



DESPERTAR^{ES}

Sepárate de tú forma. V2.0

DESCRIPCIÓN BREVE

"DespertarES" es una novela humanista que te sumerge en una historia de revelaciones, conocimientos y sabiduría ancestral. La trama gira en torno a una persona que cae en una crisis existencial que lo lleva a cuestionar su propia vida envolviendo todo su universo.

Diego
Fernando
Carretto
Cancela
Crecimiento
personal

DIEGO FERNANDO CARRETTO CANCELA

DESPERTAR^{ES}

SEPÁRATE DE TÚ FORMA

ESCRITOS DE UNA APERTURA ESPIRITUAL

SEGUNDO TRABAJO | 2022-2024

Primera edición: ParvaTau editorial © 2024 Ebook

<https://www.parvatau.com> / contacto@parvatau.com

Copyright © 2024 Diego Fernando Carretto Cancela

www.diegocarretto.com / contacto@diegocarretto.com

Todos los derechos reservados. Bajo las sanciones establecidas en el ordenamiento jurídico, queda rigurosamente prohibida, sin autorización escrita de los titulares del copyright, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático.

La información presentada tiene fines informativos y educativos. No constituye asesoramiento financiero ni fiscal.

Escrito entre los meses de abril y diciembre de año 2023 en Els Hostalets de Balenyà, Osona, provincia de Barcelona, Cataluña.

Ampliado, editado y corregido entre mayo y setiembre de 2024 en Pineda de Mar, El Maresme, provincia de Barcelona, Cataluña.

A CAN PEROT.

INDICE

INTRODUCCIÓN	9
CAPITULO 0 – OMNIA	11
CAPITULO 1 – MENTE	16
CAPÍTULO 2 – IO SONO	37
CAPITULO 3 – IMPERMANENCIA	53
CAPITULO 4 – CUERPO.....	67
CAPITULO 5 – PENSAR	73
CAPÍTULO 6 – MEDITAR.....	91
CAPÍTULO 7 – PAZ.....	105
CAPÍTULO 8 – SER	119
AGRADECIMIENTOS.....	125
CAPÍTULO ∞ – REALIDAD	127

INTRODUCCIÓN

“Toda estrella nace en el cielo”

Llegamos a la vida de forma invasiva sin saber por qué ni para qué. Al abrir los ojos y regalar nuestro primer llanto, existe una familia que nos recibe, nos asiste y nos ampara. En esos primeros instantes emerge en nosotros los sentidos básicos como la escucha, el olfato, el tacto, el grito, el llanto, el mirar y, la lucha por subsistir, la conocida voluntad.

Con el pasar de los años y gracias a nuestros padres, aprendemos las diferencias claves entre el amor y el odio, lo bueno y lo malo, la alegría y la tristeza, el premio y la pena, el ganar o perder. Crecemos, y tanto en la niñez como en la adolescencia y juventud, conocemos nuevas experiencias, en donde aprendemos sobre el éxito, el fracaso, el enamoramiento, el desamor, el apego, la desilusión, el empleo, el desempleo, pero en ningún momento aprendemos la noción del sentido de paz y libertad; un sentir que no está relacionado ni con la fama ni con el dinero, ni con la magnitud de nuestra personalidad, más sino, con la calma.

Este escrito, narra en sí un período de veintiún días en la vida de un hombre de mediana edad, donde por medio de nuevas experiencias, disciplinas y cuestionamientos, puede conectarse consigo mismo y conocer la calma de su ser.

Tiene como actores principales a tres personajes. Por un lado, al señor Diego, un hombre educado, informático, con mentalidad racional, de mediana edad, el cual sufre de *Distimia* y vive una crisis existencial que lo tiene desbarajustado por todos lados. Está también el Sr. Don

Leonardo, un abuelo de 84 años, campechano y experimentado, que empodera a las personas mediante retiros, conferencias y/o terapias, en donde por su gracia, humildad y sabiduría, remodela el sentido del ser, dando prosperidad y abundancia. Y, como tercer personaje está el joven Adrián, “el nieto”, un muchacho de 33 años que vive con su abuelo, a quien asiste en su misión, sin dejar de abrazar valientemente el día a día de su propia existencia, adoptando una mirada muy particular sobre los conceptos empíricos de paz y de libertad.

El conocimiento de tú historia siempre tiene más valor que el ruido social del siglo XXI, un ruido que te ahoga y obliga, inherentemente, a creer en cosas que, en verdad, no existen.

Deseo que quien disfrute de esta obra pueda alcanzar la calma, una palabra que sirve de sinónimo para las palabras paz y bien; un reposo alcanzado gracias a un equilibrio mental, asumiendo disciplina física y armonía interior.

Pax et bonum.

