Estoy seguro de que recordarás esta historia. Porque cuando has hecho algo mal no hay sensación más maravillosa en la vida que la de descubrir que alguien te ama lo suficiente como para que te perdone por ello.

Probablemente todos lo vivimos alguna vez como niños, o como adolescentes, y esta historia nos transporta al almacén de las memorias. Ése es el primer don inestimable de la búsqueda de ti mismo. No tienes que ser perfecto ni tienes que fingir serlo; tampoco tienes que mentir sobre las cosas que has hecho.

Pero si estás dispuesto a “llegar al otro lado” debes concentrarte, debes hurgar en tu almacén de las buenas intenciones, reconocerte en tu historia y comenzar la tarea.

Buena suerte en el intento.



¿CÓMO ME VEO?

“No me etiquetes en esa foto, me veo gorda”, le dijo una vez una amiga a otra. En esta época del dominio de las redes sociales estamos especialmente conscientes de cómo los otros pueden vernos y cómo nos preocupa mucho eso, nos queremos proteger o engañar al otro.

Tal vez ése sea el atractivo de Snapchat; la imagen es efímera y sólo se comparte con un muy selecto grupo de amigos, a diferencia de Facebook, donde la imagen puede sobrevivir al individuo. Como esta aplicación piensa que la amistad es eterna, la imagen sigue siendo publicada en el muro a pesar de que el usuario haya muerto hace tiempo.

Trabajamos nuestra imagen, la modelamos. Sostenemos el bastón para la *selfie* y le sonreímos como bobos. Y como puede ser agotador y hasta desalentador descubrir de nuevo lo poco que sabemos sobre nosotros mismos —porque queremos dar la mejor impresión—, usamos ahora un nuevo síndrome de la sociedad contemporánea: Photoshop. Para los que no conocen esta aplicación, ella nos permite retocar y retocar una fotografía hasta hacerla perfecta.

Aspiramos a ocultar totalmente la imperfección. Vivimos pretendiendo mostrarnos perfectos, completos, realizados, pero la verdad es que apenas nos engañamos a nosotros mismos. Y las publicamos. Y ahora, a esperar los *likes* y los comentarios. ¿Han pensado alguna vez cuánto tiempo dedicamos a crear nuestra propia imagen digital para agradar a los otros? ¿Cuántas *selfies* tienes en tu iPhone? La verdad, cuando se trata de ser tú mismo, de proyectar quién eres, Photoshop no funciona. De hecho, el autoengaño nunca es recomendable. *No funciona porque Dios no se impresiona con una elaborada apariencia externa. Él observa al ser humano que hay dentro de ti.*

Photoshop no funciona porque para entender o juzgar a otro no se trata sólo de ver, sino de entender el significado de lo que se ve. No funciona porque refuerza la noción de que somos incapaces de mostrarnos con imperfecciones, sin maquillaje, de dejarnos ver el alma sin retoques. No funciona porque cada vida tiene un propósito, un corazón y un rostro.

Hay un relato en la Biblia que nos cuenta acerca de 12 espías que regresaron de una misión para explorar la tierra prometida durante 40 días, con un reporte negativo, y sugirieron el retorno masivo a Egipto. Diez de ellos declararon: “Ellos son más fuertes que nosotros. Son como gigantes”. Esto resultó en un castigo de 40 años al pueblo, lo que significó que la generación del Éxodo muriera en el desierto.

Lo que es fascinante aquí es que los hechos no fueron discutidos, sólo la actitud que reflejó un miedo exagerado. Dos de ellos, Joshua y Caleb, regresaron optimistas, pero 10 volvieron con un informe negativo. Ellos dijeron: “Todas las personas que vimos eran hombres de gran tamaño, gigantes [...] y nosotros nos vimos como saltamontes ante ellos, y seguro que así nos vieron ellos”.

¿Cómo sabían cómo los vieron a ellos los habitantes de la tierra prometida? Era imposible saberlo. Lo que queda claro es que ellos dudaron de su fuerza y de su capacidad para superar los obstáculos. Es obvio que se vieron a sí mismos como un pueblo débil, derrotado antes de la lucha. Y esta impresión negativa describe cómo ellos mismos veían el resto del mundo. Y huyeron de la tierra prometida.

Mucho de lo que sucederá en tu vida tiene que ver con cómo te percibes cuando estás frente al espejo. ¿Es la belleza lo que buscas encontrar o es la confianza que brilla a través de tus ojos? Porque si reflejas confianza entonces te sentirás listo para conquistar el mundo. Pero si te percibes como un pequeño saltamontes, también así te verán los demás.

El maestro jasídico Menahem Mendl de Kotzk imaginó a Dios diciéndoles a los israelitas: “¿Por qué estás tan preocupado por cómo te ves a los ojos de los cananeos? Tal preocupación te distrae de tu sagrada misión en la vida”. O sea, si te dedicas demasiado a cómo te verán los demás te alejarás de la tarea que Dios te encomendó para tu vida.

¿Recuerdan la historia sobre un músico que tocó el violín en una estación de metro en Washington? En los 45 minutos que tocó, muy pocas personas se detuvieron. Unas 20 le dieron dinero, pero siguieron caminando sin detenerse. Reunió 32 dólares. Cuando terminó de tocar nadie se dio cuenta. Nadie aplaudió. No hubo reconocimiento. Lo que no sabían es que ese violinista era Joshua Bell, uno de los mejores violinistas del mundo. Había tocado varias composiciones en su Stradivarius, que tiene un valor de 3.5 millones de dólares. Apenas un día antes Joshua Bell llenó un teatro de Boston, donde el precio más bajo de una entrada era de 150 dólares.

Nadie imaginó de quién se trataba. Pero eso no lo disuadió. Tocó magistralmente, como siempre. Él no permitió que como los otros lo veían afectara su autopercepción. No permitió que la ausencia de los aplausos que habitualmente recibe le impidiera mostrar el talento que Dios le ha dado para llevar la música al corazón de la gente.

El mundo debe ser conquistado cada día, todos los días. Debe ser mejorado cada día. Eso es lo que Dios nos llama a hacer. Y el empujón para hacerlo comienza con la forma en cómo nos percibimos a nosotros mismos.

¿Eres parte de los 10 espías que veían a los otros como gigantes y a ellos como saltamontes a sus ojos? ¿O te identificas con los dos espías que, aunque no ignoran los desafíos, eligen actuar por su fe y su visión?

Día con día aprendemos que vivir no es una tarea sencilla, que relacionarnos con otros o con nosotros mismos no es tan simple. Día con día aprendemos que la vida no se asemeja a un paseo por la playa, sino a un viaje por la montaña.

**Ten la fe y el valor para declarar:
¡Estoy listo para conquistar
mi tierra prometida personal!**

SER EL OTRO

El comediante Woody Allen comentó: “Lo único que lamento en la vida es que no soy otro”.

Hace tiempo leí acerca de un hombre que ha tratado de ser alguien diferente de una forma demasiado exagerada. La policía holandesa arrestó a un hombre en la ciudad de Rosendaal en posesión de 186 documentos falsos, incluyendo 29 pasaportes nigerianos, 30 pasaportes británicos, 74 permisos de trabajo holandeses, 12 licencias de conducir británicas, 18 certificados de nacimiento y de muerte, dos tarjetas de estudiante, una licencia internacional para conducir y 20 cheques falsificados. Una vez que estuvo en custodia, todavía había un problema: no estaban seguros de quién era.

No me arrepiento de que no soy otra persona. Pero eso no significa que siempre he tenido claro quién soy. Me gusta la forma en que Winnie Pooh lo expresa:

¿Cómo se puede llegar muy lejos,
si uno no sabe quién es?

¿Cómo puedes hacer lo que debes,
si no sabes lo que tienes?

Un hombre dijo: “Voy al médico, le pago 1 000 pesos la hora, y lo único que hace es hacerme la misma pregunta que siempre me hace mi padre todo el tiempo: ‘¿Quién crees que eres?’ ¿Cómo se puede llegar muy lejos, si uno mismo no sabe quién es?’”.

Creo que he pasado los primeros 20 o 30 años de mi vida tratando de definir quién soy yo realmente. Pensé que nunca sabría qué estudiar en la escuela, estaba seguro de que nunca adivinaría con qué tipo de persona sería feliz en la vida. En esa fase de la vida me las arreglé para conseguir lo que deseaba y luego, justo cuando pensaba que me conocía bastante bien, descubrí que había cambiado. Y a través de los años sigo cambiando. Parece como si yo siempre hubiera estado en contra de la pregunta: ¿Quién soy yo realmente?

Les comparto la historia de Benjamin Kubelski. En 1902 su padre le regaló un violín cuando cumplió ocho años. Costó 50 dólares, una pequeña fortuna en esos días, y especialmente para una familia de recién inmigrados de Rusia a Estados Unidos. Benjamin lo hizo bien y fue dando conciertos en su adolescencia. A los 18 años se

asoció con una pianista formando un grupo musical en el Vaudeville. Pero él sentía que el violín no satisfacía el deseo de su corazón.

Una noche, Benjamín impulsivamente decidió platicarle a su audiencia acerca de un incidente gracioso que había sucedido durante el día. Posteriormente dijo: “El público se ríó y el sonido me intoxicó. La risa terminó mis días como músico y comenzó mi vida como artista. Me refiero a la vida de Jack Benny, el famoso comediante”.

Descubrió quién era, y todo cuadró en su lugar, porque ¿cómo se puede ir muy lejos, si uno no sabe quién es?

Pero ¿cómo saber quién eres tú? Independientemente de pasar por toda una batería de pruebas de aptitud y de personalidad, se me ocurre que hay dos formas sencillas y precisas para conocerse mejor a sí mismo.

En primer lugar, preguntarle a alguien que te ama. Pídele que te describa en la medida en que te pueda dar detalles. Su opinión no puede ser definitiva, pero los demás nos ven de manera diferente de la que nosotros nos vemos a nosotros mismos. Y en segundo lugar, poner mucha atención a lo que suscita o despierta nuestras emociones. A veces le pregunto a la gente: “¿Qué es lo que más te gusta hacer que lo harías libremente si pudieras? Porque ¿cómo puede uno llegar muy lejos, si uno mismo no sabe quién es?”.

Un sabio dijo una vez que la vida es como una tarjeta postal. Cuando empezamos a escribir usamos letras grandes, y llenamos rápidamente el valioso espacio con superficialidades: “¿Cómo estás?” “Aquí está lloviendo...” Pero a medida que nos acercamos al final de la tarjeta y nos damos cuenta de que todavía no hemos escrito nada importante nos lamentamos de haber desperdiciado ese valioso espacio. Y entonces usamos letra pequeña, eligiendo cada palabra y escribiendo lo relevante. Así es también en la vida misma.

De manera similar lo escribió el poeta brasileño Mario Andrade: “Conté mis años y descubrí que tengo menos tiempo para vivir de aquí en adelante, que el que viví hasta ahora [...] Me siento como aquel niño que ganó un paquete de golosinas: las primeras las comió con agrado, pero cuando percibió que quedaban pocas, comenzó a saborearlas profundamente. Lo esencial es lo que hace que la vida valga la pena. Pretendo no desperdiciar parte alguna de las golosinas que me quedan”.

Al principio somos indulgentes porque tenemos todo el tiempo y espacio por delante. A medida que la vida pasa, nos damos cuenta rápidamente de que nuestro tiempo se ha vuelto valioso y nos volvemos más selectivos. Debemos aprender a utilizarlo de manera más sabia.

¿Lograste acercar, reunir, las partes exiliadas de ti? ¿Estás más completo? ¿Reconociste tu voz? ¿Cómo te viste en el espejo de tu alma? ¿Pudiste reconciliarte contigo mismo, con Dios, con los demás? *¿A qué estás aferrado que necesitas dejar ir?* ¿Cuál es tu actitud? ¿Has podido imaginar tu vida?

Quiero contarles algo. En enero pasado, el cantante Billy Joel, como dicen mis nietos: “mi más favorito del mundo mundial”, visitó una universidad en Nashville para dar una conferencia. Durante la sesión de preguntas, Joel le dio la palabra a un estudiante del público, quien se levantó y tomó el micrófono inalámbrico. Declaró que su canción favorita era “New York State Of Mind” y de inmediato le preguntó si Joel lo dejaba tocarla con él. Joel, sorprendido, preguntó: “¿Qué tocas?”

—Piano —respondió.

—¿En qué tonalidad?

—La que usted quiera.

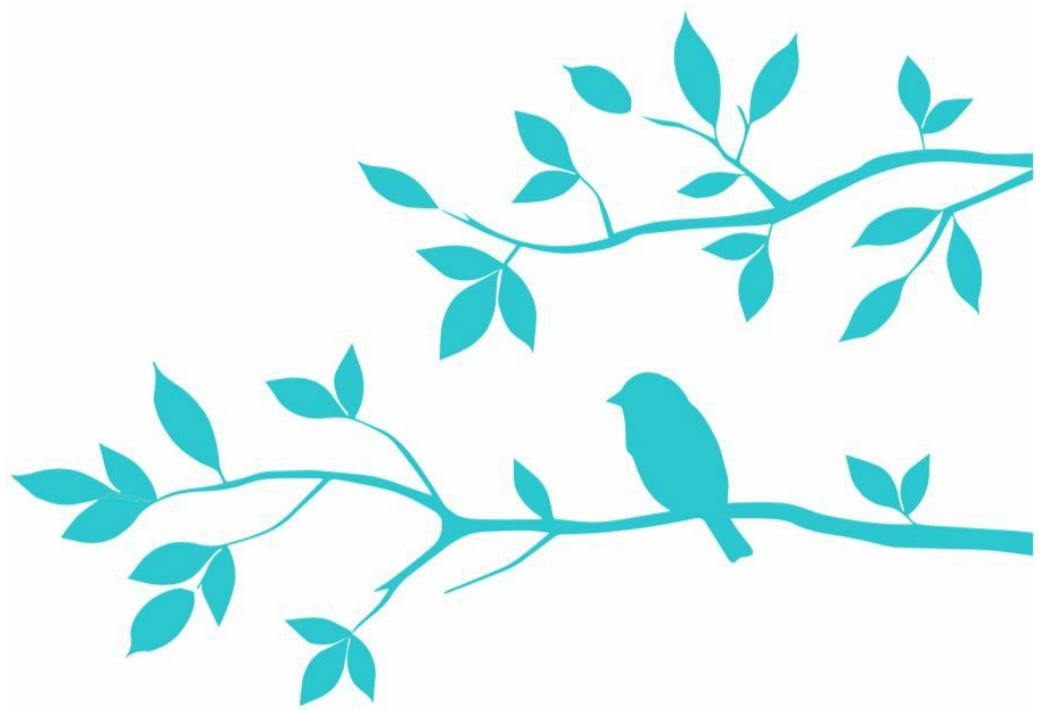
La respuesta arrancó tremenda ovación de sus compañeros. El joven subió al escenario y se coordinaron. Billy Joel cantó la canción en su estilo, con un joven al piano que lo acompañaba lo mejor que podía. Imaginen. El público los ovacionaba, y Billy Joel le preguntó su nombre. Soy Michael Pollack, de Long Island. Joel lo abrazó y le dijo: “Tienes valor. Te va a ir muy bien. Buena suerte”.

Me encanta cuando eso sucede: tener una oportunidad. Michael Pollack tuvo muchísimas entrevistas por radio y televisión y su video se hizo viral.

Pienso que aquí hay una doble lección para todos nosotros en nuestra búsqueda. Debemos ser un poco más atrevidos, más arriesgados, para aprovechar las oportunidades que se nos presenten. Aprovechemos el momento.

Porque ¿cómo se puede llegar muy lejos, si uno mismo no sabe quién es?

**Recuerda: “Un pájaro parado en un árbol
nunca tiene miedo de que se rompa la rama,
ya que su confianza no está en la rama sino en
sus propias alas”.
Nunca dejes de creer en ti mismo.**



¿QUÉ SOY YO?

¿Qué soy yo? Ésta es, más que nada, la pregunta que estamos llamados a hacernos periódicamente.

Cuando vemos con tanta claridad lo vulnerables que realmente somos nos preguntamos: ¿Qué soy? ¿Es esto por lo que estoy aquí?

¿Qué es lo que tu alma te llama a hacer? ¿Cuál es la misión, el significado, lo que sólo tú puedes cumplir? ¿Dónde has escondido tus deseos y aspiraciones más profundas? ¿Puedes desenterrarlos? Y lo más importante: ¿Cómo estás frustrando activamente su logro?

Sí, ése es el desafío: averiguar todas las formas en que trabajamos contra nosotros mismos. Saboteamos asiduamente lo que nos traería la mayor satisfacción: “No puedo ahora...”, “Estoy muy ocupado...”, “No funcionará...”, “Tengo que...”, “No puedo...”.

Abraham Joshua Heschel escribe que el ser humano es “excepcionalmente adornado con la capacidad de buscar el alma y reflexionar: ¿Por qué estoy vivo? ¿Tiene mi vida un significado, una razón? ¿Hay necesidad de mi existencia? ¿Algo en la tierra será afectado por mi desaparición? ¿Mi ausencia crearía un vacío en el mundo?” (A. J. Heschel, *Para salvar un alma*).

Y enseña que cada persona tiene una misión única, y cada esfuerzo, cada respiración, debe dedicarse a discernir y luego cumplir la misión de mi vida. “Quien carece de esta claridad de misión personal es como alguien que vaga sin rumbo en las calles, sin saber a dónde quiere ir.”

Muchos conocemos muy bien este sentimiento. Todas estas voces nos están diciendo lo mismo, lo mismo que nos causa tanto problema escuchar:

**Tienes algo que hacer en este mundo.
¿Qué te impide hacerlo?**

EL BUFÓN

Había una vez un rey que gobernó su reino con sabiduría y compasión. Como se acercaba el final de sus días, todos en el reino se preguntaron quién sería el próximo gobernante. ¿Sería uno de sus hijos? ¿Un asesor? ¿Un general?

Para evitar que los contendientes se pelearan por el trono, el rey dio instrucciones en una carta, que sólo debía ser abierta el día de su muerte. En ella se nombraba a la persona que le sucedería en el trono.

Cuando llegó el día, el reino lloró a su líder sabio y cariñoso. Toda la atención se centró en la carta del rey para saber quién reinaría en su lugar. Con una gran ceremonia el primer ministro abrió la carta y leyó las instrucciones. ¿A quién había elegido el rey? No fue a uno de sus hijos, ni a un consejero, ni a un general. El rey había elegido al bufón. El bufón sería coronado rey.

¿El bufón? Todos en el reino pensaron que era una broma. ¿Cómo podría un tonto ser el rey? Pero éas fueron las instrucciones del rey. El bufón fue llevado ante la corte real. Los criados reales le quitaron el disfraz de bufón y le pusieron las ropas ceremoniales del rey. Le quitaron el sombrero de bufón, fue coronado y lo sentaron en el trono real.

Al principio la situación era incómoda para el nuevo rey, así como para su reino. Pero con el tiempo resultó haber sido una brillante elección. El bufón era tan sabio, compasivo y perspicaz como había sido el viejo rey. Escuchó a todos con atención: asesores, generales, aun a los plebeyos del reino. Trató a todos con respeto y amabilidad. Usó sus poderes para llevar paz y prosperidad a su reino. Ante el asombro de todos, el bufón llegó a ser un excelente gobernante. Y todos en la corte —de hecho, todos en el reino— llegaron a amarlo.

Sin embargo, había un misterio que rodeaba al rey bufón. Cada tanto se refugiaba en una habitación distante en el palacio, de la que sólo él tenía la llave. Durante unas horas se encerraba en ese cuarto y luego regresaba al trono y reanudaba sus funciones. La mayoría de los miembros de la corte real asumieron que iba a la habitación a pensar, a meditar o tal vez a rezar. Aceptaron el misterio como parte de la vida de su amado rey.

Una vez un embajador llegó de una lejana tierra, y pasó mucho tiempo con el rey. Llegó a apreciar su sabiduría y su bondad. Era raro, pensó, que escuchara con tanta atención como lo hacía este rey. Era inusual que pidiera consejos a todos los que se aparecían frente a él. Era notable que cuidara tan intensamente y trabajara tan duro por el bien de sus súbditos. Cuando el embajador notó que ocasionalmente desaparecía, se

preguntó: “¿Qué hará el rey en esa habitación cerrada? ¿Por qué va ahí? ¿Qué pasa en esa habitación que le ayuda a reinar con tanta sabiduría y bondad?”. El embajador quería descubrir el misterio. Así que un día, cuando el rey se retiró a la habitación, secretamente el embajador lo siguió. Cuando el rey cerró la puerta, el embajador se agachó y miró por la cerradura.

Ahí entendió el gran secreto del rey. En la intimidad de la sala, el rey se quitaba su corona y sus vestiduras reales y se ponía el disfraz de bufón. Bailaba y bailaba alrededor de la habitación la danza del bufón, haciendo muecas y cantando las canciones tontas de un bufón. Después delante de un gran espejo recitaba para sí mismo: “Nunca olvides quién eres. Puedes parecer, sonar y actuar como el rey, pero eres sólo el bufón. Eres sólo el bufón pretendiendo ser el rey. Nunca olvides quién eres”.

El embajador comprendió todo. Entendía la fuente de la sabiduría profunda del rey. Entendió que la bondad y la grandeza del rey emanaban de su humildad. Y ahora él conocía el secreto de la humildad del rey. Este conocimiento hizo que el embajador admirara aún más profundamente al rey. Juró eterna lealtad al rey y se comprometió a mantener el secreto. Con los años el rey y el embajador se hicieron amigos. Un día, cuando estaban solos, el embajador le confesó lo que había hecho y lo que había visto. “Te prometo que nunca en mi vida revelaré tu secreto —declaró—. Sólo hay una cosa que no he podido comprender: de todas las personas en la corte real que el viejo rey pudo haber elegido para sucederlo, ¿por qué te eligió? ¿Por qué eligió al bufón?”. Su amigo el rey sonrió y respondió: “¿Y quién crees que era él antes de convertirse en rey?”.

La sabiduría no se trata de tener todas las respuestas; significa poseer la humildad y la paciencia para escuchar la verdad de cada persona. La humildad es la fuente de la verdadera grandeza. Aquellos que creen saber todo, quienes creen que tienen todas las respuestas, demuestran lo que son realmente: gente pequeña.

En el tratado de los sabios Rabí Zomah enseñó: “¿Quién es sabio? Quien aprende de todas las personas. ¿Quién es respetado? Quien honra a todas las personas” (Pirkei Avot 4:1).



¿Sabes quién eres?
¿Será que somos bufones jugando
a sentirnos gente importante?

UN DÍA MÁS...

Poco después de escribir su libro *Un día más*, Mitch Albom preguntó: “¿Alguna vez has perdido a alguien que amabas y querías una conversación más, una oportunidad más para compensar el momento en que pensaste que estaría ahí para siempre?”.

Si es así, entonces sabes que puedes pasar toda la vida seleccionando días, y ninguno superará al que deseas recuperar.

Poco después de escribir ese libro, Albom decidió hacerle a su madre la misma pregunta sobre su padre, a quien ella perdió cuando tenía 15 años. Su padre quería que ella fuera médica, que no se casara hasta que alcanzara todos sus objetivos profesionales.

Cuando su padre falleció, ella tuvo que cuidar de un hermano pequeño y una madre deprimida. Terminó la escuela secundaria y se casó con el primer chico con quien salió. Nunca terminó la escuela.

En un homenaje memorable a su difunto abuelo, Albom registra su respuesta: “¿Un día más con mi padre? —dijo ella—. Supongo que si volviera a ver a mi padre, primero me disculparía por no ser la doctora que él pretendía. Pero diría que me he convertido en un tipo diferente de médico, alguien que ayudó a la familia cuando se presentaba algún problema. Mi padre era mi amigo, y le diría que me perdi de tener un amigo en la casa después de que él se fuera. Que mi madre vivió una larga vida y que vivió confortable hasta el final. También le mostraría a mi familia, a su nieto y a sus bisnietos, de los cuales me siento tan orgullosa. Espero que esté orgulloso de mí”.

Quisiera que cada uno de nosotros se planteara esa misma pregunta: Si tuvieras un día más con un ser querido, ¿qué harías? ¿Qué dirías?

Pocas emociones tocan nuestras fibras íntimas como el poder evocarlos, recordarlos. Ellos ya no están en el mundo de los vivos, pero sus recuerdos y relaciones siguen siendo una parte eterna de lo que nosotros somos.

Qué bueno sería tener un día más... un abrazo más... una llamada más... una despedida más.

Mi idea es que cuando nos detenemos y los evocamos, cuando les hablamos sobre ellos a nuestros hijos, a nuestros nietos, es “ése un día más”. Yo acostumbro decir que quienes partieron del mundo físico sólo mueren cuando son olvidados. Viven mientras los recordamos y cuando los mencionamos, comparten nuestros momentos sagrados, nuestros logros y nuestros fracasos. Su silla no está vacía.

Los sueños se hacen realidad durante esos momentos.

Prepárate. ¿Qué dirás? ¿Tienes buenas noticias para compartir? ¿Agradeciste a tus seres queridos lo suficiente antes de que dejaran esta tierra? Un padre, una madre, ambos, un marido, una esposa, un hijo o una hija, un hermano o una hermana, abuelos, amigos...

Quizá quieras agradecerles nuevamente. ¿Tal vez hay cosas que no se dijeron, o se omitieron en tu conversación?

¿Tal vez le gustaría darles un último abrazo o beso, o ambos? Escucha su silencio sagrado, escucha sus voces que te hablan. ¿Qué tienen ellos que decir? ¿Qué palabras de aliento, consejo o amor podemos escuchar? Todos podemos tener ese día más.

¿Es hoy?

Querido yo,
Algún día te haré sentir orgulloso.

BUSCANDO A DIOS EN TU VIDA

Como lo hacemos esporádicamente, hoy abrimos nuestro libro de la vida y de los recuerdos. Y cuando lo hacemos cada uno tiene como tarea rescatar sus memorias del almacén de las buenas intenciones, y de volver a escribir un nuevo capítulo de su propia historia personal. Es el tiempo de la búsqueda de significado, de la evaluación de aquellas elecciones que hemos hecho durante el año que terminó.

Hemos aprendido que la vida es frágil, impredecible y que puede sorprendernos en cualquier instante. Pero también hemos aprendido que, aunque sea frágil, podemos encontrar dentro de cada uno la fuerza necesaria. Hemos aprendido que, aunque estemos desilusionados, tenemos esperanza. Que a pesar de la desidia de muchos, la solidaridad destaca lo mejor del ser humano. Que a pesar de caer, tenemos el valor de levantarnos y seguir adelante. Es la oportunidad para una profunda y honesta introspección personal. Si aceptas el desafío, vas a navegar por evocaciones y recuerdos de lo que has dejado a lo largo de tu camino.

¿Te atreves? ¿Puedes hacerlo? ¿Puedo ayudarte?

Había una vez un niño que siempre hacía preguntas. Creció, y cada respuesta sólo daba lugar a una nueva pregunta. Él vivía en una pequeña aldea, y no había nadie que pudiera responderle.

—Tienes que ir a ver al rabino —le dijo su padre—. Él te dará las respuestas.

El rabino era un gran maestro, un sabio que conocía hasta los secretos de Dios. Así, su madre empacó su pequeña maleta, y con un abrazo de amor y un beso lo despidió. El muchacho llegó a la ciudad y fue directamente a ver al rabino.

—¡Rabino, por favor, quiero aprender los secretos de Dios!

El rabino miró fijamente el rostro del joven, y finalmente respondió:

—Te enseñaré, pero dime, ¿tienes un lugar dónde quedarte?

—¿Un lugar para quedarme? ¡No necesito un lugar, quiero aprender los secretos de Dios!

—Sí, por supuesto, pero primero ve a buscar un lugar y luego te enseñaré.

Salió a buscar un lugar, pero no había ni un cuarto disponible. Si quería quedarse, tendría que construir un lugar para sí mismo, así que consiguió algunas herramientas y se puso a trabajar construyendo una casa. No sabía si lo lograría, pero sabía que debía intentarlo. Sólo así sabría los secretos. No fue fácil. Varias veces las paredes o el techo se cayeron. Finalmente lo logró. ¡Había construido un hogar! No era grande, pero era

acogedor y cálido, y ¡era suyo!

—Ya me construí una casa. Nunca hubiera creído que podía hacer tal cosa... Pero ahora tengo una casa. ¡Ahora, por favor, enséñeme los secretos de Dios!

El sabio miró su rostro.

—Primero dime: ¿tienes un trabajo?

—¿Un trabajo? ¡No necesito trabajo!

—¡Ve a buscar un trabajo, y luego tendremos mucho tiempo para aprender juntos!

Empezó a buscar trabajo. En aquel lugar todos cultivaban su propia tierra. Así que el joven construyó una granja detrás de su casa. Trabajó muy duro. Sembró frutas y verduras, cultivó campos.

Cuando llegó la cosecha, estaba emocionado. Nunca pensó que pudiera lograr nada. Llenó una canasta con sus productos y la llevó al rabino.

—¡Maestro, mira, te traigo los frutos de mis manos!

—Muy bien, dijo el rabino, pero ¿tienes una esposa?

Pasó algún tiempo y el joven volvió casado. Inmutable, el rabí lo miró.

—¿Tienes hijos?

De alguna manera, como ustedes, ya lo esperaba. Esta vez, él sólo sonrió.

—No, todavía no, pero si me lo dices...

Entonces nacieron sus hijos. Y el muchacho descubrió que se sentía más completo de lo que se había sentido antes. Volvió con el rabino.

—Ya estoy listo. He hecho todo lo que me pediste. Ahora, por favor, enséñame los secretos de Dios.

El rabino miró al rostro del chico.

—Todavía no estás listo.

—Pero ¿qué más necesito? —exclamó desilusionado.

—¿Qué más? Pronto lo sabrás.

Días después le avisaron que su padre estaba muy grave. El muchacho corrió a casa. Encontró a su padre cansado y enfermo. Se sentó con él y compartieron todo lo que la vida les había enseñado. Y el padre, orgulloso de su hijo, sonrió débilmente y se durmió. Y el joven vivió un profundo dolor.

Tiempo después volvió a su casa, con su familia y con el rabino.

—Rabí, nunca pensé que podría superar mi tristeza, pero mi padre me enseñó a amar la vida como él. ¿Crees que estoy listo ahora para compartir los secretos de Dios?

—Sí, hijo mío, ahora estás preparado para oír los secretos —el rabino respiró hondo. Luego caminó hacia la ventana. Se quedó mirando la puesta del sol—. Viniste aquí hace años buscando un Dios fuera de ti, lejano, en el universo, sin entender que el lugar para encontrarlo está dentro de ti, en tu propia capacidad de ser y de crecer, de aprender, de crear y construir, de amar, de compartir, de alegrarte y también, a su tiempo, de vencer el

dolor. Ya has encontrado a Dios en tu vida, ya sabes los secretos.

Cuando el rabino envejeció, lo nombró su sucesor. La gente lo buscaba porque él sabía las respuestas. Y cuando algún joven le preguntaba: “¡Enséñame, por favor, los secretos de Dios!”, el joven sucesor lo miraba a la cara por un largo rato y luego preguntaba: “¿Tienes un lugar para quedarte?”

Mucha gente piensa que la religión trata de secretos. No hay secretos. Dios está en tus propias experiencias de trascendencia. Dios está donde el ser humano, donde nosotros lo dejemos habitar. Ése es el secreto. Yo los observo y reconozco muchos entre ustedes. Me atrevo a decir que no hay aquí una persona que sea exactamente igual a la que era hace un año.

Cada uno ha crecido, cada uno ha aprendido algún secreto de vida. Todos llegamos a este día con nuevas experiencias. Algunas nos hacen sonreír, otras han dejado nuevas cicatrices de dolor.

Estamos juntos. Hoy no soy el mismo ser humano que era cuando me convertí en padre o en huérfano o en abuelo. Con cada experiencia, con cada nueva relación, con cada enfermedad o muerte, no es sólo el mundo el que cambia. Eres tú; soy yo. Y como resultado, no... no puedes ver el mundo de la misma manera. A veces nos hacemos más fuertes. A veces sufrimos daños. Pero nunca somos iguales.

Hoy es un momento de introspección y de un posible renacimiento. Con el tiempo, a medida que crezcas, conocerás el significado más profundo de la vida y percibirás la presencia de Dios, tu ser espiritual, tu fe, como una parte completa de ti mismo. Porque *lo sagrado está en lo que hacemos con nuestras manos, por el amor que sentimos.*



Vive tu vida... Debes intentarlo. Tú puedes
hacerlo.

Hoy es tu oportunidad.

YO JOVEN, YO VIEJO

Normalmente no sigo los llamados videos virales más populares en YouTube, pero recientemente un colega me hizo saber de un video creado por un cineasta llamado Jeremías MacDonald y que este verano de inmediato se hizo viral.

Jeremías aparentemente ha estado interesado en el cine desde su infancia, y cuando tenía 12 años de edad hizo un video de él mismo entrevistando a su futuro yo.

Este año volvió a visitar ese viejo video y utilizó ese material para crear una conversación entre su él de 12 años de edad y su actual yo de 32 años. El resultado es entretenido, así como la reflexión que plantea.

Él es ambos, desdeñoso de la inmadurez de su yo más joven y su despiste general acerca de lo mucho en el mundo y también inspirado por el empuje, la creatividad y visión de su yo más joven. Se puede ver en pantalla la verdad del refrán: “El niño es el padre del hombre”.

Cada vez que nos sentamos a masticar la idea del tiempo, producimos un punto de encuentro del pasado, presente y futuro.

Es un marco perfecto para disfrutar de una conversación entre nuestro yo más joven y nuestro yo más viejo. Y, de hecho, hay momentos que facilitan exactamente una conversación como ésa. Y en nuestra propia conversación las dos etapas de nuestra vida se confrontan volviendo a visitar sueños truncados, éxitos y fracasos, risas y llantos, sueños pospuestos, arrepentimientos y logros.

Todo el tiempo nos hacemos promesas a nosotros mismos, a Dios y a otros sobre la dirección intencionada de nuestra vida, aunque a veces llegamos a lamentar esas promesas porque en ocasiones nos pueden desviar de convertirnos en las personas que más queremos ser.

¿Qué estímulo del pasado le darías a tu yo joven?
¿Estaría tu yo más joven orgulloso
de la persona que eres hoy?



El espejo es mi mejor amigo, porque cuando lloro nunca se ríe.

CHARLES CHAPLIN

¿QUÉ REFLEJA TU ESPEJO?



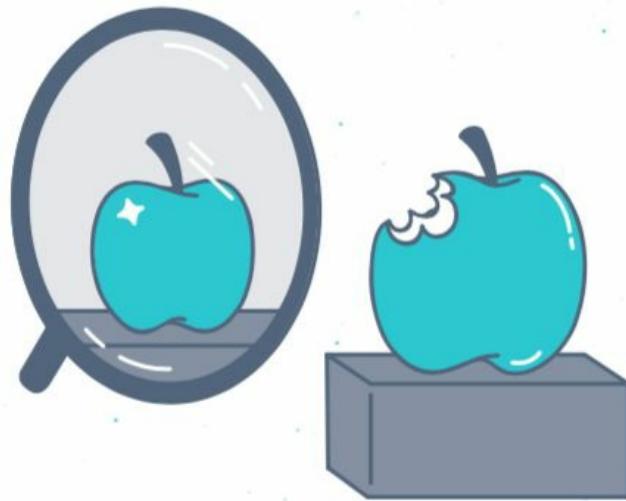
Nunca es alto el precio a pagar por el privilegio de pertenecer a uno mismo.

FRIEDRICH NIETZSCHE

EL ESPEJO

Miro en el espejo
¿y qué es lo que veo?
Una persona extraña.
 No puedo ser yo.
 Ya que yo soy más joven,
 y no tan gordo
 como ese rostro en el espejo
 que estoy viendo.
 Oh, ¿dónde están los espejos
 que yo ver solía
 como los que
 hace treinta años se hacían?
 Ahora todo ha cambiado
 y estoy seguro que estarás de acuerdo,
 los espejos ya no son tan buenos
 como solían serlo.
 Así que no te preocupes,
 si las arrugas aparecen.
 Porque una cosa he aprendido
 que es muy clara,
 ¿debería tu compleción
 ser menos que una perfección
 si realmente es el espejo
 el que necesita corrección?

EDMUND BURKE



Lo más importante es cómo te ves a ti mismo.

PONIENDO ORDEN EN CASA

Rabí Najman de Brastlav dijo: “Si crees que puedes hacer daño a la gente, también cree que la puedes sanar”. El caos que creamos es el historial de nuestros daños, no sólo en el mundo sino también en nuestra *vida* desarreglada.

Los seres que hemos amado y odiado, aquellos de quienes hemos aprendido algo, a los que hemos tomado en cuenta y aquellos a quienes les hemos fallado, todos registran las estrías y cicatrices de nuestros daños, de la misma manera como nosotros registramos las que ellos nos han hecho. Por ello las palabras de rabí Najman me dan esperanzas, porque cuando las cosas andan mal, sea en nuestra vida o en el mundo, la esperanza nos pellizca y nos obliga a despertar. Y en este viaje que compartimos buscando responder las preguntas, hoy es nuestra oportunidad para identificar y reparar, sanar el caos en el que en mayor o menor grado se encuentra nuestra vida.

Y para ello debemos enfrentarnos a nosotros mismos, a nuestra vida, a nuestras acciones y *especialmente a nuestra propia mortalidad*. Es como hacer un inventario privado. Cada uno se pregunta a sí mismo: “¿Qué hice con mi vida?”. Nacemos. Morimos. Dos lados de una sola moneda, y no podemos tener la una sin la otra. Para algunos la moneda se voltea lentamente, y para otros con mucha velocidad. Pero hoy no estoy interesado en ninguno de los dos lados. Ni en el nacimiento ni en la muerte. Solamente en lo que sucede en el *durante*, en el ínterin. Como en las lápidas donde están grabadas la fecha de nacimiento y la de muerte, el guion que las separa es lo más importante. Porque ese guion encierra la historia de una vida.

Esta vida tuya. Esta vida mía. ¿Qué estoy haciendo aquí? ¿Dónde podría o debería estar? ¿Estoy satisfecho con lo que soy? ¿No habrá más para mí?

¿No les pasa que se han encontrado caminando solos o que han despertado en medio de la noche y se han hecho estas preguntas? Pero evitamos respondernos. Mejor nos volvemos hacia otro lado y fingimos dormir profundamente. Sólo que hoy ya no podemos hacerlo, porque de esto precisamente trata este día, de tomar esta vida tuya, esta vida mía, ponerla contra la luz y reconocerla tal como es. Porque si no enfrentamos nuestra vida, ¿cómo podremos encontrar su sentido?

¿Saben qué me resulta curioso? Que no queremos reconocer que podemos huir, pero no podemos escondernos. Nosotros, que somos la generación de lo instantáneo: comida, café, sabiduría instantánea, dietas instantáneas, amor y divorcio instantáneo. “Ganamos tiempo”, pero perdemos vida, sentido, belleza y valor. Un mundo instantáneo que se

recrea varias veces en un mismo momento. Ya nada me sorprende.

Como prueba les comparto un correo electrónico que recibí de una joven: “Rabino Marcelo, estoy enamorada de un chico que se encuentra lejos de mí. Yo estoy en México y él en Nueva Zelanda. Nos conocimos en un sitio web para buscar pareja, nos hicimos amigos en Facebook, hemos tenido largas pláticas en WhatsApp, me propuso casamiento por Skype y ahora estamos organizando nuestra boda por Skype. Necesito su opinión”. Mi respuesta no se hizo esperar: “¡Wow! ¡Felicidades! Cásense en Virtual Wedding, paguen la fiesta en Paypal, diviértanse en la luna de miel jugando Candy Crush, consigan sus hijos en Amazon y si te hartas de tu marido... véndelo en Mercado Libre”.

En serio, yo creo que cada vida tiene un propósito, un corazón, un rostro, un sueño y una realidad, un sueño y una melodía, y nuestro viaje, un sentido. Pero no podemos escondernos. Ni podemos huir todo el tiempo. Ni podemos posponer permanentemente sin cargar una frustración y mal humor.

Creamos una vida. La vida del después. Muy pronto. Pero no ahora. Espera a que salga de la universidad, a que me case. Espera a que tengamos hijos, a que vayan a la escuela, a que se casen. La vida comienza a los 40. Hasta que tenemos 40. Entonces la vida comienza a los 65. Hasta que tengamos 65. Y así posponemos enfrentar la vida. Vivimos preparándonos para la vida, pero la posponemos. Muy pronto. Más tarde. Mañana, hasta el mañana que nunca llega. Y en nuestra prisa, nuestra instantaneidad y superficialidad, acumulamos el caos y el desorden. Y lo más importante, olvidamos que la vida no es solamente crucial, la vida es sagrada.

La tuya y la mía. No en otro tiempo o lugar, sino aquí y ahora. ¿Recuerdas? Cada persona debe levantarse cada día y declarar: “Por mi causa fue creado el mundo”. Tienes una razón de ser. Y tienes una misión.

Eres un mensajero con un mensaje: “Si crees que puedes hacer daño, también cree que puedes sanar.” A mí me gusta esta idea porque renueva mi fe. Vivir con esperanza, sanar lo que necesita ser curado en nuestro espíritu quebrantado. Dedicarnos a reparar y remendar el mundo a partir del trabajo de justicia social en nuestra sociedad y en nuestra comunidad. Los hambrientos necesitan ser alimentados; los analfabetos, educados, los descalzos necesitan de calzado. Los ancianos requieren ser amados; la naturaleza, cuidada.

Necesitamos establecer bases firmes para ser todo lo que podemos, con el fin de heredar la esperanza de ser mejores a nuestros hijos y a nuestros nietos. El odio y el prejuicio deben ser erradicados porque en nada ayudan a la construcción de un mundo mejor y más justo. Debemos ordenar el tiradero que hemos hecho en todo este hermoso planeta. Visitar a un enfermo, aliviar un sufrimiento, aprender a escuchar, ser más generosos, ser más tiernos, cuidar nuestra lengua para no lastimar ni difamar a otros, ser capaces de perdonar. Debemos ordenar el tiradero que hicimos en nuestra vida.

Esta vida tuya. Esta vida mía. Cambiemos lo instantáneo por lo duradero. En lugar de escondernos, pongamos en orden nuestra vida personal y nuestra sociedad. Porque: “Si crees que puedes hacer daño, también cree que puedes sanar”.

EL SER REAL

Un relato de Anthony de Mello titulado “La camarera” cuenta que una familia va a un restaurante a almorzar. La camarera toma el pedido a los adultos y luego se vuelve hacia el niño de siete años: “¿Qué quieres comer?”, le pregunta. El niño mira tímidamente a su alrededor y responde: “Me gustaría comer un hot dog”. Antes de que la camarera atine a anotar el pedido, la madre tercia: “¡Nada de hot dog! Tráigale un bistec con puré de papas y zanahorias”. La camarera hace que no oye. “¿Quieres el hot dog con cátsup o mostaza?”, le pregunta al niño. “Con cátsup.” “En seguida te lo traigo”, responde, y se dirige a la cocina.