CAPITULO 0 – OMNIA

“Todo tiene un 0”

Recuerdo como si fuera ayer aquella madrugada del 22 de febrero de 2022. Me encontraba en mi dormitorio y no quería salir. La policía con refuerzos se encontraba afuera de la habitación, esperándome. Había sido denunciado por delito de violencia doméstica por lo que era culpable y no tenía derecho a nada. Aquella noche todo fue turbio. Recuerdo que la nube mental que me envolvió no pidió ser parte de mi vida. Se había plantado en mi ser una guerra entre “mi ego y mi yo” que no buscaba conciliación. No podía encontrar equilibrio desde hacía más de cinco días. Las emociones de abandono, de sentirme utilizado, de tristeza por los años en vano, porque nada de lo que había sacrificado se había tenido en cuenta... sentir todo eso me preguntó: ¿quién soy?

Era la madrugada del día anterior y ya estaba desahuciado. Al levantar el alba recuerdo analizar y pedir consejos para poder “afrontar” de la manera más sabia y contrita posible, esa rotura matrimonial inesperada. Mi pareja, que hacía cinco días había regresado de hacer un curso en España, me pidió terminar la relación. No entendía nada. Recuerdo haber estado conversando con varios allegados para saber qué hacer para culminar y aceptar esa petición con madurez.

Sin más y luego de considerar, llamé por la tarde a mi ex y le pido de cenar para en verdad agradecerle y comunicarle todo lo bueno que había vivido junto a ella y como me dolía tal decisión, pero que la aceptaba si era lo que ella quería. Antes de terminar la llamada le comento: “Estoy llegando a casa a las 7 de la tarde, ¿a qué horas llegas tú? ¿te espero?”; y ella con desdén contesta: “Llego temprano, cuando caiga el sol”.

Las cosas parecían rumbearse. Llegué antes de las 19hs. Compré unas cositas para preparar tipo picada y hacer de esa noche un grato momento para ambos.

El sol cayó cerca de las 20:30hs; pleno verano, América del Sur. A las 22.30hs y algo decepcionado (ya que se volvía a repetir la falta de respeto y el incumplimiento de su palabra), me abrí una botellita de Glenfiddich y me serví el primer vaso. Estaba viviendo el fin del 21 de febero y, por si fuera poco, encendí el equipo de música a todo Cadillacs distrayendo mi mente.

A las 23.30 no me contuve más y le llamé.

- Hola. ¿Vienes o debo dar por perdido todo? –al decir esto me doy cuenta que aún siento esperanza.
- Si. Si. Estoy saliendo para allí. En media hora llego.

Mientras intercambiábamos “cortantes” palabras, escucho del otro lado, a la distancia, la voz de “un amigo” de ella. Sin pensar, me serví otro vasito de whisky. Estaba asqueado. Hacía cinco días de su regreso, vivía en la casa de forma intermitente y apenas me dirigía la palabra y, cuando lo hacía, me hablaba como si fuéramos amigos, como si nada hubiera pasado.

Se presentó en casa pasada las 0 hs, inicio del 22 de febrero¹. Yo ya no quería más nada. Era demasiado su abuso. La paciencia que acarrearba normalmente parecía haberse transmutado. La alquimia se estaba ejecutando. ¿Quién con dos dedos de frente lo podía entender?

Las cosas se desviaron y la discusión comenzó. Entre todo lo que me dijo, que en verdad mucho he eliminado de forma inconsciente, me hizo entender que hasta mis hijos estaban al tanto de todo y que yo era el ciego que no quería ver. De forma irracional, con mucho calor, transpirando y sin ropas, bajo a la cocina para seguir la discusión. En eso pateo la cocina y salgo raudamente a hablar con mis otros hijos que vivían con su madre. Estaba desquiciado. Voy a buscar el auto al garaje y arranco para la casa de ellos. Ya habían pasado las 2 de la mañana. Al llegar toco timbre y le pido a su madre que me deje hablar con mis hijos, que era algo urgente. Para variar, o como otro inicio, me dice: “No estás bien. No puedo dejarte hablar con ellos.”

¹ 22/02/2022

¡La mente explotó! ¿Todos están relacionados? ¿Qué me está sucediendo? ¿Por qué? Sin pensar me puse a llorar y a gritar en plena calle pidiendo por mis hijos que necesitaba verlos. Al escuchar mi irracionalidad y mi falta de aceptación, me cerró la puerta en la cara sin prestar atención a mis reclamos. Al cabo de pocos monitos y sin poder conseguir nada, me subo al auto y regreso a mi hogar.

Al llegar miro y me digo “¿Es joda? ¡No lo puedo creer!”. La vereda estaba repleta de policías y vecinos. Me habían hecho una denuncia de violencia doméstica por lo que era culpable de haber puesto límites por primera vez.

Quiero ingresar a mi casa y me dice una oficial: “No puede pasar. Tiene que acompañarnos...” La miré con mucha tirria y dije: “Acá vivo y pasaré aunque no quiera”. Sin más me abrí paso y entré, cerrando la puerta, retirándome a mi dormitorio para descansar. En mi cabeza se decía: “Mañana todo habrá terminado”.

Al cabo de unos minutos escucho la llegada de dos camionetas más con fuertes alarmas policíacas. Miro por la ventana y me digo: “llegan refuerzos”; me había señalado como bravo delincuente con resistencia al arresto... pero ¿quién no se va a resistir a una injusticia?

Tocan timbre y no me levanto. Minutos más tarde, escucho como allanan la casa y se presentan a las puertas de mi dormitorio.

- ¡Sr. Carretto! –me gritan desde fuera.
- Sí señor. –contesté.
- Le informo que debemos llevarlo a la comisaría porque hemos recibido una denuncia de violencia doméstica por lo que tiene que acompañarnos.
- ¿De verdad? –pregunté con ironía pedante.
- Así es señor Carretto. Le pido que se vista y salga para que nos acompañe.

Sin entender nada y con el corazón embotado, me levanté, me vestí, salgo de la habitación y veo frente a mí a nueve policías, cuatro de ellos con metralletas en mano, aguardando la salida. Parecía una redada de película. Sin pensarlo, al mirarlos me reí en tono de: “¿nueve policías vienen por mí y dejan fuera a los culpables?”.

Al salir y estando en la zona del vestidor, miro al que andaba con las esposas en la mano y le digo:

- ¿me pones las esposas aquí o en frente a todos? Ustedes son los que llevan el guion de la película.

Sin más me ponen bruscamente contra la pared y me encajan las esposas bien apretadas. ¡Qué fea sensación se mostró en pocos segundos! Había sido apresado por la policía en mi propia casa, de forma injusta y por un abuso de paciencia.

Llego a planta baja y al terminar las escaleras, un oficial, el de los malos con escopeta, se acerca a mí y me pone su rostro frente al mío intentando imponerse. ¿Para qué hizo esto? Su mirada se clavó en la mía y quedamos mirándonos hasta que le dije:

- ¿Qué necesitás vos?

Sin decir palabra el guardia comienza a pegarme en los genitales con sus rodillas. Al momento aviso a todo el equipo que venía detrás:

- Me está pegando. Mírenlo.

Los guardias dieron vuelta la cara, y como si nada estuviera sucediendo, permitieron que la pequeña riña se mantenga.

Al seguir viendo y sintiendo la injusticia, comencé a tirarle unas patadas al policía y pensaba: “¿Quién es este enfermo para llevársela de la arriba?”

En uno de esos puntapiés, me pega un culatazo de escopeta en medio del pecho, imponiendo su poderío sobre mi persona, automáticamente sublevando mi razón. Sin más, me sacaron como en película, me metieron en el asiento trasero de la patrulla y junto a dos policías comenzó un nuevo viaje. Al momento pregunto: “¿Y ahora? ¿A dónde voy?”; ellos mirándome y sin responder, cerraron la escotilla de comunicación y siguieron hablando de sus cosas.

Ese viaje fue largo y lento. Parecía que no terminaba más. En eso llegamos a la comisaría de violencia doméstica en donde bajaron los oficiales diciéndome “Descanse un rato que nos demoran en atender. Volvemos en unas horas”. Recuerdo que, a los pocos minutos, el lugar se llenó de mosquitos quitándome la sangre que me quedaba.

No tengo ideas de cuantas horas estuve en la patrulla sentado y esposado, pero lo que sí recuerdo, era el mal olor del lugar y la resignación de que los mosquitos me comieran.

No sé el tiempo que pasó. Se acercan los oficiales al coche: “Le haremos el ingreso. Por favor compórtese”. No tenía idea de lo que pasaba. Era la primera vez en 45 años que era delincuente y culpable hasta que se demostrara lo contrario.

Luego de ingresar a la comisaría, de hacer la entrevista en donde me informan de mi delinquir, en donde me piden los datos, el cinturón y los cordones de las zapatillas, me ingresan a una celda junto a otros delincuentes. Ya era parte culpable del sistema judicial. Antes les miraba de afuera y ahora era una parte. ¡Qué locura! No entendía nada.

Al cabo de cuatro horas chupando frío, en las cuales no podés dormir, ves pasar la vida en formato de película con todas las escenas que parecían olvidadas y sanadas. La propia vida te cuestiona como si fueras el ignorante. En eso, me llama el oficial administrativo e informa:

- Se le da la libertad condicional, teniendo que presentarse en tres horas en el juzgado de violencia doméstica, en donde le harán su test psicológico y le explicarán de cómo sigue el proceso. En primera instancia le informo que no puede acercarse a su casa, ni ver a sus hijos por un término de 30 días a una distancia mínima de 500 metros.
- ¿Qué? –pregunté sorprendido. De haber sido el mejor padre hace menos de 24 horas, pasé a ser un padre violento, delincuente, abandonico y culpable a causa de una llamada telefónica. Todo el mundo se me puso patas arriba.