Los adultos callan sorprendidos. El niño los mira y dice: “¿Saben una cosa? ¡Ella piensa que realmente existo!”.

El relato nos enseña algo importante. La actitud del individuo siempre es decisiva: en la sociedad humana, profesional, religiosa y naturalmente en la familia. Sus sentimientos aún reflejan lo que reciben: si no se le toma en serio, él tampoco lo hará; si se le pasa por alto, también él lo hará. Es posible que la situación se revierta con su maduración espiritual, pero tardará tiempo en liberarse de su inseguridad. Se trata de la oportunidad de ser y llegar a ser uno mismo. Al pasar por alto el impedimento en este caso de la madre autoritaria, la camarera permite que, acaso por primera vez, el niño escuche su propia voz.

La verdad es que muchas veces las personas eligen por nosotros, deciden por nosotros, a punto tal que no conocemos nuestra propia voz. A veces nos subestimamos a nosotros mismos, y la falta de confianza en nosotros mismos nos impide crecer y soñar.

Quiero insistir en que tus palabras y acciones realmente cuentan.

En un trasatlántico, un mago estaba entreteniendo a una multitud entusiasta que incluía a un loro. El mago hacía que aparentemente desaparecieran objetos en el aire: un vaso, una silla, una mesa. El loro observaba atentamente. Cuando el mago agitó su varita una vez más, de repente el barco chocó contra un arrecife y todo quedó sumido en la oscuridad. El barco se hundió rápidamente y las aguas quedaron solitarias, excepto para el loro y el mago aferrándose a un trozo de madera. El loro miró a su alrededor, y luego le preguntó al mago: “¡Vamos! ¿Qué hiciste con el barco?”

Las ilusiones abundan en la sociedad: en los anuncios de cosméticos ofreciendo a los adultos mayores ilusiones de juventud y, a los jóvenes, ilusiones de la vida sin granos. Los comerciales promueven la ilusión de que una crema te hará ver joven, esa marca de

cerveza te hará ser exitoso socialmente, algún producto quitará la mancha de grasa de su blusa de seda, un aromatizante eliminará el olor de los gatos. Seamos realistas.

Las Vegas vive de ilusiones, tiene hoteles diseñados para que las personas sientan que están visitando Italia, Egipto o la antigua Roma, ilusiones de ganar en grande cuando la mayoría de la gente se va a casa con las manos vacías y el casino siempre gana. Seamos realistas.

Cuando alguien hace una declaración escandalosa, o un reclamo absurdo, o planes de algo que es imposible o ridículo, respondemos: “¡Sé realista!” Pero ¿qué significa “ser realista”?

Tal vez la mejor definición es: “Deja que tu sí sea sí, y que tu no sea no”. Solemos decir que sí cuando queremos decir no; es difícil estar en desacuerdo con un jefe, aun cuando estamos en lo correcto, o negar un favor a un amigo que exige mucho de nosotros, objetar cuando tus amigos beben para embriagarse o consumir drogas y nosotros no queremos hacerlo.

Pero decir sí cuando queremos decir no en definitiva daña esas relaciones.

Sobre “ser realista”, el filósofo Martin Buber enseñó que cada persona debe entender que es única en el mundo y que nadie como ella ha vivido jamás. Sólo en su propia manera especial uno puede servir a Dios y uno mismo, desarrollarse plenamente. Además, cada persona tiene “una esfera infinita de responsabilidad”. Nos movemos, hablamos, miramos y cada uno de nuestros movimientos, cada una de nuestras palabras, cada una de nuestras acciones “provoca oleadas de incrementos repentinos en el devenir del mundo: no podemos saber qué tan fuerte y qué tan lejos alcance”.

Nosotros “somos realistas” cuando escuchamos la voz interior, la voz de la conciencia, la sabiduría de la conciencia. La conciencia es exclusiva de los seres humanos, un poco de la santidad dentro de cada persona.

El rabino Abraham Joshua Heschel marchó con Martin Luther King en Selma, Alabama, en la lucha por los derechos civiles, y fue una figura clave en la oposición religiosa a la guerra de Vietnam. Heschel declaraba que buscaba “ser una persona cuya mayor pasión es la compasión, y cuya mayor fortaleza es el amor y el desafío a la desesperación”.

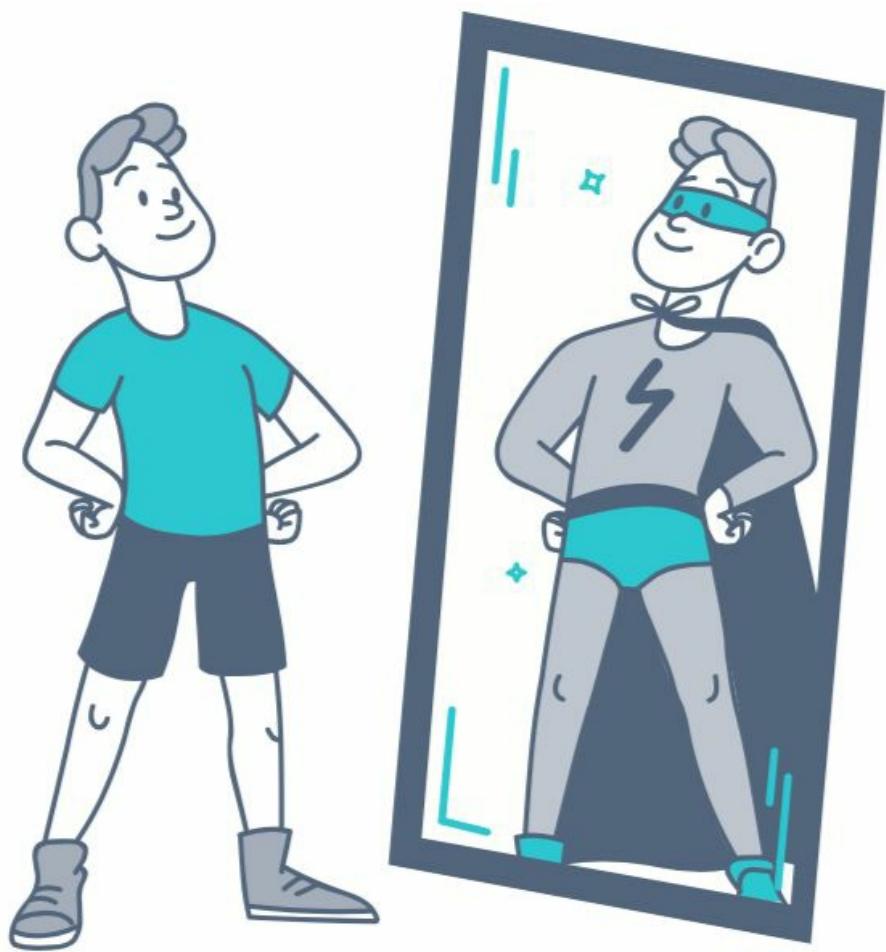
Martin Luther King dijo que la “medida definitiva” de una persona “no es dónde se encuentra en momentos de comodidad y conveniencia, sino cuál es su posición en tiempos de desafío y controversia. El verdadero vecino arriesgará su posición, su prestigio, e incluso su vida por el bienestar de los demás. En valles y vías peligrosas levantará a algún maltrecho y golpeado hermano para una vida más elevada y más noble”.

¡Qué pensamientos tan llenos de pasión y de esperanza para nosotros que vivimos tan desesperanzados! Somos mensajeros y tenemos un mensaje.

En una historia de Jay Holstein, un rey celebró un concurso. Quien pudiera responder la pregunta: “¿Qué es lo más difícil de mirar en el mundo?” recibiría grandes riquezas y se casaría con la hija del rey. Un concursante dijo: “La cosa más difícil de mirar en el mundo es el desierto durante una tormenta de arena”. Otro dijo: “La cosa más difícil de mirar en el mundo es el sol cegador”. El ganador dijo: “Lo más difícil de ver en el mundo es un espejo”. Debemos vernos como realmente somos y reflexionar sobre lo que vemos. Tenemos que aprender lo que significa ser real, y lo que debemos hacer para ser reales.

Alguien hizo este examen sobre nuestros sentidos: “¿Puedes ver las lágrimas en la mejilla de alguien más? ¿Puedes oír el sollozo en la garganta de alguien más? ¿Puedes oler el olor de la pobreza en la casa de alguien más? ¿Puedes percibir el gusto amargo en la vida de otra persona? ¿Puedes sentir el temblor en la mano de alguien más? Si no puedes, no importa que tu visión sea 20-20, necesitas revisión”.

**Poder ser una persona cuya mayor pasión
es la compasión y cuya mayor fortaleza
es el amor y el desafío a la desesperación.
“Lo más difícil de ver en el mundo es un espejo.”**



DEJANDO UNA MARCA

Escuché una bellísima canción titulada “Nof yaldut”, que me inspiró a este pensamiento de hoy. “En el paisaje de las casas antiguas ha estado mi sombra de los días de mi infancia, pasaron muchos años. El paisaje de las casas se desmorona. Y sus paredes desaparecen. Pasaron muchos años. En el paraíso de la infancia, el cual floreció, fui parte del paisaje, hoy soy un visitante. En el jardín de los árboles que se deshojan ha estado mi sombra de los días de mi infancia. Ya se rompieron las hojas. Pasaron muchos años.”

La melodía nos evoca personas y lugares, momentos y escenas de nuestra vida.

En nuestra tarea de introspección, hoy es el día que de formas distintas evidencia el paso del tiempo. Es algo que me sucede con frecuencia en mi tarea pastoral. Especialmente en ocasión de encuentros en la sinagoga para celebrar un nuevo año. Parece que ayer estábamos aquí juntos rezando y ¿ya pasó un año? ¿Cómo puede ser? Hace días ese chico de ahí celebraba sus 13 años, y ahora es doctor. Parece que fue ayer que ellos llegaron juntos, ¿y ahora ella está sentada sola? Parece que fue ayer que esa niña corría por los pasillos, y hoy la veo sentada con sus hijos en sus piernas, junto a los abuelos.

Personalmente, estoy en un tiempo de mi vida en el que “¡cada vez conozco gente más joven!” Aunque trato de posponerlo, estoy empezando a creer que delante de mí queda más pasado que futuro. *En el paraíso de la infancia, el cual floreció, fui parte del paisaje, hoy soy un visitante.* Imagino que es momento de tener una conversación entre el yo más joven y el yo más viejo de cada uno.

Como le respondieron a aquel rey: “Lo más difícil de ver en el mundo es un espejo”. El desafío, la tarea, es mirarse en un espejo. Vernos como realmente somos y reflexionar sobre lo que vemos. Qué somos, qué es nuestra vida. Unido a la inquietud espiritual, nos enfocamos a lo existencial de nuestra vida. Y cada uno con sus secretos, con sus dudas, su tristeza, su soledad, su dolor, con sus preocupaciones pesando más que sus alegrías y bendiciones.

¿Eres un visitante en tu vida? ¿Quién necesita de mí? ¿Qué sucederá cuando yo no esté? ¿Qué pasa si la vida entera que viví no fue mi vida real? ¿Qué refleja mi espejo? ¿Cuál es el sentido de mi vida? ¿Seré capaz de no distorsionar lo que veo para acomodarlo a mis temores? ¿Estará mi yo joven orgulloso de lo que hoy está viendo? ¿Qué inspira mi vida? ¿Cuáles son mis temores?

Una periodista llegó a una ciudad que, a primera vista, parecía igual que cualquier

otra. Pero notó algo extraño. Percibió que nadie tenía en la mano un teléfono celular o una tableta. Observó que todos escribían sus notas en una libreta de papel, y que usaban un lápiz amarillo. Curiosa, preguntó: “Disculpa, ¿puedes decirme por qué todos escriben con un lápiz amarillo?”. “Tienes que ser de otra ciudad, aquí todos usamos los lápices especiales del señor Vida. Son lápices sabios, que te hacen sentir mejor.” “Pero ¿qué los hace especiales?” “Nadie sabe. Los lápices se fabrican en un taller y no se permite la entrada.”

La periodista tenía que descubrirlo. Consiguió la dirección y a media noche entró por una ventana, puso una cámara de video y la conectó a su laptop. Por la mañana se levantó temprano y se sentó frente a su computadora. A las nueve de la mañana la puerta del taller se abrió y entró el señor Vida, un anciano. La periodista lo observó ponerse un delantal, guantes, gafas y trabajar en la producción de lápices. Ella se quedó sentada durante horas, esperando ver algo fuera de lo común, pero veía al hombre fabricando muchos lápices iguales, todos amarillos. A las cinco en punto él detuvo su trabajo. Colocó frente a él las 12 docenas de lápices que había elaborado de manera artesanal durante el día y les dijo:

“Mis queridos pequeños lápices. Ustedes están a punto de salir al mundo... Recuerden cinco lecciones:

”*Uno. En todo lo que hagan siempre dejen una marca.* Por nuestras acciones y palabras dejamos huella en los demás. En nuestros padres, hijos, pareja, amigos y en nuestro trabajo. Lo que hacemos o decimos afecta a otros. Una sonrisa puede cambiar el día de otra persona. Un comentario cruel puede herir profundamente el corazón de otra. Una palabra de estímulo puede inyectar la fuerza o dar el valor necesario. Nuestras acciones hacen una diferencia.

”*Dos. Si no están muy contentos con lo escrito, no se preocupen, pueden borrarlo.* Pero no se demoren. Cuanto más se demoren, más difícil será borrar. Nuestros errores se pueden corregir. Tal vez no todos, pero sí la mayoría de ellos.

”*Tres. Pasarán por algunas afiladas muy dolorosas, pero ¿saben qué? Los hará un lápiz mejor.* Todos hemos encontrado piedras en el camino de la vida.

”El sabio Menajem Mendel de Kotzk enseñó que ‘no hay nada tan completo como el corazón roto’. Adquirimos una comprensión y perspectiva diferentes de la vida después de pasar por momentos difíciles: una muerte, una enfermedad, una separación, una pérdida. Nos volvemos más compasivos y comprensivos. Y son justamente éhos los momentos que nos hacen más completos.

”*Cuatro. Tal vez puedan perderse o ser abandonados, olvidados, o quedarse solos.* En esos momentos recuerden que lo que hace a un lápiz no es el color que está por fuera, sino *lo que hay dentro de él*.

”*Cinco. Por último, para que sean el mejor lápiz del mundo, tienen que ser guiados*

por la mano que los sostiene, por lo tanto, respeten la mano, ya que les ayudará a alcanzar los objetivos para los que fueron creados.”

El señor Vida apagó las luces y se fue a su casa.

Y ahora, como la periodista, nosotros sabemos el secreto de los lápices especiales. En la liturgia un bello poema afirma: “Somos como barro en manos del alfarero. Como la plata en las manos de un fundidor, como el timón en la mano del marinero”. Como somos imperfectos, rezamos para que Dios nos guíe y nos permita usar nuestros dones en la vida sabiamente.

Hoy es la oportunidad de llenar nuestro corazón con las mismas bendiciones que el señor Vida les dio a sus lápices amarillos, porque cada momento es una oportunidad para renovarse. Cada momento es una oportunidad para transformarnos. Deja una marca en tu vida. Recuerda que tus acciones hacen una diferencia.

Acerca tu yo niño o joven a tu yo actual y recupera tus sueños, tu risa, tu fe y el sentido de tu vida. Recuerda que fuiste creado para hacer la diferencia...

Ésa es tu tarea, tu desafío en la búsqueda de ti mismo, poder verte no como quien crees ser, sino como quien eres y quien puedes llegar a ser.

Te deseo que puedas escribir recuerdos inspiradores en el libro de tu vida.

¿Qué es lo más difícil de mirar en el mundo? Un espejo.



Si estás buscando a la única persona
que cambiará tu vida, échale un
vistazo al espejo.



EL VALOR DE SER TÚ MISMO





Sé tú mismo. Todos los demás ya existen...

OSCAR WILDE

PARA EL NIÑO DENTRO DE TI

Esta página está dedicada a los niños. Los grandes pueden escuchar, pero sin hablar. O pueden leérsela a alguna niña o niño. La leí en un libro maravilloso que escribió Julius Lester que se titula *Cuentos sobre Dios, sobre las criaturas y sobre nosotros*. Presten atención a esta historia, que se titula “¿Por qué los cuervos caminan como caminan?”.

Dios estaba muy triste de que algunas de sus creaciones no estaban contentas como las había hecho. Pensaban que sabían más que Dios sobre quiénes debían ser o cómo debían verse. Entonces Dios decidió que platicaría con ellas para ver qué estaba pasando. Y en forma de una flor se acercó. La primera que vino a hablar con Él fue la Jirafa. Sin siquiera decir buenos días le dijo:

“Dios, ¿en qué estabas pensando cuando me creaste? Creo que soy la cosa más ridícula sobre la tierra. Mi cuello es más largo que mis patas. Tengo que dormir parada. No puedo salir de vacaciones porque no hay ningún hotel que tenga una cama lo suficientemente larga para mí.” Luego vino el Cangrejo, que se quejó de que no podía caminar muy bien. La Ballena dijo que no aguantaba estar mojada todo el tiempo. El Perro estaba molesto porque tenía cosas que decir, pero la única palabra que podía pronunciar era “guau”. El Topo dijo que le daba claustrofobia estar todo el tiempo bajo la tierra. Los pájaros dijeron que los cansaba mucho tener que mover las alas todo el tiempo para no caerse. En fin, nadie estaba contento con quien era. Dios se entristeció: “Creí que sabía lo que estaba haciendo, pero tal vez no fue así. Si a ustedes no les gusta cómo los hice y se les ocurre una idea para cambiarlo, pueden hacerlo”.

Todos comenzaron a gritar, y empezó un caos. La Ballena, que en realidad quería ser un pájaro, saltó del agua e intentó sentarse en la rama de un árbol. Pero después de un rato tuvo problemas para respirar así que se regresó de nuevo al agua. El Topo, que quería ser un pez, saltó al agua y de inmediato se hundió hasta el fondo y tuvieron que salvarlo. Así fue mientras cada criatura intentaba ser alguien más y aprendía que sólo podía ser lo que era. Excepto el Cuervo. Dios había creado al Cuervo con poderosas alas y patas, que le permitían caminar y volar. Era casi el único que podía hacerlo. Pero el Cuervo quería ser una paloma. “Nada en la creación es tan bonito como una paloma. Si yo pudiera caminar como lo hace la Paloma, sería el ave más feliz del mundo”, dijo el Cuervo. Y todos los

días se escondía en un árbol y veía a las palomas pasar por ahí. Le encantaba la forma en que movían la cabeza y los pasos cortos y suaves de su andar. Entre más las observaba, más avergonzado estaba de su enorme cuerpo, de sus largos pasos y de su cuello tieso. Estaba tan avergonzado que decidió que no abandonaría su casa hasta que pudiera caminar como una paloma. Así que se puso a practicar.

Pasó una semana, dos, tres, y casi al final de la cuarta semana sintió que a pesar de que sus plumas eran negras, los otros pensarían que era una paloma. La mañana siguiente salió de su casa y todos los pájaros estaban sorprendidos.

Habrían pensado que era una paloma, a no ser porque se veía como un cuervo. “Oye, Cuervo, estás caminando raro”, le gritó el Zopilote. “Oye, Cuervo, caminas como si te urgiera ir al baño”, dijo el Pavo. Todo iba bien, hasta que se tropezó y se rompió una pata. El Cuervo tuvo que usar muletas y los otros pájaros se burlaron de él, en especial las palomas. *¿Qué puede ser más chistoso que un pájaro que vuela con muletas debajo del ala?* El Cuervo se sentía avergonzado por haber sido tan tonto. Había aprendido su lección.

Con el tiempo la pata del Cuervo se curó. Dejó las muletas e intentó caminar como lo que era, un Cuervo. Varias veces se tropezó. Todo el día se la pasó poniendo una pata frente a la otra, pero por más que lo intentaba, no podía recordar cómo caminar como cuervo y le daba miedo romperse la pata otra vez. Si no podía acordarse de cómo caminar como un cuervo y tenía miedo de caminar como paloma, sólo le quedaba una cosa por hacer. *¿Saben que era?* Podía saltar. Y por eso es que desde entonces los cuervos saltan.

Amigos, tengo la sensación de que ésta es una historia no sólo para niños, no sólo sobre el mundo animal sino sobre los seres humanos. Una historia escrita para cada uno de nosotros.

¿Qué puede enseñarnos? Parecería que muchas de las creaciones del mundo animal no son las únicas que no están satisfechas por cómo Dios las creó. Conozco muchas personas a quienes les sucede lo mismo.

Son los que se sienten muy poco a gusto con “quién y qué son” y dicen que se sentirían más felices siendo “el otro”. Dejan de percibir sus verdaderas cualidades y su potencialidad, porque se pasan todo el tiempo tratando de imitar a la paloma.

La moraleja es que cuando fuimos creados Dios sabía lo que estaba haciendo, y por lo tanto no deberíamos pasarnos la vida deseando ser otro; mejor deberíamos intentar ser el mejor “yo” posible. Porque mientras pasamos nuestros días quejándonos por no ser alguien más, y perdiendo el tiempo en no ser nosotros mismos, lo que no sabemos es que *otros* quieren ser como nosotros.

Y ésta es la lección para que aprendamos a no cometer el error del cuervo que quería

ser paloma.

En lugar de ver pasar la vida
imitando a quien te gustaría ser,
mejor vive siendo tú mismo.

UNA OBRA MAESTRA

Érase una vez un rey que construyó para sí un gran palacio. Era un edificio magnífico, cada habitación y cada vestíbulo era más grande y más impresionante que el siguiente. Pero quedaba una sala en el palacio que todavía estaba desnuda y sin decorar. Era una habitación larga y estrecha con paredes altas. “¿Cómo se debe decorar?”, preguntó el rey.

Decidió realizar un concurso e invitó a todos los artistas de la tierra a presentar sus obras. Entre ellos escogió a dos que le habían parecido los mejores. Los llevó a la gran sala y les mostró las paredes.

—Le daré a cada uno un año —explicó el rey—. Pueden vivir aquí en el palacio, tendrán todas las pinturas y materiales que requieran y podrán contratar a todos los asistentes que sean necesarios. Pintarás este muro —le dijo el rey al primer artista, señalando la pared de la derecha—, y tú pintarás esa pared —le dijo al segundo artista señalando a la izquierda—. Yo volveré en un año —sentenció—, y juzgaré: a quien haya hecho el mejor trabajo lo recompensaré con riquezas, con honor y con fama.

Los dos artistas aceptaron el desafío. El primer artista se puso a trabajar. Reunió sus ideas y pensamientos y empezó a dibujar y a planificar. Contrató a un equipo de asistentes y comenzó a construir un andamio. Al final del primer mes, tuvo su diseño y comenzó a trazarlo en la pared.

Y el segundo artista... Cada día iba a la gran sala y sólo miraba su pared... sólo se sentaba y observaba con una mirada extraña.

Al final del segundo mes el primer artista avanzaba bien en su trabajo. El diseño estaba esbozado en la pared. Las pinturas se mezclaron y se preparó yeso fresco. Y el tercer mes el diseño estaba tomando forma. Cada día el segundo artista entraba y sólo miraba fijamente la pared.

Pasaron los meses y el genio del primer artista se hizo evidente. La inspiración del diseño, las figuras y perspectivas atrevidas, el magnífico color y la textura de la obra mostraban la confianza de que ésta era, de hecho, la obra maestra del artista, algo único, algo nunca antes visto en la tierra. Le llenó de emoción y entusiasmo. Y cada día el segundo artista entraba y sólo miraba fijamente la pared.

El final del año se acercó. El primer artista le daba los toques finales a su

magnífica composición. Sus ayudantes estaban ocupados guardando las pinturas y los materiales, y desarmando el andamio. El último día de la última semana del último mes del año, el artista invitó a sus asistentes a una celebración. Sólo quedaba una tarea: firmar su nombre en el mural y admirar la magnífica obra. Sabía que había creado algo especial.

Cuando la celebración de la noche llegó a su fin, y se preparó para abandonar el gran salón, se volvió una última vez para mirar la otra pared. Estaba tan vacía como el primer día del concurso. Y estaba su colega, el segundo artista, sentado mirando como lo había hecho cada día del año.

A la mañana siguiente, la primera mañana del nuevo año, los dos artistas fueron convocados al palacio. El rey les pidió que esperaran en la antecámara mientras él entraba en el salón por primera vez en un año. El rey miró la composición del primer artista. Su corazón comenzó a llorar y las lágrimas llegaron a sus ojos. Nunca antes había visto una obra de arte tan magnífica, tan grande, tan conmovedora. Cada figura, cada diseño ejecutado con tal cuidado, tal gracia, tal penetración. Sentía un orgullo distinto de que él, el rey, había patrocinado e inspirado una obra tan grande de la creatividad humana.

Y entonces se volvió y miró la otra pared. Y ahí vio algo que lo sorprendió. Era exactamente la misma obra. Línea tras línea, diseño tras diseño, figura tras figura: era idéntica. Excepto que, en esa pared, vio a un rey, igual que él, mirándolo fijamente.

Sospechando lo que el artista había hecho, se acercó y pasó la mano por la pared. Se sentía fría y dura. Sí, el artista había instalado espejos a lo largo y ancho de la pared. *Espejos*. De modo que todo lo que aparecía en una pared se reflejaba en la otra.

El rey invitó a los dos artistas a entrar en la habitación. El primer artista miró su trabajo y sintió que su orgullo se hinchaba. Pero luego miró al otro lado de la pared y se enfureció. “¿Quién ganó?”, le preguntaron al rey. “¡Bueno, es claro que los dos han ganado! —respondió el rey—: Todo lo que aparece en este muro, también aparece en esa pared. ¡Los diseños son idénticos, los dos deben ganar! Declaro el concurso un empate y cada uno será recompensado en consecuencia”.

—¡Pero no es justo! —protestó el primer artista—. ¿Cómo es posible?

—¡Silencio! —ordenó el rey—. ¡Debes aceptar mi decisión! Regresen mañana, los dos, para que reciban sus recompensas.

Los dos artistas salieron de la habitación; cada uno con sus propios sentimientos.

Estos dos artistas realmente me fascinan. Me imagino que hay un poco de ellos en cada

uno de nosotros. Estoy seguro de que hay algunos lectores cuya vida puede ser verdaderamente llamada una obra maestra. Amigas, amigos que han llenado sus días con creatividad y logros. Algunos, como ese primer artista, pueden presentar un año plenamente vivido, talentos plenamente desarrollados, tiempo bien empleado.

Y luego está el resto de nosotros. ¿Por qué no tengo ninguna obra maestra que mostrar? ¿Por qué tengo esta sensación de que, como el segundo artista, estoy fingiendo la mayor parte del tiempo? ¿Poner encima espejos para reflejar lo que otros esperan en vez de realmente crear algo único y magnífico? ¿Qué nos detiene?

Tal vez estamos demasiado ocupados. ¿Quién tiene tiempo para una obra maestra? ¿Quién tiene tiempo para la actualización? Estamos ocupados. Y porque estamos ocupados, hay cosas que posponemos. Pero ¿qué pasa cuando dejamos la vida hasta mañana? ¿Cuántas personas conocemos que esperaron: esperaron una promoción, esperaron a que se retiraran, esperaron a que los niños crecieran... esperaron y esperaron antes de comenzar la vida... y luego murieron justo cuando la vida iba a comenzar?

¿Por qué no creamos una obra maestra de nuestra vida? Porque hay tantas otras cosas que hacer... y luego, es demasiado tarde. O tal vez es más profundo. Tal vez no creamos obras maestras porque tenemos miedo, miedo a fallar, miedo a parecer tontos en nuestra seriedad, miedo a perder, miedo a intentarlo.

O tal vez es aún más profundo. Me imagino a ese segundo artista, sentado ahí día tras día, ensayando en su mente las palabras del rey: "Crea para mí una obra maestra". Me lo imagino sentado ahí, incapaz de moverse. ¿Era demasiado arriesgado, demasiado aterrador, demasiado intimidante crear sólo una pieza, una obra maestra, una pieza que representara todos sus talentos y habilidades, todas sus ideas y sueños, toda su creatividad e imaginación, para mostrarle al rey a través de esta pieza lo que es y que está a punto de... poner su alma en esa pared? Tal vez no quiera saber quién soy. Tal vez tenga miedo de la verdad. Mejor poner espejos. Deja que otros vean lo que quieren, lo que esperan.

Hay algo seductor, encantador e incluso atractivo en esa estrategia: considera *Zelig* de Woody Allen o *Chauncey Gardener* de Paddy Chayefsky o *Forest Gump* de Tom Hanks... el ser humano transparente como nuestro héroe... Qué sucede cuando miras dentro y no encuentras nada ahí... nada de verdad, nada firme, sólido, real, permanente. Nada por lo que valga la pena vivir, nada por lo que valga la pena morir. Nada ahí. Vacío. Fuimos corriendo. Pon espejos.

¿Quieres conocer el final de la historia?

Los dos artistas regresaron al palacio al día siguiente. El primer artista, abatido y enojado. El segundo, alegre y aliviado. Fueron conducidos a la gran sala. Y en medio del vestíbulo había una montaña de oro. Más oro del que cualquier hombre

había visto o soñado en su vida.

El rey se volvió hacia el primer artista:

—Has creado una obra maestra, tu obra es profunda y en movimiento y muy hermosa, tus dones son verdaderamente de Dios y estoy orgulloso de poder ser parte de una obra de arte tan magnífica. Debido a esto, recibirás la recompensa que mereces. Esta montaña de oro es tuya. Hay suficiente para mantenerte por el resto de tu vida.

El artista se sorprendió. Agradeció al rey una y otra vez.

—Espera un momento —interrumpió el otro artista—. Dijiste que ambos ganábamos, y ambos seríamos recompensados. ¿Dónde está mi recompensa?

—Oh, sí —respondió el rey—, prometí que cada uno de ustedes recibiría la recompensa que le correspondía, y tengo la intención de cumplir mi palabra.

—Entonces, si él recibió todo este oro —dijo el segundo artista—, ¿dónde está mi recompensa?

—¡Debes mirar ahí! —dijo el rey, señalando el reflejo en el espejo—. ¿Ves ese montículo de oro, ahí en el espejo? Ésa es tu recompensa. La que mereces. ¡Ahora toma tu recompensa y deja mi reino lo más rápido posible!

El segundo artista, en shock, miró al rey y salió lentamente de la habitación.

No vivas una vida prestada, vive tu propia vida. Yo deseo que, en algún momento de nuestra vida, cada uno de nosotros tenga algo digno que mostrar, porque siempre la recompensa es proporcional al esfuerzo.

TIEMPO Y DESTINO

Se cuenta la historia del maestro que viajaba en un carroaje con otro hombre. En cierto momento le dijo: “Estamos viajando en un carroaje con un propósito importante que se cumplirá cuando arribemos a nuestro destino. Mientras tanto, estamos estudiando un pasaje de la Biblia y para nosotros esto es un beneficio adicional del viaje. Pero los caballos que tiran del carroaje creen que el propósito del viaje consiste en la recompensa de la comida que les espera al final del trayecto. Y a los ojos del conductor del carroaje, el propósito está en el dinero que ganará por su trabajo y que le permitirá alimentar a su familia. Así que todos hacemos el mismo viaje, pero tenemos tres pensamientos, tres perspectivas de la misma realidad”.

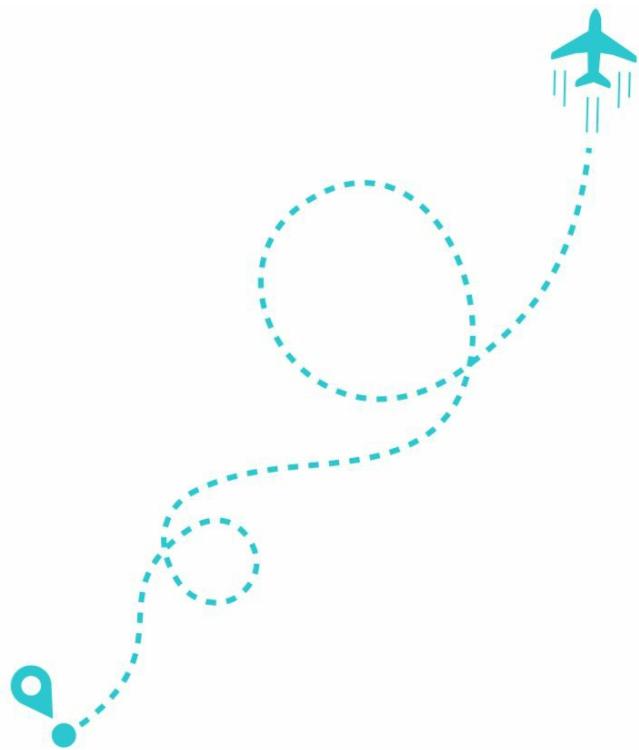
Efectivamente, todos vamos en la misma dirección. Todos viajamos por el camino de la vida hacia nuestro destino final. Pero no todos tenemos los mismos objetivos. Tal vez la lectura de este texto puede funcionar como una invitación a que te preguntes para qué estás haciendo este viaje. ¿Para satisfacer tus necesidades de subsistencia? ¿Para acumular bienes o para un propósito más elevado? ¿Cuál es tu destino? ¿Quiénes viajan contigo? ¿Cómo aprovechas el tiempo del viaje?

Al responder las preguntas podrás tener más claro el destino para continuar esta nueva etapa de tu viaje por la vida. Porque en la medida en que podamos responderlas, tendremos los ingredientes para una vida más rica y para un tiempo de vida más significativo.

Y tal vez entonces puedas comprender que tu proyecto más importante del año debe ser *lograr vivir una vida que refleje laantidad del tiempo y un tiempo que refleje laantidad de tu vida*. Por ello, asegúrate de no vivir en piloto automático. Asegúrate de que las cosas que realmente importan en tu vida sean primero. Asegúrate de que la gente que es realmente importante en tu vida sea primero. Porque este viaje es tu viaje, y ya sea el mejor o el peor de los tiempos, es el único que tienes, porque es el tiempo de *tu* vida.

**Es tiempo de responder: ¿hacia dónde te diriges?,
¿para qué?, ¿con quién viajas?, ¿cuál es el
propósito? Y especialmente: ¿cómo utilizas el**

tiempo del viaje de tu vida?



CADA PIEZA ES VALIOSA

Lawrence Kushner escribió: “Yo creo que cada vida es como las piezas de un rompecabezas. Para algunos hay más piezas, para otros el rompecabezas es más difícil de armar, y otros parecen haber nacido con el rompecabezas casi ensamblado. Pero así es. Hay almas que van por aquí y almas que van por allá tratando de ensamblar las innumerables piezas. Pero debes saber que no tienes en tu haber todas las piezas de tu rompecabezas. Todo el mundo lleva consigo por lo menos una y tal vez muchas piezas del rompecabezas de alguien más. Algunas veces lo saben. Algunas veces no. Y cuando muestras tu pieza, que para ti no tiene valor, para alguien más, lo sepas o no, lo sepan los demás o no, tú eres un mensajero de lo más alto”.

¿Cómo podemos crear una vida inspiradora y con actos de santidad? La actitud importa, porque es la actitud la que puede cambiar nuestra perspectiva del mundo.

¿Cómo podemos construir una vida digna y con actos de santidad? Con sólo tres palabras: Abre tu corazón. Nota lo bueno que hay en el mundo. Abre tu corazón para escuchar, ser compasivo, para hacer una diferencia. Para convertirte en un “mensajero”. *¿Cómo podemos crear una vida correcta y con actos de santidad?* Expresa tu gratitud.



**Expresa tu gratitud.
Siempre.**

LA IMPORTANCIA DE SABER EVALUAR

A la débil luz del ático, un anciano, alto y encorvado, se dirigió a una pila de cajas que se encontraba cerca de una de las pequeñas ventanas. Dejando a un lado una parte llena de telarañas, inclinó la caja superior hacia la luz y comenzó a levantar con cuidado un viejo álbum de fotografías tras otro. Ojos brillantes, pero ahora oscurecidos, buscando con ansia la fuente que lo había atraído aquí.

Comenzó con el recuerdo cariñoso del amor de su vida, desaparecido hace tiempo, y en algún lugar de esos álbumes había una foto de ella que él esperaba redescubrir. Silencioso como un ratón, abrió pacientemente los tesoros enterrados y pronto se perdió en un mar de recuerdos. Aunque su mundo no había dejado de girar cuando su esposa lo dejó, en su corazón estaba más vivo el pasado vivido junto a ella que su presente soledad.

Apartando uno de los álbumes polvorientos, sacó de la caja lo que parecía ser un diario de la infancia de su hijo. No recordaba haberlo visto antes, o que su hijo hubiera guardado un diario. “¿Por qué siempre mi esposa guardaba las cosas viejas y obsoletas de los niños?”, se preguntó, sacudiendo la cabeza blanca.

Abrió las páginas amarillentas y echó un vistazo a una escritura corta, y sus labios se curvaron en una sonrisa inconsciente. Incluso sus ojos se iluminaron al leer las palabras que le hablaban clara y dulcemente a su alma. Era la voz del niño que había crecido demasiado rápido en esa misma casa, y cuya voz se había vuelto cada vez más débil a lo largo de los años.

Pero fue acompañado por la dolorosa conciencia de que los recuerdos de aquellos días que tenía de su hijo eran muy diferentes de los que su hijo relataba. ¿Pero por qué diferentes?

Recordó que había mantenido un diario de sus actividades comerciales a través de los años, cerró el diario de su hijo y se volvió para irse, habiendo olvidado la querida foto que originalmente desencadenó su búsqueda. Encorvado para evitar golpearse la cabeza en las vigas, el anciano se dirigió a la escalera de madera y bajó por una escalera alfombrada que conducía a la guarida. Al abrir una puerta del armario de vidrio, se acercó y sacó una vieja agenda de negocios. Se volvió y se sentó en su escritorio y colocó los dos diarios uno al lado del otro.

El suyo estaba encuadrado en cuero y grabado cuidadosamente con su nombre en oro, mientras que el de su hijo estaba rasgado y el nombre “Jimmy” casi había sido arrancado de su superficie. Pasó su largo y delgado dedo sobre las hojas, como si pudiera restaurar lo que había sido desgastado con el tiempo y el uso.

Al abrir su diario, los ojos del anciano cayeron sobre una inscripción que destacó por ser muy breve en comparación con las de otros días. En su propia caligrafía eran estas palabras: “Desperdí todo el día pescando con Jimmy. No conseguí atrapar nada”.

Con un profundo suspiro y una mano temblorosa, tomó el diario de Jimmy y encontró la entrada del niño para el mismo día, el 4 de junio. Grandes letras garabatosas, con colores y símbolos de sonrisas dibujados en el diario, decían:

Fui a pescar con mi papá. El mejor día de mi vida.

¿Recuerdas cuál fue el mejor día de tu vida?



SOBRE LA VIDA...

Hace poco tiempo fui a visitar a un nuevo médico. Me sentía un tanto deprimido, desinteresado de las cosas. Después de la segunda visita me pidió que hiciera una serie de pruebas de laboratorio y algunas radiografías. Cuando regresé me dijo:

—Está usted bastante bien para su edad.

Como acabé de cumplir los 70 me preocupó un poco el tono de sus palabras. No me aguanté y le pregunté:

—¿Cree usted que llegue a los 80?

—¿Fuma usted mucho, bebe licor, vino o cerveza?

A lo que respondí:

—No, doctor, ¡ni refrescos!

El doctor continuó:

—¿Come usted tacos al pastor, carne con mucha grasa? ¿Come mucha pasta?

—Casi nunca —respondí—. Mi doctor anterior me dijo que la carne roja no es saludable y menos si es grasosa. Y la pasta engorda una barbaridad. Y además me cuido muchísimo con los postres, apenitas los pruebo.

—Bien —comentó el doctor—. Dígame, ¿pasa usted mucho tiempo al sol, por ejemplo, jugando golf, pescando paseando, o corriendo, o tal vez haciendo ejercicio en la bicicleta?

—Negativo, doc. No soy deportista.

—Entonces ¿maneja coches veloces o tiene una vida social muy agitada, lo angustian mucho las cosas?

—Sinceramente, no.

El doctor se quedó unos instantes en silencio, observó sus apuntes, me miró y me dijo:

—Dígame, don Marcelo, ¿para qué quiere llegar a los 80?

La vida debe ser más vivida que planeada. Alguien lo grabó en una lápida con estas palabras: “Se pasó la vida anhelando que pasara algo maravilloso, y lo único maravilloso que pasó fue la vida”.

Nos quedamos observando y planeando, posponiendo y postergando, y el tiempo y los momentos, las oportunidades pasan a ser remordimientos de lo que ya nunca hicimos, ni a los 80, ni a los 30, ni a los 50, ni nunca...

Hace pocos meses una muy querida socia de mi comunidad cumplió 90 años. ¿Saben

cómo lo celebró? Les pidió a sus hijos y nietos algo que siempre quiso hacer. Se fueron a Valle de Bravo, se lanzó en un parapente y con un instructor voló por más de media hora, feliz, feliz de su “travesura” y de haber eliminado un pendiente en su vida.

Cuando sus amigas se enteraron le dijeron: “Muñe, estás loca. ¡Podías haber muerto!”. Y ella con su humor característico las miró y les respondió: “¿Y?”.

Ella vive como aquellos que prefieren en su momento *morir con recuerdos y no con sueños*. Pensamos que mañana es la mejor respuesta a todas nuestras dudas, temores, inseguridades. Posponer no es la solución. Puede no haber un mañana. Puedes dejar tu lista de mañanas incompletos en el buró o puedes hoy crear recuerdos en lugar de sueños. Te deseo que el ejemplo de Muñe inspire tu propia vida.

“¿Después? Después el café se enfriá, la prioridad cambia, después el encanto se pierde, después lo que era temprano se vuelve tarde, después la nostalgia pasa... No dejes nada para después, porque en la espera del después puedes perder los mejores momentos, las mejores experiencias y los sentimientos más profundos”...

AGRADECIMIENTO Y HUMILDAD

Quiero referirme a las recientes Olimpiadas y rescatar algunas observaciones que bien podemos integrar a nuestra propia existencia.

Por ejemplo, debemos destacar la actitud de los atletas, la entrega, el esfuerzo, cómo no mencionar la preparación, las dietas, las horas, días, meses y hasta años invertidos con la expectativa de figurar entre los selectos del mundo en una participación que a veces lleva segundos. Como en la vida, podemos aprender de la pasión que se necesita para buscar el podio, para ser reconocidos. Y pienso que como en tu propia vida también es importante encontrar el equilibrio físico, mental y espiritual para dominar el miedo al fracaso, el temor a cometer errores.

Bien, ¿qué podemos aprender de las Olimpiadas? Por un lado, debemos aprender de lo negativo, y menciono como ejemplo la forma en que algunos de los atletas internacionales reaccionaron al ganar sus medallas.

Piensen en Michael Phelps, la primera persona que ha ganado 28 medallas en Juegos Olímpicos. Todo un logro. Cuando se reunió con los periodistas les dijo: “Ahora soy el mejor nadador de todos los tiempos. Hice todo lo que me propuse y lo hice a la perfección”.

¿Es ésa la forma de expresarse de un atleta? “Yo soy el mejor nadador de todos los tiempos.” ¿Ni una palabra de agradecimiento a su entrenador o a sus padres, ni siquiera a sus compañeros de equipo?

Piensen en Usain Bolt, el velocista jamaiquino. Impresionante. Y frente al micrófono declaró: “Soy el mejor atleta del planeta. Ahora soy una leyenda viviente”. ¿Así habla un ganador? ¡Dejó chiquitos a los argentinos! Por ello les digo que creo que ganaron medallas de oro en deportes, pero perdieron la prueba de carácter, la de humildad.

Ahora, si haces algo bien, si lo haces mejor que cualquier otra persona, ¿cómo puedes no sentirte orgulloso de ti mismo? ¿Cómo se puede vencer la tentación de alardear de ello, y de jactarse de ello a pesar de que hacerlo es un error?

Claro que no es muy fácil hablar de la humildad. De hecho, sería paradójico, porque si decimos lo humildes que somos, entonces no lo somos.

Y se los dice el más humilde de todos los rabinos del mundo. Les cuento lo que me pasó. Hace un año mis directivos me dieron como reconocimiento a mi humildad una hermosa medalla. Naturalmente la colgué en mi saco. Cuando se enteraron me la quitaron, ¡por falta de humildad!

Ahora, para convencerlos de la importancia de ser humildes, quiero decirles tres cosas: la primera es que la fama es efímera. No dura. Hoy Bolt es el atleta más rápido del mundo; hoy. Pero mañana aparecerá alguien que correrá más rápido y Bolt será olvidado. Si no me creen, veamos una prueba sencilla: ¿pueden nombrar a la persona que ganó más medallas de oro en los Juegos Olímpicos de 1996?

Yo tampoco. La segunda razón por la que no deberíamos ser jactanciosos es que ninguno se hizo solo. Ninguno. Sus padres que creían en él, los entrenadores que reconocieron su potencial, los patrocinadores que lo apoyaron, sus compañeros. Sin ellos no habrían logrado nada. Y la tercera razón por la cual debemos ser humildes es que somos mortales. Y eso es lo que Bolt, Phelps y muchos otros olvidaron en el día de su mayor victoria. Y les digo a todos los “campeones” que esa falta de humildad los baja del podio de la vida.

Pero también podemos rescatar lo positivo. Quiero mencionar al nadador francés Fabien Gilot, quien llamó la atención por un tatuaje en hebreo en su brazo izquierdo, del que luego de coronarse explicó: “Es un homenaje al marido de mi abuela, un judío sobreviviente de Auschwitz, Max Goldschmit, quien ha sido una gran influencia en mi vida”. En el tatuaje se lee en hebreo: “Sin ellos yo soy nada”.

Las reacciones de estos deportistas manifiestan la lección y el mensaje que quiero transmitirles en momentos en los que meditamos, por un lado, acerca de la fragilidad de nuestra vida, y por otro, sobre la búsqueda de un propósito y una misión.

Lo que me regresa al prólogo del libro cuando mencioné el pensamiento de rabí Simja Bunam de Psihska, donde declaró: “Cada persona debería tener dos bolsillos. En uno debería haber una nota que dijera: ‘Es por mí que el mundo se ha creado’. Y en el segundo debería haber una nota diciendo: ‘Yo soy polvo y cenizas’”. Cuando te sientas triste, deprimido, derrotado, deberías pensar: es por mí que el mundo se ha creado. Y cuando en la euforia creas que eres lo máximo, deberías leer: soy polvo y ceniza.

El desafío es tener la sabiduría de saber cuál de las notas usar, cuando, cómo y dónde.

Fuiste creado porque eras necesario para completar lo incompleto. Pero recuerda que la fama es efímera, que ninguno se hizo solo, que todos somos mortales. El profeta Jeremías lo expresó con profunda belleza: “No se vanaglorie el sabio por su sabiduría, ni se alabe el hombre fuerte por su fuerza, y no se vanaglorie el rico en sus riquezas. El talento es dado por Dios. Sé humilde. La fama es dada por el hombre. Sé agradecido. La arrogancia uno se la otorga a sí mismo. Sé cuidadoso”.

Mientras caminamos el viaje de nuestra vida, debemos aprender a encontrar el equilibrio. Nada importante lo has logrado sola o solo. Siempre eres parte de algo mayor a ti mismo. Somos parte de una cadena y pensar lo contrario es muy peligroso. Y tonto.



Sé humilde, sé cuidadoso, y comparte tus logros
con quienes compartieron tu sueño.

“CONCÉNTRATE EN LO QUE TIENES, NO EN LO QUE HAS PERDIDO”

Hay una historia famosa sobre rabí Akiba, un gran sabio que vivió hace unos 1 850 años. Él siempre tenía la costumbre de decir, sin importar quién estuviera con él: “Todo lo que Dios hace es para bien”.

Cuando rabí Akiba comía, decía: “Todo es para bien”. Si perdía dinero, decía: “Todo es para bien”. Cuando tenía trabajo, decía: “Todo es para bien”. E incluso si estaba desempleado, decía: “Todo es para bien”.

El Talmud nos cuenta que un día rabí Akiva estaba viajando por la Tierra Santa, de una ciudad a otra. Por supuesto, no había aviones, trenes, autobuses o carros. Así que viajaba en burro. También había muy pocas posadas donde pasar la noche. Así que, además de su burro, rabí Akiva llevaba un gallo, para que fuera su despertador en la mañana, y una vela, para poder leer en la noche.

Mientras se ponía el sol, rabí Akiva llegó a una pequeña ciudad y vio que había una pequeña posada. Inmediatamente intentó registrarse, pero el gerente le dijo: “No tengo lugar”.

Rabí Akiba se fue rápidamente. Sin embargo, dijo, como siempre: “Esto también es para bien”. Esa noche rabí Akiva pernoctó en el campo, como a un kilómetro de la ciudad. Era una noche fría; de hecho, estaba helando. Sin embargo, él continuaba diciendo: “Esto también es para bien”. Así que encendió la vela con su último cerillo, amarró el gallo a un árbol y el burro a otro, e intentó leer.

Como a las 10 de la noche un fuerte viento apagó su vela, y, como siempre, dijo: “Esto también es para bien”. Como a las 11 de la noche un gato se comió su gallo. Como a las dos de la mañana un león se comió su burro. Cuando despertó vio lo que había sucedido, y su reacción fue decir: “Esto es para bien”. A la mañana siguiente Rabí Akiva estaba congelándose, y pensó: “Volveré a la posada. Quizá me vendan una taza de té. Les diré que me la tomaré afuera”.

Pero cuando llegó a la posada, vio que había habido un incendio. Sólo quedaban unos cuantos escombros humeantes.

El posadero y sus huéspedes estaban siendo tratados por médicos, con huesos rotos,

heridas, golpes... Parecía como si un terrible huracán hubiera azotado a la posada en la noche.

—¿Qué pasó aquí? —preguntó rabí Akiva.

El posadero respondió tristemente:

—Anoche un grupo de vándalos entró a mi posada. Se robaron todo el dinero y golpearon a todos. Casi nos matan.

Rabí Akiva pensó: “Yo tenía razón, todo lo que me sucedió anoche también fue para bien. Fue bueno que el posadero no me dejara quedarme en su posada. Además, si el viento no hubiera apagado mi vela, los vándalos hubieran visto la luz, y me habrían atacado. Y si el gato no se hubiera comido mi gallo, los vándalos lo hubieran oído y me habrían atacado. Y si el león no se hubiera comido mi burro, los vándalos lo hubieran oído, y quizás hasta me hubieran matado. Todo parecía haber sido malo; pero, a la larga, fue para bien”.

Rabí Akiva era un hombre único. Siempre buscaba las rosas, no las espinas. Siempre buscaba los rayos de sol, no las oscuras nubes de la tormenta. Su palabra clave era “optimismo”, no “pesimismo”. Creía en el aforismo: “Después de la más oscura de las noches, el sol siempre vuelve a salir”. Nunca se dio por vencido. Incluso en la peor situación, nunca se rendía. Siempre hay un camino hacia el éxito.

Uno de mis poemas favoritos se llama “No renuncies”:

Cuando las cosas salen mal, como suele suceder,
 cuando el camino por el que vas sólo parece ascender,
 cuando tienes poco dinero y deudas sin parar,
 y quisieras sonreír pero sólo puedes suspirar.

Cuando la preocupación te causa algo de presión,
 descansa, si es necesario, pero no te des por vencido.

La vida es extraña con todos sus enredos,
 pero muchos de nosotros a veces aprendemos
 que cuando enfrentamos el fracaso y nos hemos regresado,
 quizás habríamos tenido éxito si hubiéramos perseverado.

No te rindas, aunque el progreso parezca lento,
 quizás triunfes si le das otro intento...

El éxito es el fracaso, volteado al revés,
 ese tinte de luz entre las nubes de la duda.

Y nunca puedes saber qué tan cerca te encuentras,
 a veces está muy cerca, aunque parezca lejos.

Así que mantente al pie del cañón cuando estés más afligido,
 cuando las cosas parecen ser lo peor, no te debes dar por vencido.

Asimismo, en el siglo XVIII, el emperador Ferdinando se dirigió al compositor de una ópera después de su estreno y le dijo: "Es demasiado ruidosa... tiene demasiadas notas". ¿Saben a quién le dijo esto y de qué ópera se trataba? Le hablaba a Mozart y se refería a su ópera *Las bodas de Fígaro*.

Sin embargo, Mozart, como otros que se negaron a decir "fracaso" o "renuncio", creía en el poema que les he leído y no se amedrentó con las palabras del emperador. Recuerda: "Mantente al pie del cañón cuando estés más afligido, cuando las cosas parecen ser lo peor, no debes darte por vencido".

Les contaré de un estudio del doctor Charles Patterson Kimball, un cirujano cardiovascular de la Escuela de Medicina de la Universidad de Rochester.

El doctor Kimball estudió a 55 pacientes que habían sido sometidos a una cirugía a corazón abierto, y dividió a los pacientes en cuatro grupos. Todos los grupos eran parecidos. Todos tenían la misma edad, los mismos problemas físicos, el mismo nivel económico. Sin embargo, la diferencia estaba en su actitud hacia la cirugía.

El primer grupo era muy entusiasta. "Hazlo ahora, porque voy a mejorar rápidamente. Quiero volver a trabajar lo antes posible". El segundo grupo era menos entusiasta, y el tercer grupo todavía menos. Sin embargo el cuarto grupo era extremadamente pesimista: "En realidad no quiero esta operación. Pero mis hijos me están obligando a hacerlo. No creo poder lograrlo".

Aunque los grupos eran iguales, los resultados fueron muy diferentes. En el primer grupo casi todos se beneficiaron inmensamente de la cirugía. Renovaron su vida.

El segundo grupo tuvo menos éxito. El tercer grupo, todavía menos.

Sin embargo, el cuarto grupo tuvo resultados devastadores. De hecho, muchos de los pacientes fallecieron.

El doctor Kimball dijo: "La diferencia entre los pacientes era su actitud. Los que pensaban que iban a fracasar, fracasaron. Los que pensaban que iban a morir, murieron. Pero los que dijeron: 'Voy a luchar', tuvieron una alta tasa de éxito".

Amigos, a lo largo de los años he visto tanto pesimismo y tanta desesperanza, tantas decepciones y tristezas... Tanta gente siempre encuentra "me rindo" en sus diccionarios, pero no van a la página donde dice: "Mañana será un mejor día".

Eso es un error.

Se cuenta la historia sobre el duque de Wellington, quien venció a Napoleón en la Batalla de Waterloo el 18 de junio de 1815. Los reporteros le dijeron: "El ejército británico era mejor que el francés". Pero Wellington les respondió: "No, ambos ejércitos eran igual de buenos". A los reporteros les molestó el comentario de Wellington, así que le preguntaron: "Entonces, ¿cómo fue que los británicos vencieron?"

Wellington respondió: "Cuando mis generales dijeron: 'Estamos vencidos. Debemos retirarnos. No queremos que nos masacren', yo les dije: 'Denme sólo cinco minutos más

de ataque contra los franceses. Si no ganamos entonces, nos retiraremos'. Y me los dieron, cinco minutos más, aunque estaban exhaustos y fatigados, sangrando y postrados. Y ganamos.

”El ejército de Napoleón estaba exactamente en el mismo estado, sangrando y exhausto. Pero Napoleón no les pidió a sus generales esos cinco minutos más. Así, nuestro ejército fue más valiente por cinco minutos más que el ejército de Napoleón, y eso fue lo que hizo la diferencia. El espíritu de optimismo por sólo cinco minutos más resultó en esta victoria inmensa y magnánima”.

Recuerden las palabras del poema que les leí: “Así que mantente al pie del cañón cuando estés más afligido, cuando las cosas parecen ser lo peor, no te debes dar por vencido”.

Una anécdota cuenta que Winston Churchill tardó tres años en completar el octavo grado de primaria, porque no podía pasar la materia de literatura. Irónicamente, muchos años más tarde lo invitaron a dar el discurso de graduación en la Universidad de Oxford.

Su ahora famoso discurso consistió de sólo tres palabras:

“Never give up!”
(¡Nunca te rindas!)



Estos dolores que sientes
son los mensajeros.
¡Escúchalos!

POR DÓNDE EMPEZAR



Cuando ya no somos capaces de cambiar una
situación,
nos encontramos ante el desafío
de cambiarnos a nosotros mismos.

VIKTOR FRANKL

COMIENZA CONTIGO MISMO

Se cuenta una historia sobre un hombre que toda su vida soñaba con poder actuar en alguna película. Pasaron los años, pero no tuvo su oportunidad hasta que cierto día un equipo de filmación llegó a la ciudad y buscó extras para aparecer en una escena de guerra. Ante su insistencia, el director le dio una línea: “Cuando te haga la señal, debes exclamar: ‘¡Escucha los cañones!’ ”. El hombre estaba tan excitado que no dejaba de repasar su línea: “¡Escucha los cañones!”. El día del rodaje llegó. Él seguía repitiendo como autómata: “¡Escucha los cañones!” Se viste con el uniforme del ejército; está listo. “¡Escucha los cañones!”, se repite. Finalmente, comienzan a grabar la escena y se escucha una gran explosión de un cañón, y el hombre grita: “¿Qué diablos fue eso?”.

No siempre estamos preparados para los estridentes sonidos de los cañones, las sorpresas, los cambios notables que alteran el curso de nuestra vida. Hoy tú, o algún ser querido están sanos, pero mañana un diagnóstico te hace exclamar: “¿Qué diablos fue eso?”.

Termina el año y repentinamente exclamamos: “¿Ya son las fiestas?” Y llegamos a nuestro encuentro anual, nos saludamos, nos reconocemos. Mientras, no dejamos de repetir nuestra línea.

Y en este simulacro espiritual repasamos los cañonazos reales que sacuden nuestra vida y nos hacen sentir frágiles. Procuramos poder encontrar la fe y la esperanza. “Ayúdanos a sanar nuestra vida, sanar nuestras relaciones, nuestro mundo.” Buscamos estar mejor equipados para hacer frente a esos cañonazos inesperados que sacuden nuestra vida.

Es tiempo para una nueva reflexión. Es tiempo de sanación y rejuvenecimiento, de amor y perdón. Tiempo de ascender la montaña de nuestra espiritualidad. Tiempo de ser humildes y agradecer. De vernos reflejados en el espejo del alma, no como creemos que somos sino como podemos llegar a ser. Tiempo de dar valor a tantas bendiciones que hemos recibido y agradecer por estar. Es nuestra propia búsqueda del sentido de la vida. Imagina que hoy es una nueva creación, un nuevo comienzo. Imagina que hoy el mundo fue creado. Hoy nos remontamos al principio de los tiempos.

E imagino la poética y sugestiva imagen de *cada uno* sentado con un libro abierto con sus páginas llenas de historias de vida, tu vida, mi vida y que nosotros mismos escribimos reflejando nuestros sentimientos, nuestras palabras, nuestras acciones.

¿Cómo comenzamos? ¿Con quién comienzas? ¿Con qué comienzas? ¿Dónde comienzas?

Bien, la primera palabra de la Biblia es “en el principio”. La primera palabra no es “mundo” o “Dios”, sino “comienzo”. El Baal Shem Tov declaró: “El mundo entero existe porque hay comienzos”.

Porque si no hay un principio, entonces estamos atrapados en un círculo en el que se borran los tiempos de nuestra vida y todo se colapsa. ¿Por qué nos es tan difícil empezar? Porque el comienzo está lleno de riesgos y consecuencias inesperadas. Es más sencillo dejar que Dios u otros comiencen, y seguirlos.

Tristemente, durante la mayor parte de nuestra vida se trata de escondernos de nosotros mismos. La Biblia nos cuenta que Dios le pregunta a Adam: “¿Aieka?” (“¿Dónde estás?”). Y nos relata pasando por Caín que se esconde de Dios: “¿Soy yo guardián de mi hermano?”. O Jonás, que oye la voz de Dios y se esconde en el vientre de la ballena.

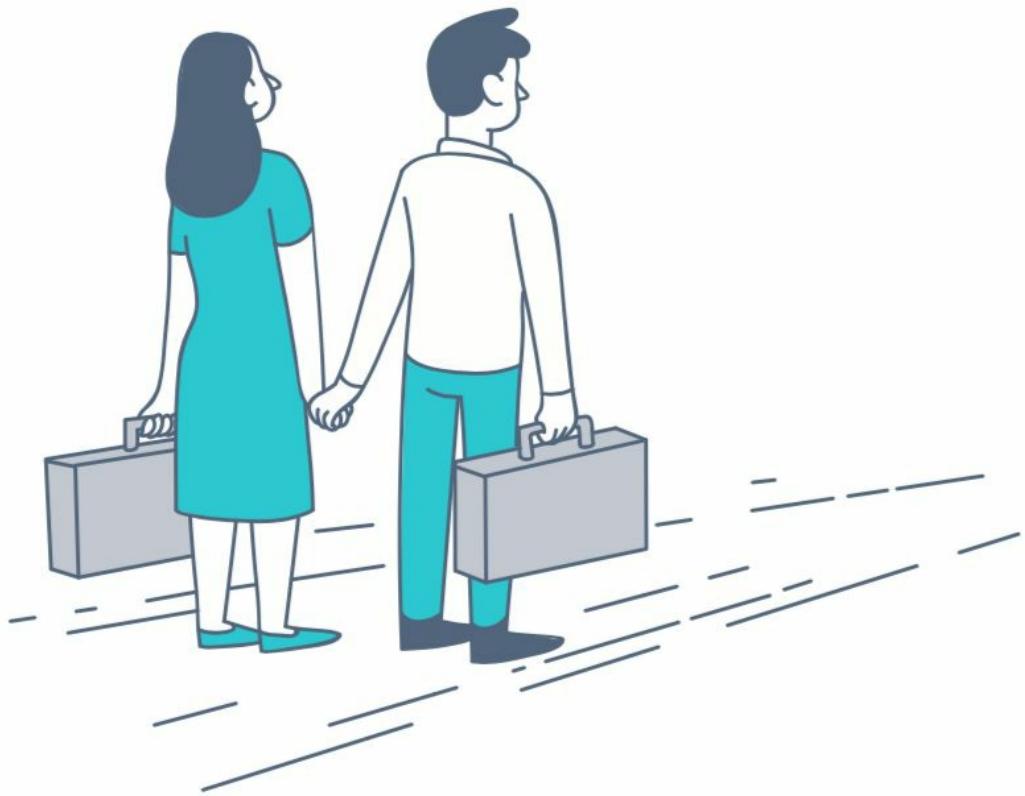
Todos se esconden de sí mismos. Lo mismo sucede con *el alma. Hay algo dentro de cada uno que quiere ser descubierto, pero tiene miedo de ser encontrado.*

Martin Buber enseñó que el verdadero conflicto no es entre yo y el otro. Es entre yo y yo. Sólo cuando el hombre haga la paz dentro de sí mismo será capaz de hacer la paz en todo el mundo. Así que la gran sabiduría y lo difícil es comenzar con uno mismo, porque finalmente todo depende de ti.

Y ése es el punto de partida de la vida. Comenzar contigo mismo.

“¡Escucha los cañones!”, repites todo el tiempo. De repente exclamas “¿Qué diablos fue eso?”. Y todo nuestro ser tiembla. *¿Cómo comienzas? ¿Con quién comienzas? ¿Con qué comienzas? ¿Dónde comienzas?*

Estos dolores que sientes son los mensajeros. ¡Escúchalos! Mi propuesta: *comienza contigo mismo.*



TIEMPO DE CAMBIOS

La vida es tan frágil, tan llena de sorpresas... Créanme. Perdonen a los demás de la misma forma como pretendemos que Dios nos perdone a nosotros. Si rezan por una nueva oportunidad, también denla a los demás. *Carpe diem*: vivan cada día.

Nos encontramos viviendo en un mundo convulsionado. Una sociedad agitada e insegura. El ser humano se encuentra angustiado tratando de encontrar el sentido de la vida. Formamos parte de un mundo donde tratamos cada vez más con *egos obesos y mentes anoréxicas*.

Y nos toca vivir una época de cambios cada vez más significativos. Hay cambios que afectan las reglas sociales. Por ejemplo, cuando éramos más jóvenes e íbamos de visita a una casa pedíamos un vaso de agua. Hoy, en cambio, pedimos la clave del wifi de la casa. Antes preguntábamos dónde estaba el baño. Hoy nos interesa saber dónde hay un contacto para no correr el riesgo de estar incomunicados.

Cambios que afectan a los rituales religiosos. Antes era comenzar abriendo el libro de plegarias en la página x. Ahora el ritual debe comenzar con: *Por favor apaguen sus celulares*.

Otros son cambios generacionales. Me pasa con mis amigos. Hace años cenábamos en La Hacienda, porque la comida era buena y la música nos permitía hablar. A los 50 íbamos a cenar y finalmente decidimos hacerlo en La Hacienda porque los martinis eran buenos. Diez años más tarde discutíamos dónde cenar. Decidimos por La Hacienda: la lista de vinos era buena, las ventanas del restaurante se podían abrir (en caso de bochornos) y el pescado era bueno para el colesterol. Diez años más tarde, el grupo pensó dónde encontrarse para cenar. Fuimos a La Hacienda, porque la luz era buena y tenía rampas de acceso. Hace algunas semanas mi grupo de amigos salimos a cenar. Decidimos ir a La Hacienda porque ¡teníamos ganas de conocerla!

Cada edad tiene su encanto, sólo que algunas tienen encantos muy escondidos y uno tiene que hacer grandes esfuerzos para encontrarlos. Pero ustedes ya saben mi filosofía de vida: *Yo quiero morirme joven lo más viejo posible*.

Esto me lleva a mi mensaje de esta oportunidad. El doctor Atul Gawande, en uno de sus libros, conmovedor e inteligente, formula tres preguntas que cada uno de nosotros en alguna etapa de la vida debería responderse: “¿Cuáles son tus temores? ¿Cuáles son tus metas? ¿Qué sacrificios estás dispuesto a hacer?”

Según el autor, dedicarnos a responderlas nos ayudará a vivir con más propósito,

mayor sentido y mayor satisfacción. O sea, vivir una vida significativa.

Si bien el enfoque de estos días debía ser entre el hombre y el prójimo, yo propongo que primero sea “el hombre consigo mismo”. Porque a pesar de todo lo que ha alcanzado, todo lo que ha acumulado, el sentimiento de vacío se apodera y transforma la vida en insatisfacción y soledad. Por ello, antes de relacionarte con el otro, debes haberte planteado las preguntas que te ayudarán a construir el puente a tu mundo exterior.

La vida nos enseña que hay algo dentro de cada uno que quiere ser descubierto, pero tiene miedo de ser encontrado. *¿Cuáles son tus temores? ¿Cuáles son tus metas? ¿Qué sacrificios estás dispuesto a hacer?*

Comienza contigo mismo, empieza por formularte las preguntas y no pierdas esta oportunidad. No seas un espectador en tu vida, no temas escucharte a ti mismo. Busca reencontrarte contigo mismo. Cada ser humano tiene una misión única, y cada esfuerzo, cada suspiro debe estar destinado a reconocer y completar la misión de tu vida.

Sueña y ya no pospongas la sagrada tarea de vivir. Tu mundo y tu vida tienen un nuevo comienzo.

¿Por dónde quieres comenzar hoy?



ATRÉVETE A SOÑAR

“No importa cuántas peleas he tenido, cada una de ellas ha sido un nuevo reto y un nuevo comienzo. Antes de cada pelea, en el vestidor paso por los mismos temores y emociones. ¿Qué pasará si pierdo? ¿Qué sucederá si no entrené lo suficientemente duro? ¿Por qué tengo que pasar por esto otra vez? 12 rounds, alrededor de tres minutos cada uno. Debo tratar de conquistar a mi oponente y a mí mismo. Asalto tras asalto espero acercarme cada vez más a mi objetivo. ¡Triunfó!

”Me doy cuenta de que Dios nuevamente me bendijo con el éxito de mi fuerza física pero especialmente con mi fuerza interior. Ganar o perder, la lucha nunca termina. En el ring o fuera de él. A veces nos encontramos en situaciones difíciles. A veces la vida nos golpea tan duro que nos encontramos sobre nuestras espaldas. En estos momentos debemos encontrar cada pulsación de nuestra energía para volver a levantarnos y continuar la lucha, y entonces lo que parece ser un final lo transformamos en un nuevo comienzo.”

Éstas fueron las palabras con las que Yuri Foreman se presentó en una plática que ofreció a alumnos de una escuela secundaria. Yuri nació en Bielorrusia, emigró a Israel y se convirtió en boxeador. Lo particular de este hoy excampeón mundial es que vive buscando alimentar permanentemente su vida espiritual y religiosa y lo hace tratando de ayudar a otros a partir de su propia experiencia y de su deseo de crecer y ser. Se me ocurre que en nuestro diario de vida personal encontraremos pasajes similares en los que nos hacemos las mismas preguntas que Yuri. Momentos en que pasamos por los mismos temores y emociones, dudas y cuestionamientos. *¿Qué pasa si pierdo? ¿Estaré preparado? ¿Por qué tengo que pasar por esto otra vez?*

Cuando iniciamos la lectura del libro les dije que éste era el tiempo para examinar lo que creemos de nosotros mismos. Que era la oportunidad de vernos no como somos sino como podemos ser. Ésa es la tarea, ése es el desafío.

El premio Nobel de Literatura Samuel Agnon señalaba una verdad incuestionable. Que nuestra vida, de extensión limitada, encierra un gran número de oportunidades que, con demasiada frecuencia, justamente en los momentos críticos, terminan en decepción. Agnon nos invita a pensar en cuántas oportunidades hemos perdido por indecisión o desidia en el último año al mismo tiempo que nos señala que cada oportunidad cuenta. Y Agnon finaliza su relato con esta reflexión: “Ahí estaba yo, como un boticario, dedicando tanto tiempo al trabajo de mezclar los ingredientes para el medicamento, que

en la espera se murió el paciente”.

Las partes de la vida que nos cuestan más trabajo son precisamente las cosas que pueden revelarnos nuestro propósito en la vida. Cada uno de nosotros vive para arreglar algo, para sanar, para volverse más fuerte. Debemos ser conscientes de que, con cada dificultad, cada fracaso, cada contratiempo, aprendemos a ser mejores personas. Afinamos mejor las herramientas que Dios nos dio para enfrentar esas mismas dificultades, de modo que, en el fondo, son bendiciones.

Y ése es el secreto de la vida: lo que parece ser un final, transformarlo en un nuevo comienzo. Si loquieres, éste puede ser un día inspirador y lleno de esperanza, un día de cambios y nuevos comienzos. Sé que pueden cambiar y sé que tienen la fuerza interior para enfrentar tantos desafíos como la vida les presente. Debemos cuidarnos, y debemos cuidar nuestra alma. Tiene que durar mucho tiempo.

Atrévete a renovarte, a cambiar las partes de ti mismo que te hacen sentir mal. No dejes pasar las oportunidades que la vida te presenta. Pero no pospongás más.

El rabino Harold Kushner enseña que la clave de los sueños está en poder reconocer que cuando no se hacen realidad, debemos tener sueños nuevos. Sueños sobre cómo encontrar valor cuando tenemos miedo. Sueños sobre cómo encontrar la luz en la oscuridad, esperanza en la desazón, paz en la destrucción, y dicha en la tristeza. Soñar como lo hizo el patriarca Jacob, tratando de elevarse, tratando de alcanzar el cielo. Tratando de ser parte de las almas que se niegan a darse por vencidas.

Como curiosidad les cuento que los griegos tuvieron dos palabras para *tiempo*. La primera se refiere al paso del tiempo, el constante progreso de minutos, horas y días, *chronos*. El segundo, el momento de la decisión o de la oportunidad, se llama *kairos*. Hoy debemos abrir nuestros ojos y corazones para ambos tipos de tiempo. El tiempo de un nuevo momento y el de nuevas oportunidades.

El peligro es que muchos sólo ven la oportunidad cuando ya dejó de serlo. Nuestra alegría, nuestras aspiraciones, nuestra actitud, todas se encuentran en nuestra capacidad para estar presentes y poder responder a las oportunidades del momento. Vivimos como aquel hombre encerrado en una cárcel durante muchos años, simplemente porque nunca se dio cuenta de que la puerta de su celda estaba sin candado.

Pero contra todas las fuerzas que proclaman que no podemos cambiar, la vida nos enseña que tenemos capacidad para el cambio, que no es una elección entre optimismo y pesimismo, que solamente se trata de poner un pie delante del otro y avanzar. Se trata de ver las oportunidades de la vida a tiempo y de responder. Se trata de nuestra actitud. Shimon Peres declaró: “Los optimistas y los pesimistas mueren el mismo día, pero viven de otra manera”.

La mayoría caminamos durante todo el año con una sombra que se cierne sobre nuestro corazón. Hemos cometido errores. Hemos herido a personas que amamos. A

veces hemos caído en la desesperación. Pero estás en el tiempo de tu vida de mirar por el espejo retrovisor y de realizar una profunda limpieza del alma, de recordarte quién eres, y quién y qué puedes ser.

Una pregunta: ¿Sabes quién eres? Y si no supieras quién eres, ¿quién te gustaría ser? Les pregunto porque muchos nos identificamos con el profundo cuestionamiento metafísico que nos presenta el filósofo Felipe, amigo de Mafalda, cuando amargamente se queja: “Por qué justo a *mí* tenía que tocarme ser yo”.

**Lo que parece ser un final puedes transformarlo
en un nuevo comienzo.**

UN VISITANTE EN TU VIDA

Poniendo en orden mi biblioteca, cayó en mis manos una novela que leí por primera vez hace muchos años: *El extranjero*, de Albert Camus. Es la historia de un hombre que vive pasivamente su vida, reaccionando sólo ante la acción o a iniciativa de los otros. Su jefe quiere que se mude de Argelia a París, y él responde que no importa si se muda o no. Su novia se quiere casar, y él le responde que no importa si se casan o no. Siempre escoge el camino más fácil. Es como la bolita en las máquinas de *pinball*, rebotando de un lado a otro sin voluntad propia, hasta que asesina a un hombre en una playa.

¿Qué tan a menudo los seres humanos vivimos como este personaje, vivimos una vida pasiva, apenas reaccionando ante los demás? ¿Qué tan a menudo nos encontramos con que son los otros los que nos definen? ¿Qué tan seguido vivimos nuestra vida de acuerdo con las expectativas de los demás?

¿Qué tan a menudo escogemos el camino que ofrece menos resistencia? *¿Qué tan a menudo somos objetos de la vida de los demás en lugar de ser sujetos de nuestra propia existencia?*

Y a pesar del paso del tiempo, también hoy, cuando nace una nueva vida, la noticia se transmite con expresiones como: “Fulanito y fulanita tuvieron un bebé”. Así, desde el primer momento de nuestra vida, se nos define como el hijo o la hija de alguien. Desde nuestro nacimiento recibimos nuestra identidad en relación con otra gente. Y luego somos los papás o abuelos “de”. Y a medida que nuestra vida transcurre a menudo se nos define por nuestra relación con los demás, con otras personas y otros grupos. Somos los hijos o las hijas de alguien, los hermanos o las hermanas de alguien, el esposo o la esposa de alguien, el padre o la madre de alguien, el empleado de alguien, el jefe de alguien. Somos del país o extranjeros, cristianos, judíos o musulmanes, hombres o mujeres, amarillos, negros o blancos, latinos, asiáticos o hispanos. Y como el personaje de la novela, *vivimos nuestra vida definidos por los demás*.

Douglas Porpora, en su libro *Paisajes del alma*, habla de vivir nuestra vida como sujetos, en vez de objetos, de vivir una vida definida por nosotros mismos, en vez de ser definida por los demás. Él comienza refutando a la gran antropóloga Margaret Mead: “De acuerdo con Mead, cuando hablamos del ser, debemos hacer la distinción entre el ‘yo’ y el ‘mi’. Cada uno somos singularmente un ‘yo’ y cada uno somos singularmente un ‘mi’. Nuestro ‘mi’ es quien somos ahora. Es nuestro ser creado socialmente, el producto de nuestras diferentes posiciones sociales, diferentes influencias sociales y

nuestras propias preferencias pasadas”.

Una de nuestras tareas clave como seres humanos es dejar de vivir simplemente como un “mi” y convertirnos en un “yo”.

Nuestro destino comienza en algún momento de nuestra vida. Porque cada uno de nosotros es único, diferente a cualquier otro ser humano que haya existido o que vaya a existir. Cada uno con su propia misión y cada uno definiendo su propio destino, y especialmente tomando control de su propia vida.

No podemos ser meramente objetos que los demás definen.

Tenemos que llegar a ser sujetos, tomar el control de nuestra vida y de nuestro propio destino.

TENER VALOR

En la Feria Mundial de Bruselas hubo hace algún tiempo una exhibición de aves tropicales. En una sección había una larga línea de jaulas muy iluminadas, y cada una contenía varias aves de colores espectaculares. Lo que resultaba asombroso, lo que más le fascinó a los visitantes fue que estas extrañas jaulas no tenían barras, vidrio o alguna red que las cerrara. Simplemente había aves que volaban dentro de ellas. La gente pasaba y se detenía a observar curiosa e incrédula ese extraño fenómeno, y todos preguntaban lo mismo: “¿Por qué no escapan las aves? ¿Por qué se quedan encerradas en lugar de volar hacia su libertad?” ¿Había acaso alguna corriente eléctrica o un vidrio invisible, había algo que les impidiera escapar?

El guía pacientemente explicaba: “No. No hay nada entre ustedes y las aves. Lo único que las mantiene dentro es la intensidad y el calor que produce la luz”. Sólo entonces la gente notó que los pasillos por los que caminaba estaban en completa oscuridad y que la única iluminación era la que provenía del interior de las jaulas. Las aves actuaban como prisioneras a pesar de que no estaban encerradas. Les encantaba estar bien alimentadas, en un lugar cálido y lleno de luz, pero no tenían el valor ni la imaginación para salir volando hacia lo desconocido.

No pude dejar de pensar en esta historia y tejer un paralelismo con un pasaje bíblico donde se lee que Dios instruye a Abraham: “Aventúrate y parte de tu tierra natal y del lugar donde naciste, y de la casa de tu padre hacia la tierra que Yo te mostraré”.

¿Tú lo harías?

Antes de que respondan quisiera que por un instante se pongan en el lugar de Abraham. Vivía en una tierra que en ese momento era de las más prósperas en todo el mundo. Mesopotamia era parte de la civilización sumeria, y expediciones arqueológicas de principios del siglo XX descubrieron tablas con escritura que describían el reino sumerio y que muestran que en esa época de la historia humana esta parte del mundo había alcanzado un nivel sorprendente de civilización. Según las fuentes antiguas, Abraham recibió la más alta educación disponible en esa época. Sabía sobre las culturas que lo rodeaban y conocía bien sus costumbres. Su padre era un comerciante rico que vendía artículos y símbolos religiosos de la época. Hay muy buenas bases para deducir que tenía relaciones comerciales directas con los templos sumerios, ya que cuando Abraham era joven y destruyó los ídolos en la tienda de su padre, el informe de este incidente llegó hasta el emperador.

De repente, Abraham recibe un “llamado”, un poder desconocido e invisible le habla y le dice: “Abandona la tierra donde naciste”, “deja tu terruño”, donde conocía todas las calles y callejones, cada ladrillo, cada carretera y sendero secreto. “Deja la casa de tu padre”, donde recibía todo lo material que pudiera necesitar, donde había comida y calor. “Deja todo esto y sígueme a una tierra que te mostraré. Sal hacia la oscuridad, sal hacia lo desconocido, aventúrate por caminos misteriosos. Aléjate del falso brillo y del glamour superficial. Abandona el mundo de la simulación. Abandona las comodidades que tienes ahora y dirígete hacia un territorio nuevo.” *¿Tú lo harías?*

Me fascina ese texto bíblico porque es como la “graduación de mayor fe en la historia”. Y esta orden de “aventúrate” es la palabra magistral que expresa toda la experiencia humana que se ha desarrollado desde entonces.

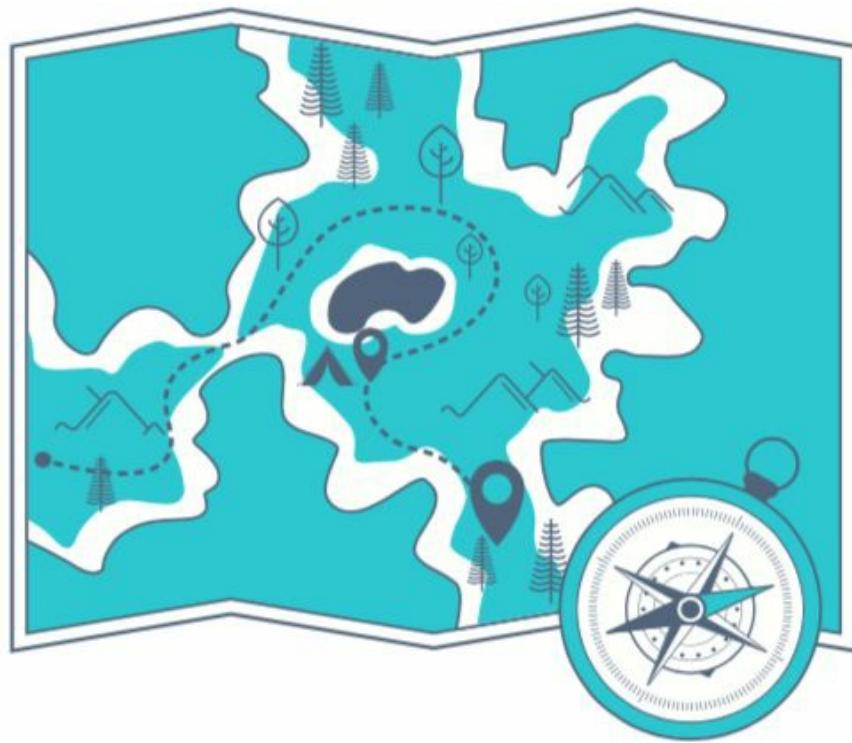
Abraham bien podía haber elegido disfrutar circular dentro de la brillante luz de Mesopotamia, pero de alguna forma percibió que en algún otro lugar del mundo podía haber una mejor respuesta para las grandes preguntas del destino humano. En un momento determinado de su vida Abraham abandonó el esplendor de Mesopotamia a cambio de la oscuridad de la tierra de Canaán. Tuvo el valor de dejar atrás sus comodidades materiales porque estaba consciente del creciente déficit espiritual en la civilización que dejaba atrás.

Frecuentemente muchos actuamos como las aves de Bruselas. Somos prisioneros de nuestras comodidades, estamos encadenados por los placeres de la sociedad en que vivimos. Estamos cómodos con el calor de una luz artificial y con un alimento que finalmente no nos termina de alimentar.

Abraham, el primero de los patriarcas, se convirtió en la figura paterna eterna de nuestro pueblo precisamente porque donde los demás veían luz él vio la oscuridad, y donde los demás veían oscuridad él vio la verdadera luz. Y su historia sigue siendo un ejemplo de guía, de inspiración hasta nuestros días y en nuestra vida.

¿Será que seremos capaces de escuchar la voz de Dios que nos habla a cada uno personalmente? ¿Podremos ser capaces de responder a esa voz? ¿Tendremos como Abraham el valor de atravesar la oscuridad para buscar llegar a la verdadera luz y el auténtico calor del crecimiento espiritual y una vida significativa?

Abraham comenzó a vivir su propia vida. Abraham tuvo el valor de romper los falsos valores de su vida y avanzar. *¿Y tú, tienes el valor?*



Atrévete a salir al encuentro de ti misma, de ti mismo y ser una bendición.

Crea tu propia historia yendo al encuentro de tu destino. Vive una vida propia.

EL VIDENTE Y SU DISCÍPULO

Un gran maestro era conocido como el Vidente de Lublin porque, a pesar de su ceguera física, sus habilidades místicas eran tan intensas que tenía el poder de ver los pensamientos en la mente de otra persona. Uno de sus discípulos lo desafió diciendo que si tuviera un don como su maestro, él sería mucho más directo en cuanto a quién era justo, y quién un sinvergüenza. En respuesta, el Vidente de Lublin le concedió sus poderes durante un breve lapso. El discípulo se dedicó inmediatamente a buscar a quienes podía juzgar por lo que estuvieran pensando. El primer hombre que vio caminando por la calle no dejaba de pensar en otra cosa que no fueran mujeres y hombres jóvenes. El discípulo, furioso, se acercó y le dio una bofetada en la cara. La mente del siguiente hombre que vio pasar estaba llena de páginas y páginas de comentarios de la Biblia. El discípulo corrió hacia él, lo besó y lo bendijo. Cuando regresó a contarle a su maestro lo que había visto, el Vidente de Lublin se rio y le contó a su discípulo el resto de la historia: el hombre al que le diste una bofetada porque estaba pensando en los hombres y mujeres jóvenes es un casamentero, y es responsable de crear gran alegría en el cielo. Y el que besaste es un hombre simple que trabaja como encuadrador. Por ello, lo que ve son páginas y páginas de libros sagrados que pasan ante sus ojos todos los días, pero no sabe leerlos.

El Vidente de Lublin le quitó el poder a su discípulo y le explicó que para juzgar a otro no se trata sólo de ver, sino de entender el significado de lo que se ve. Sobre esta idea hace algunos meses compartí un video de YouTube que me conmovió y que —según entiendo— también los conmovió a ustedes. Mostraba a diferentes personas en movimiento en un hospital —en la entrada, en la escalera, en el elevador, en salas de espera, en cuartos—, y mostraba en qué estaban pensando, qué sentían en ese momento.

Su preocupación, sus temores, esperanzas, sueños, sus promesas, su fe, su dolor, su pregunta sin respuesta, sus cuentas por pagar, su mañana sin seguro de vida. Algunos agradecían una nueva vida que llegó o tal vez una nueva oportunidad. Otros rompían en lágrimas por una muerte que los sorprendió. Mostraba a algunos temiendo la vejez, la soledad; a otros luchando contra una enfermedad que amenazaba su vida, y a varios rezando para que los resultados salieran bien. Como lo dijera el Vidente de Lublin, para juzgar a otro no se trata sólo de ver, sino de entender el significado de lo que se ve. Cuando veas a la persona, también ve al ser humano que hay dentro de ella.

¿Quién eres, en qué crees, a qué le temes? ¿Podrías respondértelo? Como puede ser

agotador y hasta desalentador descubrir de nuevo lo poco que sabemos sobre nosotros mismos —pero queriendo dar la mejor impresión—, usamos un nuevo síndrome de la sociedad contemporánea: Photoshop.

Vivimos pretendiendo mostrarnos perfectos, completos, realizados, pero la verdad es que apenas nos engañamos a nosotros mismos. Si quieras utilizar la oportunidad de cada día no te enfoques en lo negativo, en lo superficial, en lo que tu espejo refleja. Si verdaderamente quieras un cambio, debes estar abierto a una reflexión sincera, a un autoexamen sin retoques en el alma. Debes volver a creer. Debes creer en ti mismo, en el poder de tu plegaria. Debes creer que hoy, si así lo decides, puede ser el comienzo de una nueva vida. Hoy es cuando Dios pregunta: *¿De quién es esta vida llena de sueños, posibilidades, risas, amor y esperanza?*

Y es también hoy cuando un ángel se asoma a tu vida y te susurra: *Es tu vida, si tienes el valor de vivirla*. Es tu vida, si fueras capaz de abrir tu ser a Dios y a ti mismo. Porque cada vida tiene un propósito, cada vida tiene un corazón y un rostro. Y cada viaje tiene un sentido. Por ello hoy Photoshop no funciona.

Porque el autoengaño nunca es recomendable. Hoy, cuando se juzga y determina nuestro destino, no podemos presentarnos con retoques. No funciona porque Dios no se impresiona con una elaborada apariencia externa. Dios observa al ser humano que hay dentro de ti y juzga. O como lo dijera el Vidente de Lublin, “para juzgar a otro, no se trata sólo de ver, sino de entender el significado de lo que se ve”. Y ahí es donde se produce el auténtico encuentro entre tú y Dios. Imperfecciones y fracasos sin maquillajes, el alma sin retoques, el miedo al miedo, tan sólo el verdadero tú.

Y entonces, la sinceridad de tu corazón, la autenticidad de tus palabras, la humildad de reconocer tus faltas e imperfecciones y, especialmente, el arrepentimiento, podrán darte una nueva oportunidad. Día con día aprendemos que vivir no es una tarea sencilla, que relacionarnos con otros o con nosotros mismos no es tan simple. *Día con día aprendemos que la vida no es un picnic, que no se asemeja a un paseo por la playa, sino a un viaje por la montaña.*

En las palabras del poeta: “El hombre debe tener un pequeño lugar en el mundo, debe tener palabra, un amor inolvidable, una voz auténtica al rezar, un instante perfecto, poder dar y recibir, y no tenerle miedo al miedo...”. No rezamos por el éxito o por la fama o por ser perfectos. Rezamos por las cosas sencillas que nos llenan y dan belleza y sentido a nuestra vida. Rezamos por un pequeño lugar en el mundo. Y rezamos como una conversación auténtica que tenemos con Dios, a veces con los otros y a veces con nosotros mismos. Es el esfuerzo por impulsarnos a nosotros mismos a ser mejores de lo que fuimos. Es buscar la presencia de Dios y dejarlo entrar en nuestra vida.

Alguien escribió: “Los cementerios están llenos de sueños incumplidos, innumerables ecos de ‘pude haber’, o ‘debí haber’..., incontables libros sin escribir...,

incontables canciones sin cantar... Yo quiero vivir mi vida de forma tal que cuando sea llamado al descanso, sea un descanso necesitado por una vida bien vivida, una canción bien cantada, un libro bien escrito, oportunidades aprovechadas y un amor declarado”.

Por todo ello, quiero pedirte que abras tu corazón; que comprendas, como lo dijera el Vidente de Lublin, que, si vas a juzgar a otro, no se trata sólo de ver, sino de entender el significado de lo que se ve. Que vivas tu vida y no apenas un eco de ella. *¿Quién eres, en qué crees, a qué le temes? Es tu vida, si tienes el valor de vivirla.*

CITA PARA CENAR

Quiero compartirles un texto que circuló en internet y que me conmovió.

Después de 21 años de matrimonio, mi esposa quería que yo llevara a cenar y al cine a otra mujer. Yo no lo podía entender. Ella insistió y me dijo: “Yo te quiero, pero sé que esta otra mujer te quiere también y le va a encantar pasar tiempo contigo.”

Esa otra mujer que mi esposa quería que yo visitara era mi madre, que había enviudado hacía 19 años, pero las demandas de mi trabajo y mis tres hijos sólo habían hecho posibles algunas visitas ocasionales. Esa noche la llamé para invitarla a cenar y al cine.

“¿Qué pasó, está todo bien?”, preguntó. “Pensé que sería lindo que pasáramos un rato juntos, los dos solos”, le dije. Ella lo pensó un momento y me dijo: “Me gustaría mucho”.

Ese día después del trabajo mientras conducía para irla a recoger, estaba un poco nervioso. Ella se había rizado el pelo y llevaba el mismo vestido que usó cuando celebró su último aniversario de bodas. Estaba sonriente y su cara resplandecía. “Les dije a todas mis amistades que iba a salir con mi hijo y todos quedaron impresionados”, me dijo mientras subía al auto. “Están esperando que les cuente todo sobre nuestra salida.”

Fuimos a un restaurante no tan elegante pero muy lindo y acogedor. Mi madre tomó mi brazo como si fuese la primera dama. Después de sentarnos tuve que leerle el menú ya que sus ojos sólo leían grandes letras de molde. Mientras comíamos nuestro primer plato levanté la vista y vi a mi madre que me observaba con una sonrisa nostálgica. “Era yo la que tenía que leerte el menú cuando eras chico”, me dijo, a lo que respondí: “Entonces es tiempo de que te relajes y me permitas devolverte el favor”.

Durante la cena tuvimos una agradable plática, nada especial, pero nos contamos hechos recientes de nuestra vida. Hablamos tanto que se nos pasó la hora de la película. Más tarde, cuando llegamos a su casa, me dijo: “Saldré contigo nuevamente, pero sólo si me dejas invitarte”, lo cual, por supuesto, acepté.

Cuando llegué a casa mi esposa me preguntó cómo había estado mi cita y le

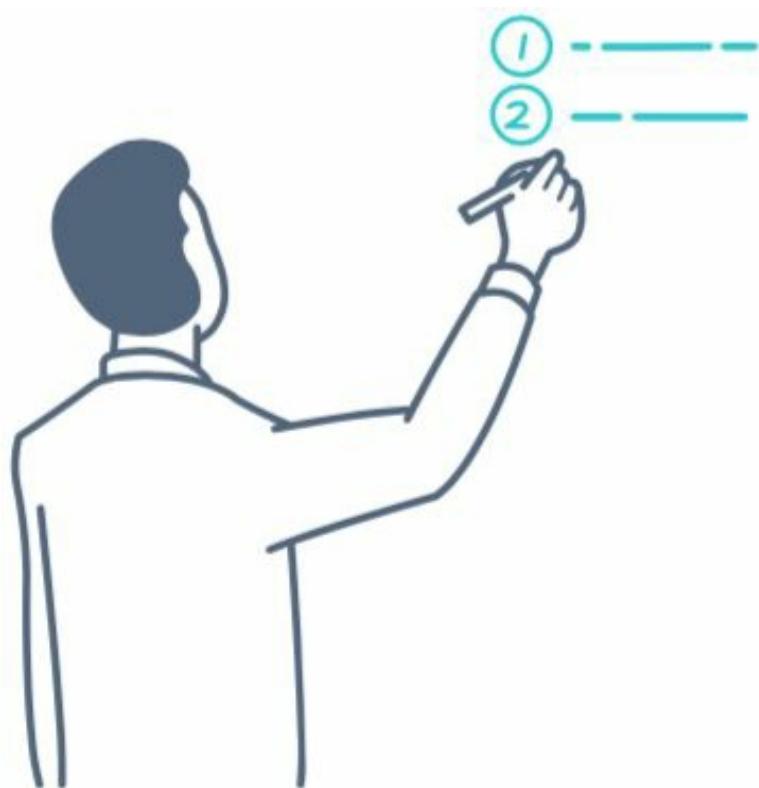
respondí: "Muy bien, mejor de lo que pude haber imaginado, gracias a ti".

Unos días más tarde mi mamá falleció de un ataque al corazón. Pasó tan rápido que no pudimos hacer nada por ella. Un tiempo después recibí un sobre con una copia de un recibo del mismo restaurante donde había cenado con mi madre. En el sobre había una nota que decía: "Pagué anticipadamente esta cuenta, no estaba segura si podría estar ahí, sin embargo, pagué por una cena, para ti y para tu esposa. Nunca sabrás lo que esa noche significó para mí".

En ese momento entendí lo importante que es decir a tiempo "Te quiero" y darles a nuestros seres queridos esos momentos que ellos se merecen. Nada en esta vida es más importante que tu familia.

Queridos lectores:

No dejemos pendientes...
¿Podrías hacer una lista de tus pendientes?



Aléjate de las personas negativas, ellas
siempre tienen un problema para cada
solución.

ALBERT EINSTEIN

BUSCANDO MI SER EN BICICLETA

Más y más personas están practicando este deporte. Parece más en consonancia con nuestra era tecnológica de ritmo rápido que el juego lento del golf. Junto con los triatlones, la popularidad del ciclismo está creciendo a pasos agigantados cada año. Leí que la carrera del año pasado honró la memoria de la leyenda italiana del ciclismo, Gino Bartali, que ganó el Tour de Francia en 1938 y 1948 y el Giro de Italia en 1936, 1937 y 1946. Además, ganó las etapas de montaña del Giro un récord de siete veces y estuvo en el podio del ganador más de 170 veces.

Logró estas hazañas a pesar de no haber podido competir durante los años más prometedores de su carrera, los que abarcaron la Segunda Guerra Mundial. Sin embargo, fue precisamente por lo que hizo durante esos años que se le honra y la razón de haber seleccionado su texto.

Fue durante esos años que ayudó a salvar a cientos de judíos de los nazis. Gino Bartali comenzó a trabajar en la clandestinidad en septiembre de 1943 después de que los alemanes ocuparon gran parte de Italia. Durante ese tiempo más de 10 000 judíos italianos fueron llevados a campos de concentración; 7 000 murieron ahí. Su trabajo clandestino fue contrabandear documentos falsos para ayudar a los judíos a esconderse de los nazis. Y así, Bartali cabalgó desde Florencia a las afueras de Asís y regresó con esos papeles de contrabando escondidos en el manubrio de su bicicleta. Convenció a los soldados nazis que vigilaban el camino de que él estaba en un viaje de entrenamiento de 235 millas. Cuando lo detenían protestaba contra los esfuerzos de los soldados por examinar su bicicleta con demasiada atención diciendo que estaba perfectamente calibrada para la velocidad máxima y que ni siquiera deberían tocarla. Recorrió esa ruta al menos 40 veces. En otras ocasiones también pedaleó a Génova, que está a 145 millas de Florencia, donde recogía dinero para distribuir a las familias judías.

Florencia fue liberada en agosto de 1944, por lo que según mis cálculos recorrió más de 10 000 millas en un año. Sus esfuerzos ayudaron a salvar a unos 800 judíos. También se reveló que Bartali escondió a una familia judía en su sótano durante el doloroso tiempo de la ocupación alemana.

Yad VaShem, el Centro Mundial del Holocausto, que preserva la memoria de las víctimas y se encuentra en Jerusalén, investigó los detalles de la sorprendente historia de Bartali y le otorgó el premio Justo entre las Naciones, el mayor honor otorgado a aquellos no judíos que arriesgaron la vida para salvar a los judíos.

Testigos dieron testimonio de este hecho. En 2013 Yad VaShem plantó un árbol en su honor. Gino Bartali no vivió para ver este reconocimiento. Murió en 2000. Se mantuvo humilde e incluso reservado sobre sus esfuerzos clandestinos y peligrosos en tiempo de guerra.

En una ocasión, sin embargo, ofreció algunas palabras sobre sus notables hazañas. Bartali dijo: “Bueno, es algo que haces, no algo de lo que hablas. Algunas medallas las colocas en tu alma, no en tu chaqueta”.

Me quedé con esa frase. *Algunas medallas las colocas en tu alma.*

Me resulta sumamente importante destacar este episodio en el que un ser humano arriesga la vida por otro ser humano porque cree y practica aquellos valores humanos universales que nos hacen humanos. La solidaridad, la sensibilidad, la lucha contra la injusticia, la fe, la visión universal del compromiso por construir un mundo mejor.

Hay gran valor e importancia en el ejemplo de Gino Bartali. La religión está destinada a arreglar el mundo, no sólo a reparar nuestras almas. No podemos ser indiferentes al dolor de otro ser humano. Debemos hacer escuchar nuestra voz. Deberíamos manifestarnos. El mundo está plagado de injusticias. Se nos ordena nunca ser un espectador. Eso es lo que el ejemplo de Gino Bartali nos recuerda. Deberías enojarte por las injusticias. Deberías salir y ayudar. Salir y mejorar el mundo. Deja que las injusticias del mundo sirvan como agujones para la acción.

El profesor Abraham Joshua Heschel lo dijo así: “En una sociedad algunos son culpables, pero todos somos responsables”.

¿A qué organización das de ti? ¿De tu tiempo, tu esfuerzo, tu ejemplo para tus hijos? ¿Vives una vida propia o una vida prestada? ¿Qué medalla te gustaría ganar?



ESCUCHAR CON TUS OJOS

Una niña llega a casa de la escuela, deseosa de mostrar a su madre un dibujo. Su madre está lavando platos.

—Mamá, ¿adivina qué? —grita, agitando el dibujo.

Sin levantar la vista, su madre responde:

—¿Qué?

—¿Adivina qué? —repite la niña.

De nuevo la madre pregunta:

—¿Qué?

—Mamá, no estás escuchando.

Mientras sigue mirando los platos, la mamá dice:

—Mi amor, sí te escucho.

—Pero mamá, no estás escuchando con tus ojos.

Mi mensaje es simple: estamos fallando en el arte de escuchar. Estamos tan concentrados en nuestros trabajos y en nuestras preocupaciones que no sólo nos olvidamos de escuchar con los ojos, tampoco abrimos los oídos.

Cada uno de nosotros, nuestras familias, cada lugar está lleno de almas que anhelan ser escuchadas, historias que hablan de quiénes somos y de lo mucho que tenemos en común, pero no podemos encontrar a nadie que escuche.

¿Dices “aquí estoy” cuando realmente tu mente está en otro lugar? Como cuando tus hijos están hablando y tú estás navegando en internet, como cuando tu pareja está hablando y tú estás viendo la televisión.

Escuchar es estar presente, estar plenamente presente, conectado con todo tu ser.

Un estudiante estaba visitando al rabino Abraham Joshua Heschel cuando el gran erudito del pensamiento judío recibió la noticia de que la hermana de un amigo acababa de morir.

Heschel le dijo a su alumno: “Tenemos que irnos”. Viajaron durante cerca de dos horas hasta que llegaron a la casa. Heschel entró, abrazó a su amigo y se sentó a su lado en el sofá durante una hora. No murmuraba ni una sola palabra, ni un solo clásico como: “¿Cuántos años tenía?” Tampoco: “El tiempo sanará”. Ni siquiera: “Sé cómo te sientes”.

Permaneció sentado en silencio durante una hora y escuchó, y cuando su amigo terminó de hablar y llorar y contar historias se levantó, abrazó a su amigo de nuevo y se

fue. Durante el viaje de regreso el estudiante le preguntó al rabino Heschel: “¿Conocía bien a la hermana de su amigo?” Heschel le respondió: “Nunca la había visto”.

El estudiante estaba perplejo. “¿Por qué viajamos cuatro horas y nos quedamos sentados en su sofá una hora sin hablar?” El rabino respondió: “Porque eso era lo que él necesitaba”.

¿Podríamos nosotros ser como el doctor Heschel? Estar concentrados en lo que en ese momento estemos haciendo. No fragmentados, pero presentes para otro. Para escuchar verdaderamente tienes que estar presente, no sólo emocionalmente, sino también físicamente.

Debemos estar cerca, porque si no estás, puedes escuchar sólo el eco. Es por eso que Heschel tenía que estar en presencia de su amigo para no estar equivocado ni confundido por un eco.

Escuchar no es saber las respuestas. Reconocer a otro ser humano no consiste en dar consejos; se trata de prestar atención y hacer sentir con tu presencia una entrega.

A lo largo de mi carrera pastoral he sido siempre del tipo de personas que se acercan a los enlutados pensando que distraerlos, contarles sus propias pérdidas y cualquier conversación superficial ayudan. Pues sepan que no es así. La persona que perdió un ser querido sólo necesita verte, sentir tu abrazo y compartirte la tristeza que la agobia. Quiere que la escuches también con los ojos.

¿Alguna vez escuchaste a un mago decir abracadabra? Es arameo. Significa “creo mientras hablo”. Las palabras de la gente son sus creaciones más personales, saliendo directamente de su mente y yendo directamente a los oídos del oyente, anhelando encontrar un hogar en nuestro corazón. Cuando uno realmente escucha, él o ella da más de lo que se puede imaginar, porque el oyente guarda una pieza del alma del orador.

El rabino Harold Kushner escribió: “Cuando llamamos a Dios en nuestra angustia, Dios nos responde enviándonos gente. Cualquier camino es más fácil de viajar cuando uno tiene la mano de alguien para sostenerla”.

¿Te imaginas poner la mano en busca de ayuda y que nadie la tome? ¿Puedes recordar un momento en el que realmente necesitabas hablar, pero todo el mundo estaba ocupado?

Todo lo que necesitabas era la presencia de un amigo, un ser querido, una madre o un padre, un hermano o hermana, un colega de confianza, pero no estaban ahí, o tanto peor estaban ahí, pero no estaban completamente presentes.

Todos tenemos limitaciones, pero también cada uno de nosotros tiene el poder único de ser un amigo, una fuerza curativa, estar presente, escuchar.

Volviendo a la madre en la cocina con su hija. La madre estaba escuchándola. Dejó los platos y alzó los ojos, se inclinó, se acercó para ver la creación en la mano de la niña. ¡Ella estaba diciendo “abracadabra”, “yo creo mientras hablo”!

La madre se concentró en sus palabras, ella escuchó con sus oídos y su corazón y también con sus ojos. Y su alma susurró: “¡Aquí estoy!”



Cualquier camino es más fácil de viajar cuando uno tiene la mano de alguien para sostener la tuya.



La felicidad es como los lentes... los buscas,
los buscas, los buscas y resulta que los llevas
puestos.

LA ÚLTIMA PALABRA

La última palabra no ha sido pronunciada, la última frase no ha sido escrita, el veredicto no está dado. Nunca es demasiado tarde para cambiar de idea, de rumbo, para decir no al pasado y sí al futuro; para experimentar remordimiento, para pedir y ofrecer perdón. Nunca es demasiado tarde para comenzar de nuevo, para sentir de nuevo, para amar de nuevo, para anhelar de nuevo. Nunca es demasiado tarde para superar la desesperación, para transformar el dolor en resolución, y el sufrimiento en propósito. Nunca es demasiado tarde para modificar mi mundo, no a través de encantamientos ni manipulaciones de cartas o descifrando las estrellas sino abriéndome a las fuerzas curativas ocultas dentro, a las energías escondidas, a los poderes de mi ser interior... (H. Schulweis).

Cuando una persona comienza su vida, hay innumerables puertas en espera de que las abramos. Pero mientras caminamos a lo largo de los años, las puertas se nos cierran por detrás, una por una. No te quedes en la puerta exterior, no temas abrirla y entrar. Debes hacerlo, porque si rezas por la vida debes aceptar que vivir implica que siempre tendremos que abrir puertas sin que importe nuestra edad, sin que importe el momento. Se requieren la fuerza y el compromiso necesarios para buscar la llave adecuada para el cerrojo adecuado.

Suponiendo que tenemos las llaves, ¿queremos abrir las rejas nuevas? ¿Abriremos la puerta de la compasión? ¿La puerta de la justicia social? ¿La puerta del amor, la del perdón? ¿La puerta del compromiso con tu fe? ¿La puerta de la oración? ¿La puerta para quienes se atreven a llevar una vida más significativa? ¿La puerta del valor? ¿La puerta de la acción? ¿La puerta de una vida de empatía? (M. Meyer).

Cuánto cambiaría si pudiéramos comprender que tu vida puede hacer una diferencia..., si pudieras dejar de quejarte por lo que crees que te falta y aprendieras a agradecer lo que tienes...

Quiero contarles la historia de Munish, quien vivía en un pequeño pueblito llamado Moglinitz. Era un sastre muy reconocido por toda la gente del pueblo. Un día, el dueño de las tierras se apareció en su taller. Era un hombre exigente y poco gentil, y le encantaban las cosas más finas de la vida. Le dijo: "Munish, eres uno de los sastres más talentosos de la zona. Te he traído lana fina de Inglaterra y seda del Lejano Oriente. Quiero que me elabores todo un guardarropa, y si lo haces bien, te recompensaré". Una

semana más tarde volvió para probarse su nuevo guardarropa. Le encantó y todo le quedó muy bien, y Munish fue nombrado sastre de la corte. Pronto Munish supo que era, de veras, el mejor sastre del lugar.

Luego de un tiempo le informaron que en la corte iban a tener una noche de gala y que debía coser ropa nueva para la familia del dueño de las tierras. Asistirían muchos invitados de toda Europa, y querían verse bien. Munish se puso a trabajar, y una semana después terminó su tarea. Se probaron la ropa, y para su sorpresa les había quedado pésimo. El dueño de las tierras estaba furioso y amenazó a Munish: “O la ropa queda bien o te colgaré del árbol más alto”. Munish estaba desesperado, deprimido y sin idea de qué era lo que había salido mal.

Así que decidió visitar a su sabio maestro y le explicó lo sucedido. El Maguid asintió con la cabeza y se quedó pensando durante unos minutos. “Esto es lo que debes hacer: vuelve a tu taller y con mucho cuidado deshizo las costuras de la ropa, y luego vuelve a coserlas como lo hiciste la primera vez.” “Pero no puedo hacer eso, la ropa no les queda.” “Tú no te preocupes. Sólo sigue mis instrucciones.”

Munish volvió a su taller, pensando en cómo se sentiría morir ahorcado, pero como no tenía ninguna otra solución, con mucho cuidado deshizo las costuras de la ropa y volvió a coserla exactamente como lo había hecho la primera vez. La familia del terrateniente volvió al taller para probarse la ropa. Y ¡gran milagro! Le quedó a la perfección. Todos estaban felices y recompensaron al sastre. Munish sintió alivio, estaba feliz, pero, ahora sí, totalmente confundido.

Corrió hasta la casa de su maestro, el Maguid, le contó lo sucedido, le preguntó: “¿Qué pasó?”. El Maguid sonrió y respondió: “La primera vez cosiste con arrogancia, y la arrogancia quedó cosida en la ropa. La segunda vez cosiste con humildad, y tu humildad quedó cosida en la ropa. Munish, tu producto final depende totalmente de tu actitud”.

Ésta es la lección que todos debemos aprender. La vida es frágil, temporal; está llena de lucha y desafío. Pero no te preocupes por qué tan famoso te hayas vuelto. Preocúpate por los individuos a los cuales hayas ayudado a ser mejores personas.

Mientras tengas vida, recuerda: *La última palabra no ha sido pronunciada, la última frase no ha sido escrita, el veredicto no está dado. Nunca es demasiado tarde para cambiar de idea ni rumbo, para decir no al pasado y sí al futuro; para experimentar remordimiento, para pedir y ofrecer perdón. Nunca es demasiado tarde para comenzar de nuevo, para sentir de nuevo, para amar de nuevo, para anhelar de nuevo. Nunca es demasiado tarde para superar la desesperación, transformar el dolor en resolución, y el sufrimiento, en propósito.*

Nuestra mayor discapacidad es el miedo, nuestra mayor fortaleza es el valor de la fe, y recuerda que tu producto final depende totalmente de tu actitud.



APRENDER DE LAS ÁGUILAS

Nacimiento, renovación, volver a empezar, recuperar el potencial olvidado, los sueños abandonados, una nueva oportunidad, recibir una nueva página para escribir nuestra historia... ¿Acaso no son tus más deseados anhelos? Hay momentos que nos enfrentan al desafío de redirigir el navío de nuestra vida para llevarlo al destino que hemos soñado alcanzar. Y cuando ese momento llegue, porque siempre llega, *¿estarás preparado para reaccionar?*

Sabemos que puedes cambiar, pero para hacerlo debes renovarte. Y al hacerlo puedes recrearte a ti mismo. Porque cada día te ofrece una nueva oportunidad. Tú puedes definir tu propio futuro.

Recuerda las palabras de Viktor Frankl: “No tenemos el control de lo que el destino nos traerá, pero sí tenemos el control de cómo reaccionaremos a lo que nos suceda”. Por ello te digo que mientras viajas por la vida no estás ni completo ni terminado.

Claro que muchos se sienten escépticos. Bajo la influencia del mundo secular, hemos escuchado con frecuencia un mensaje diferente: que cuando naces tu destino está sellado, que somos las víctimas de nuestros genes, de nuestro karma, que somos víctimas de fuerzas fuera de nuestro control. Y muchos declaran solemnemente: “No puedo cambiar, soy lo que soy”.

Permíteme que insista: no seas tu propia víctima. Tú puedes hacer la diferencia, puedes renovarte a ti mismo. Todo lo que debemos hacer es dar los primeros pasos. Podemos recuperar los sueños que tuvimos para nosotros mismos y abandonamos.

¿Cómo lo hacemos? ¿Qué necesitamos para volver a nacer? No importa tu edad cronológica. Quiero que pienses por algunos instantes en tu propio nacimiento, en tu niñez, en tus sueños de ayer. ¿Qué deseaban tus padres para ti? ¿Qué te decían acerca de tus talentos? ¿Decían que podías ser buen doctor, un gran empresario, músico, artista, una profesora, un profesional, un buen escucha, un buen amigo, un soñador? ¿Te insistían que fueras una buena persona? ¿Te veían como el siguiente eslabón en la cadena de generaciones? ¿Cómo has utilizado los dones que Dios te dio? ¿Eres de los que declaran “soy lo que soy” o estás al mando de tu propio barco? Y si tienes la oportunidad, te preguntas: ¿dónde encuentro el entusiasmo para hacerlo? ¿Qué necesito?

Leí que hay cuatro cosas que cada niño necesita y merece.

Un niño necesita que sus padres le den valores y metas, y necesita que sus padres le den fe y raíces. Para renacer, también cada uno de nosotros necesita vivir con *valores*,

metas, fe y raíces.

Por lo tanto, el primer paso es realizar una cuidadosa evaluación de tus propios valores. Responderte con honestidad si a lo largo de tu vida te has esforzado por hacer lo correcto y establecer tus metas.

Harold Kushner cuenta la historia de un joven que deja su pueblo del medio oeste para irse a Hollywood. Tiene tres metas en su mente: ver su nombre en una marquesina, comprar un Rolls Royce y casarse con una reina de belleza. Cuando cumplió 30, logró las tres. Y se sentía miserable y deprimido. Su vida perdió sentido.

John Glenn, en sus setentas, volvió al espacio para repetir la hazaña que logró cuando era mucho más joven. Sé que muy pocos tenemos la oportunidad de viajar al espacio, a pesar de que muchos vivimos ahí, pero insisto en que hoy retomemos los sueños abandonados.

Todo lo que necesitas hacer es proponértelo. Y necesitas fe. Mucha fe. Personalmente creo que hay un Dios, y creo que hay un propósito en la vida, aun cuando muchas veces no la entendamos. Debemos recuperar esa fe y hacerla una parte inseparable de nuestra vida y nuestras acciones diarias.

Y finalmente, necesitamos raíces. Debes preguntarte de dónde vienes. ¿En qué estación del viaje por la vida abandonaste tus sueños o tu idealismo? *¿Tienes valores, metas, fe y raíces?*

Aprendí que el águila es el ave de mayor longevidad de su especie. Llega a vivir 70 años. Pero para llegar a esa edad, al completar 40 años debe tomar una seria y difícil decisión. Porque a esa edad sus uñas están muy flexibles, por lo que no consigue agarrar a sus presas de las cuales se alimenta. Su largo pico se debilita y se curva apuntando hacia su pecho. Sus alas están envejecidas y sus plumas se tornan gruesas, por lo que le resulta muy difícil volar. Entonces, el águila tiene solamente dos alternativas: morir o enfrentar un doloroso proceso de renovación, que dura 150 días.

¿En qué consiste su proceso? Debe volar hacia lo alto de una montaña y quedarse en un nido cercano a un paredón, donde no tenga la necesidad de volar. Ahí comienza a golpear su pico contra la pared hasta destruirlo. Esperará entonces el crecimiento de uno nuevo con el que podrá arrancar una a una sus viejas plumas. Y esperará que vuelvan a crecer. Y sólo entonces, pasado ese tiempo, podrá salir para el famoso vuelo de renovación que le dará por lo menos 30 años más de vida.

Hay momentos en nuestra vida en que debemos aislarnos y enfrentar un proceso individual de renovación. Es cuando debemos desprendernos de aquello que nos lastima, que nos causa dolor, que nos pesa y limita la plenitud de nuestro vuelo. Debemos eliminar lo que nos disminuye como personas y nos roba el entusiasmo por la vida. Debemos hacerlo, a pesar del dolor que podamos sentir. Les deseo de corazón que lo hagan sin temor.

Observen cómo vuelan las águilas. Lo hacen de una manera muy particular. Usan su fuerza solamente para iniciar el vuelo. Baten sus alas y se esfuerzan hasta ganar cierta altura. Una vez alcanzada, aprovechan la fuerza del viento y se dejan llevar por él. Poseen un gran instinto para captar corrientes de aire, y saben aprovecharlas. Si sólo hay brisa leve, planean suavemente. Si hay viento fuerte, usan la fuerza de ese viento para volar muy alto y desplazarse a gran velocidad, inclinando a la izquierda y a la derecha sus enormes alas, que pueden llegar a extenderse más de dos metros.

Las gallinas son muy distintas. Cuando están nerviosas o se echan a correr, agitan mucho las alas, con gran alboroto, pero apenas vuelan unos metros.

La tradición del Tao enseña que la persona únicamente se siente plena y realizada cuando su obra imita el vuelo; de lo contrario, siempre queda un vacío y un sabor amargo de falta de plenitud. Apliquemos la sabiduría de las águilas a nuestra vida. *¡Buen vuelo!*



Yo creo que la verdad es perfecta para las matemáticas, la química, la filosofía, pero no para la vida.

En la vida, la ilusión, la imaginación, el deseo, la esperanza, cuentan más.

ERNESTO SÁBATO

PERDÓN Y MEMORIA

¿No guardas rencor? Es más fácil decirlo que hacerlo porque todos tenemos rencores y, aunque creemos que los dejamos ir, el recuerdo siempre permanece. Cuando estaba en la escuela secundaria jugaba en un equipo de futbol, y si bien nunca destaque, me entregaba y era un entusiasta, por lo que ayudaba a mi equipo. Durante un partido importante, un jugador del equipo rival comenzó a molestar y golpearme en cada jugada. Naturalmente en un momento exploté y ambos fuimos expulsados. Yo estaba realmente enojado con él. Por la expulsión no pude jugar la final y eso me hizo enojar muchísimo con él, pero también conmigo mismo.

Nunca olvidé ese día. Cuando alguien me hace mal pienso en ese momento. El recuerdo me sirve para discernir cuándo dejar ir las cosas y evaluar las posibles consecuencias, pero desde entonces lo he perdonado. Y aprendí una lección valiosa porque él no fue el único culpable ese día. Ahora sé que perder los estribos tuvo un costo para mí y para mi equipo.

Karyn Kedar presenta en su libro *El puente al perdón* el concepto de que conceder el perdón es una forma de que crezcamos y avancemos. Nos da una perspectiva para hablar sobre el concepto de otorgar perdón. El perdón señala un cambio, levanta una carga y nos permite avanzar. Cuando no perdonamos un mal en contra nuestra, permanece con nosotros. La curación es incompleta y permanecemos enraizados en el punto en el que nos encontramos en ese momento. Kedar nos recuerda que se trata de actitud y de eliminar la neblina de la ira, la emoción y la desilusión.

Cuando perdonamos estamos listos para sanarnos a nosotros mismos y para crecer como seres humanos. Estamos listos para avanzar hacia nuestro futuro.

Ella escribió: “¿Podemos controlar los eventos que tienen lugar en nuestra vida? A veces sí. A veces no. ¿Podemos controlar nuestra reacción hacia ellos? Siempre. Es difícil, pero está bajo nuestro control reaccionar, creer, responder, sentir, comportarse, formarse una opinión sobre lo que nos sucede, construir escenarios. Está dentro de nuestro poder crear dentro de nuestra alma una imagen de lo que significa la vida”.

“Sí” está abierto, abierto de par en par, como una grieta en la tierra que revela las profundidades de la existencia.

“Sí” no significa que no hay dolor. Significa que hay más en el dolor que el dolor mismo, que puede haber bendiciones enterradas (u ocultas) dentro del dolor, sabiduría más allá del dolor y vida más allá del dolor. “Sí” afirma que la vida puede ser buena a

pesar de nuestras luchas, que la paz se puede hacer a pesar de nuestros conflictos, que la curación puede superar nuestro dolor.

Ella concluye el pasaje con lo siguiente: el universo conspira contigo para cumplir tu destino. Entonces, la conversación con el mundo es algo como esto:

Han salido a buscarme. Sí.
Seré traicionado. Sí.
Él o ella va a pelear conmigo. Sí.
Nunca voy a ser lo suficientemente buen@. Sí.
Tengo todo lo que necesito. Sí.
Merezco amor. Sí.
Esto sólo puede matarme. Sí.
Sobreviviré. Sí.

Presta atención a lo que afirmas que es verdad, porque seguramente manifestarás la realidad en la que crees. El perdón dice “sí” a la vida.

Como señala Kedar en su poesía, el perdón es una afirmación positiva para los vivos. ¿Qué se siente perdonar a alguien? A veces es superficial, como un niño que fue golpeado por otro niño. El niño que golpeó dice: “Lo siento”. Y el niño que fue golpeado dice: “Te perdonó”.

Para aquellos de ustedes con niños, sólo saben que mientras hacen que su hijo pase por esto, 10 minutos más tarde pueden estar en eso de nuevo. Pero es una forma de entrenar a nuestros hijos para buscar el perdón y que ellos lo concedan. En la vida el perdón es tan difícil de otorgar cuando uno ha sido verdaderamente agraviado por otro porque a veces está lleno de gran ira, tristeza, celos y sobre todo de un profundo sentimiento de traición. Esto no es sólo cuando la gente se equivoca, sino cuando estás enojado con Dios, lo que tal vez sea lo peor de todo porque estamos muy heridos. Tal vez sea más fácil recuperarse de una herida física porque podemos ver cómo se cura. Podemos coser o vendar y eventualmente la herida se rompe.

La mayoría de las veces nos queda una cicatriz. Las cicatrices dejan impresiones duraderas y pueden dar forma a nuestras actitudes en la vida.

A veces, cuando tenemos cicatrices, mantenemos un escudo protector sobre nosotros mismos para que nadie pueda dañarnos, separándonos de la comunidad y manteniendo nuestro verdadero ser oculto del mundo. Y a veces lo que era una capa protectora se vuelve permanente, y nunca nos permitimos herirnos de nuevo. Cuando eso sucede, perdemos las oportunidades de encontrar algo nuevo y diferente para nosotros mismos.

Rehuimos tomar ese riesgo para otorgar perdón. No nos ponemos en ese lugar para que no podamos herirnos y, a veces, los errores cometidos contra nosotros se convierten

en insignias de honor. Ese amigo dejó de llamarme, así que dejé de llamarlo. Y si tengo otro amigo así, tampoco lo llamaré para que no pueda lastimarme. En cierto sentido, desactivamos cualquier oportunidad para que otros nos causen dolor. Y cuando lo hacemos también cerramos la oportunidad de crecimiento y reconciliación.

Las personas a menudo se acercan a mí como su rabino, en busca de un consejo porque han llegado a un lugar donde quieren encontrar una manera de superar el daño y el mal comportamiento. Quieren hacer eso más por sí mismos que por otros. El perdón no es siempre para la otra persona, para nosotros es alcanzar un punto de curación.

Cuando me preguntan cuál es el próximo paso les respondo preguntándoles si están listos para perdonar. A menudo todavía están enojados, siguen emocionados y aún sienten el profundo sentimiento de traición. Los aliento a que trabajen a través de sus sentimientos. Si quieren perdonar a la otra persona primero deben permitirse experimentar todas las emociones. Entonces ellos tienen que perdonarse a sí mismos.

Sólo entonces comenzarán a encontrar la capacidad de perdonar a quien les hizo un daño. El perdón es una forma de curación. Si alguien llega al punto en que puede perdonar al otro, entonces ve la luz al final del túnel. En ese punto se convierte en algo que levanta sus corazones. El perdón señala un cambio de dirección y una nueva confianza en ti y en los que te rodean. La tensión comienza a disiparse y el peso se vuelve menos gravoso.

Pero eso es sólo el comienzo.

El arzobispo Desmond Tutu escribió en respuesta a los Procedimientos de Verdad y Reconciliación de Sudáfrica celebrados en la década de 1990: “Sin perdón no puede haber futuro y sin memoria no puede haber curación”.

El perdón puede movernos hacia el futuro; la memoria nos permite hacerlo con la plenitud de lo que estamos destinados a ser. La memoria nos recuerda el trabajo de curación que queda por hacer. El perdón no borra todo el pasado; no recrea nuestros recuerdos, sino que nos permite replantearlos con potencial para nosotros y nuestro futuro.

A veces estar en medio de un momento estresante y terrible es más difícil de lo que podemos soportar. Pero en el futuro esos recuerdos difíciles pueden convertirse en fuentes de fortaleza, fuentes de cambio hacia cómo nos sentimos con respecto al otro y hacia nosotros mismos.

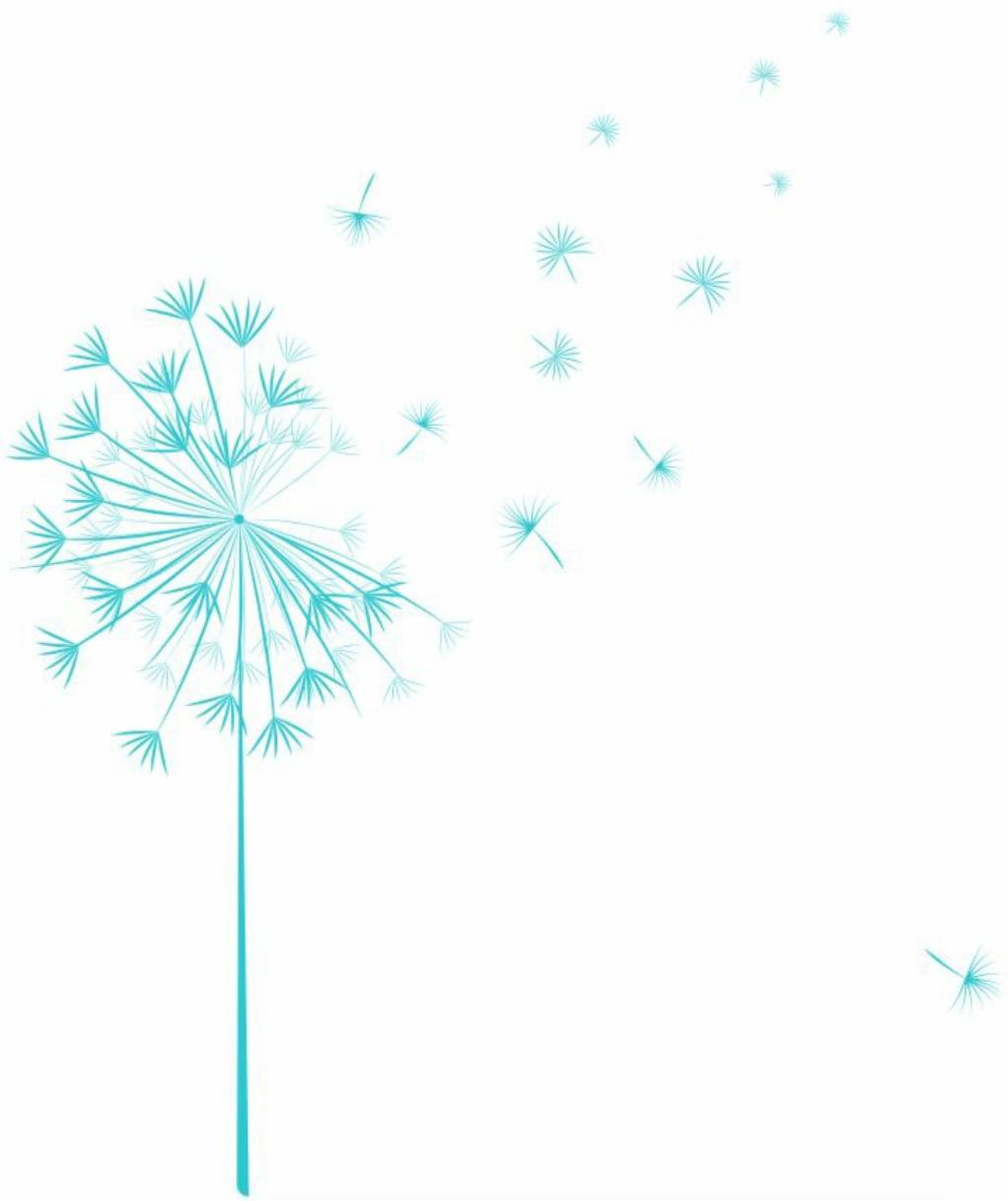
Construir es un momento que requiere detenernos, hacer un balance, trabajar a través de las piezas que más nos molestan en la vida y quizás crear alguna resolución para nosotros mismos. Los errores cometidos contra nosotros son oportunidades para perdonar a los demás y a nosotros mismos. Cada año tenemos la oportunidad de reiniciar, restablecer y recrear.

Tenemos la oportunidad de comenzar de nuevo, recordando los errores del pasado y

trabajando para solucionarlos. Nuestros valores enfatizan la importancia del perdón y cómo afirmar y elegir la vida. Siempre elegir la vida y la bendición.

Charles Klein escribió: “El perdón no se olvida”. Perdonamos no porque creemos que lo que se hizo no era importante, sino porque estamos preparados para dejar de lado nuestro enojo el tiempo suficiente para escuchar palabras que reflejan remordimiento y arrepentimiento, lo suficiente como para comenzar a creer que las personas tienen el potencial de crecer.

Elige la vida. Siempre.



— “
Tienes que cambiar la forma
en que ves la vida.

— ”
¿Verdad que es una buena idea?

ES POSIBLE
CAMBIAR



SAL DE TI MISMO

De visita en Israel, tuve la oportunidad de asistir a un concierto de Shlomo Artzi frente a las murallas de la ciudad vieja de Jerusalén. Fue una experiencia maravillosa: el lugar, el espectáculo, estar rodeado de tantos jóvenes y, para mi sorpresa, también de mucha gente de mi edad, cantando y creando un momento mágico. Y en pleno concierto y después de unas palabras acerca de la vida, la soledad del individuo y la eterna búsqueda de ser uno mismo, interpretó una canción que desde que la escuché sabía que debía alguna vez citarlo.

“Una persona vive dentro de sí misma. A veces está triste o amargada. A veces canta, a veces abre la puerta para recibir un conocido, pero la mayor parte del tiempo, una persona se cierra dentro de sí misma... La mayoría de las veces, una persona es un desconocido para sí mismo, un extraño para sí mismo... La mayor parte del tiempo está cerca y dentro de sí mismo... Vive en su interior.”

Imaginemos que hoy es el día de la recreación de tu vida. Es un nuevo momento, un nuevo *génesis*, un nuevo comienzo. Llegamos con una mezcla de emociones, de pensamientos y sentimientos.

Yo creo que estos días deben ser el despertador que nos haga abrir los ojos y ver cómo vivimos dentro de nosotros mismos, cómo vivimos dentro de esos límites que establecimos para nuestra vida, límites que nos hacen ser personas comunes que viven vidas igualmente comunes. Son límites que ahogan nuestros sueños, nuestras risas; que nos confunden, que desvían nuestro viaje; límites que, como describe la canción, nos hacen sentir más seguros solamente cuando vivimos dentro de ellos.

¿Qué has logrado? ¿Dónde mi vida, mis esfuerzos, mi energía marcaron una diferencia? ¿Cuándo fue la última vez que hiciste algo por primera vez?

No somos marionetas y no podemos ser manipulados con hilos. Tenemos la habilidad de elegir, y las elecciones que hacemos son las que van a determinar el sentido de nuestra vida. A su vez, la capacidad de elegir, el libre albedrío, implica la posibilidad de cambiar.

No estamos condenados a vivir de cierta manera. No importa *qué*: podemos cambiar y ser mejores de lo que éramos. Y ése es el mensaje de este día. Un día que hace hincapié en la elección, que nos libera e invita atrevernos a imaginar nuestra vida, y a intentarlo. Y nuestra voz interior pide ser escuchada: cambia el disco, sacude el polvo. *Desprenderse es renovar la esperanza en ti mismo, darse una nueva oportunidad de*

construir una nueva y mejor historia.

¿Crees que reescribir tu historia, volver a nacer, es una misión imposible? La vida nos habla a cada uno. Nos insiste: *vamos, inténtalo. Es tu vida, tu única vida.* ¡Tú puedes transformar tu historia! ¡Tú puedes escribir una nueva y mejor página!

Una persona vive dentro de sí misma.

A veces está triste o está amargada.

A veces canta,

a veces abre la puerta y se asoma.

Hoy es el día para animarse a abrir la puerta, asomarse y atreverse a salir. Leí que a principios de 1960 un zoológico recibió de regalo un tigre blanco, gigante, llamado Mohini, uno de los siete que había en el mundo y el único fuera de la India. Inmediatamente se volvió la atracción principal. A mediados de los años sesenta el zoológico decidió construirle un hábitat semejante al de la selva. Podía correr, pasear a gusto. Pero pasó algo extraño: Mohini entró en su nuevo hábitat y empezó a caminar en un área de 12 por 12 metros, un cuadrado de las mismas dimensiones que la jaula donde creció y vivía. Y hasta su muerte en 1979, su vida se redujo a 12 por 12. Aun cuando tuvo la oportunidad de aventurarse fuera de ella no lo hizo. Literalmente, no salió de su zona de confort. Los seres humanos no actuamos de manera diferente.

¿Continuarás observando tu tierra prometida personal a la distancia encerrado dentro de ti mismo, en el desierto de 12 por 12 de tu vida, o serás capaz de cambiar, de asomarte a la vida, de buscar la inspiración y el valor para descubrir nuevos y mayores horizontes?

Un estudiante pasaba horas y días enfrascado en un texto que lo tenía maravillado. Habiendo transcurrido varios días, el profesor notó lo que estaba sucediendo y se acercó al alumno. “¿No has entendido el texto?”, le preguntó. “Sí, profesor, en realidad me fascina.” “Bien, ¿por qué no sigues entonces avanzando con la lectura? Ya debes darle la vuelta a esta página.”

A lo que el alumno le respondió: “Profesor, ¿por qué debo hacerlo si aquí estoy a gusto?”.

Muchos viven con esa forma de pensar. Para qué cambiar si ya conozco y domino como estoy, como soy. Mejor me quedo aquí y no salgo de la jaula que construí.

Leí una vez: “Siempre es necesario saber cuándo una etapa llega a su fin. Si insistimos en permanecer en ella más tiempo del necesario, perderemos la alegría y el sentido de otras etapas que necesitamos vivir. Una persona vive dentro de sí misma. A veces está triste o está amargada. A veces canta, a veces abre la puerta”.

Hoy es el día para que te asomes a ver qué hay más allá de esa puerta.

Inténtalo. No temas. Tú puedes transformar tu historia. Debes darle vuelta a la página.

Tú debes responderte: *¿De quién es esta vida llena de sueños, posibilidades, risas, amor y esperanza?* Y es también hoy cuando un ángel se asoma a tu vida y te susurra: Es tu vida, si tienes el valor de vivirla.

¿Eres un extraño también dentro de ti mismo?

¿Estás exiliado de tu propia vida?

¿Cuáles son las dimensiones que imaginas que tu vida puede alcanzar?

SER VERSUS TENER

Hace pocas semanas recibí un correo electrónico que me llamó la atención. Menciona a Lewis Wolpert, un reconocido biólogo inglés, quien en su nuevo libro presenta los más recientes y sorprendentes hallazgos científicos del proceso de envejecimiento. Según Lewis, hay cuatro etapas en la vida de un ser humano: la infancia, la adultez activa, la madurez y, finalmente, la que él llama “te ves muy bien”, en alusión al saludo entre las personas mayores de 60 años que se ven después de algún tiempo. De hecho, es el título de su libro: *Te ves muy bien*.

Como noté que cada vez son más las personas que me saludan con las afectuosas o ¿cáusticas? palabras “te ves muy bien”, y sin muchas opciones, decidí integrarme al grupo “Te ves muy bien”. Leí que una de las claves de “verse bien” pasa por las actitudes que son especialmente optimistas.

Como la del viejo campesino que vivía en una cabaña en ruinas, cerca de su maizal. Había vivido en el mismo lugar durante tanto tiempo, que atrajo mucho la atención de los transeúntes. Algunos creían que su edad pasaba los 100; sin embargo, siempre se le veía con una actitud juvenil y mucho sentido del humor.

Una vez un turista se detuvo y le preguntó: “¿Ha vivido aquí toda su vida?”. Con una sonrisa en el rostro y brillo en los ojos, el granjero respondió: “Todavía no”.

Qué actitud de vida tan positiva, tan valiosa. Deberíamos integrarla en nuestra vida. Vivimos en una cultura en que el motor dominante es el consumismo y la adquisición. Hemos olvidado cómo distinguir entre lo que necesitamos y lo que queremos. Confundimos el “ser” con el “tener”, y terminamos pagando un precio muy alto que afecta a nuestras familias, la comunidad, nuestro trabajo y a nosotros mismos.

Se cuenta que un hombre luchaba para cargar sus dos pesadas maletas en una estación de autobús cuando un señor se le acercó y le preguntó: “Disculpe, ¿me da la hora?”. El otro suspiró, apoyó sus enormes maletas, hurgó en sus bolsillos, sacó un reloj y, dirigiéndose al reloj, le dijo: “La hora”, y una voz desde dentro del reloj respondió: “Son las 5:32”. “¡Wow, qué reloj!”, exclamó el extraño. “Eso no es nada —respondió el dueño—. Déjame mostrarte qué otras funciones tiene.” Y, otra vez, dirigiéndose al reloj, dijo: “Hora en Japón”, y en una fracción de segundo el reloj le indicó la hora en Japón. Entusiasmado, el curioso empezó a preguntarle la hora en Berlín, Italia, México, Jerusalén, y cada vez, en una fracción de segundo, el reloj respondía. “Fotos de boda”, dijo el señor, y en segundos aparecieron las fotos que solicitaba. “Música de Bach”, y la

música sonaba de fondo mientras pasaban las fotos. “Éste es un súper reloj con activación de voz. Es un arte de la computación conectado con todos los satélites del mundo. También tiene dos receptores de radio que alcanzan la cobertura de más de la mitad del globo terráqueo.” “Quiero comprárselo”, dijo entusiasmado el extraño. “Oh no, todavía no está a la venta. Estoy trabajando en corregirle algunos errores.” “Debo tener ese reloj —dijo el extraño—. Te daré lo que quieras.” “Oh no, no está a la venta”, dijo el dueño. Acto seguido, el hombre sacó un grueso fajo de billetes y lo puso en la mano del dueño. “Tenga, tómelo, debo tomar mi autobús”, dijo. “Está bien, aquí está su reloj.” El extraño sonrió feliz, puso el reloj en su bolso y empezó a caminar cuando escuchó la voz del vendedor: “Hey, espere un minuto”. El extraño se volvió con cautela y el señor le señaló las dos pesadas maletas y le dijo: “Amigo, ¡no olvide las baterías!”.

Nos reímos, pero la verdad es que así actuamos, y así vivimos. No importa hacia dónde nos dirigimos, vamos *cargando* las pesadas baterías. Y mientras más acumulamos, más difícil se hace el viaje, más lento nuestro paso. Como lo expresara Will Rogers: “Mucha gente gasta el dinero que no ganó, para comprar cosas que no quiere, para impresionar a gente que le cae mal”.

En nuestra cultura somos capacitados para verter toda nuestra energía en la adquisición. Como el hombre del relato, si no lo posees, lo quieras. Y una vez que lo posees, quieres uno más nuevo, más grande, más rápido. He estado reflexionando acerca de qué es lo que hace que vivamos con esa actitud de siempre querer poseer más. Algo que no se limita a objetos, una vez que medimos nuestra autoestima en comparación con las posesiones de otros. Y si el suyo es más nuevo, entonces tenemos un problema.

Y cuando vivimos así, la autoestima nunca viene de dentro; no viene de cómo nos definimos ni de lo que hacemos por nosotros y los demás, tampoco de aquellos a quienes amamos. En su lugar, la cambiamos por una adicción a la adquisición, a la posesión, a la acumulación. Olvidamos que las personas, según describen nuestros sabios, no llegamos a ser ricas por lo que acumulamos, sino por lo que compartimos, por lo que le damos a los demás.

Vi en YouTube un video de Michael Norton, de una universidad estadounidense, en el que presentó un estudio que demuestra que el dinero no compra la felicidad. Normalmente las personas que lo utilizan en causas equivocadas, por ejemplo, en sí mismas, terminan arruinando su vida social. Y en un estudio comparativo entre dos grupos de estudiantes, a uno le dieron dinero para gastarlo en algo para ellos, y al segundo grupo de dieron una cantidad mayor para gastarla en otros. En todos los países incluidos en el estudio, hasta algunos como Uganda, quienes gastaron el dinero en otros se declararon más felices que quienes lo gastaron exclusivamente en sí mismos. Y Norton concluye que, por medio de pequeñas acciones, dar hace más feliz a la gente que acumular.

Por ello creo relevante que desde la tarea de nuestra introspección y autoevaluación deberíamos tratar de respondernos: *¿Necesito todo lo que tengo? ¿Tengo lo que necesito? ¿Qué pasaría si me preocupara menos en tener y más en ser? ¿Qué pasaría si dedicara un poco más de mi tiempo a alimentar lo espiritual en mí?*

Antes de responder, imagina por un instante al hombre de la estación, feliz con su maravilloso reloj, pero cargando las pesadas baterías.

¿Qué necesitas y qué quieres? ¿Posees tus objetos o ellos te poseen a ti?

Jean Paul Sartre declara que aprendemos quiénes somos observando lo que poseemos. Erick Fromm pronosticó en 1947 que seríamos una sociedad obsesionada con las posesiones. Para muchos, *tener* es su pasaporte para *ser*. ¿Todo lo que posees te hace más feliz? ¿Hace que seas sinceramente más querido o querida? ¿Qué les estás transmitiendo a tus hijos? ¿Te recordarán por poseer la mayor colección de relojes, pero nunca haber sabido en qué hora vivías?

Para efectos prácticos, nosotros elegimos lo que hacemos: nuestras acciones, pensamientos, hasta nuestros sentimientos. Y la vida se trata de hacer elecciones. No sólo lo debemos a nosotros mismos, a nuestra familia, a nuestra comunidad. Ya no posterguemos más vivir: debemos elegir y correr riesgos. Porque de eso se trata la vida.

En la literatura se cuenta que un estudiante viajó durante días para poder llegar frente a su maestro y preguntarle: “Maestro, ¿cómo puedo convertirme en un sabio?”. Él lo observó y le respondió: “Tomando buenas decisiones”. “Pero, maestro, ¿cómo sabré tomar buenas decisiones?”. Él respondió: “Aprendiendo de la experiencia”. El estudiante insistió: “¿Y cómo obtengo esa experiencia?”. Y el maestro, sonriendo, le respondió: “De las malas decisiones”.

Cada fin de día es ahora nuestro espejo retrovisor. Y cada mañana, como hoy, es el momento de tomar nuevas decisiones, de hacer aquello que pospusimos, que nos saltamos y evadimos por estar en la vorágine del día a día adquiriendo, acumulando, tratando de poseer en lugar de ser.

Como el anciano del relato, todavía no hemos vivido toda nuestra vida. Vivirla debe ser nuestra decisión, hoy.

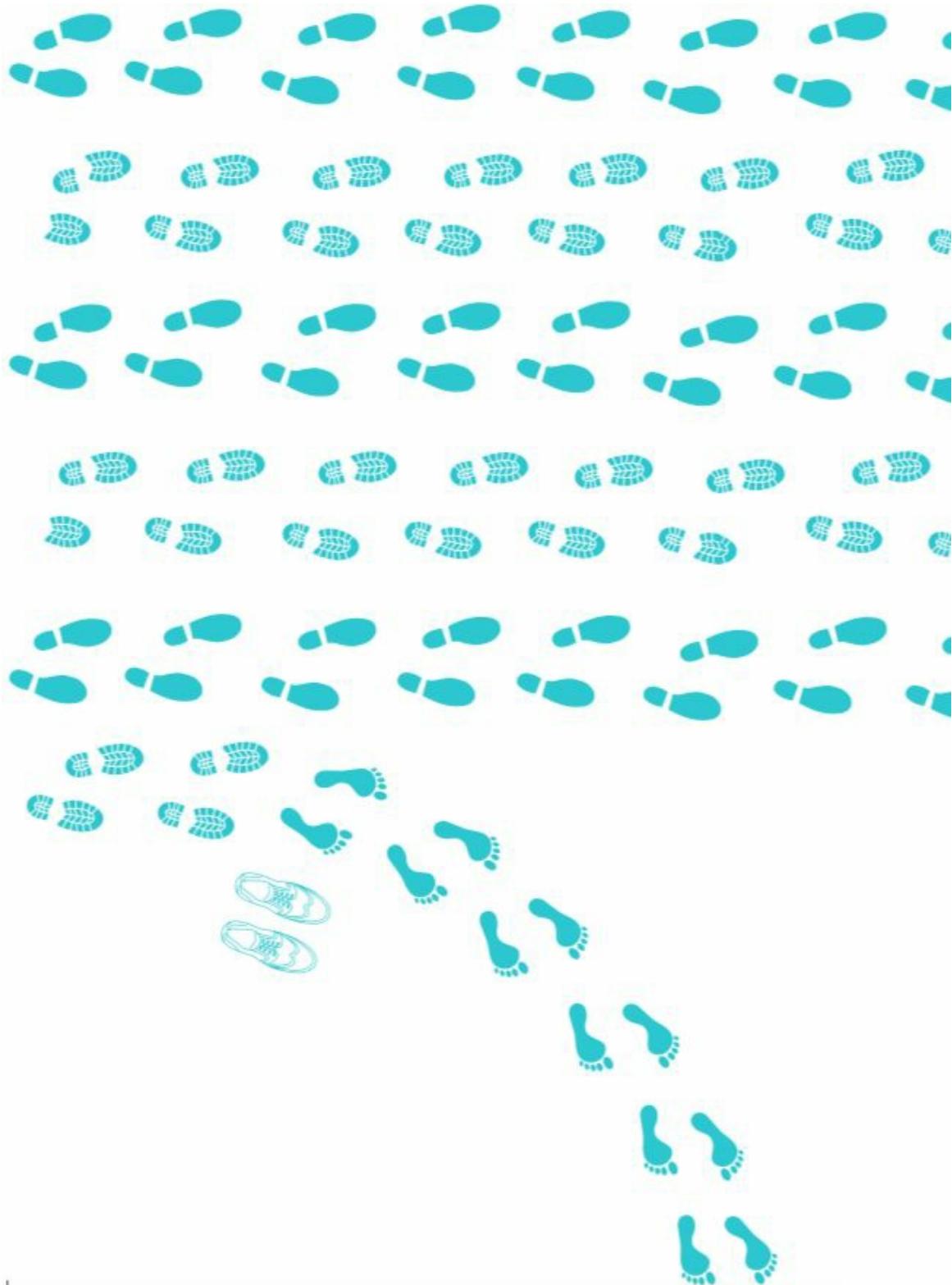
Amigas, amigos lectores, jóvenes, adultos, los del grupo “Te ves muy bien”, los imagino y les digo: estás en el viaje de la vida. La experiencia la tendrás seguramente también de las malas experiencias. Pero no por ello dejes de continuar tu viaje.

¿Necesito todo lo que tengo?

¿Tengo lo que necesito?

¿Qué pasaría si me preocupara menos en tener y

más en ser?
¿Qué pasaría si dedicara un poco más de mi
tiempo a alimentar lo espiritual en mí?



TIENES UNA FUERZA DORMIDA

Todos tenemos nuestros momentos de incertidumbre en la vida. Una enfermedad, una muerte, una separación, dificultades laborales, confusión, frío y oscuridad en el alma. Momentos que pueden asustarnos, y mucho. Momentos que parecen infranqueables, que pueden ponernos incluso a pensar en cambiar nuestras prioridades y decisiones.

Algunas de las opciones en la vida no son tan fáciles como otras. Menos aún las decisiones que tomamos en la vida. Y cada mañana al despertar iniciamos una nueva oportunidad. ¿Cómo aprovecharemos este día?

¿Qué se supone que debemos agradecer y pedir a Dios? Naturalmente, las expectativas son distintas si eres joven, una persona madura o del grupo “Te ves muy bien”. Algunos rezarán por otro año de vida, otros por salud, por sus hijos, por la bendición de su hogar, por un buen sustento, por la paz... cada uno tiene su listita preparada.

Uno de los relatos que más me ha impactado e invitado a la reflexión es del escritor I. L. Peretz, que nos presenta un claro ejemplo de esto en “Bontshe el Silencioso”.

Trata sobre este hombre que tuvo una vida miserable, llena de dificultades y de crueldad, y sin embargo nunca dijo una palabra contra Dios ni contra el prójimo. Bontshe muere, y su muerte, al igual que su vida, fue un suceso intrascendente. Él sufrió en silencio, nunca lloró su pena ni gritó su enojo. Nunca tuvo una expresión de dolor. No hubo nadie que lo confortara en vida, ni nadie que llorara su muerte.

En las inolvidables palabras del autor: “Nació en silencio, vivió y murió en silencio, y aún más silenciosamente fue enterrado”.

Pero cuando llegó al otro mundo, las cosas cambiaron. Bontshe fue recibido con gran respeto ante una corte celestial. El ángel defensor compartió los desgarradores detalles de su vida y el ángel fiscal permaneció en silencio. La historia alcanza su clímax cuando Bontshe gana su pase al Paraíso. Y el Juez Supremo le dice: “Ahí (en la vida terrenal) nadie te comprendía, ni tú mismo. Nunca entendiste que no debías permanecer en silencio, que podías haber llorado y gritado y que tus gritos hubieran podido derrumbar al mundo mismo. Nunca entendiste tu fuerza dormida... Todo el paraíso es tuyo. Toma lo que deseas”. Y Bontshe responde: “Bueno, lo que quisiera es que cada mañana para desayunar me dieran un bolillo caliente con mantequilla fresca”.

Imaginen, Bontshe pudo pedir la redención del mundo y lo único que pidió fue... ¡pan con mantequilla! Y Satanás se rió con la risa mordaz de la victoria.

A veces el mundo puede ser tan difícil que le roba sus sueños a una persona.

Sin embargo, el objetivo del autor no es mostrar un personaje dócil sino criticar la pasividad con la que la gente acepta su destino. “Nunca comprendiste que no debías permanecer en silencio. No comprendiste que tenías una fuerza dormida...”

La vida es difícil, llena de adversidades, de momentos que asustan, a veces de injusticias, y este relato nos habla a cada uno de nosotros. No sucumbas ante la adversidad porque crees que no tienes fuerza interior. No permitas que las circunstancias determinen tu destino.

No tires la toalla. Cada día debes utilizar la oportunidad para abrir tu corazón, dejar llorar tu ser interior, y tratar de despertar tu fuerza dormida... tu capacidad de lucha, la habilidad para remodelar tu destino y el curso de tu vida.

Sé que muchos vivimos o hemos enfrentado algún tsunami emocional o espiritual en nuestra vida que nos llenó de confusión y dolor, temor y tristeza, que nos robó nuestros sueños. Y hoy, mientras reconocemos nuestras imperfecciones y faltas, y estamos esperanzados en lograr una nueva oportunidad: ¿Qué pedirás? ¿Cómo actuarás?

¿Cuáles son las piedras en tu camino que te impiden disfrutar el viaje de tu vida?

Y yo les digo: “Este mundo está lleno de bendiciones. ¿Por qué no recoges tu parte?”. Y en voz apenas audible respondemos: “No creo que pueda lograrlo”.

Y la vida y tu ser interior insisten: “Te estás dando por vencido demasiado pronto, no conoces tu propia fuerza”. “Nunca comprendiste que tenías una fuerza dormida...” ¿Por qué conformarte con pan fresco y mantequilla cuando puedes redimir el mundo?

Despierta. No permanezcas en silencio, no permitas que roben tus sueños, tu vida.

Podemos cambiar. Podemos ser diferentes.

¿Cuáles son las piedras en tu camino que te impiden disfrutar el viaje de tu vida?



LA SEMILLA

Un exitoso hombre de negocios estaba envejeciendo y decidió que era el momento de elegir a su sucesor para dirigir su empresa. Quiso hacer algo diferente. Reunió a todos los jóvenes ejecutivos de su empresa y les dijo: “Es el momento de retirarme y debo escoger al futuro presidente. Quisiera que fuera uno de ustedes. Hoy le voy a dar a cada uno una semilla... una semilla muy especial. Quiero que la siembren, que la rieguen y que regresen aquí dentro de un año con lo que sembraron. Después juzgaré las plantas que traigan y quien yo elija será el próximo director de la empresa”.

Uno de los candidatos era Daniel y, como los demás, recibió una semilla. Se fue a su casa y, emocionado, le contó la historia a su esposa. Ella lo ayudó, le llevó una maceta, tierra y abono, y él sembró la semilla. Cada día la regaba y observaba si crecía, pero no brotaba nada.

En la oficina, después de casi tres semanas, algunos de los otros ejecutivos empezaron a hablar de sus semillas y cómo las plantas empezaban a crecer. Daniel observaba su maceta, pero no crecía nada. Pasaron seis meses y aún no había nada en su maceta. Él creyó que había echado a perder su semilla.

Los demás ejecutivos tenían árboles y plantas grandes, pero él no tenía nada. Daniel no les contaba a sus colegas; sin embargo, seguía regando y fertilizando la tierra: deseaba que creciera la semilla.

Finalmente transcurrió un año y todos los ejecutivos de la empresa llevaron sus plantas para la revisión del presidente. Daniel le dijo a su esposa que no llevaría una maceta vacía y que mejor no iría a la junta. Pero ella le pidió que fuera y que contara la verdad. Daniel se sintió muy mal. Éste sería el momento más vergonzoso de su vida, pero siguió el consejo de su esposa. Tomó su maceta vacía y la llevó a la sala de juntas.

Cuando llegó, se asombró al ver la variedad de plantas de los demás ejecutivos.

Eran preciosas en todas sus formas y tamaños. Él puso su maceta vacía sobre el piso y muchos de sus colegas se rieron. Cuando el presidente llegó, vio las plantas y felicitó a sus ejecutivos. Daniel sólo trató de esconderse.

“Qué preciosas plantas y flores han cultivado —dijo el presidente—. Bien, hoy uno de ustedes será el próximo director de la empresa.” De pronto, vio a Daniel que estaba en la parte posterior de la sala con su maceta vacía. Le pidió que se acercara. Daniel estaba aterrorizado pensando que era el final de su carrera en la empresa. Cuando llegó al frente, el presidente le preguntó qué había pasado con su semilla y él le contó la historia.

El presidente les pidió a todos que se sentaran, excepto a Daniel. Lo miró, lo señaló y anuncio: “Les presento a mi sucesor!”. Daniel no podía creerlo. ¿Cómo? ¡Él ni siquiera pudo hacer brotar su semilla! ¿Cómo podría ser el ganador?

Entonces el presidente dijo: “Hace un año le di una semilla a cada uno de ustedes. Les dije que tomaran la semilla, la plantaran, la regaran y me la trajieran hoy. Pero a todos les di semillas muertas. No era posible que crecieran.

”Todos ustedes, excepto Daniel, me trajeron árboles, plantas y flores. Cuando descubrieron que la semilla no crecía, la sustituyeron por otra. Él fue el único con la honestidad de traerme la maceta con mi semilla. Por lo tanto, él será presidente de la empresa.”

- * Si siembras honestidad, cosecharás confianza
- * Si siembras bondad, cosecharás amigos
- * Si siembras humildad, cosecharás grandeza
- * Si siembras perseverancia, cosecharás satisfacción
- * Si siembras trabajo, cosecharás éxito
- * Si siembras perdón, cosecharás reconciliación
- * Si siembras fe en Dios, cosecharás bendiciones

Ten cuidado con lo que plantas ahora; esto determinará lo que cosecharás mañana.

Lo que tú le des a la vida, la vida te lo devolverá.



No le puedes enseñar nada a un hombre,
sólo puedes ayudarlo a encontrarlo
dentro de sí mismo.

GALILEO GALILEI

VENCER EL MIEDO



CÓMO CONQUISTAR EL MIEDO

Meryl Streep protagonizó la película *Defending Your Life* (*Visa al paraíso*). La trama nos muestra a personas que al morir van al cielo, donde son juzgadas para evaluar cómo vivieron su vida. Cada segundo de la vida de cada una de ellas fue grabado en un video, y en un tribunal celestial, un fiscal y un abogado defensor resumen los momentos cruciales de esa persona desde su nacimiento hasta su último día en la tierra.

El propósito del juicio no es determinar si fueron buenos o malos, exitosos o fracasados, sino descubrir si aprendieron a conquistar sus miedos, porque hacerlo es la meta de la vida. Si la gente tiene éxito en superar la tendencia a que el miedo domine su vida, entonces se le envía de regreso a la tierra y se le da una nueva oportunidad.

Es similar a pensar que tú, yo, cada uno está sentado en el banquillo de los acusados, tratando de defender su vida, esperando lograr una nueva oportunidad. ¿Tendremos argumentos suficientes? ¿Supimos aprovechar las oportunidades? ¿Cómo te defiendes?

Y por momentos cada uno está reviviendo escenas de momentos determinantes en su vida. Momentos marcados por sus palabras o sus silencios, acciones o inmovilidad, actitudes o indiferencias, por su relación con otros y consigo mismo. ¿Podrás declarar que has vivido plenamente o podrás identificar los temores que limitaron tu vida? ¿A qué le tienes miedo?

Sé que el miedo es un componente ineludible en nuestra vida. Aun así, confieso que muchas veces me encuentro más temeroso por lo que pudiera pasarle a la gente que amo, que por lo que pudiera sucederme a mí. Me da temor pensar qué pasará cuando yo ya no esté. Temo perder aquellas cosas que dan sentido y placer a mi vida. Temo que no viviré lo suficiente para ver cosas que espero ver algún día. Y, sobre todo, me inquieta que todas estas preocupaciones hagan que mi vida no sea tan plena como podría ser. Finalmente, sólo los humanos le tienen miedo a la vida porque sólo los humanos pueden imaginar el futuro.

Claro que una pequeña dosis de temor nos mantiene alertas y con vida, pero una sobredosis nos puede dejar emocionalmente bloqueados y paralizados. Más de 80 veces en la Biblia, Dios le dice a su pueblo que no debe temer. Se lo dice a los patriarcas, a Moisés, al pueblo, a cada profeta. Más aún: las primeras palabras del hombre fueron una expresión de miedo. A la pregunta de Dios: “¿Dónde estás?”, el hombre responde: “Escuché Tu voz y tuve miedo”. Naturalmente la pregunta es retórica, Dios sabe dónde está el ser humano; pero ¿lo sabe el ser humano?

¿Eres tú ese hombre, eres tú esa mujer? ¿A qué le tienes miedo? Algunos, al cambio. El miedo de pasar de lo conocido a lo desconocido. Otros, al fracaso o al rechazo, a lo que los demás puedan pensar de uno. Algunos viven con miedo al espejo de la vida. Y es tal el esfuerzo por evitar las malas noticias del espejo, que dejan de reconocerse a sí mismos. Como dijera Billy Cristal: “It is better to look good than to feel good” (“Es mejor verse bien que sentirse bien”). Otros le temen a la vejez porque creen que ya no serán necesarios, que serán olvidados. Muchos les temen a las enfermedades, especialmente al Alzheimer. Y muchos más, a la muerte. A pesar de que el mayor miedo debería ser a no haber vivido.

Había una vez un gran rey que tenía poderes mágicos. Con su magia creó una ilusión: un tipo de holograma que parecía un gran palacio como un fuerte, con altos muros, grandes portones cerrados y una serie de fosas alrededor. Invitó a sus súbditos a visitarlo. Curiosos porque el rey los había invitado, llegaron de todas partes. Pero al acercarse a los imponentes muros del palacio notaron que no había forma de entrar, que parecía imposible. Así, tristes, se dieron media vuelta y regresaron. Sólo uno de los súbditos, el hijo del rey, se dio cuenta de que los obstáculos que veía eran sólo una ilusión. Tomó aire, caminó de frente hacia los muros y repentinamente se encontró en la casa del rey.

Frecuentemente en la vida encontramos obstáculos, barreras que parecen bloquear nuestro camino hacia Dios, hacia nuestras propias metas, y rápidamente nos damos por vencidos. Retrocedemos hacia lo que somos en lugar de continuar avanzando hacia lo que podríamos ser.

Y Dios insiste en que no debemos temer, no porque no haya nada que debamos temer sino porque Él entiende que el mundo puede ser un lugar lleno de temores, pero que nuestra misión es enfrentarlos con valor, con fe.

Sí, seguramente en el futuro tendrás tu cuota de dolor y problemas, pero no debes temer. No debes hacerlo porque tú tienes dentro de ti las herramientas para enfrentarlos y vencerlos. No permitas que el temor a lo desconocido te robe el placer de anticipar todas las cosas buenas que te aguardan, especialmente porque la gran mayoría de esos muros es creada por nuestra propia imaginación.

En uno de sus libros mi colega Naomi Levy cuenta:

Mi hija, Noa, que sufre de cierta discapacidad, para su cumpleaños número 12 me pidió que hiciéramos la fiesta en uno de esos salones especiales donde los niños pueden escalar por las paredes, como si fuesen alpinistas. Me quedé sin saber qué contestar. Yo siempre he sido cuidadosa para protegerla de una decepción, para

que tuviera fiestas donde no se quedara fuera o sintiera que sus amigos la superaban. Le dije: “No, yo no creo que sea una buena idea”. “¿Pero por qué mamá?”, me presionó. “Es demasiado caro.” Pero día tras día Noa me presionaba. Con el tiempo cedí, pero yo seguía preocupada. En la fiesta, Noa se puso el equipo de un escalador y, para mi sorpresa, ella empujó con las piernas, jaló con los brazos y subió con audacia por la pared. No fue fácil, pero ella subió y subió. Estaba radiante de alegría. Desde un rincón, yo me secaba las lágrimas. Yo estaba tan equivocada. En la fiesta había un niño de la edad de Noa que estaba demasiado asustado para escalar. Su padre lo alentaba, pero él se quedaba paralizado. Sus músculos eran fuertes pero su miedo lo era más. Ese día mi hija me enseñó una lección muy valiosa: nuestra mayor discapacidad es el miedo, nuestra mayor fortaleza es el valor de la fe. Mientras miraba alrededor del gimnasio ese día no pude dejar de preguntarme cuál era la clave para una vida con sentido. Al observar a mi hija obtuve la respuesta.

El reto en la vida es tan simple como esto: *¿Me quedo mirando la pared o me pongo a escalar?*

Ahora, quiero pedirte que identifiques los muros que crees que se interponen entre tu ser real y tu ser ideal. Cuando lo hagas, no les temas, porque verdaderamente muchos son ilusorios, tú misma, tú mismo los creaste.

**Nuestra mayor discapacidad es el miedo y nuestra
mayor fortaleza es el valor de la fe.
¿Te quedas mirando el muro o te pones a
escalar?**



SER LA MAGIA

¿Quién por el fuego, quién por el agua?
¿Quién a la luz del sol, quién en la noche?
¿Quién en el mayo más alegre, quién por lenta decadencia?
¿Y quién, debo decir, está llamando?
¿Y quién en su camisón solitario, y quién por barbitúricos?
¿Quién en estos reinos de amor, quién por algo contundente?
¿Quién por avalancha, quién por pólvora?
¿Quién por su codicia, quien por hambre?
¿Y quién, debo decir, está llamando?
¿Y quién porque, valiente, asintió, y quién por accidente?
¿Quién en soledad, quién en este espejo?

Ésta es una adaptación de “Unetane Tokef”, una de las plegarias centrales que se encuentra en la liturgia del Día del Perdón, sobre la cual se inspiró Leonard Cohen, un poeta, novelista y cantautor canadiense que ha explorado temas como religión y las relaciones personales. Hace pocos días en Facebook compartí con mis amigos un video de Youtube, “Who By Fire”, con este texto bellísimo y una melodía profundamente conmovedora. Te recomiendo que lo veas, vale la pena.

De hecho, cuando lo veía, repentinamente sentí a mi lado el calor de la presencia de mi querida *bobe*, mi abuelita, quien me legó su libro de plegarias, y la página donde se encuentra la plegaria aquí mencionada estaba prácticamente ilegible por las lágrimas que ella había derramado a lo largo de los años. Ella comprendía la fuerza de cada palabra del mensaje... y lloraba. Un rezo es como una súplica por una nueva oportunidad para nuestra vida.

Es una plegaria conmovedora que transmite el sentimiento de cuando tu vida, mi vida, nuestra vida dependen de un veredicto. Y cada uno se confronta con las preguntas más dramáticas y que nos llenan de temor: *¿Cuál será mi veredicto? ¿Viviré? ¿Tendré una nueva oportunidad?*

Cada uno se encuentra con su historia personal, buscando recomponer un rompecabezas que está desordenado e intenta acercar las partes exiliadas de su ser. Reconocemos algunos de nuestros errores, si bien “la mayoría fueron de otros”, y hasta estamos dispuestos a negociar. Recapacitamos acerca de lo tóxico del resentimiento y la

necesidad de un arrepentimiento que nos ilumine el camino.

Pero espera: ya vimos esta película, ¿verdad? ¿Es esto un *déjà vu*, un ritual que repetimos cada año, o tal vez una oportunidad para ti? ¿Cómo está tu corazón? No te lo pregunto como cardiólogo sino como un buscador de la vida, como alguien que siempre se siente muy estremecido con la vida y la muerte, pero especialmente por construir el puente que une a ambas.

¿Qué narrativa has construido a partir de los acontecimientos de tu vida? ¿Qué dice tu corazón? ¿Lo escuchas? ¿Qué te agobia? ¿Vives tu propia vida o vives una vida prestada? ¿Cuáles son tus temores? ¿Cómo imaginas tu vida?

¿Qué pasaría si lo que debería ser maravilloso y excitante en nuestra vida se volvió complicado y dificultoso por la pesada carga que debemos arrastrar por la vida? ¿A qué estás aferrado que necesitas dejar ir para que este momento de autoconciencia y crecimiento pueda hacer su trabajo?

Es como si hoy recuperáramos la “caja negra” con todas las memorias de nuestro viaje por la vida. Como si visitáramos una vez más el almacén de los recuerdos y murmuráramos:

*¿Quién por fuego, quién por agua?
¿Quién a la luz del sol, quién en la noche?
¿Quién en soledad, quién en este espejo?*

Nuestra angustia existencial nos hace vulnerables. Y nos sentimos menos seguros. Y podemos reconocer el dolor. Y eso nos hace más sensibles a la relación con el otro.

El Baal Shem Tov dijo: “En el palacio de un rey hay cientos de habitaciones, y en la puerta de cada habitación hay una cerradura diferente que requiere una llave especial para abrirla. Pero hay una llave maestra que puede abrir todas. Es un corazón roto. Cuando una persona llega con sinceridad ante Dios, ante sí misma y abre su corazón, sus oraciones pueden entrar a través de todas las puertas y a todas las salas del palacio celestial, porque no hay nada más entero que un corazón roto”.

El renombrado escritor David Grossman escribió este texto: “Éste es un momento para imaginar juntos a un niño que era muy valiente. Sin embargo, les tenía un miedo terrible a los conejos, a los que nunca había visto ni siquiera en pintura. Los imaginaba espantosos, con dientes por todo el cuerpo. Un día el niño se fue a pasear al bosque. De pronto se encontró con un animalito muy gracioso que temblaba de miedo. El niño le preguntó qué le pasaba. El animalito le dijo que tuviera mucho cuidado porque por ahí se aparecían unas cosas espantosas que se llamaban niños. El niño se rio, le dijo que él era un niño. El animalito quería huir, pues nunca había visto a un niño, pero se dio cuenta de que ya no tenía miedo. Cuando el niño se enteró de que el animalito era un conejo, se

sorprendió. Los dos se rieron”.

Grossman en su texto nos invita a imaginarnos sin miedo. Difícil, ¿verdad? Vivir completamente sin miedo es hacerlo tonta y peligrosamente. Sentir temor nos asegura que estamos vivos. Dios dice más de 80 veces en la Biblia que no temamos. Se lo dice a Abraham, a Isaac, a Jacob, a Moisés. Se lo dice a cada uno de los profetas, se lo dice al pueblo.

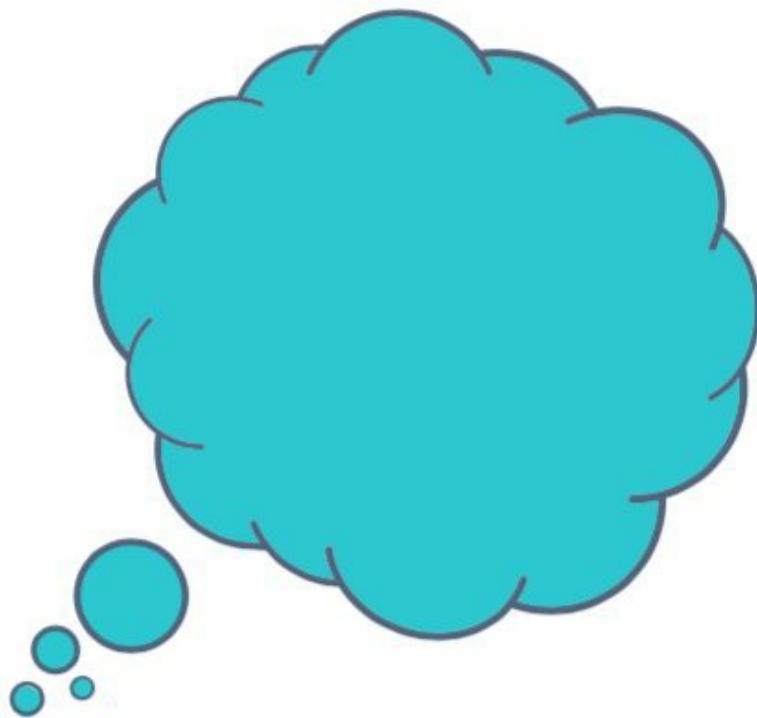
En la Biblia nos identificamos con Moisés, pues él vive lleno de temor. Está asustado de todas las responsabilidades que se le otorgan. Tiene miedo de hacer el ridículo y de cometer errores. Teme que su pueblo no esté preparado o no sea merecedor de la libertad. A los israelitas les asusta el faraón y sus soldados. Tienen miedo de morir, pero también tienen miedo de vivir plenamente.

No debemos tenerle miedo al miedo sino solamente a la incapacidad de manejarlo.

No debes tener miedo de vivir plenamente, de correr riesgos, de enfrentar a cada faraón que amenaza tu vida, no tengas miedo de creer en ti mismo. La verdad es que muchas veces Dios confía más en nosotros de lo que nosotros mismos lo hacemos.

No temas, ten fe. *No seas un mago de tu vida, sé la magia.* Te deseo que puedas reconocer tu voz y reunir las partes exiliadas de tu vida.

Recuerda que *no hay nada más entero que un corazón roto.*



Puedes responderte: ¿Qué refleja tu espejo?

¿Cómo se ve tu alma sin maquillaje?
¿Cómo imaginas tu vida?

LUCHANDO CONTRA NUESTROS MIEDOS

Las ansiedades inducidas por el miedo y la preocupación son tan antiguas como el hombre mismo. La apariencia de los perseguidores cambia, y la naturaleza del Mar Rojo puede variar, pero el miedo y la angustia permanecen. ¿Quién de nosotros es intrépido y está libre de preocupaciones? Nos preocupa el futuro destino de nuestros hijos; tememos los problemas que acosan a nuestros ancianos padres; nos preocupan nuestros negocios; nos angustia la seguridad del mundo. Ciertamente, el miedo y la preocupación son muy naturales y, a veces, son reacciones humanas irresistiblemente poderosas a aquello que es inexplicable e incontrolable en nuestro universo.

Sabemos que mientras más compleja se vuelve nuestra vida, tenemos más temores. Sin embargo, el miedo puede ser muy útil. El miedo a la ignorancia nos conduce al estudio. Angelo Patri escribió: “La educación consiste en temer en el momento adecuado”.

El miedo a la pobreza nos torna ahorrativos en nuestros años productivos. El miedo a la enfermedad nos estimula a obedecer las reglas de higiene. Todo esto es muy bueno. Pero si exageramos estos temores, el temor a la ignorancia nos puede volver pedantes, el temor a la pobreza nos puede volver avaros, el temor a la enfermedad nos puede volver hipocondriacos.

No debemos de tenerle miedo al miedo, sino solamente a la incapacidad de manejarlo. Cuando permitimos que el miedo se escape de entre los oscuros sótanos de nuestra mente, se desbordará en el canal por el que pasan todos nuestros pensamientos y esto resultará en la angustia.

El doctor Charles Mayo dijo: “La angustia afecta la circulación sanguínea, el corazón, las glándulas y todo el sistema nervioso. Nunca he conocido a un hombre que haya muerto por trabajar demasiado, pero sí a muchos que han muerto de preocupación”.

La preocupación confiere sombras gigantes a las cosas pequeñas. Si realmente quieren examinar su memoria, traten de recordar sobre qué estaban preocupados hace un año. Un estudio reveló recientemente que 40% de nuestras preocupaciones es sobre cosas que nunca suceden; 30% sobre cosas irremediables y 22% son innecesarias e insignificantes.

Un famoso artista del trapecio estaba enseñando a sus discípulos cómo actuar en la

barra más alta del trapecio. Después de darles instrucciones y explicaciones completas, les pidió a los estudiantes que demostrararan su talento. Uno de ellos miró la insegura percha de la que tendría que colgarse y súbitamente se aterró. Se heló por completo. Tuvo un espantoso presentimiento de caer. Tenía tanto pánico que no podía mover un músculo. “¡No lo puedo hacer!” Gritó el joven aterrado. El maestro lo abrazó y le dijo: “Hijo, tu puedes hacerlo, y yo te diré cómo. Solamente lanza tu corazón sobre la barra y tu cuerpo lo seguirá”.

¡Qué frase más profunda! A todos aquellos angustiados y atemorizados les digo que no hay necesidad de la angustia que los consume.



**Avancemos por nuestra vida confiados
en días de esperanza, paz interior, no dejando
que nuestros temores arruinen las posibilidades
de alcanzar la plenitud.**

BUSCAR LA OPORTUNIDAD

Creo no equivocarme si les digo que han sido tiempos difíciles, complejos, complicados, llenos de sorpresas, que nos llenaron de desesperanza, inseguridad, dudas y decepciones. Buscando encontrar ayuda, paz interior y paz exterior, y felicidad, comprensión y sabiduría. Seguimos tratando de encontrar las partes faltantes en nuestra vida, con la esperanza de poder estar sintiéndonos más completos y fortalecidos espiritualmente.

Todos tenemos nuestras historias, cada una distinta y, sin embargo, todas tienen algo en común. Porque la vida es un viaje repleto de historias, algunas tristes, otras no tanto... pero de cada una podemos aprender.

Quiero contarles una. El señor Rub, un fabricante de ropa de Nueva York, acostumbraba a pasar sus vacaciones de invierno en Miami, siempre en el mismo hotel. Y durante los últimos 40 años ahí encontraba a su grupo de amigos. Este año, llegó al hotel, y luego de acomodar sus cosas fue a la playa y se sentó en una cómoda silla a leer su periódico, pero tenía la sensación de que algo estaba mal, porque para su sorpresa no encontró ningún conocido. Repentinamente alguien salió del mar, usando una máscara, cargando un tubo de oxígeno y vistiendo una ropa de goma negra.

Rub estaba completamente confundido al ver que esta extraña criatura se acercaba hacia él, hasta que quitándose la máscara le dijo: "Rub, ¿qué estás haciendo aquí?". Sólo entonces reconoció a esa criatura como el señor Kolten, de Boston, su compañero de grupo de playa de tantos años.

"¿Qué quieres decir con qué estoy haciendo aquí? Estoy tomando sol y esperando al resto del grupo. La pregunta es: ¿qué estás haciendo tú, vestido de esa forma?

"¿No lo sabes? —le respondió Kolten—. Este año nadie está tomando el sol. Estamos todos buceando. Y esto que uso es el equipo necesario para bucear. Ven, estamos todos allá, en el fondo del mar." Y entonces Rub, curioso y queriendo encontrar a sus amigos, pregunta: "¿Cómo puedo llegar allá?". Y Kolten le responde: "Ve hasta la cabaña enfrente del hotel y diles que yo te mandé. Ellos te darán todo lo necesario".

Así lo hace, y junto con el equipo de buceo le entregan también una pizarra negra con un gis especial para escribir en el agua, explicándole al incrédulo Rub que ésa es la única manera de comunicarse bajo el agua.

Él está listo. Vuelve a la playa, entra al mar y rápidamente va al fondo. Ve peces raros, sombras oscuras. Finalmente ve a sus amigos, vestidos como él. Rub, emocionado, hace señales con la mano en señal de saludo.

De repente ve a Malram, que pasa a su lado flotando. Pero al contrario de todos los demás, Malram lleva pantalones, mocasines y una camisa verde. Rub se sorprende y escribe en su pizarra: “Hola, Malram, yo soy Rub. ¿Qué haces aquí y sin tu equipo de buceo?”.

Y Malram le arrebata el gis y la pizarra, y escribe: “Idiota. ¡Me estoy ahogando!”.

Malram se está ahogando, y sus amigos ni lo perciben.

El reconocido psiquiatra Kurt Schelsinger escribió: “Aquel que todavía se ríe, es porque todavía no ha recibido las noticias”.

Hace tiempo que vivimos con la sensación de que estamos todos debajo del agua y sin el equipo de buceo. Sentimos que nos estamos ahogando. Nunca antes habíamos sentido tanta impotencia, tamaña inseguridad, tanta angustia y tantos conflictos reales. Nos invade el derrotismo, la falta de esperanza y la falta de confianza.

Pero hoy, y al igual que los Rub, Kolten y Malram de este mundo, cada día se trata sobre estar dispuestos a procurar entender y cambiar un poco. Nos decimos a nosotros mismos que no seremos derrotados, que seguiremos avanzando, que podemos hacerlo, que tenemos esperanza.

Tenemos que librarnos de la desesperación porque no alcanzaremos nada sin esperanza. Debemos librarnos de palabras como “es imposible”, “no puedo”. Debemos hacerlo porque la vida es demasiado corta, y porque éas no son palabras que deben formar parte de nuestro vocabulario.

Muchas fuentes subrayan que las personas más felices no son necesariamente las personas que tienen lo mejor de todo. No, las personas más felices son ¡las que sacan lo mejor de todo! Son las que pueden ver la mitad del vaso llena, las que más que llegar a su destino, decidieron disfrutar el viaje.

Es sorprendente, pero las personas más felices que conozco son las más espirituales con las que me he encontrado. Transmiten energía positiva, optimismo y fe. Piensan sólo en lo mejor, trabajan sólo por lo mejor, y esperan sólo lo mejor. Y dan lo mejor de sí.

Claro está que su espiritualidad no significa que el dolor o la tristeza nunca las afigirá ni a ellas ni a las personas que aman. No es así como funciona la fe verdadera. El dolor duele, la enfermedad ataca, las dificultades están ahí. Las cosas suceden. Y se nos enseña: “No reces para que Dios aligere tu carga, mejor reza para que te dé una espalda más fuerte para soportarla”. O sea, no maldigas la oscuridad, mejor enciende una vela.

Hemos sobrevivido a cada crisis no por el buen sentido en los negocios, o la astucia política, o dotes innatas. Sobrevivimos por la capacidad de ver cada problema como si fuera una oportunidad. Porque debemos aprender a buscar el arco iris en cada tormenta.

El rabino Kushner me contó la historia de cuando estaba sentado en la playa un verano, viendo a dos niños jugando en la arena, construyendo un complicado castillo con

torres y puentes y zanjas. Cuando estaban a punto de terminar, llegó una enorme ola y en un instante destruyó totalmente su obra. Lo que sorprendió a Kushner fue que mientras él esperaba que los niños se soltaran a llorar, devastados por su pérdida... ellos se levantaron, se agarraron de las manos, corrieron por la playa riendo y se sentaron a construir otro castillo de arena.

Y ésa es una lección de la que todos podemos aprender. Todas las cosas en nuestra vida, todo en lo que depositamos tanto tiempo y energía, todo está construido en la arena. Claro que vale la pena construirlas, pero tenemos que comprender que están hechas en la arena. En cualquier momento puede llegar una ola, puede suceder un desastre económico, un terremoto, una muerte y derribar todo por lo que aparentemente trabajamos. Y cuando esto ocurre, la persona que tiene la mano de alguien para asirse, la persona que tiene equilibrio, fe y confianza en sí misma, tiene la ventaja.



Debemos aprender a buscar el arcoíris en cada tormenta.



El miedo no es tu enemigo.

No te avergüences de él. Todas las criaturas lo sienten. No podrías conocer la verdad ni podrías sentir amor sin el contraste del miedo.

Es ésta la herramienta que más permite tu expansión. Es entendible, pero en cierta forma divertido, que la mayoría de nosotros lleguemos tan lejos tratando de prevenir aquello que sigue presentándose ante nosotros porque nos mantiene vivo el deseo de descubrir la verdad y sentir el amor.

TEOL SCOTT

¿VERDAD QUE SIEMPRE PASA ALGO?

Hace algunos meses cumplí 70 años. Como la vida no viene con un manual de instrucciones no tengo idea de cómo debería sentirme o verme. Lo que te sugiero es que nunca lo hagas comparándote con algún amigo, ya que puede ser deprimente y no necesariamente ajustado a la verdad. Lo que sí te puedo decir es que hay acciones o movimientos en los que noto diferencias. A veces me siento como el jugador de tenis al que el cuerpo le avisa: “¡Ahí viene la pelota!”. Y la mente le responde: “¿Eh?”. Hace poco salí a jugar golf con un amigo y en medio del juego él me preguntó: “¿Viste dónde cayó la pelota?”. A lo que le respondí: “Sí, pero ya lo olvidé”.

Es una etapa totalmente nueva. Un policía me detuvo por exceso de velocidad. “¿Usted sabe que venía demasiado rápido?” “Sí, agente, discúlpeme o hágame la multa, ¡pero rápido!” El agente reaccionó enojado. “¿Por qué iba usted con tanta prisa?” A lo que le respondí: “¡Es que si no me apresuro olvido adónde iba!”.

Muchos podemos identificarnos con estas historias. Si tienen menos de sesenta es posible que no entiendan lo que quiero decir. Pero si tienen más de sesenta y cinco, sin duda lo harán. Todos nosotros a medida que envejecemos, y cada vez con mayor frecuencia, tenemos lo que se conoce como “momentos de adulto mayor”. Vemos a alguien que conocemos de toda la vida y simplemente no podemos recordar su nombre. Abrimos el refrigerador y no podemos recordar para qué. Quisieran reírse de ello, pero hay algo en el fondo de su mente que nos dice que no es broma. Cuando esto ocurre, inevitablemente algo dentro de nosotros comienza a preocuparse.

Hace apenas una generación, nadie tenía tales preocupaciones. Casi nadie había escuchado la palabra Alzheimer. ¿Por qué era eso? Bueno, principalmente porque las personas no vivían lo suficiente para adquirirlo. En las últimas generaciones ha habido notables avances en la medicina. Las personas están viviendo más tiempo, pero con esa bendición, también llegaron nuevas preocupaciones.

Quiero hablar acerca de nuestros miedos, porque el miedo es una emoción humana que todos compartimos. Hay una razón por la cual tantas medicinas como el Prozac y similares se han vuelto tan populares. Estamos viviendo en un nuevo siglo, un siglo que comenzó con el 11 de septiembre de 2001, y en el que hemos estado viviendo con miedo desde entonces, incluyendo los temores sobre la economía, el terrorismo, la violencia,

los cambios climáticos, los terremotos, las inundaciones. Y la inseguridad en la sociedad. Nos preocupamos. Nos angustiamos.

¿Cuándo será el siguiente golpe? ¿Cómo nos afectará? ¿Tendré trabajo? ¿Mis hijos serán exitosos? Es triste tener que vivir así, pero muchos lo hacen, e incluso esas cosas que se supone que nos ayudan a hacer frente a nuestros miedos crean sus propios miedos.

¿Has leído la letra pequeña de las advertencias que vienen con algunos de los medicamentos? Hace ya tiempo leí una nota del *New York Times* donde el autor describe justamente una advertencia típica de la siguiente manera: “Hydrocordaplyex rejuvenece los músculos y devuelve la resistencia física como la de un hombre mucho más joven. Tome Hydrocordaplyex y viva la vida que siempre imaginó para usted mismo. En pocos casos, se han reportado efectos secundarios menores. Éstos han incluido, pero no se limitan a: pacientes de Hydrocordaplyex vaciando sus bares y arreglando los baños de arriba... Deseos de visitar a los suegros... Un fuerte impulso para asistir a múltiples funciones de Alvin y las Ardillas... Además, puede causar la muerte instantánea. Los pacientes que experimentan estos efectos secundarios deberán dejar de tomar Hydrocordaplyex de inmediato y contactar a su médico”.

Todo en estos días parece venir con una advertencia. Una advertencia que nos dice: “Comienza a preocuparte”, y eso es lo que hacemos, nos preocupamos. Nuestras preocupaciones, estrés, miedos y ansiedades... ¡nos están matando! No podemos dormir... nos preocupamos y nos despertamos ansiosos y nerviosos teniendo que enfrentar el día.

Entonces ¿cómo lo enfrentamos?

Recuerdo la historia de Samuel Johnson sobre la solterona que fue hallada en lágrimas. “¿Qué te pasa?”, le preguntaron. Y ella respondió que había estado pensando que si ella se hubiera casado y si hubiera tenido un hijo y éste hubiera estado de pie bajo una montaña y si una roca le cayera, éste podría haber muerto, por eso estaba llorando. Esta historia debe recordarnos que después de largos períodos de preocupación y aprehensión, muchas veces descubrimos la verdad de la observación de Mark Twain: “Soy un hombre viejo y he conocido un gran número de problemas... pero la mayoría de ellos nunca sucedió”.

Es verdad que uno lo sabe. La mayor parte de las cosas que tememos que sucedan nunca sucede. Pero igual nos dominan.

Y luego, después de haber hecho todo lo posible tenemos que poner nuestra confianza en Dios y orar para que Él nos mantenga a salvo. La vida, por su propia naturaleza es insegura... Nadie sabe lo que el futuro pueda traer.

La gente siempre se pregunta en qué etapa de la vida estamos más relajados y más contentos sin preocupaciones. La respuesta es, por supuesto, ¡que no hay tal cosa!

¡Siempre hay algo! A lo largo de la vida tenemos miedos y los temores van cambiando. Cuando somos niños tememos a la oscuridad y a los monstruos. Y entonces nos hacemos más grandes y tenemos miedo de nuestros maestros y del director. Y luego un poco más y nos preocupamos por las espinillas y la presión de grupo. Y luego nos preocupamos acerca de la universidad y la carrera. Y luego, temores muy reales, muy universales, que tenemos con respecto a nuestros hijos, nuestra pareja, nuestros padres y nuestro propio futuro.

Un colega nos contó de una mujer soltera que se cansó de que sus familiares le dijeran en todas las bodas a las que iba: “¡Espero que seas la siguiente!”. Se volvía loca cuando cada tía y cada primo en su familia se acercaban a ella y le decían: “¡Espero que seas la siguiente!”. Así que en el siguiente funeral de la familia al que asistió, se acercó a cada uno de ellos y les dijo lo mismo... “¡Espero que seas el siguiente!” ¡Y dejaron de hacerlo!

Déjenme contarles una historia de amor. No es el tipo habitual de historia de amor, ni del tipo de Hollywood, pero creo que igual es una historia de amor. Hace algunos años, Francine Klagsburn escribió un libro sobre el matrimonio y terminó su libro con esta historia acerca de sus padres, que entonces tenían 85 y 84 años de edad y ahora ya no están. Era la víspera del Año Nuevo judío, y ésta es la forma en la que ella describe lo que vio en la casa de sus padres: “Mi padre se ha pasado la mayor parte de la tarde vistiéndose, un proceso lento para él a su edad. Ya está listo para salir hacia la sinagoga para orar por el Año Nuevo. Mi madre irá con él mañana, pero esta noche está haciendo los retoques de última hora a la comida de la fiesta. Él se acerca a ella para la inspección final”. “Recuerda —dice ella—, si te sientes cansado de caminar, para y descansa. No tienes que ser el primero en la sinagoga.” “Pero no tengo que ser el último tampoco, ‘sheindheit’, mi belleza —dice en broma, inclinándose para ajustarle el cojín detrás de la espalda para que se sienta más cómoda.” Ella cepilla una pelusa del hombro de él. Él se inclina y la besa. “Un buen año”, dice él en voz baja. “Un buen año para ti, Shatzi, mi querido”, contesta ella. Lo mira por un momento y luego lo besa también, y se puede ver lo que ella está pensando e inmediatamente pone su pensamiento en palabras: “Y Dios quiera que el próximo año también”, agregó.

Hubo momentos en ese matrimonio cuando cada uno debe haber sentido que se había casado con la persona equivocada —y tal vez así era—, pero después de todos esos años, si se tratan con tanto cariño y tanto cuidado mutuo, eso es verdadero amor. Amor incondicional.

Yo lo observo con regularidad en las salas de hospital, donde los maridos o las esposas se sientan horas y horas tomando la mano de su pareja, asegurándose que los médicos le estén prestando suficiente atención y las enfermeras les estén dando la medicina correcta. Es bueno tener a alguien así.

El comediante Rodney Dangerfield dijo una vez que no había hablado con su esposa en años... ¡porque no quería interrumpirla! ¡Sí, los hombres se quejan de que sus mujeres hablan demasiado, y las mujeres se quejan de que sus esposos hablan muy poco! ¡Siempre hay algo!

Al principio de la vida de nuestros hijos nos preocupamos porque no se lastimen. Más tarde en la vida nos preocupa que ellos no nos lastimen. Los temores sobre nuestros hijos regresan a tiempos inmemoriales.

El hecho en cuestión es que muchas de las cosas que nos preocupan en relación con nuestros hijos son porque, en la era tecnológica en la que vivimos, sabemos mucho, demasiado sobre nuestros hijos. Desde GPS a mensajes de texto a Facebook... nos hemos convertido en lo que se llama “padres velcro”. Y el hecho es que, muchas veces, lo que nuestros hijos están haciendo hoy en día no es muy diferente de lo que hicimos en nuestros días, salvo que hoy sabemos al respecto. A veces, “¡la ignorancia es la felicidad!”

Cuando se trata de nuestros hijos recuerdo a Warren Buffet cuando se le preguntó cuál era el mejor consejo que había recibido y, sorprendentemente, no tiene nada que ver con el dinero. Dijo que el consejo se lo dio su padre y es, en sus palabras: “El poder del amor incondicional. Quiero decir, no hay poder en la tierra como el amor incondicional”.

Y creo que si se lo ofreces a tu hijo has completado el 90 por ciento del proceso de ser padre. Proporcionar a sus hijos amor incondicional no es sólo una cosa extraña para ellos, es algo bueno para ustedes también. Podría llegar a ser la mejor inversión que hagan para su futuro, ya que es muy posible que llegue un momento en que necesitarán del amor incondicional de sus hijos.

¡Hablando sobre el estrés y la preocupación y la ansiedad y el miedo! ¿Cómo no mencionar el amor incondicional a nuestros padres? Hay aspectos de ellos que son difíciles de amar. Y muchos de ellos, en sus últimos años, se vuelven difíciles de amar. Ellos están viviendo en el miedo y con dolor. Qué inteligentes fueron nuestros sabios en el Talmud que nos dicen que: “Las personas no son responsables de lo que dicen cuando están con dolor”. ¡Qué gran declaración! Esto significa que si alguien está sufriendo y deja escapar un grito o maldice o lo que sea, la persona a la que la maldición se dirige no debe tomarlo como algo personal y debe entender que no es la persona la que habla... el que habla es el dolor. Para ello, mi receta es amor incondicional.

Y ¿qué pasa con los que estamos con dolor, o lo estaremos algún día? A medida que envejecemos, al entrar en la edad de oro, descubrimos que lo que pensábamos iba a ser un momento en nuestra vida cuando podríamos recostarnos, relajarnos y disfrutar... inevitablemente trae sus dolores y molestias, y con ellos preocupaciones y temores.

Te olvidas de algún nombre, la espalda empieza a doler, te sientes un poco mareado, pierdes el aliento, tu mano tiembla un poco, te sientes agotado... y empiezas a pensar:

“¿Esto es todo? ¿Es éste el principio del fin? ¿Recuerdan cuando éramos jóvenes... qué era a lo que teníamos miedo? Le teníamos miedo a la oscuridad.” Bueno, ¿saben qué? A medida que envejecemos, comenzamos a sentir miedo a la oscuridad, ¡una vez más!

Es en la noche cuando uno se acuesta en la cama con todo tipo de preguntas y dudas y preocupaciones acerca de lo que has hecho con tu vida, y lo que la vida te ha hecho. Es verdad. Nosotros los de nuestra generación vivimos más tiempo y podemos tener más cosas de qué preocuparnos que ellos de lo que hicieron, pero la generación de nuestros padres fue una generación de miedo y ansiedad, de incertidumbre, de preocupaciones... Ellos corrieron asustados por la vida, siempre preocupándose por lo que el futuro pudiera traer. Démosles amor incondicional.

Hay muchas personas que hacia el exterior y en el papel parecen vivir una vida normal y exitosa. Pero por la noche —en la oscuridad— tienen miedo e inseguridad, de no sentirse amados, de ser injustos, de no tener éxito, de ser poco apreciados, inadecuados... temiendo ser fracasados como hijos, como padres, como esposos. Para aquellos que se sienten de esta manera, déjenme decirles algo: Ustedes también tienen derecho al amor incondicional... ¡el de ustedes mismos! Esa canción de hace mucho tiempo, interpretada por Whitney Houston, todavía suena a verdad: “Aprender a amarse a sí mismo es el amor más grande de todos”. Todos enfrentamos retos. Todos tenemos nuestras luchas y temores y, algunas veces, nos caemos de brúces. Pero en un momento u otro de nuestra vida, todos nos hemos levantado y continuado.

Gracias a Dios estoy bastante sano... ¡sólo tomo siete pastillas al día! De repente, cuando miré la página de obituarios estaba prestando atención a cosas que no había mirado antes: la edad de los fallecidos y los detalles de las causas por las que ellos murieron. ¡Si tan sólo fue ayer que estaba coleccionando cochecitos! Así que empecé a hacer un poco más de ejercicio, a comer un poco menos, a cuidar mejor de mí mismo. Yo soy del tipo de gente *que quiere morir joven lo más tarde posible*.

Asisto a funerales y escucho a los nietos hablando; nunca hablan de lo que su abuela o abuelo lograron en los negocios o la cantidad de dinero que tenían y dieron. Hablan de las cosas que realmente importan... del amor, el amor incondicional, de los recuerdos, las memorias.

Nosotros, que estamos todavía aquí, aún podemos dar ese amor. Padres, hijos, familias. Nosotros aún podemos crear nuestro legado.

En un libro anterior conté la historia de Gilda Radner. Mientras combatía el cáncer fatal, escribió un libro sobre su vida. En la última página escribió: “Habría querido escribir una breve historia sobre una chica que fue comediante de Detroit, se hizo famosa en Nueva York con todo a su favor, contrajo la horrible enfermedad del cáncer, fue valiente y lo combatió —aprendiendo todas las habilidades que se necesitan para superarlo— y luego, milagrosamente, la vida le sonríe y ella se pone bien. Quería

escribir en la portada del libro: ‘Su triunfo sobre el cáncer’ o ‘Ella gana la guerra contra el cáncer’. Quería un final perfecto, así que me senté a escribir el libro desde el final antes de que ni siquiera hubiera un final. Ahora he aprendido la manera dura en que algunos poemas no riman, y algunas historias no tienen un principio ni un final claros... Como mi vida, este libro trata del no saber, de tener que cambiar, aceptar el momento y hacer lo mejor con tus circunstancias sin saber lo que va a ocurrir a continuación”. Por supuesto, ella intituló el libro: *¡Siempre hay algo!*

No hay finales perfectos; nunca se sabe lo que a continuación va a ocurrir. Todos nosotros estamos viviendo a través de esos retos. Pero les digo, con cariño, que nunca seremos realmente felices hasta que aprendamos a dar amor incondicional a nuestros seres queridos y también darnos amor incondicional a nosotros mismos. Es el mejor regalo de todos.

Mi filosofía: vivir sin miedo y morir joven lo más tarde posible.



Muere lentamente quien no viaja, quien no lee, quien no escucha música, quien no halla encanto en sí mismo.

PABLO NERUDA

CREAR UN NUEVO FINAL



YO ME MORÍA...

Primero yo me moría por terminar la prepa y empezar la universidad.
Y entonces me moría por terminar la universidad y empezar a trabajar.

Y entonces me moría por casarme y tener hijos.
Y entonces porque mis hijos crecieran suficiente,
para que yo volviera a trabajar.

Y entonces yo me moría por retirarme.
Y ahora, me estoy muriendo...
y repentinamente me di cuenta de que me olvidé de vivir.

SEGUNDAS OPORTUNIDADES

El 15 de enero de 2009 un avión de US Airways despegó del aeropuerto de La Guardia, en Nueva York, rumbo a Charlotte. Poco después del despegue, una bandada de aves voló hacia el avión destruyendo ambos motores. El control del tráfico aéreo quería redirigir el avión a uno de los aeropuertos cercanos en Teeterboro o Newark.

Pero solamente el capitán *Sully* Sullenberger, sentado en la cabina, podía ver la verdad: el avión no tenía fuerza y había perdido demasiada altura para poder llegar a cualquiera de esas pistas. En una hazaña sin precedentes en la historia de la aviación, el capitán Sullenberger aterrizó el jet con éxito en las aguas del río Hudson, salvando la vida de los 155 pasajeros a bordo.

El capitán Sully fue aclamado por todo el país como un gran héroe. Sin embargo, la Junta Nacional de Seguridad de Tráfico Aéreo no lo vio así. Como los comentaristas que analizan y critican habitualmente a los jugadores o las jugadas cómodamente sentados en su cabina, ellos conjeturaron que Sully pudo haber aterrizado el avión en uno de los aeropuertos.

Incluso el propio piloto se sentía atormentado por sus propias dudas, reviviendo el momento una y otra vez en su mente y preguntándose si hizo lo correcto o debía haber hecho algo diferente. En un momento, le dice a su copiloto: “He llevado un millón de pasajeros en más de 40 años en el aire, pero al final voy a ser juzgado por 208 segundos”.

Finalmente, el capitán Sully fue declarado inocente. Pero me cautivó la observación de Sully. Planteo un pregunta: ¿qué pasaría si las simulaciones hubieran demostrado que Sully había tomado la decisión equivocada? ¿Y si en vez de salvar a 155 personas hubiera puesto sus vidas innecesariamente en riesgo? ¿Su carrera y su vida serían juzgadas al extremo solamente por esos 208 segundos?

Somos educados en la idea de que cuando cometemos algún error o hacemos algo malo, somos responsables de nuestras acciones. Necesitamos arrepentirnos, debemos pedir perdón, debemos reparar y tratar de asegurarnos de que nunca hagamos lo mismo otra vez.

Cuando hacemos algo malo no es porque intrínsecamente nosotros mismos seamos malos. Más bien, el hacer algo malo está en desacuerdo con nuestro verdadero yo. Y el proceso del arrepentimiento comienza cuando sentimos la dolorosa disonancia entre lo que hemos hecho y lo que realmente somos. Por esa misma razón, cuando alguien nos

falla, y viene hacia nosotros buscando cambiar, no debemos etiquetar a esa persona por sus acciones pasadas. Debemos darle una segunda oportunidad.

Y con demasiada frecuencia, como en el caso del milagro sobre el Hudson, asumimos reflexivamente lo peor de los demás, en lugar de permitir que su acción sea la excepción y no la regla. Durante el juicio le preguntaron: “¿Estaba bebiendo? ¿Alguna vez usó drogas?”.

¿Que estaban pensando? ¿Por qué está en nuestra naturaleza pensar lo peor de los demás en lugar de lo mejor? ¿Por qué no nos damos el beneficio de la duda? ¿Por qué no permitimos la posibilidad —no, la realidad— de que personas buenas a veces fallen, a veces tomen malas decisiones? ¿Por qué no podemos darnos una segunda oportunidad? ¿Por qué es tan difícil?

El fracaso es una parte inevitable de la vida. Todos tomamos malas decisiones, perdemos oportunidades, no cumplimos con las promesas y las expectativas, dejamos que las cosas caigan entre las grietas. Dios escoge mirar más allá del momento de nuestros errores y ver lo bueno dentro de nosotros. Dios no nos juzga por ninguna acción sino por la plenitud y complejidad de nuestra vida. No sólo mira nuestro pasado, sino también nuestro potencial del futuro. Y si Dios puede amarnos incluso cuando tropezamos, entonces necesitamos hacer lo mismo.

Y cuando a mitad del vuelo en nuestra vida los motores explotan, también tenemos elecciones que podemos hacer. La forma en que respondemos al daño afecta no sólo nuestra vida, sino también la de quienes nos lastimaron. No nos gusta pensar en esos términos, pero es verdad. La ira, la venganza y el juicio pueden sentirse bien por un momento, pero no pueden deshacer un error. Sólo permiten que la herida se haga mayor.

El perdón, por otro lado, tiene el poder de sanar, la fuerza y la esperanza que pueden cambiar nuestra vida y nuestras relaciones de maneras extraordinarias. Tenemos el poder de ayudarnos unos a otros a ser mejores, al creer el uno en el otro.

A lo sucedido en esta historia lo llamaron el milagro sobre Hudson. ¿Cómo se llamará el tuyo?

Déjame contarte una historia. Thomas Edison fracasó en sus primeros 1 000 intentos de crear un modelo de trabajo de una bombilla incandescente. Cuando después de tantos intentos Edison finalmente lo descubrió, elaboró la primera bombilla. Le tomó 24 horas montar esa primera bombilla. Cuando terminó, se la entregó a un joven que le estaba ayudando y le pidió que la llevara cuidadosamente a una habitación en la parte superior de la escalera. ¿Y sabes qué pasó?

Adivinaste. Al subir las escaleras, el muchacho dejó caer el bulbo, que se estrelló al golpear el suelo. Thomas Edison tardó 24 horas en construir una bombilla de remplazo. Cuando estaba lista, también necesitaba ser llevada a la habitación en la parte superior de las escaleras. Habiendo perdido la bombilla anterior, ¿a quién confiaría Edison esta

tarea? Edison se la entregó al mismo joven.

Eso es lo que significa darle a alguien una segunda oportunidad.

Probablemente algunos de ustedes están familiarizados con un maravilloso restaurante francés conocido como Edwin's. Fundado por Brandon Chrostowski, Edwin's contrata sólo exconvictos que han cumplido tiempo en prisión. El restaurante está ayudando a estas personas a reconstruir su vida y reintegrarse a la sociedad.

Él les está dando una segunda oportunidad. Es un ejemplo de los muchos programas que ofrecen una segunda oportunidad a las personas que han tomado malas decisiones en la vida.

Fuera de otro de estos restaurantes cuelga una bandera: "Fe en la humanidad".

Todo se reduce a esto. ¿Tenemos fe el uno en el otro? ¿Creemos en la bondad de unos con otros? Si realmente creemos en ello, entonces cuando alguien toma una mala decisión y nos lastima, debemos verlo como la excepción y no la norma. Cuando alguien nos lastima, hay dos formas en que podemos responder, que ilustraré con una historia.

Un día una mujer en la ciudad de Nueva York iba de camino al trabajo en el metro y tuvo un encuentro casual con otra mujer con quien había ido a la escuela secundaria años antes. Habían sido una vez buenas amigas, pero habían perdido el contacto porque su vida las había llevado en diferentes direcciones. Ellas estaban tan contentas de renovar su contacto que acordaron reunirse en una cafetería después del trabajo para ponerse al día.

Sin embargo, la reunión las absorbió tanto que perdieron la noción del tiempo y de repente se dieron cuenta de que se les había pasado la hora y sus maridos ya las esperaban en casa. Prometiéndose hablarse al día siguiente, se apresuraron a llegar a sus casas. Al día siguiente, cuando hablaron por teléfono, una de las mujeres dijo:

—¿Estaba tu marido enojado porque llegaste tan tarde a casa?

—En absoluto —respondió su amiga—, le dije cómo nos habíamos reencontrado y que estábamos tan felices de volvemos a conectar que se nos había pasado el tiempo. ¿Y tu marido?

—Bueno, mi marido estaba tan molesto que se volvió histórico.

—¿Quieres decir histérico, ¿verdad? —dijo su amiga.

—No, me refiero a lo histórico, me confesó todo lo que yo he hecho que lo ha molestado durante los últimos 12 años.

Cuando alguien nos lastima, o nos defrauda, podemos responder de dos maneras. Podemos obtener historial, buscando etiquetar a la persona por sus errores pasados, viendo sus errores en lugar de ver a la propia persona. O podemos perdonar tratando de ayudarla a ver lo mejor dentro de sí misma y ser mejor.

Así que mi invitación es para que te respondas: *¿A quién le darás una segunda oportunidad?* ¿Quién en tu vida dejó caer la bombilla y la dejó destrozada a tus pies?

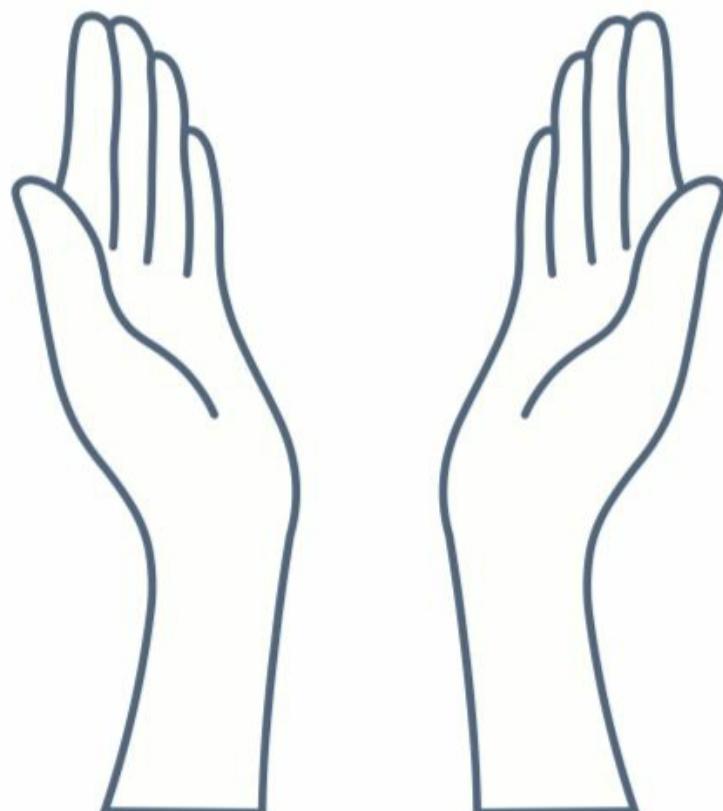
¿Es alguien que no te respondió en un momento de necesidad? ¿Alguien que hirió tus sentimientos o te difamó? ¿Suena demasiado difícil?

No más difícil que aterrizar un avión en el río Hudson. Cuando los motores explotaron, el capitán Sully hizo una elección para hacer lo que nadie habría creído que tendría éxito. Lo hizo porque él creía que era posible. Lo hizo porque sabía que tenía que hacerlo, y porque sabía que tenía 155 vidas en sus manos ese día.

Tú y yo también tenemos vidas en nuestras manos todos los días. Y cuando a mitad de vuelo en nuestra vida los motores explotan, también tenemos opciones que debemos decidir. La forma en que respondemos a las heridas afecta no sólo nuestra vida, sino también la vida de aquellos que nos lastiman. No nos gusta pensar en ello en esos términos, pero es cierto. La ira, la venganza y el juicio pueden sentirse bien por un momento, pero no pueden deshacer un mal. Sólo permiten que la herida se infecte.

Tenemos el poder de ayudarnos mutuamente a ser mejores, creyendo en los demás. Deseo para nosotros que podamos experimentar el milagro de una segunda oportunidad en nuestra vida, y la bendición que viene de conceder esa segunda oportunidad a otros.

¿A quién le darás una segunda oportunidad?



¿HAS VIVIDO?

No es la muerte lo que más asusta, es llegar al final de tu vida sólo para darte cuenta de que nunca viviste de verdad.

Se hizo un estudio en un hospital en el que se les preguntaba a 100 personas mayores a punto de morir cuál era el mayor arrepentimiento de su vida. Casi todas respondían que no se arrepentían de las cosas que habían hecho sino de las cosas que no habían hecho. De las veces que no se arriesgaron y de los sueños que no persiguieron.

Yo te pregunto: ¿serán tus últimas palabras: “Ojalá hubiese...”?

¡Despierta! ¿Cuál es la razón de tu existencia? ¡Reacciona! La vida no es sólo trabajar, esperar el fin de semana, y pagar la renta. No sé de muchas cosas, pero esto lo tengo claro. Las personas no eligen sus sueños, los sueños las eligen a ellas. Así que mi pregunta es: *¿eres capaz de seguir el sueño que te eligió o vas a dejar que se escape?*

El otro día aprendí algo sobre aviones que me sorprendió. Estaba hablando con un piloto y me dijo que muchos de sus pasajeros piensan que volar es arriesgado. Pero el piloto me dijo que es mucho más peligroso cuando el avión está en tierra. Y le pregunté por qué. Me dijo que, en tierra, el avión empieza a oxidarse, a fallar y a deteriorarse mucho más rápido que cuando está volando. Después estuve pensando que tenía sentido. Los aviones fueron diseñados para volar. Y las personas fueron creadas para vivir el sueño que llevan dentro. Así que la mayor pérdida es, probablemente, vivir en el suelo sin nunca llegar a despegar.

Siempre nos da miedo que un ladrón venga por la noche y nos robe lo que tenemos mientras estamos durmiendo. Pero hay un ladrón en tu mente que se adueña de tus sueños. Se llama miedo y siembra en ti la duda. Siempre va disfrazado y es como un virus, que te convierte en un “quizá debería”. El “quizá debería” es letal. Ya sabes lo que “quizá debería” significa. Hay mucha gente que dice “quizá debería”. Quizá debería cambiar de profesión, quizá debería sacar sobresalientes, quizá debería ponerme en forma. Esto son simples matemáticas. Si eres uno de éstos, entonces “quizá” obtengas los resultados que quieras.

Pero déjame decirte una cosa: a Steven Spielberg lo rechazaron en la escuela de cine tres veces, pero siguió luchando. Los ejecutivos despidieron a Oprah porque decían que no encajaba en la televisión. Pero siguió luchando. Los críticos decían que Beyoncé no cantaba bien, y se deprimió, pero siguió luchando.

¿Cuál es tu sueño? ¿Qué enciende esa chispa? ¿Quizá deberías hacerlo? ¡No! Tienes

que perseguirlo con cada parte de tu corazón. ¿Va a ser difícil? Sí, seguro, no hay atajos. Te vas a caer mil veces, pero ¿quién va a llevar la cuenta?

Recuerda esto: no hay montaña plana. Si quieres llegar a la cima, hay superficies abruptas por las que tendrás que caminar. Habrá veces en que estarás estresado, y veces en las que estarás deprimido.

Los problemas y las críticas son requisitos para la grandeza. Ésa es una ley universal y nadie escapa de ella. Porque la vida es dolor, pero puedes elegir qué tipo de dolor. Si el dolor en tu camino hacia el éxito o el dolor de estar arrepentido. Si quieres mi consejo, no lo pienses dos veces. Se nos ha dado un don llamado *vida*. Así que no lo desperdicies.

En mi carrera no logré encestar más de 9 000 tiros. He perdido casi 300 partidos. Veintiséis veces me han confiado para lanzar el tiro ganador y fallé. He fallado una y otra y otra y otra vez en mi vida. Y ésa es la razón por la que triunfó.

MICHAEL JORDAN

No es el pasado lo que te define, sino la certeza de que renaces a cada momento. Así que atrápalo. Ahora. Algunas veces hay que saltar, y dejar que tus alas se abran mientras caes. Más vale que des esa patada inicial antes de que se acabe el tiempo.

Todos tenemos una fecha de caducidad que no conocemos. Y no hay prórrogas en la vida. No puedes volver a hacer las cosas. Y sé que parece que estoy predicando, pero si no usas el regalo que se te ha dado no sólo te menosprecias a ti, sino a todo el mundo.

Así que, ¿qué tienes en mente?, ¿qué idea?, ¿qué cura?, ¿qué habilidad tienes dentro que está lista para salir al universo? *Uni* significa “uno” y *verso*, “canción”. Tienes que cantar una parte de esta canción, así que toma el micrófono y sé valiente. Canta a gritos sobre el escenario lo que tu corazón te dice.



No puedes volver atrás y crear un nuevo comienzo.

Pero puedes comenzar ahora y crear un nuevo final.

¿Eres capaz de seguir el sueño que te eligió o vas a dejar que se escape esta nueva oportunidad?

TODO CAMBIA

Y como en cada oportunidad, les pido que se propongan acercarse a aquellos de quienes se han alejado. Que dejen de lado el orgullo que nos empequeñece como personas. La vida es con la gente, con la familia, con los amigos. La vida es tan frágil, tan llena de sorpresas, créanme. Perdonen a los demás de la misma forma que pretendemos que Dios nos perdone a nosotros. Y si rezan por una nueva oportunidad, también denla a los demás.

Hay una historia que se cuenta sobre el gran líder indio Mahatma Gandhi. Una mujer y su hija caminaron varias millas para llegar a una reunión con el líder. Después de esperar durante un periodo de tiempo, finalmente les permiten entrar a verlo. La mujer dijo: “Señor Gandhi, necesito que le digas a mi hija algo importante. Ella come demasiados dulces; no es bueno para ella. Ella te respeta. Dile que deje de comer dulces”. Gandhi dijo a la mujer: “Quiero que usted y su hija vuelvan en tres semanas”. Tres semanas más tarde, la mujer y su hija de nuevo caminaron varias millas para ver a Gandhi. Él las dejó entrar y le dijo a la niña: “Quiero que dejes de comer dulces. No es bueno para ti”. Ella estuvo de acuerdo. Cuando se fueron, los asesores de Gandhi lo interrogaron. “Esa mujer y su hija tenían que caminar varias millas. ¿Por qué hacerlas volver una segunda vez?”, a lo que Gandhi respondió: “Las hice volver tres semanas más tarde porque tenía que ver. ¿Podría yo dejar de comer dulces?”.

¿Pueden cambiar las personas? ¿Puedes tú cambiar?

Recuerdo haber contado una historia sobre el gran rabino Mordejai Kaplan. Un estudiante tenía que dar una plática en su clase y estaba muy nervioso. Cuando el sermón había terminado, el profesor Kaplan simplemente dijo “muy bueno” y continuó con su clase. El estudiante se sintió aliviado. Cuando la clase se reunió una semana más tarde, el profesor Kaplan clasificó el sermón del alumno como muy flojo. El estudiante tartamudeó: “Profesor, pero la semana pasada le gustaba”. El profesor Kaplan respondió: “Yo he cambiado desde la semana pasada”.

Todas las cosas cambian continuamente.

Hubo una gran discusión entre dos pensadores, Parménides y Heráclito. Para Parménides el cambio es una ilusión. Nada cambia realmente. La esencia de las cosas sigue siendo la misma. Para él, hablar del mundo es hablar de lo que es inmutable y eterno. Para Heráclito, por otra parte, todo cambia. Él fue el que dijo: “No se puede entrar en el mismo río dos veces”. Para él, hablar del mundo es ver movimiento constante, un flujo constante.

Entonces, ¿quién tenía razón? ¿Vivimos en un mundo de esencias inmutables o en un mundo de constante cambio? Se llamó al filósofo más grande de todos ellos, Platón, para resolver el problema. Platón dijo: “Parménides y Heráclito, los dos tienen razón. Hay un mundo de formas inmutables, un mundo de perfección. Luego está el mundo en que vivimos, un mundo de cambio, de crecimiento y decadencia. Pero este mundo es un mero reflejo de un mundo más perfecto e inmutable”. Platón dijo que es como los hombres en una cueva mirando a las sombras proyectadas en una pared. Este mundo de cambio es el mundo de las sombras. Pero la verdadera realidad está fuera de la cueva. La verdadera realidad, el mundo superior, es inmutable. Este mundo es imperfecto. El mundo inmutable es perfecto.

Y, sin embargo, debo admitir, el cambio es difícil. El cambio es doloroso. Los seres humanos somos animales de costumbres. Queremos que las cosas permanezcan como estaban. No nos sentimos cómodos con los cambios. Deseamos que nuestra pareja se vea hoy igual a como se veía el día que la conocimos. Deseamos que nuestros hijos sigan siendo niños, sentados alrededor de la mesa tal como lo hicieron cuando eran pequeños. Deseamos que todavía tuviéramos los cuerpos de veinticinco años, tal vez con la sabiduría que tenemos ahora. Queremos vivir en un mundo sin cambio. Sin embargo, ser un ser humano significa vivir en un mundo siempre cambiante. Y admitir que todo cambia continuamente, y hacer las paces con esos cambios.

Por supuesto, una cosa es decir que todo cambia y otra muy distinta es tratar de hacer cambios. Al gran pensador cristiano Reinhold Niebuhr se le ocurrió tal vez la más famosa cita sobre el cambio, una que todos los que han asistido a un programa de doce pasos se sabe de memoria: “Dios, dame la serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, el valor para cambiar aquellas que puedo, y la sabiduría para conocer la diferencia entre ambas”. Yo he cambiado desde la semana pasada. ¿Y tú?

EL EFECTO MARIPOSA

Todos hemos dedicado un día a las preguntas existenciales de nuestra vida. Hemos dedicado momentos para crear una conversación entre nuestro yo más joven y el yo más viejo. Y hemos tratado de acercarlos. Hemos creado un momento espiritual, donde nos preguntamos y tratamos de responder: “¿Qué somos?, ¿qué es nuestra vida...?”.

Y volvemos a las preguntas: ¿Eres un visitante en tu vida? ¿Qué pasa si la vida entera que viví no fue mi vida real? ¿Qué refleja mi espejo? Tal vez hoy descubriste que, en el largo plazo, lo que contará no es cuántos años has vivido, sino cuántas vidas tocaste a lo largo del camino. ¿Cuántos momentos de toda tu vida serán recordados?

Tal vez aquello que estamos llamados a hacer puede no parecer mucho. Pero consideremos lo que un científico ha llamado “el efecto mariposa”: incluso una mariposa moviendo sus alas tiene un efecto en las galaxias a miles de años luz de distancia.

¿Serás capaz de cambiar? ¿Serás capaz de reconocer y aceptar el cambio del otro? *¿Qué te detiene?*

El maestro Najman de Bratslav enseñó: “El mundo entero es un puente muy estrecho, y lo importante es no temer”. Me encanta la imagen.

“De manera individual, todos estamos cruzando sobre un pequeño y desvencijado puente sobre un vasto abismo. Estamos cruzando ese puente estrecho y no podemos permitir que el miedo nos alcance, nos paralice y nos derrote. El cambio no es un trabajo fácil, sino una tarea prolongada, pero posible. No debemos ni temer ni caer en la desesperanza, debemos encontrar ese pequeño lugar en el mundo, debes decidir vivir sin tenerle miedo al miedo...”

No temas cruzarlo, no temas vivir, no temas cambiar, no temas al temor.

Quiero compartir una historia. Después de escuchar el sermón, David decidió cambiar. El rabino pidió que fueran más considerados con un ser querido haciendo por lo menos un cambio en su vida. David estaba tan inspirado que decidió que lo haría. A partir de ese día él taparía la pasta dental después de cepillarse los dientes cada noche. Era un pequeño cambio, pero importante. ¿Por qué era importante?

Bien, todas las noches durante los últimos 50 años, su esposa se quejaba de que él nunca le ponía la tapa a la pasta dental después de cepillarse los dientes. Así que esa noche, impulsado por la resolución de cambiar, David se cepilló los dientes y con cuidado dio vuelta a la tapa del tubo de pasta de dientes. Esa noche, por primera vez en 50 años, su esposa no dijo nada. La noche siguiente el marido recordó tapar la pasta de

dientes. Nuevamente su esposa Gaby no dijo nada. Esto continuó repitiéndose todas las noches. Hasta que una noche su esposa se volvió hacia él y le dijo: “David, la tapa ha estado en la pasta de dientes durante más de una semana”. “Sí”, respondió el marido, esperando palabras de cariño. Ella continuó: “David, ¡hace cuántos días no te cepillas los dientes!”.

El cuento termina ahí, pero me gusta imaginar que la determinación de David no. Imagino que le explicó a su esposa lo que estaba haciendo y por qué. Que quería ser más considerado con ella. Me gusta imaginar que ella estaba profundamente conmovida por su esfuerzo, más allá de lo pequeño e insignificante que ese acto fuera. Que eso generaría una cadena de pequeños cambios de uno hacia el otro, hasta lograr reavivar su relación.

Pero por difícil que sea cambiar, más difícil aún es aceptar que otros puedan hacerlo. Al igual que la esposa del relato, a menudo a nosotros nos resulta difícil creer que alguien tenga la capacidad de cambiar.

¿Cómo sería si pudiéramos creer que otros pueden cambiar? Puede suceder. Ha sucedido.

La compañía de cosméticos Elizabeth Arden hace una crema para la piel llamada *Visible Difference*. No sé si funciona, pero es una gran estrategia de *marketing*. Se sugiere que verás una diferencia notable después de su uso.

¿Verdad que es un gran lema para esta temporada de cambio?

Cuando dices que vas a cambiar, cuando te arrepientes, cuando perdonas a alguien más, ¿habrá una diferencia visible? ¿Habrá en tu actitud, en tu vida, en tus cambios, en tus relaciones, una “diferencia visible”?

Siempre pedimos eso: algo visible, *tangible*, que refuerce nuestras creencias, nuestras acciones. Y, creo yo, de vez en cuando hasta merecemos percibir esta *diferencia visible*.

A veces no se ve, pero sí se siente.

**Vivan su vida, vívanla sin temor,
registren muchos momentos memorables
marcados por una “diferencia visible”.**



INSATISFACCIÓN

Descubrí que todos vivimos con dudas. Claro que hay de dudas a dudas. Algunos pueden perder mucho tiempo con un rollo de papel higiénico, dudando si lo colocan con la punta hacia arriba o hacia abajo. Dudas como: ¿por qué justo cuando la necesito, la pluma nunca está junto al teléfono?, o ¿por qué cuando tengo la pluma, no encuentro el papel? O la clásica duda de ¿por qué el pan con mantequilla y mermelada siempre cae boca abajo? O la clásica del automovilista: ¿me quedo aquí o me cambio de carril?

Hay otras dudas más serias de esas que te dejan preocupado, que te producen gastritis o complicaciones psicológicas como “estoy deprimido”. Dudas del tipo: ¿Dios mío, qué hice de mi vida? ¿Por qué no escuché a mis padres? O ¿por qué les hice caso a mis padres? ¿Soy feliz? ¿Por qué para algunas personas la vida resulta tan fácil? ¿Por qué justo ella, o él? Son dudas que ocasionan una tristeza crónica.

Pasa que la gente duda de todo. Incluso de la propia gente. ¿Notaron cómo todo el mundo se ha sentido como si le faltara algo, un pedazo, un ánimo? Hace ya algún tiempo que trato de definir los estados de espíritu que vengo observando tanto en mí mismo como en las personas con las que interactúo. Es una mezcla de desánimo con escepticismo. Tal vez la palabra que elegiría es insatisfacción. Eso: vivimos insatisfechos, preocupados, sin confianza, sin entusiasmo, sin esperanza, desmotivados.

Podrá ser la crisis, la inseguridad, la segunda década del siglo XXI, el exceso de información. No sé. Pero lo real es que muchos están tristes y desconectados, llenos de dudas existenciales y de las otras.

Y por si no fuera suficiente, ¿qué me dicen de los remordimientos? ¿Verdad que también son una parte del “paquete” que cada uno carga? Claro que como en el caso de las dudas, hay también de remordimientos a remordimientos. Pero como sea, muchas veces nos paralizan, nos confunden y nos hacen lamentarnos tanto, que se hacen parte inseparable de nuestro estado de insatisfacción.

Y así, como vivimos con dudas, así vivimos también con remordimientos, algunos más preocupantes que otros.

¿Y qué sucede con nuestros remordimientos? Algunos son pequeños y fáciles de manejar. “Debí haber comprado esa acción”, “No debí pedir postre”, “Debí haber llamado”, ya saben. Pero otros son más grandes y no tan fáciles de liberar. Ésos son los que nos atrapan. Tienen preámbulos que todos conocemos: “Si tan sólo hubiera...”, “Si ella no...”, “No puedo creer que yo...”, “Si lo hubiera notado”, “No debí haber usado

esas palabras”, “Debí haber puesto más atención a mi hijo cuando me necesitaba”.

Remordimientos por pérdidas, algunas innecesarias, otras inevitables; remordimientos por comparaciones, por palabras que nos lamentamos haber dicho o que callamos. Y nos quejamos: “Ah, si yo tuviera otra oportunidad”. Y mientras murmuramos, nuestro andar es más lento; nuestro espíritu, más frágil; nuestra inseguridad, mayor, y nuestra satisfacción con la vida, menor.

Un sabio le dijo una vez a otro sabio que el haberse vuelto anciano y no haberse arrepentido de todos sus errores le consumió su corazón. Su amigo le respondió: “Tú estás pensando sólo en ti mismo. ¿Qué tal olvidarte de ti por un momento y pensar en los otros?”. Martin Buber relata esta historia y nos enseña: “No estés preocupado sobre lo que has hecho mal, mejor aplica el poder de tu alma, que ahora estás perdiendo en el autorreproche, a una relación activa con el mundo”.

Muchos de ustedes han compartido conmigo sus remordimientos y, créanme, he aprendido mucho de los momentos compartidos. Por ello les digo que no todos los remordimientos son malos, desde que enfoquemos y dirijamos nuestra energía para dar el primer paso hacia el camino correcto.

Yo quiero darles hoy mi sencilla receta personal para que la apliquen a su vida. La aprendí del rabí Yijiel y me ha ayudado muchísimo: “Hay dos cosas por las que está prohibido preocuparse: lo que puedes solucionar y lo que no puedes solucionar. Si puedes solucionarlo, hazlo, ¿para qué te preocupas? Y si no puedes solucionarlo, ¿en qué ayuda que te preocupes?

Tenemos que crear el espacio y el momento en nuestra vida para repasar los momentos, las dudas, los remordimientos. Para reexaminar las causas que provocan y desarrollan en cada uno el escepticismo, la parálisis, el miedo, la insatisfacción.

Un relato de la literatura persa cuenta la historia de un espía que fue capturado y sentenciado a muerte por un general del ejército. Este general tenía la extraña costumbre de dar a escoger a los condenados entre un pelotón de fusilamiento y “el gran portón”. Faltando minutos para la ejecución, los guardias llevaron al espía con el general. “¿Qué eliges? —le preguntó—, ¿el pelotón de fusilamiento o el gran portón?” El espía dudó hasta que finalmente eligió el pelotón de fusilamiento. Unos minutos más tarde, se escucharon los tiros que confirmaban la ejecución.

—Ellos siempre prefieren lo conocido a lo desconocido —dijo el general, dirigiéndose a su asesor—. La gente tiene miedo de lo que no conoce. Aún así, le dimos a escoger.

—¿Qué hay detrás del gran portón? —preguntó el asesor.

—El camino de las posibilidades —respondió el general—. Sólo he conocido a algunos valientes que pasan por esa puerta.

Las mejores oportunidades de nuestra vida están detrás de la puerta de lo

desconocido. Si enfrentamos nuestros miedos, enfrentamos nuestra libertad; si enfrentamos lo desconocido, la bendición podría llegar a nuestra vida.

Victor Hugo escribió: “Ten el valor para las grandes tristezas de la vida y ten paciencia para las pequeñas”. En pocas palabras: ten valor para vivir tu vida.

Y éste es mi mensaje para cada uno de ustedes. Ten el valor de examinar tus miedos y decidir que no tienen lugar en tu vida. Ten el valor de dejar de temer, de cometer errores, y conviértete en alguien que pueda enriquecer la vida de otras personas. Ten el valor de sentir que tú haces la diferencia en la vida de tu familia, tu comunidad, porque crees en ti mismo. Ten el valor de cobrar conciencia, de rechazar la idea de que no eres sino una pálida sombra en el muro de una cueva, y acepta la idea de la alegría que proviene de saber que la melodía de tu vida puede ayudar a cambiar a otros también. Ten el valor de abrir el portón de las posibilidades y descubrir una nueva sensación de sentirte completo y cómodo en el mundo.

Cuando el remordimiento, la duda y la indiferencia tocan nuestra vida, podemos lamentarnos y desesperarnos; podemos enojarnos y dejar que el miedo dirija nuestra vida, o podemos cruzar el gran portón y elegir el camino de las nuevas posibilidades. Como en el siglo XIX lo expresara Søren Kierkegaard: “La vida sólo puede ser entendida hacia atrás, pero debemos vivirla hacia adelante”.

Hoy es la oportunidad para encontrar el valor de recrearnos otra vez. Ésta es la hora, y éste, el mejor momento. Recuerda que aún hay vida en tus sueños.



Recuerda que la esencia de la vida
no estriba en esperar a que pase la tormenta:
se trata de aprender a bailar bajo la lluvia.

Que tus elecciones reflejen tus esperanzas, no
tus miedos.

NELSON MANDELA



LO QUE PERDURA...

El oficial de la KGB tocó tres veces. “¿Vive aquí el camarada Kapolsky?” “¡No!”, fue la respuesta desde el otro lado de la puerta cerrada. El agente se encogió de hombros y se marchó, pero volvió una hora después. Nuevamente tocó tres veces, ahora más fuerte. “¿Están seguros de que Kapolsky no vive aquí?” “¡Muy seguros!”, fue la respuesta inmediata. “¿Cómo se llama usted?”, preguntó el oficial. “Kapolsky.” “¡Creí que usted había dicho que Kapolsky no vive aquí!” Y Kapolsky respondió: “¿Y a esto usted le llama vida?”.

Estoy seguro de que si yo les preguntara cómo les fue el último año, la respuesta de la abrumadora mayoría sería: “Ni me pregunte, rabino. ¿Y a esto usted le llama vida?”. Las cosas están tan mal que los directores de empresas ahora juegan golfito.

Un carrito de Matchbox cuesta más que una acción de General Motors. Y supe de un camión con inmigrantes ilegales norteamericanos que fue detenido en la frontera con México.

Quiero decirles que a pesar de tantos avances tecnológicos, y a pesar del proceso de globalización, no podría afirmar que estemos más o mejor comunicados. Lo que sí puedo afirmarles es que hay algunos temas que, como a ustedes, me preocupan bastante.

Yo conozco gente que ha perdido su trabajo. Sé que otros aún tienen empleo pero que están ganando menos que el año pasado. Muchos han vivido días difíciles y largas noches de preocupación con cuentas por pagar. Han hecho sacrificios, pequeños y grandes. Muchos de nosotros hemos visto nuestros ahorros disminuidos o desaparecidos. De repente ya no nos preguntamos “¿cuánto tengo?” sino “¿cuánto me queda?”.

Y he visto cómo todas estas cosas han afectado nuestra autoestima, nuestra vulnerabilidad. Nos pone tristes. Quiero hacerles dos preguntas que me hice a mí mismo: “De todas las cosas en mi vida, ¿cuáles son permanentes y cuáles estoy en peligro de perder? De todas las cosas de mi vida, ¿qué es lo que perdura?”.

Y se los pregunto porque yo creo que estos tiempos difíciles pasarán, quizás en seis meses, quizás en un año o dos. Y cuando pase la época mala, *¿qué habremos aprendido?*

Hay una escena de la obra teatral *Incidente en Vichy*, de Arthur Miller, que refleja mi idea. Francia ha caído ante los nazis. En un pueblo francés, todos los ciudadanos son obligados a registrarse ante las autoridades. Un hombre importante llega ante el secretario nazi con un portafolio lleno de diplomas, certificados, medallas que ha recibido, para impresionar al oficial. El secretario lo ve y le dice: “¿Es esto todo lo que

tiene?”. El hombre responde: “Sí”. El secretario lo tira todo al basurero y le dice: “Bien, ahora no tienes nada”. Y vemos cómo el hombre se desmorona.

¿Nos sucedería eso a nosotros? Si nos quitaran todo lo que, creemos, nos da respetabilidad —nuestro trabajo, nuestro coche, nuestra ropa bonita, el respeto que se acerca a la envidia de la gente que nos rodea—, ¿también sentiríamos que no nos queda nada? ¿O tendríamos en nuestro interior una identidad, un sentimiento de que lo que valemos no depende de todo eso? ¿Habremos aprendido quiénes somos, más allá de nuestro trabajo, más allá de nuestro título, más allá de nuestra cuenta bancaria? *¿Habremos aprendido que queda mucho de valor en nosotros, incluso cuando quitamos esas cosas?* Sospecho que muchos habremos aprendido que la gente más cercana a nosotros nos ama por quienes somos, no por lo que ganamos o tenemos. Y créanme, esto no es poca cosa.

Por ello quiero insistir en que no debemos permitir que estos tiempos difíciles cambien lo que somos. Es lo que propone Viktor Frankl: “No podemos controlar lo que el mundo hace con nosotros, pero podemos controlar cómo respondemos”.

Una de las formas de reaccionar y responder a la crisis y a la poscrisis es entendiendo que no sólo somos parte de una economía, también somos parte de una comunidad.

Ser parte de una comunidad te hará descubrir que encontrarás en la sinagoga no sólo un lugar donde hablar con Dios y con tu vecino, sino un lugar donde estar con otras personas. Es en comunidad donde encuentras a gente que te reconoce y especialmente encuentras a gente a quien tú puedes ayudar. Los seres humanos buscamos la comunidad porque necesitamos estar con gente, porque no queremos estar condenados a relacionarnos mediante mensajes de voz. Permite que lo espiritual llene los vacíos que hoy sientes en tu vida. Y hazlo en comunidad.

Algo más. En el proceso revisemos los valores con los que vivimos. Pensemos en cómo las prioridades de vida que establecimos a partir de esos valores nos llevaron a esta crisis y cómo nos afectó. Esto es algo que aprendí de un artículo publicado en el *New York Times* por el ensayista David Brooks. Habla de tener una actitud de humildad ante la grandeza, como sucedió por ejemplo cuando con enorme sacrificio los aliados derrotaron al Tercer Reich. ¿Cuál fue la actitud de los vencedores? La humildad y la responsabilidad colectiva. Desde entonces ha habido un cambio cultural importante y desafortunado. Hoy en día, muchos líderes y celebridades carecen de modestia y humildad, tan necesarias para que la comunidad funcione de manera coherente. Todo es yo y nos hemos olvidado del *nosotros*.

¿Qué es lo que perdura? Si tienes dudas, piensa por un instante: De las visitas que has hecho al panteón, ¿has encontrado una sola lápida que diga “el mejor vendedor”, “director de empresa maravilloso”, “excelente con los números”? No, ¿verdad? Sabes que dicen: el mejor padre, una madre maravillosa, una esposa abnegada, amigo

inolvidable... Eso es lo que perdura, eso es lo que importa. Todo lo demás está ahí para pagar las cuentas.

Quiero pedirte que en este día pienses en esto, abre tu corazón y responde honestamente: *¿Podré entender que valgo por lo que soy y no por lo que tengo? ¿Podré aprender que no siempre puedo controlar lo que el mundo hace conmigo, pero sí puedo controlar cómo respondo?*

Ser parte de la comunidad. Recuperar la humildad. Volver a creer en ti mismo, en quien eres y no en lo que tienes. Abre tu corazón y responde:

De todas las cosas de tu vida, ¿qué es lo que perdura?

De niños aprendemos a hablar,
y como ancianos aprendemos el silencio.

Éste es el gran defecto que tenemos:
aprendemos a hablar antes de aprender el
silencio.

RABÍ NAJMAN DE BRATSLAV



ENCUENTRO CONTIGO MISMO



Al final todo está bien.
Si no está bien,
entonces no es el final.

ANÓNIMO

SÍ SE PUEDE

¿Lograste responder a la pregunta de cuándo fue la última vez que hiciste algo por primera vez? ¿Te animarás a salir de ti mismo? ¿Te atreverás a asomarte a todas las posibilidades que esperan a tu vida? O seguirás cantando: “Una persona vive dentro de sí misma. A veces está triste o amargada. A veces canta, a veces abre la puerta para recibir a un conocido, pero la mayor parte del tiempo, una persona se cierra dentro de sí misma...”

Definitivamente no estamos condenados a vivir de cierta manera. No importa qué: podemos renovarnos, transformarnos, ser mejores de lo que éramos, ser más nosotros mismos.

Si tan sólo pudiéramos dejar de enfocarnos en lo negativo, en lo superficial, en lo que el espejo refleja. Si al ver a una persona tan sólo pudiéramos también ver al ser humano que hay dentro de ella. Si fuéramos capaces de permitir la presencia de Dios en nuestra vida, y de mostrarnos ante Él sin retoques en el alma. Si fuéramos capaces de volver a creer, de volver a amar, de volver a sonreír, de ser más pacientes... Si fuéramos capaces de dejar de ocultar nuestras imperfecciones, de temer, de ser desconfiados, si fuéramos capaces de perdonar, tal como pretendemos ser perdonados.

Debes creer que cada día puede ser el comienzo de una nueva etapa, porque cada vida tiene un propósito, un corazón, un rostro, un sueño y una melodía. Y cada viaje tiene un sentido.

Como el viaje que realizó Diana Nyad, la nadadora de 64 años, que ya había fracasado cuatro veces en su intento de nadar desde Cuba a Cayo Hueso, pero la quinta vez lo logró. Fueron 53 horas nadando sin interrupción y casi no podía sonreír. Estaba adolorida y agotada. Luchó contra olas enormes, contra las medusas que la picaron y contra el temor a los tiburones. Finalmente lo logró. Los periodistas la rodearon, y uno de ellos le preguntó: “¿Tiene alguna lección que haya aprendido de esta experiencia que quiera compartir con nosotros?”. Y Diana respondió: “Sí. Aprendí tres cosas. *Uno*: nunca, nunca, nunca debes renunciar a tu sueño. *Dos*: nunca se es demasiado viejo para perseguir tu sueño. Y *tres*: aunque la natación pueda parecer un deporte solitario, no lo es. Necesitas de un equipo que te ayude”.

También me admiró saber que ella no lo hizo por dinero y que reconoció que una de las razones de su éxito fue que aprendió de sus errores en los intentos anteriores. Ella nos muestra que una vida sin sueños, sin derrotas, no es vida.

El tiempo oficial fue 52 horas, 54 minutos y 18 segundos. El tiempo real fue de 35 años desde su primer intento.

¿Cuáles son las lecciones que nosotros podemos aprender?

Si tienes un sueño, nunca renuncies a él. Si trataste y no lo has logrado, vuelve a intentarlo. Nunca renuncies a tu sueño, nunca. La segunda lección: no dejes que tu edad sea un pretexto. Nunca digas que eres demasiado viejo o demasiado joven. A cualquier edad podemos cambiar nuestros hábitos, nuestra manera de reaccionar ante el mundo si entendemos que los viejos hábitos nos hacen daño. Podemos cambiar aquello que nos mantiene en nuestra zona de confort.

Atrévete, no temas.

Y, finalmente, entender que no podemos hacerlo solos. Diana tuvo 35 personas que la apoyaron para alcanzar su objetivo. También en el viaje de nuestra vida estamos acompañados. Dios, nuestros seres queridos y amigos, todos alentándonos a que logremos nuestro objetivo. Debemos darles más lugar y más tiempo en nuestra vida.

Todavía tienes el tiempo, si realmente quieres hacerlo.

Puedes salir a buscar tu pequeño lugar en el mundo, estás a tiempo de decidir, “de no tenerle miedo al miedo...”

¿Cuáles son las lecciones que nosotros podemos aprender?

¿Cómo puedes aplicarlo en tu vida?

UN EJEMPLO PARA TODOS

Recuerdo haber leído que la ciudad de Nueva York ha tenido muchos alcaldes, pero solamente uno ha sido considerado lo suficientemente grande como para tener un aeropuerto con su nombre. Fiorello La Guardia fue conocido por su manera de llegar a toda la gente de esta ciudad, los ricos y los pobres.

De acuerdo con una historia apócrifa, en una fría noche de invierno de 1935, La Guardia fue al Bronx, uno de los vecindarios más pobres a fungir como juez municipal de la corte. Una mujer fue presentada ante él por robar un trozo de pan para alimentar a su familia. La Guardia le preguntó por qué había robado el pan, y ella le respondió que a su hija la había abandonado su esposo, su hija estaba enferma y los niños estaban hambrientos. El propietario de la panadería respondió que su negocio era robado constantemente, y que no podía tolerar el robo. Le pidió a La Guardia que pusiera el ejemplo, al castigar a la señora.

La Guardia miró a la mujer y sentenció: “Debe pagar una multa de 10 dólares por robar el pan” (en aquel tiempo, 10 dólares era una cantidad considerable). Entonces metió la mano en su bolsillo, y le dio a la mujer los 10 dólares para pagar la multa.

La Guardia continuó: “Ahora multo a cada persona en esta corte, con 50 centavos”. Todos, los espectadores, abogados, y aun el alguacil, tuvieron que pagar la multa. “Los multo por vivir en una ciudad en la que una mujer tiene que robar pan para mantener a su familia”. Se reunieron 47.50 dólares en la corte, los cuales fueron entregados a la sorprendida mujer.

Todos nosotros, como parte de una comunidad, somos responsables por el bienestar de todos los demás. No podemos estar cómodos, mientras otros seres humanos están sufriendo; no podemos desperdiciar alimentos mientras nuestros congéneres están pasando hambre. Somos responsables unos por los otros, y el sufrimiento de otro ser humano debe hacer que tu sensibilidad te comprometa para extender tu mano y ayudarlo. La Guardia sabía que si una mujer no podía alimentar a su familia, todos los neoyorquinos debían compartir la responsabilidad.

Podremos no tener un aeropuerto con nuestro nombre. Pero como se nos enseña, es nuestra responsabilidad, individual y colectiva, hacer de ésta una sociedad más justa.



EL HALCÓN QUE NO PODÍA VOLAR

Un rey recibió como obsequio dos pichones de halcón y los entregó al instructor para que los entrenara. Pasados unos meses, el instructor comunicó al rey que uno de los halcones estaba perfectamente educado, pero que al otro no sabía lo que le sucedía: no se había movido de la rama desde el día de su llegada al palacio, a tal punto que había que llevarle el alimento hasta su rama. El rey mandó llamar curanderos y magos de todo tipo, pero nadie pudo hacer volar al ave.

Reunió entonces a los miembros de la corte, y les encargó la misión de resolver el problema. Lamentablemente, nada sucedió.

Por las ventanas de sus habitaciones, el monarca podía ver que el pájaro permanecía inmóvil. Como último recurso, publicó por fin un edicto entre sus súbditos, y, a la mañana siguiente, al abrir sus ventanas, vio al halcón volando ágilmente en los jardines.

“Tráiganme al autor de este milagro”, dijo. Enseguida le presentaron a un campesino. “¿Tú hiciste volar al halcón? ¿Cómo lo hiciste? ¿Acaso eres mago?”

Entre feliz e intimidado, el campesino explicó: “No fue difícil, su alteza, sólo corté la rama. El pájaro se dio cuenta de que tenía alas y se echó a volar”. Hay tantas lecciones que aprender de esta historia... Y si lo deseas, ahora, puedes formular estas preguntas en voz alta y respondértelas a ti mismo:

¿Sabes que tienes alas?

¿Sabes que puedes volar?

¿A qué estás aferrado? ¿De qué no te puedes soltar? ¿Qué está esperando tu rama para romperse?

¿Quién o qué la puede cortar? ¿Cuáles son las razones que hoy te impiden volar?

Entonces... ¿qué es tener éxito en tu vida? Es comenzar por tener un sueño y comprometerte con alcanzarlo. Es tener confianza en ti mismo. Es algo que no va a aparecer en tu vida por casualidad. Es aceptar lo que puedes cambiar o saber cambiar a tiempo. Es aceptar que lo único permanente es el cambio.

Es ser capaz de volver a empezar cuando la vida lo requiera. Es reconocerte en tus logros, disfrutar de ellos y de lo que tienes. Es reconocer que te puedes equivocar y saber

pedir perdón. Es reconocer que detrás de cada acierto puede haber varios fracasos. Tener éxito es, al fin y al cabo, aprender a arriesgarte, a vivir intensamente, a volar sin que otros te tengan que cortar la rama. Recuerda que Dios nunca te da nada que no puedas manejar. Es una ley espiritual. Tal vez haya cosas difíciles, o que preferirías no manejar, pero todo lo que se te da, está dentro de tu habilidad tratarlo.



¿Cuáles son las razones que hoy te impiden volar?

NO TE RINDAS

Rabí Najman enseñó: “Tú estás ahí donde están tus pensamientos. Asegúrate de que tus pensamientos estén ahí donde tú deseas estar”.

Porque si enfrentamos nuestros miedos, enfrentamos nuestra libertad, y si somos capaces de atravesar el gran portón de las posibilidades, la bendición puede llegar a nuestra vida. Depende de tu valor, de tu fe, de tu actitud.

Recuerda el pensamiento de Frankl: no podemos controlar lo que el mundo hace con nosotros, pero podemos controlar cómo respondemos.

Claro que tener esperanza, ser optimista cuando las cosas van bien, cualquiera puede hacerlo. El chiste es tener esperanza y fe cuando las cosas no van como nos gustaría.

El mismo rabí Najman en uno de sus textos aconseja: “Cuando te pregunten cómo van las cosas, no respondas con un gemido, quejándote. Si respondes mal, entonces Dios dice: ‘¿A esto llamas mal? ¡Ahora te mostraré lo que de veras es mal!’. Y cuando te preguntan cómo van tus cosas, si pese a los sufrimientos y dificultades tú respondes bien, entonces Dios dice: ‘¿A esto llamas bien? ¡Ahora te demostraré lo que es realmente estar bien!’ ”.

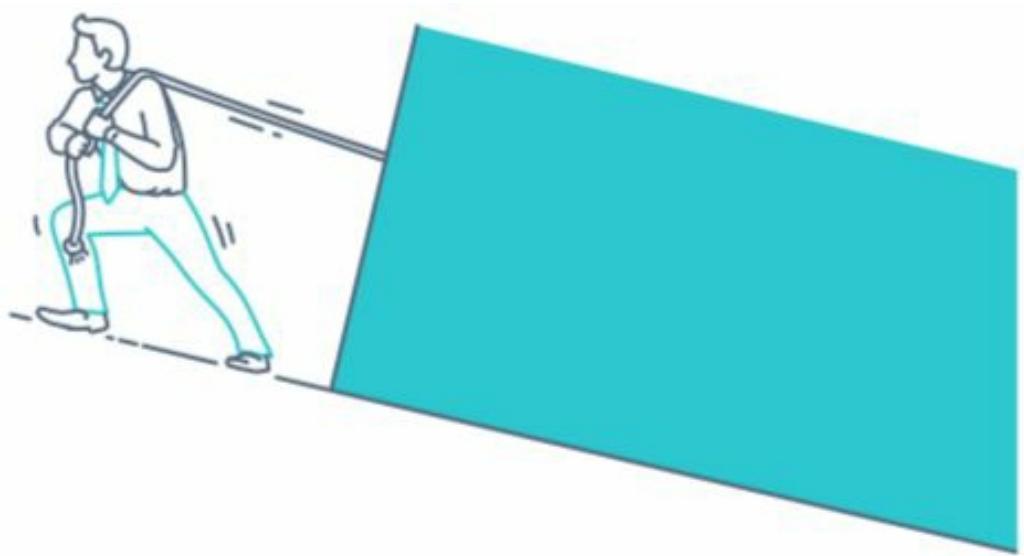
No podemos controlar lo que el mundo hace con nosotros, pero podemos controlar cómo respondemos. Amigos, a pesar de lo roto y de lo incompleto de tiempos difíciles, debemos ser optimistas, nunca debemos perder la esperanza.

Les recuerdo estas bellas palabras del poeta Mario Benedetti con la esperanza de que las hagan parte de su vida:

No te rindas, aún estás a tiempo
de alcanzar y comenzar de nuevo, aceptar tus sombras,
enterrar tus miedos, retomar el vuelo.
No te rindas, que la vida es eso,
continuar el viaje, perseguir tus sueños, destarbar el tiempo,
porque ésta es la hora y el mejor momento.
Aunque el sol se esconda y se calle el viento,
aún hay fuego en tu alma, aún hay vida en tus sueños.
Vivir la vida y aceptar el reto, recuperar la risa,
ensayar un canto, desplegar las alas e intentar de nuevo.
No te rindas, por favor, no cedas,

aún hay fuego en tu alma, aún hay vida en tus sueños.

Recuperar la humildad. Reafirmar la fe en ti mismo. Porque cada uno es importante a los ojos de Dios. Cada uno es importante para sus seres queridos. Y cada uno debe ser valioso a sus propios ojos. Vivir la vida y aceptar el reto, recuperar la risa, ensayar un canto, desplegar las alas e intentar de nuevo.



**No te rindas, por favor, no cedas,
aún hay fuego en tu alma, aún hay vida en tus
sueños.**

LA GENTE BELLA NO SURGE DE LA NADA

Con amor y bendición, para mi hija Sharon

Una llamada y el mundo se detiene, se volteá. Escuchas unas palabras, que crees no entender o que piensas se refieren a otro. ¿Cáncer? ¿Cómo? ¿Estás segura? Y pierdes el control. La fantasía y el miedo te superan y comienzas a balbucear, y estás confundido, totalmente paralizado, y tus pensamientos te llevan a donde no quieres ir. Y el día se oscurece como en las tormentas de verano, y no encuentras la palabra y las lágrimas no te dejan ver.

¿Por qué a ella? ¿Por qué, Dios? Repentinamente, toda mi fe se pone a prueba. Y mis prioridades mudan, y nada me importa, porque no puedes pensar en otra cosa. ¿Cómo le digo a su mamá? ¿Cómo explicarles a los pequeños niños? ¿Qué va a pasar? Y en el corredor la ves a ella y a su esposo abrazados. De repente tu fragilidad se pone a prueba, y un tsunami emocional en pánico te arrastra en todas las direcciones posibles. Y tú ni quieres, ni puedes, ni sabes cómo detenerlo. Médicos, hospitalares, consultas, más consultas, opiniones, más opiniones que te confunden más. Y recuerdas apenas una plegaria.

Curiosamente es la plegaria más corta en toda la Biblia. Moisés reza por su hermana Miriam: “Dios, por favor cúrala”. Y la canción vuelve a tu memoria: “Cuando el corazón llora, sólo Dios escucha...”

Y piensas en negociar con Dios (algo que siempre consideraste infantil). Y entiendes mejor a la gente a la que, como rabino, aconsejabas y abrazabas. Ahora, yo necesitaba el abrazo. Los días se suceden con lentitud, sin respuestas, con “puede ser, pero hay que esperar”. Yo no quiero esperar, no estoy acostumbrado a esperar.

Y lentamente, muy lentamente, comienzas a recuperar el momento y ajustar el velo y especialmente comienzas a planear la estrategia. Tomas decisiones que no puedes aplazar. No sabes la diferencia entre día y noche, frío o calor, hambre, insomnio. Y oyes palabras de aliento, palabras de esperanza, pero no las escuchas. ¿Dios, tú me escuchas? Y comienzan las sesiones de quimio, ves a tu hija, le cuesta comer, y hay que hacer transfusiones, y la gente generosa responde, pero tú, tú te rompes.

Como un rompecabezas cuyas piezas, todas ellas, se salen de lugar. Y observas, y oyes, y sientes, cuánto dolor, cuánta aflicción. “¡Yo, Dios, no ella!”, grita tu corazón. *Cuando el corazón llora, sólo Dios escucha...*

Y empiezas a descubrir cómo cada uno a su alrededor carga su dolor secreto y lo muestra en una sonrisa llena de misericordia. Y te sorprendes de ver que ella es quien nos da la fuerza a nosotros, así que te sientes más frágil, más confundido. Y lentamente, demasiado lentamente, como a cuentagotas, entras en una rutina. Arrastras los pies, arrastras tu alma, y meditas, mucho.

Todos estamos en la lucha, pero ella es la campeona, la que nos enseña a no rendirnos, a seguir luchando, a seguir creyendo, y tomados de la mano, con sus ojos me dice: “¿Qué es todo esto?”.

Y esta interminable pesadilla es como el momento de turbulencia en un vuelo.

Y comienzas a observar la solidaridad, el amor, los hermanos, los amigos, el doctor Villalobos (y su equipo), un ser humano del que Dios está orgulloso, que le echa porras, y le promete a ella: “Sharon, vas a salir bien”. Y comienzas a sentir que, en medio de la herida, del agotamiento emocional y a pesar de los días nublados, una pequeña esperanza comienza a dejarse ver y sentir. Lo vamos a lograr. Observo y pienso en la importancia de estar juntos, de ser un equipo, con un objetivo común.

Tomo conciencia de la forma tan vacía que vivimos. Alguien dijo que es una época de egos obesos y espíritus anoréxicos. Y dices: “Voy a cambiar, debemos cambiar”. Y tienes ganas de decirle a la gente: “No esperes un momento así para tener que descubrir cuántas bendiciones tienes en tu vida”.

El proceso avanza, ya hay días con débiles rayos de sol, ¡pero qué importa, es sensacional! Tiemblas por cualquier estornudo o tos, pero te dices que todo estará bien. Y lo está, aunque tú no te sientes muy seguro. Y los controles van bien, mi niña ya está fuera de peligro y bendito Dios, todos estamos mejor. El tiempo pasa, y esto es una nueva oportunidad. Cuentas tus bendiciones.

Recuerdo haber leído esta frase: “La gente cambia por dos razones: o porque su mente se abre o porque su corazón se quiebra...” Es en esos momentos, especialmente *cuando su corazón se quiebra*, que descubrimos una nueva dimensión de la vida. Cuando entendemos qué importante es aprender a decir siempre la palabra amable, porque no sabemos qué está pasando en el corazón de la otra persona, aprendemos la importancia de decir “Aquí estoy” a quien necesite de ti, aunque no lo exprese. Aprendemos el valor de sostener la mano del otro, dar el abrazo, la bendición, y simplemente estar presentes. Entiendes, comprendes y aprendes que el mundo es muchísimo más grande que tu ego, y que desde tu amor tú puedes hacer la diferencia.

Algún tiempo después, Sharon con algunas amigas que también enfrentaron esta lucha organizaron un grupo para ayudar a gente que pelea esta batalla. ¡Qué enseñanza!

Aprovechar la nueva oportunidad dando de ti a los otros. Se llaman sobrevivientes. Y lo son.

El tsunami pasa, pero deja cicatrices que quedan como memoria y recuerdo de un pasaje nublado de la vida. Y quiero pedirte que si tú, querida lectora o lector, estás en esa lucha, no te rindas, porque no estás sola ni solo, todos a tu alrededor están contigo también dando lo mejor de sí mismos. Ten fe, no te rindas. Son las pruebas que la vida nos pone en el camino para probar nuestra fuerza dormida, nuestra actitud y nuestro valor.

Quiero compartirles este poema de Elisabeth Kubler-Ross:

Las personas más bellas con las que me he encontrado
son aquellas que han conocido la derrota, el sufrimiento,
han conocido la lucha, conocido la pérdida,
y han encontrado su forma de salir de las profundidades.
Estas personas tienen una apreciación, una sensibilidad
y una comprensión de la vida que los llena de compasión,
humildad y una profunda inquietud amorosa.
La gente bella no surge de la nada.

**No estás sola, no estás solo, y tu profunda
inquietud amorosa es tu plegaria de
agradecimiento y tu actitud de vida en esta nueva
oportunidad.
Gente bella, nunca te rindas.**



CÓMO LIDIAR CON UN PROBLEMA

Un día tuve un problema.
No lo quería. No lo pedí.
Pero estaba ahí.
Yo lo empujé. Fruncí el ceño. Intenté ignorarlo.
Pero nada funcionó.

Empecé a preocuparme por mi problema.
Y cuanto más me preocupaba, mayor era mi problema.
Intenté todo lo que pude para ocultarlo.
Incluso encontré maneras de disfrazarme.
Pero todavía me seguía encontrando.

Y cuanto más evité mi problema,
más lo veía por todas partes.
No podía soportarlo más.
“¡Esto tiene que parar!”, declaré.
Tal vez estaba haciendo mi problema más grande
y más aterrador de lo que realmente era...
Tuve que enfrentarlo.

Así que, aunque no quise, aunque tuviera
realmente miedo, me preparé y ¡afronté mi problema!
Cuando me encontré cara a cara, descubrí algo.
Mi problema no era lo que yo pensaba que era.
¡Mi problema resultó una oportunidad!

Fue una oportunidad para aprender y crecer.
Me mostró que era importante
mirar de cerca porque algunas oportunidades
sólo se ven una vez.

Así que ahora veo los problemas de manera diferente.
Ya no les tengo miedo,
porque conozco su secreto...
Cada problema tiene la oportunidad de algo bueno.
Sólo tienes que buscarlo.

KOBI YAMADA

Los diccionarios definen la palabra *problema* de muchas formas: algo difícil; una situación considerada no deseada, o perjudicial; una fuente de preocupaciones, o una declaración que requiere una solución por medio de una operación matemática.

En realidad, me refiero a los problemas humanos, donde las respuestas no necesariamente son perfectas. Yo pienso que debemos ver la vida como un problema, un rompecabezas que debemos resolver. Cada uno de nosotros tiene algunas piezas, una parte de las respuestas. Sólo con el apoyo de los otros podremos completarlo.

Cada uno vive esperanzas y sueños únicos, preocupaciones y preguntas únicas. Nuestros problemas son pérdida, dolor y dificultad. Y no podemos huir. Cada uno tiene una plegaria que nadie más puede pronunciar. Sí es cierto también que enfrentamos los problemas en muchos niveles, no apenas en el nivel personal. Pero la característica común es la tendencia al miedo y la huida como nuestra primera respuesta.

A nivel personal, el miedo es nuestro mayor enemigo. Nos paraliza, nos quita el sueño, porque tememos la soledad, la vergüenza. Nos distanciamos, queremos parecer fuertes. Tememos ser rechazados y construimos paredes emocionales que nos protegen, pero nos aíslan aún más.

Hay una cita en *La historia de los hermanos Wright*: “Ningún pájaro se eleva en calma”. Fue una observación que Wilbur Wright escribió en su diario en el año de 1900. Una observación puramente científica y además objetiva sobre la conducta de las aves en vuelo.

¡Ningún pájaro se eleva en calma! A menudo deben enfrentar los vientos y otras adversidades que simbólicamente también nosotros, los humanos, debemos enfrentar.

**¿Cómo lidiaremos con las oportunidades que
surgen de los problemas?
¿Cómo veremos la posibilidad oculta en una
situación difícil?**

¿Cómo vamos a vivir con los problemas que no podemos resolver?

¿Qué elegiremos para recordar?

¿Qué nos atreveremos a soñar e imaginar?



— “ —
Los barcos no se hunden por causa del agua a su alrededor; los barcos se hunden debido al agua que entra en ellos. No dejes que lo que está pasando a tu alrededor, entre dentro de ti y te hunda.

— ” —

AGRADAR

Un anciano y su pequeño hijo llevaban un camello a través del desierto. El camino, como imaginas, era largo y el sol realmente mareaba a cualquier caminante. Estaban exhaustos.

En el camino se cruzaron con un hombre que los observó espantado.

—¡Tontos! ¿Por qué van los dos a pie en lugar de montar el camello?

Entonces el padre montó el camello mientras su hijo seguía caminando.

Poco tiempo después, otra persona que se cruzó con ellos molesta se dirigió al anciano.

—¿No tienes vergüenza de permitir que tu pequeño niño camine bajo este sol ardiente?

El padre se bajó del camello y sentó a su hijo.

Entonces apareció un tercer viajero que escandalizado les gritó:

—¿El hijo montado mientras el padre debe caminar? ¡Qué barbaridad!

Confundidos, resolvieron los dos seguir el viaje montados en el camello. Hasta que otro viajero los vio y levantado las manos al cielo exclamó:

—¡Ustedes no tienen compasión del pobre animal!

**No te preocupes, no importa lo que hacemos,
nunca podremos agradar a todos.**

LA BARRA DE ORO

Había una vez un hombre capaz y fuerte que enfrentaba muchas necesidades para poder mantener a su familia. No era flojo, al contrario, buscaba con dedicación poder encontrar un trabajo. El problema era que estaba preocupado constantemente por el dinero. Poder vestir a sus hijos, pagar la escuela, pagar sus créditos, en fin, como muchos entre nosotros. Su miedo y su angustia eran tan grandes que se veía deprimido, demacrado y enfermo de miedo por el futuro.

Pero no lograba conseguir un trabajo. Un día se sentó en la banqueta sosteniéndose la cabeza y gimiendo. El médico del pueblo iba pasando y al verlo tan afligido se acercó para preguntarle si se sentía mal. “Sí”, respondió, y le contó lo que pasaba y sus miedos.

“Ven conmigo al consultorio”, le dijo el doctor. Una vez que llegaron, lo revisó, le dio un tónico y le señaló un gabinete que estaba colgado frente a ellos. El gabinete sólo contenía un objeto en su interior: una barra de oro.

“Toma el gabinete con lo que contiene, me la dio mi padre, que trabajó duro toda su vida. Él me dijo que la barra de oro era para ser usada solamente en caso de una grave emergencia, simplemente debes saber que está ahí en caso de que la necesites.” Y dicho esto, le entregó al hombre el gabinete. El hombre, conmovido, apenas pudo murmurar unas palabras de agradecimiento y corrió a su casa para contárselo a su esposa.

Esa noche durmió más profundamente que en muchos años. Al despertar el hombre miró la barra de oro, suspiró profundamente, sonrió a su familia como hacía mucho no lo hacía y con la cabeza erguida partió al pueblo a buscar trabajo.

Después comenzó a recibir llamadas ofreciéndole empleo. Ahora parecía una persona diferente, saludaba con un firme apretón de mano y, por primera vez, miraba a la gente a los ojos. En poco tiempo sus ingresos se estabilizaron, su familia estaba bien y la barra de oro, guardada en el gabinete.

Pasaron los años, los hijos crecieron y tuvieron sus propios hijos. Una noche los ancianos se sentaron en el porche y observaban cómo jugaban sus nietos. A lo lejos vieron llegar a un hombre cansado, caminando cabizbajo, y lo invitaron a pasar a cenar.

El preocupado hombre les contó que era científico y que había perdido su puesto en la universidad. Que había pasado mucho tiempo tratando de conseguir otro trabajo, y que eso lo tenía muy angustiado porque no tenía sustento para su familia.

Sin decirse palabra alguna, los ancianos se miraron, y el esposo fue a buscar el gabinete con la barra de oro. Se la entregó al científico y le dijo: “Esta barra de oro es de

nosotros para ti, tú sabrás que la tienes, no la uses a menos que sea extremamente urgente, pero siéntete fortalecido por saber que la tienes”.

Estupefacto, el científico les agradeció y se fue, él sabía que no era de oro, porque de ser de oro, pesaría mucho más. Habiéndose alejado de la casa, y curioso, tomó la barra y empezó a pulirla con un pedazo de tela, y para su sorpresa descubrió que había algo grabado:

Es el miedo al futuro lo que causa infelicidad.
Cuando sabes que no estás solo, puedes superar
cualquier cosa a la que te enfrentes con valor y dignidad.
Empieza ahora.

Habiendo leído el mensaje, el científico entendió el contenido de las palabras, sonrió, se paró erguido y comenzó a caminar con una actitud de confianza. El mensaje había llegado a él como destinatario.

¿Qué sucedió en su vida? ¿Mejoró su vida como la de los dueños anteriores? No lo sabemos, al igual que no sabemos qué nos depara el destino a nosotros mismos. Lo que podemos inferir es que el hombre entendió que su preocupación comenzó a dominar su vida, y eso no era sano.

Todos tenemos estrategias, pasatiempos, cosas que disfrutamos o de las que podemos aprender, pero nada permanente. ¿Con qué podríamos forjar una barra que jamás nos fuera quitada? Algunos podríamos decir fe, esa fe que ante tantos avatares nos reafirma que la vida vale la pena.

La historia de la barra de oro es mía, es tuya, es de cada uno. Es una simple afirmación: “Yo quiero vivir”. Y aunque sabemos que la vida puede tener capítulos preocupantes, también tiene pedazos del paraíso. Por ello, así como recuerdas tus malos momentos, recuerda también, y en especial en los momentos de preocupación, las bendiciones que rodean tu vida.

Alguien declaró: “El infierno es desear ser alguien diferente a quien eres, desear estar en el lugar o desear las cosas de alguien más. Estar constantemente agitados por no aceptar quienes somos o lo que somos”. Cuando queremos ver nuestra vida diferente de lo que es en realidad, es como no ver correctamente y creer que somos los dueños de la barra de oro.

Lo que sí tenemos es la fe, que nos da el aliento para no sucumbir ante cualquier situación que enfrentemos en el camino de nuestra vida.

Enfrentemos los retos, y obtengamos las

bendiciones de escoger la vida una y otra vez.



A veces nunca sabrás el valor de un momento
hasta que se convierta en un recuerdo.

DR. SEUSS



UN VALIOSO DIAMANTE

Hace muchos años, el rabino Carlebach, de bendita memoria, dedicó su vida a acercar a la gente a la plenitud de su vida. En aquellos días era la época de los hippies y otros grupos que estaban en una búsqueda personal y no eran muy bien vistos por parte de la sociedad. Carlebach se ocupaba de sacarlos del estado emocional y de drogas en que se encontraban.

Cierta vez dio una plática en Nueva York a los miembros del club Manhattan Diamond Dealers. Uno de los asistentes lo desafió preguntándole por qué perdía tanto tiempo con los hippies y la gente rara. El rabino le respondió preguntando a la concurrencia si alguna vez habían tirado accidentalmente un diamante de un millón de dólares.

El salón estalló en risas. “¡Nunca!”, gritaron todos. “Un experto sabría el valor de lo que tiene en sus manos.” El rabino esperó y luego dijo muy suavemente: “Por si ustedes no lo saben, mis queridos amigos, les diré un secreto: yo también soy un experto en diamantes. Camino por las calles del mundo todos los días y todo lo que veo son los más preciosos diamantes pasando junto a mí. A algunos los puedes recoger del arroyo y limpiarlos, pulirlos un poco. Y apenas lo haga, te sorprenderás de cómo brillan. Así que lo más importante que deben saber es que todos, absolutamente todos, son un diamante en bruto”.

Si vivimos así, buscando, valorando y reconociendo el brillo de otros, tenemos motivos para también nosotros brillar.

Que reflejes lo mejor que hay dentro de ti.

VOLVIENDO A CASA

Nacido en Rusia, se estableció en América en 1914 y es conocido como el “genio de la literatura yidish”. Seguramente si menciono que fue el autor del relato *El violinista en el tejado*, te resultará familiar. Su nombre era Shalom Aleijem.

De niño recuerdo a mi tío abuelo que era maestro y me enseñaba yidish haciéndome leer los cuentos maravillosos de este autor. Hasta el día de hoy sus historias me siguen emocionando entre risas y algunas lágrimas. Uno de mis relatos preferidos se titula “Todo a causa de un sombrero”, y quiero compartirlo contigo.

Trata sobre el regreso a casa de un personaje llamado Sholem Shajne, que se dedica a bienes raíces, para pasar las fiestas en familia. Es una comedia de errores que refleja la vida en el *shtetl*, las pequeñas aldeas que los judíos acostumbraban habitar. La acción se desarrolla en la estación de tren, donde nuestro desventurado personaje, después de días de viaje, llega a Zlodievke, exhausto y con sólo una conexión más por tomar. Temeroso de quedarse dormido, le da una propina al maletero para que lo despierte cuando llegue el tren. Se sienta al lado de un oficial ruso que también estaba durmiendo. El tren llega a medianoche. El maletero lo despierta, pero Sholem, profundamente somnoliento, por equivocación se pone el sombrero del oficial, sube al tren y de pronto se ve tratado con una inusual cortesía y respeto por el inspector y todos los demás pasajeros. Le aconsejan no sentarse en tercera clase con la chusma: “Su excelencia, hay un asiento reservado para usted en primera clase”. Sholem, que se siente confundido y creyendo ser objeto de burlas, al pasar por un espejo se mira y descubre el motivo de tanta adulación. En el mismo vagón encuentra al oficial cuyo sombrero tomó por equivocación.

“Qué mala suerte —pensó—, le dije al maletero que me despertara y en vez de eso despertó al oficial, lo que significa que seguramente yo sigo dormido en la banca”, y rápidamente recoge sus pertenencias y se apura a regresar a la banca donde dormía, y cuando lo hace, el tren parte sin él.

Se trata de una historia acerca de los caprichos de la vida moderna, una parábola sobre identidades. La historia de un hombre que, creyendo ser otro, pierde el tren que lo llevaría a casa. Hay momentos en nuestra vida en los que sentimos con mayor intensidad la idea de “volver a casa”, lograr sentirnos en casa con nosotros mismos.

Primero aprendemos que solamente podemos regresar en la medida que sepamos quiénes somos. Si perdemos el tren, física y espiritualmente, lo perdemos porque en realidad no sabemos bien quiénes somos o hacia dónde nos dirigimos. De hecho, el

“volver a casa” es un tema importante en nuestra historia personal y familiar. Pero en esta época se nos presenta como una visión tridimensional.

Por otro lado, está el regreso por medio de nuestra relación con el otro. Tu familia, tu pareja, tus hijos, tus padres, en fin: todos los que comparten tu vida. Y finalmente, el tercer tema de estos días, y de manera simultánea, es que también intentamos regresar a Dios, a nuestra tradición, a nuestra fe, a nuestros valores.

Nos invade una cierta nostalgia que nos conecta con nuestro pasado, con las generaciones que nos antecedieron, con aquellos seres queridos que recordamos con mayor intensidad. Y sentimos la urgencia de volver a casa. A nuestra casa personal, a la casa que construimos en nuestra relación con los otros y a nuestro pequeño santuario que construimos en nuestro corazón. No es un camino fácil, debemos hacer un largo viaje y corremos el peligro de creer que somos otro, o simplemente seguir dormidos mientras la vida pasa.

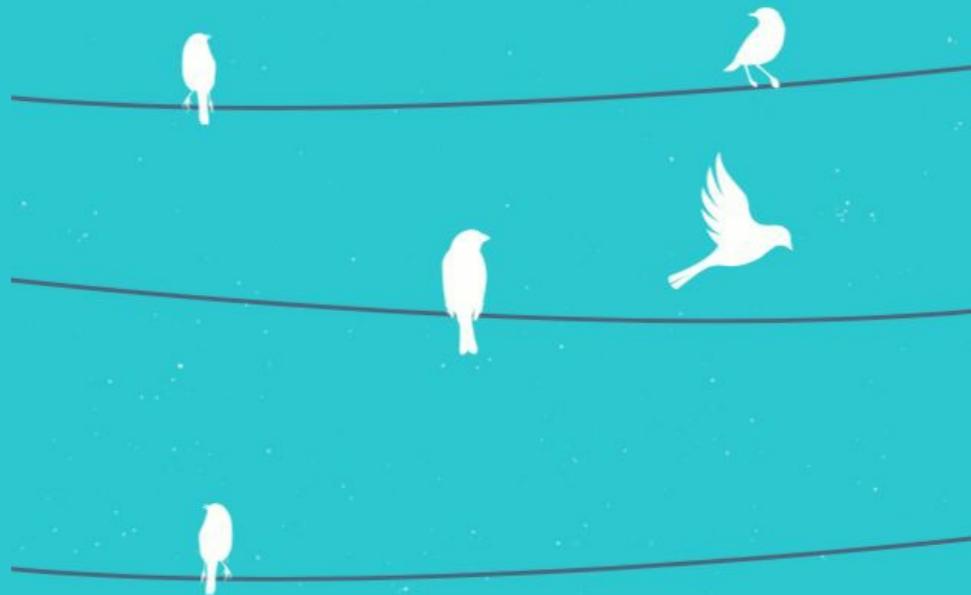
Herman Hesse escribió: “Toda persona tiene una vocación genuina y es encontrar el camino hacia sí misma”. Pero ese viaje exige que, a lo largo del mismo, esté presente la reconciliación. Contigo mismo, con aquellas partes de ti que te confrontan, con el otro, con el prójimo que está cercano o alejado de tu vida, y naturalmente con tu espiritualidad. Por lo tanto, hay tres caminos que llevan a casa, a través de nosotros mismos, a través de uno hacia el otro y a través de Dios, la espiritualidad que se encuentra en ti. Cada jornada es difícil, pero ninguna se completará sin llegar al acuerdo entre quién somos y quién podemos llegar a ser.

UN ACERTIJO

Quiero plantearte un acertijo, como un ejercicio inspiracional:

Cinco aves están paradas sobre un cable telefónico. Dos deciden volar hacia el sur.
¿Cuántas quedan?

(¡Debes responder antes de seguir leyendo!)



La mayor parte de las personas respondería

que tres.

Realmente, quedan las cinco.

Verás: decidir volar no es lo mismo que hacerlo. Si un ave realmente quiere ir a algún sitio, debe saltar del cable, agitar sus alas y seguir agitándolas hasta llegar a su destino. Es igual con la mayoría de las cosas de la vida. Las buenas intenciones no son suficientes. No es lo que queremos, suponemos o pensamos lo que hace que las cosas pasen.

Es lo que *hacemos*, porque la vida pasa en el nivel de los acontecimientos y no en el de las palabras. Y todas las promesas, todos los sueños, todos los círculos que queremos abrir o cerrar, no pueden quedar en promesas y buenos deseos. No podemos dejarlas olvidadas en el almacén de las memorias.

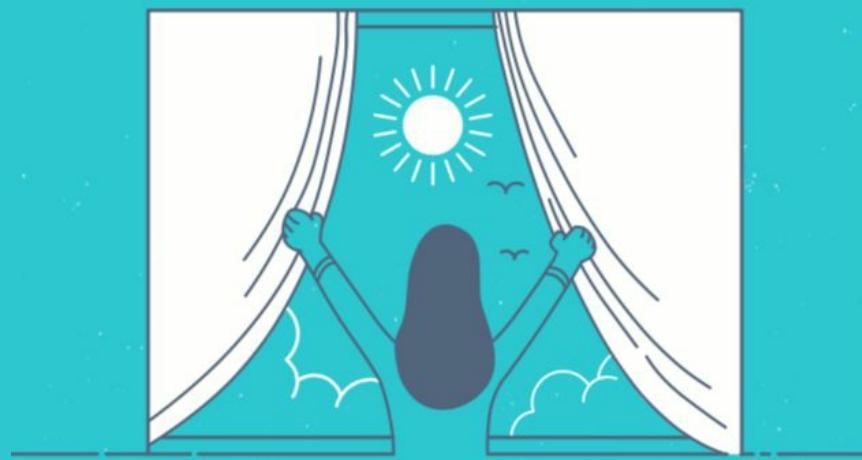
¿Qué te impide agitar tus alas y volar, si sabes quién eres y hacia dónde sueñas llegar?



Los pájaros nacidos en jaula creen que volar es una enfermedad.

ALEJANDRO JODOROWSKI

COMENZAR A VIVIR



LIMPIEZA INTERNA

Una pareja de recién casados se mudó para un barrio muy tranquilo.

En la primera mañana en la casa, mientras tomaba café, la mujer reparó a través de la ventana que una vecina colgaba sábanas en el tendedero. “¡Qué sábanas tan sucias cuelga la vecina en el tendedero! Quizás necesita un jabón nuevo... ¡Ojalá pudiera ayudarla a lavar las sábanas!”

El marido la miró y se quedó callado.

Y así, cada dos o tres días, la mujer repetía su discurso, mientras la vecina tendía sus ropas al sol y el viento. Al mes, la mujer se sorprendió al ver a la vecina tendiendo las sábanas limpiecitas, y dijo al marido: “¡Mira, ella aprendió a lavar la ropa! ¿Le habría enseñado otra vecina?”

El marido le respondió: “¡No, hoy me levanté más temprano y lavé los vidrios de nuestra ventana!”

Y la vida es así. Todo depende de la limpieza de la ventana, a través de la cual observamos los hechos. Antes de criticar, quizás sería conveniente revisar si hemos limpiado nuestro corazón para poder ver más claro.

Definitivamente nos ayudará a ver claramente la limpieza del corazón de los demás.

PODEMOS HACERLO MEJOR

“Escucha nuestra voz, Dios, escucha el susurro de mis súplicas, y no dejes que nuestras lágrimas queden sin respuesta. Cuando nos falten fuerzas, no nos abandones.”

A raíz del reciente terremoto del 19 de septiembre, aquí, en México, nos ha tocado vivir días de angustia, de temor, de aprendizaje acerca de la fragilidad de la vida. Y a medida que el tiempo pasa damos más valor a sentir la fuerza y la calidez de estar juntos, la seguridad de estar rodeados de nuestros seres queridos, de sentirnos parte de una comunidad, una familia. Comprendemos mejor el valor de la vida, la importancia de la solidaridad, cómo instantáneamente los valores que tanto nos quejamos no existen en la sociedad, resulta ser que sí existen, y aparecen como una fuerza dormida. La tarea es que estos sentimientos, esta entrega no sea cuestión de días y sí de un proceso de una nueva oportunidad.

Todas las personas que viven en países con características de temblores de tierra lo saben. Dependemos unos de los otros y necesitamos uno a otro. Y surgen los héroes, los valientes que arriesgan su vida por otro ser humano a quien nunca vieron antes, comparten su alimento, dan sus ahorros. A mí me emociona mucho poder ver cómo la misma persona con quien te cruzas en la calle o viajas en el transporte adquiere un nombre, un valor. Me conmueve la fuerza de la fe, el valor de una vida y la nueva oportunidad que no debemos dejar pasar.

¿Lograste cambiar la *selfie*, lo exterior, lo superficial, lo mundano, por una mirada a tu ser interior, la posibilidad de reconocer tu propia espiritualidad? ¿Lograste dejar de quejarte de lo que crees que te falta y contarte tus bendiciones? ¿Lograste entrelazar tu ser interior con tu ser exterior, lograste reunir las partes exiliadas de tu ser interior? ¿Te dedicarás a ser tú mismo y abandonar la vida prestada que ocupaste?

Fiodor Dostoievski, en su libro *Los hermanos Karamazov*, escribió: “Somos así: soñamos el vuelo, pero tememos a la altura. Para volar es necesario tener valor para enfrentar el terror del vacío. Porque es solamente en el vacío que el vuelo sucede. El vacío es el espacio de la libertad, de la ausencia de certezas. Pero es eso lo que tememos: el no tener certezas. Por eso cambiamos el vuelo por jaulas. Las jaulas son el lugar donde viven las certezas”.

¡Cuánta verdad hay en eso! Soñamos, pero el temor nos quita el valor de vivir el sueño. El temor nos quita el deseo de cambio. Y vamos abandonando nuestro universo hasta terminar encerrados en nuestra propia jaula, pensando que estamos seguros, que así

no habrá sorpresas, porque allí tenemos la certeza de que todo estará bien. Y en lugar de cambiar nuestra visión personal, terminamos cambiando la visión del espejo, engañándonos una vez más.

Y Dios te pregunta: “¿Rezas por una nueva oportunidad para tu vida? ¿Cómo la usarás? ”.

Y la voz interior silenciosa nos insiste: puedes hacerlo mejor, porque puedes transformar lo que parece un final en un nuevo comienzo. Vuelve a empezar: “Aunque sientas el cansancio, aunque el triunfo te abandone, aunque un error te lastime, aunque un negocio se quiebre, aunque una traición te hiera, aunque una ilusión se apague, aunque el dolor quemre tus ojos, aunque ignoren tus esfuerzos, aunque la ingratitud sea la paga, aunque la incomprendición corte tu risa, aunque todo parezca nada, vuelve a empezar”. No temas volar, no temas cambiar, porque la vida está en los sueños, está en el vuelo mismo. ¿Pueden cambiar las personas? Tengo una amiga que dice: “los perros viejos no pueden aprender nuevos trucos”. Cambio. Transformación. Estas cosas no suceden fácilmente. Como lo dicen los del grupo “te ves bien”: “Lo que pasó, pasó”. Y yo les digo: “podemos cambiar, podemos hacerlo mejor”.

Aquellos que tienen la bendición de tener un cónyuge o pareja a su lado con quien compartir sus vidas pueden hacerlo mejor. Podemos hacerlo mejor como padres y madres en la calidad del tiempo y al enseñarles a nuestros hijos, independiente de su edad, a no temer volar. Quienes tienen sus padres vivos hasta 120 años pueden hacerlo mejor, confortándoles, llamando y visitándolos, dándoles vida como ellos les dieron a ustedes. Podemos hacerlo mejor contando a nuestros nietos las historias de nuestras vidas y de cuánto los queremos. Podemos hacerlo mejor como hermanos, hermanas, como amigos.

Podemos hacerlo mejor en la vida de la familia, alimentando nuestro ser espiritual, participando de la vida comunitaria, dando tiempo para quienes nos necesitan.

Podemos hacerlo mejor como seres humanos al ser más responsables de nuestro medioambiente. Podemos hacerlo mejor compartiendo nuestros recursos con los menos afortunados en México. Podemos hacerlo mejor al no abandonar a los más vulnerables en nuestra sociedad. Y podemos hacerlo mejor con nosotros mismos, permitiendo que nuestra *neshamá* nos guíe, atreviéndonos a cambiar lo que requiere ser cambiado en nuestra vida.

Una vez un niño quería conocer a Dios. Sabría que debería recorrer un largo camino hasta donde Él vivía. Entonces un día cargó en su mochila unos dulces, un refresco y comenzó su viaje. Cuando había recorrido tres cuadras se encontró en el parque con una señora mayor que estaba sentada en un banco mirando las palomas. Se sentó junto a ella, abrió su mochila y sacó su refresco. Cuando percibió que la señora se veía hambrienta le ofreció un dulce. Ella lo aceptó y le sonrió. Su sonrisa era tan bonita que el niño quería

volver a verla, y entonces le ofreció su refresco. Otra vez ella le sonrió y el niño estaba encantado. Así permanecieron sentados, toda la tarde comiendo dulces y tomando el refresco, pero nunca se hablaron.

Cuando comenzó a anochecer, el niño notó que estaba cansado y se levantó para irse, pero después de dar unos cuantos pasos, se dio vuelta corrió hacia la mujer y le dio un gran abrazo. Ella lo abrazó con ternura y le devolvió una hermosa sonrisa. Cuando el niño llegó a su casa abrió la puerta y su madre, al verlo, se sorprendió con su expresión.

—¿Qué has hecho hoy que te dejó tan feliz?

—Almorcé con Dios —el niño respondió—. Y ella tiene la sonrisa más bonita que yo haya visto —completó antes que su madre pudiera decir algo.

Mientras tanto, la mujer del parque también radiante de felicidad regresó a su casa. Su hijo la vio al entrar.

—Mamá, ¿qué has hecho hoy que te ves tan feliz?

—Comí dulces en el parque con Dios —respondió—, y es mucho más joven de lo que yo me imaginé.

Mis queridos, cada uno de nosotros puede encontrar la inspiración, la imaginación, el deseo, la esperanza para una vida más plena, más feliz, si somos capaces de imaginarla. ¿Serás una voz o un eco? ¿Serás un original o serás una copia? ¿Serás un mago o serás la magia de tu vida?

Este año podemos hacerlo mejor. Podemos cambiar, perder el temor a soñar, salir de la jaula que limita la vida y volar hacia nuestro sueño, hacia esta nueva oportunidad, para *darle un nuevo final a la historia de nuestra vida.*

**Dejemos de esperar y comencemos a vivir.
Este año, podemos hacerlo mejor.**



¿DÓNDE BUSCAR?

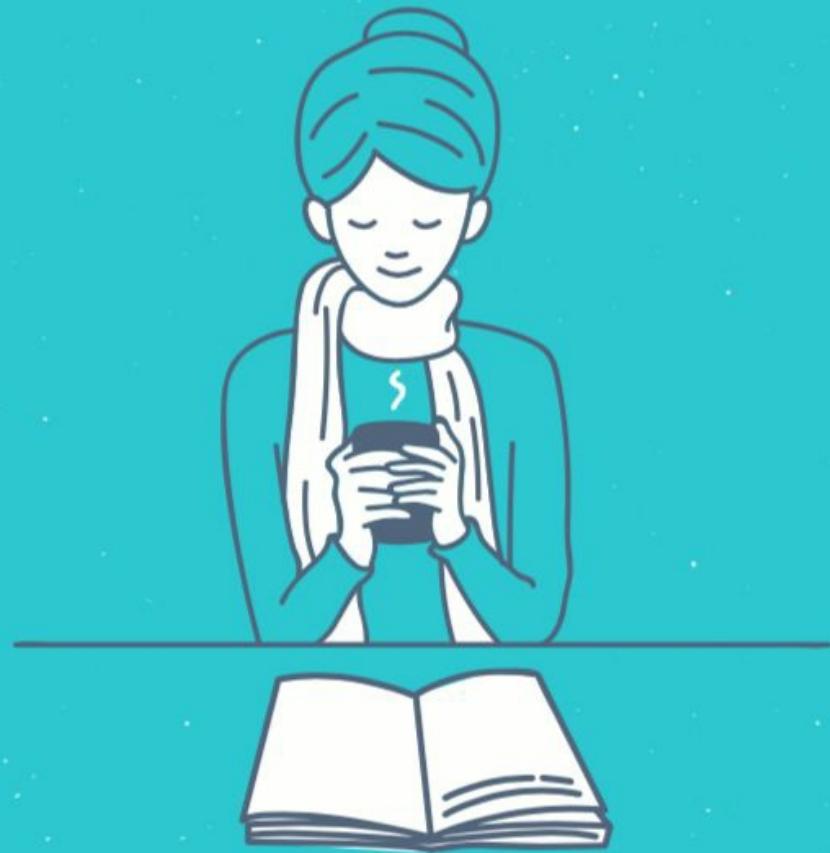
Rabí Bunam acostumbraba relatar a los jóvenes la siguiente historia:

Aizik, que vivía en Cracovia, vivió muchos años en extrema pobreza, lo que no debilitó jamás su fe en Dios. En cierta ocasión, soñó que alguien le pedía que fuera a Praga a buscar un tesoro bajo el puente que conduce al palacio del rey. Cuando el sueño se repitió por tercera vez, Aizik decidió que debía hacer el viaje. Se preparó y partió para Praga. Cuando llegó, notó que el puente era vigilado noche y día, y él no se atrevía a comenzar a cavar. Sin embargo, durante varios días iba allí todas las mañanas y se quedaba dando vueltas por los alrededores hasta que se hacía oscuro. Finalmente, el capitán de los guardias, que lo había estado observando, se le acercó y de buena manera le preguntó que si estaba buscando algo o esperaba a alguien. Aizik le relató el sueño que lo había traído desde Cracovia. El capitán rio. “¡Así que por obedecer a un sueño, tú, pobre amigo, has desgastado las suelas de tus zapatos hasta llegar aquí! Déjame contarte algo. En cuanto a tener fe en los sueños, también yo, de haberla tenido, hubiera partido, cuando soñé una vez que debía ir a Cracovia y cavar en busca de un tesoro debajo de la estufa en el cuarto de un tal Aizik. Me imagino lo que hubiera pasado. ¡Habría probado en todas las casas de por allí, donde la mitad de los habitantes se llaman Aizik!” Y volvió a reír. Aizik saludó y viajó de vuelta a su casa. Cavó debajo de la estufa, encontró el tesoro y cambió su vida.

“Tomad esta historia en serio —solía agregar Rabí Bunam— y haced propias estas palabras: ‘hay algo que no puedes encontrar en ninguna parte del mundo. Y hay sin embargo un lugar en el que puedes hallarlo’.”

Puedes sacar muchas *selfies* de tu cuerpo, pero tómale una sola *selfie* a tu alma y comienza a buscar en ella. Allí es donde encontrarás el verdadero tesoro de tu vida. Tus cualidades, tus emociones, tus sueños, tu fuerza dormida, y tu verdadero yo. Empieza por ti mismo, por ti misma.





Un libro, como un viaje,
se comienza con inquietud y se termina en
melancolía.

JOSÉ VASCONCELOS

A MODO DE DESPEDIDA

Sabias y ciertas las palabras del escritor José Vasconcelos. A lo largo de la tarea de crear este libro, debo confesarles que muchas veces me vi cuestionado por mis propios pensamientos. Finalmente, tu vida, mi vida, recorren caminos paralelos con rumbos diferentes. Y en ese viaje que todos debemos realizar, nos tocan vivir días de sol y días nublados, y seguramente algunos días de lluvia que se entremezclan con nuestras propias lágrimas.

Hoy, que escribo estas palabras, me invade esa melancolía. Como cantaba la Negra Mercedes Sosa: “El tiempo pasa, nos vamos poniendo viejos, cada cosa es un recuerdo que nos vuelve a la memoria”. Terminar la tarea propuesta, repasarla una y otra vez, y entregarla a cada uno de ustedes mis queridos lectores y amigos, es para mí una profunda alegría y me llena de esperanza.

El poder tocar su vida, poder ayudarlos o provocarles la reflexión, el saber que algunas fibras serán despertadas, sensibilizadas, que habrá un cuestionamiento que provocará algún cambio, crecer, volver a creer en ti mismo, buscar el sentido de la vida desde una nueva perspectiva, acercar tu ser exterior y tu ser interior, desafiar tus miedos, salir de ti mismo, transformar los problemas en oportunidades, y principalmente, insistirte en la idea de la importancia de vivir tu propia vida, de ser tú mismo, ser tú misma, de creer en ti, de saber que puedes ser mejor, que no debes vivir una vida prestada, porque hay en ti las herramientas y los valores y la actitud para hacerlo.

El libro termina, espero tus comentarios, me son valiosos, como me es valiosa cada vida.

Quiero completar el texto con un relato, superfavorito del rabino Marcelo. Sencillo, pero profundamente verdadero. Espero sea un disparador de todo lo que está postergado o adormecido en tus sueños y anhelos.

Un matrimonio está en casa frente al televisor, cuando la mujer le dice a su esposo: “Viejo, en la habitación de servicio se rompió un azulejo de la pared. Hace tiempo que no hacemos nada por el departamento, deberíamos arreglarlo”. El marido consiente, traen un albañil que les cambia el azulejo, y cuando la tarea está terminada, el matrimonio la revisa y la mujer nuevamente le dice al marido. “¿No te parece que queda desprolijo un azulejo de otro color en la mitad de la pared, qué te parece si lo hacemos bien y cambiamos los azulejos de toda la

habitación?” El marido observa y asiente, como todos los maridos... Nuevamente el albañil es convocado y cambia los azulejos de la habitación de servicio. La pareja ve el trabajo y entonces el hombre es el que dice: “Me parece que queda feo las paredes con azulejos nuevos y el techo y el piso de hace 40 años, mejor cambiemos todo”.

La mujer acepta y cambian toda el área de servicio, techos pisos y baño. Luego de los cambios ya realizados vienen a ver el final de obra y se sientan a tomar un café en la cocina. Y el hombre mirando a su mujer le dice: “¿No te parece ridículo que la empleada tenga un cuarto nuevo y nosotros vivamos en un departamento sin arreglar? Deberíamos arreglarlo también”.

Así es que remodelaron toda la casa. Habiendo terminado todo invitaron a sus mejores amigos a cenar, y ellos, sorprendidos por lo que ven, exclaman: “¡Qué lindo está su departamento! ¿Qué hicieron?”.

Y la pareja, inocentemente, responde: “¡Cambiamos el azulejo de la habitación de servicio!”.

La idea de este día es que no tengamos miedo de cambiar el primer azulejo de lo que queremos transformar en nuestra vida. Necesitamos dar un primer y pequeño paso y desde ahí ir creciendo cada día.

Que este día lo comiences con la resolución de cambiar el primer azulejo de tu vida...

Y mientras nos acercamos al final de nuestra lectura, por favor escucha a Dios preguntándote una vez más: “¿De quién es esta vida llena de sueños, posibilidades, risas, amor y esperanza?” Y escucha también al ángel que te susurra: “Es tu vida, si tienes el valor de vivirla”.

No abandones tus sueños y atrévete a cambiar el primer azulejo de tu vida personal.

Estamos juntos. Gracias.

Bendiciones.



Si pudieras verte desde fuera, sin filtros, ¿te reconocerías?



En una sociedad que prioriza las apariencias sobre la espiritualidad, donde se valora más el éxito económico que el bienestar emocional, cada vez estamos más lejos de saber quiénes somos realmente. Cuando no alcanzamos los estándares, cuando no obtenemos los *likes* que tanto deseamos, esto nos causa angustia y pesar, que poco a poco destruyen nuestra autoestima y dañan la forma en la que nos relacionamos con la gente a la que amamos y con nosotros mismos.

Pero no todo está perdido. En este libro aprenderás a verte con tus propios ojos, los más amorosos que encontrarás, y descubrirás que todo lo que te hace diferente no es un defecto, sino la prueba de que eres una persona única e irremplazable.

Este libro ofrece una serie de reflexiones necesarias y urgentes sobre la forma en que priorizamos los distintos aspectos de nuestra vida cuando atendemos más las apariencias externas que las necesidades internas. Descubre por qué debemos procurar nuestra dimensión espiritual tanto como la física; por qué es importante estar en buenos términos con nuestro ser interior antes de preocuparnos por agradar a los demás, y cómo encontrar nuestro propósito en la vida, en vez de imitar los que otras personas intentan imponernos.



El rabino Marcelo Rittner es licenciado en sociología por la Universidad de Belgrano (Buenos Aires, Argentina) y recibió su título rabínico en el Seminario Rabínico Latinoamericano en 1975. Durante 10 años ofició en la CIP en Sao Paulo, Brasil, y desde 1985 es el rabino principal de la Comunidad Bet-El de México. A partir de 2018 pasó a ser el rabino emérito de su comunidad. En 2001 recibió un doctorado *honoris causa* en teología por el Jewish Theological Seminary of America, en reconocimiento a sus 25 años de tarea pastoral continua. En el mismo año, fue cofundador y presidente de la Cofraternidad Judeo-Cristiana de México. Entre sus principales publicaciones se encuentran *Y si no es ahora, ¿cuándo?* y *Aprendiendo a decir adiós*, ambos títulos publicados más tarde en portugués.

Tómale una selfie a tu alma
Cómo mirar dentro de ti y ser tú mismo

Primera edición: octubre, 2018

D.R. © 2018, Marcelo Rittner

D. R. © 2018, derechos de edición mundiales en lengua castellana:
Penguin Random House Grupo Editorial, S. A. de C. V.
Blvd. Miguel de Cervantes Saavedra núm. 301, 1er piso,
colonia Granada, delegación Miguel Hidalgo, C. P. 11520,
Ciudad de México

www.megustaleer.mx

D. R. © Alejandra Llamas, por el prólogo
D. R. © iStock y Elisa Celis, por las ilustraciones de interiores
D. R. © Elisa Celis, por la ilustración de portada
Amalia Ángeles, por el diseño de portada e interiores

Penguin Random House Grupo Editorial apoya la protección del *copyright*.
El *copyright* estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento,
promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Gracias por comprar una edición autorizada
de este libro y por respetar las leyes del Derecho de Autor y *copyright*. Al hacerlo está respaldando a los autores
y permitiendo que PRHGE continúe publicando libros para todos los lectores.

Queda prohibido bajo las sanciones establecidas por las leyes escanear, reproducir total o parcialmente esta
obra por cualquier medio o procedimiento así como la distribución de ejemplares
mediante alquiler o préstamo público sin previa autorización.

Si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra diríjase a CemPro
(Centro Mexicano de Protección y Fomento de los Derechos de Autor, <http://www.cempro.org.mx>)

ISBN: 978-607-317-347-6

Penguin
Random House
Grupo Editorial



[/megustaleermexico](https://www.facebook.com/megustaleermexico)



[@megustaleermex](https://twitter.com/megustaleermex)

Conversión eBook:
Mutare, Procesos Editoriales y de Comunicación

ÍNDICE

Una selfie de tu alma

Prólogo

A modo de introducción

TU VERDADERO YO

¿Cuál es tu historia?

El libro de tu vida

Revise su cambio

Una historia de amor

¿Sabes quién eres?

Poder acercarnos a nosotros mismos

El almacén de las “buenas intenciones”

¿Cómo me veo?

Ser el otro

¿Qué soy yo?

El bufón

Un día más...

Buscando a Dios en tu vida

Yo joven, yo viejo

¿QUÉ REFLEJA TU ESPEJO?

El espejo, de Edmund Burke

Poniendo orden en casa

El ser real

Dejando una marca

EL VALOR DE SER TÚ MISMO

Para el niño dentro de ti

Una obra maestra

Tiempo y destino

Cada pieza es valiosa

La importancia de saber evaluar

Sobre la vida...

Agradecimiento y humildad

“Concéntrate en lo que tienes, no en lo que has perdido”

POR DÓNDE EMPEZAR

Comienza contigo mismo

Tiempo de cambios

Atrévete a soñar

Un visitante en tu vida

Tener valor

El vidente y su discípulo

Cita para cenar

Buscando mi ser en bicicleta

Escuchar con tus ojos

La última palabra

Aprender de las águilas

Perdón y memoria

ES POSIBLE CAMBIAR

Sal de ti mismo

Ser versus tener

Tienes una fuerza dormida

La semilla

VENCER EL MIEDO

Cómo conquistar el miedo

Ser la magia

Luchando contra nuestros miedos

Buscar la oportunidad

¿Verdad que siempre pasa algo?

CREAR UN NUEVO FINAL

Yo me moría...

Segundas oportunidades

¿Has vivido?

Todo cambia

El efecto mariposa

Insatisfacción

Lo que perdura...

ENCUENTRO CONTIGO MISMO

Sí se puede

Un ejemplo para todos

El halcón que no podía volar

No te rindas

La gente bella no surge de la nada

Cómo lidiar con un problema

Agradar

La barra de oro

Un valioso diamante

Volviendo a casa

Un acertijo

COMENZAR A VIVIR

Limpieza interna

Podemos hacerlo mejor

¿Dónde buscar?

A modo de despedida

Sobre este libro

Sobre el autor

Créditos



Índice

Una selfie de tu alma	3
Prólogo	10
A modo de introducción	12
Tu verdadero yo	19
¿Cuál es tu historia?	20
El libro de tu vida	21
Revise su cambio	25
Una historia de amor	28
¿Sabes quién eres?	29
Poder acercarnos a nosotros mismos	31
El almacén de las “buenas intenciones”	34
¿Cómo me veo?	37
Ser el otro	40
¿Qué soy yo?	44
El bufón	45
Un día más...	48
Buscando a Dios en tu vida	50
Yo joven, yo viejo	54
¿Qué refleja tu espejo?	56
El espejo, de Edmund Burke	57
Poniendo orden en casa	59
El ser real	62
Dejando una marca	66
El valor de ser tú mismo	69
Para el niño dentro de ti	71
Una obra maestra	74
Tiempo y destino	78
Cada pieza es valiosa	80
La importancia de saber evaluar	81
Sobre la vida...	83
Agradecimiento y humildad	85
“Concéntrate en lo que tienes, no en lo que has perdido”	88

Por dónde empezar	94
Comienza contigo mismo	96
Tiempo de cambios	99
Atrévete a soñar	101
Un visitante en tu vida	104
Tener valor	106
El vidente y su discípulo	109
Cita para cenar	112
Buscando mi ser en bicicleta	115
Escuchar con tus ojos	117
La última palabra	121
Aprender de las águilas	124
Perdón y memoria	128
Es posible cambiar	133
Sal de ti mismo	134
Ser versus tener	137
Tienes una fuerza dormida	142
La semilla	145
Vencer el miedo	148
Cómo conquistar el miedo	149
Ser la magia	153
Luchando contra nuestros miedos	157
Buscar la oportunidad	159
¿Verdad que siempre pasa algo?	164
Crear un nuevo final	170
Yo me moría...	171
Segundas oportunidades	172
¿Has vivido?	176
Todo cambia	179
El efecto mariposa	181
Insatisfacción	184
Lo que perdura...	190
Encuentro contigo mismo	194
Sí se puede	196
Un ejemplo para todos	198

El halcón que no podía volar	200
No te rindas	202
La gente bella no surge de la nada	204
Cómo lidiar con un problema	208
Agradar	212
La barra de oro	213
Un valioso diamante	217
Volviendo a casa	218
Un acertijo	220
Comenzar a vivir	224
Limpieza interna	225
Podemos hacerlo mejor	226
¿Dónde buscar?	230
A modo de despedida	233
Sobre este libro	236
Sobre el autor	237
Créditos	238