A la hora determinada llego al juzgado y accedo al “test”. Ni bien entro me esperan dos personas, una psicóloga y un asistente social. El lugar lo conocía muy bien. Había trabajado 12 años para el poder judicial; les había armado y diseñado las Salas Gesell las cuales ahora me recibían como victimario. Era de locos.

- ¿Por qué se ha quitado la tobillera? –pregunta la asistente antes de saludar.
- ¿Qué? –contesté muy alarmado.
- Sí. La tobillera electrónica. ¿Por qué se la ha quitado?
- No me han puesto nada.

- ¡Ah cierto! –dice la psicóloga al hojear la notificación-. Según los oficiales no es necesario.

La conversación duró cerca de 85 minutos que parecieron una eternidad. Al finalizar, me ponen al tanto de todo lo que debía sucederse en los próximos 90 días. Me informan que soy culpable y que tenía dicho tiempo para demostrar que no lo era. Por tanto debía ir a psicólogo, asistente social, control de drogas, control de alcohol, casa de la mujer... todo ha cambiado. Ya no era el de ayer ni el de mañana. Tenía en mi historial la marca de la gorra y era culpable hasta que se demostrara lo contrario².

² Este capítulo es mi punto de vista del inicio de la novela, uno de los tantos puntos de vista que acompañaron la situación. Por tanto y observando el hecho a más de dos años, defino este relato como una “verdad a medias” aunque muestra en esencia el estado mental del protagonista, quién, a causa de su valentía, búsqueda y análisis, realiza el camino de “DespertarES”.

CAPITULO 1 – MENTE

“El arte de mentirse a sí mismo”

Han pasado más de nueve meses de aquel 22 de febrero y como se sabe mi vida ya no era la misma, aunque mi psicología seguía aturdida sin entender que había sucedido. Aquella mañana de primavera las luces de la ciudad se apagaron en paralelo a que los primeros rayos de luz aparecían. La primavera había iniciado un nuevo día con colores vivos y alegres iluminando las calles sueltas y vacías que rodean la estación de “Tres Cruces”. El sol en la terminal, muy sutilmente, dio rienda suelta a que la naturaleza comenzara a despertar callando a los grillos con sonidos indómitos, que no dejaron fácilmente de vibrar. La fuente de la plaza, entre tanto, acompañó aquel ínfimo instante, dando paso a que el agua danzara y ofreciera a las flores un sonido ambiente en donde poder recuperar vitalidad. Las aves paseriformes comenzaron a trovar libremente recibiendo con alegría la nueva jornada, mientras sus polluelos, se reactivaban con el brotar del nuevo día. Los perros, acompañados por sus amos, salieron de aquellos altos edificios a realizar la vuelta matinal antes de enclaustrarse en sus apartamentos. Y yo, mientras observaba todo aquello, con boleto en mano, esperaba la hora de partida a Cerro Chato ya que la necesidad de detenerme urgía.

Como buen espectador que soy, intento ordenar la mente abstrayéndome de una semana tan rigurosa, sea o haya sido por el fin de actividades laborales o por la planificación de la travesía a realizar, pero todos los días se creyeron sin tiempo, ni para comer ni descansar. Ahora, con los minutos encima, necesito concluir las tareas

administrativas, obligatorias, de una empresa IT³, que luego de ocho años de ininterrumpida actividad, da paso a un descanso personal, como también, a lo incierto de un mañana.

El día anterior terminó a las 21hs, por lo que esta madrugada, es el único momento para finiquitar.

Envío los últimos emails reportando trabajos terminados y pendientes activos y, por si fuera poco, determino el monto a cobrar que efectuaré dentro de aquí a treinta días. El haber llevado en estos últimos años, una empresa con ingresos aleatorios, con incrementos y decrementos que transforman la estabilidad, en algo incontrolable; por eso y otras cosas más, elegí sacrificar tiempo de mi vida personal, haciendo que mi cerebro, dejara de descansar, convirtiéndose lenta, silenciosa y colateralmente en mi amo e instructor. Yo sabía que aquella locura “consentida” de dejar todo para último minuto debía terminar, pero, entre mis creencias y hábitos, sólo entendía que debía correr; y hoy, luego de 8 años de haber corrido detrás del queso, veo que no me permitía un espacio para mí.

Al mirar el boleto, veo que el bus está a 45 minutos de partir. Me desayuno del tiempo y observo que me queda un pequeño momento para actualizar el servidor, dejarlo lógicamente seguro y prepararlo para otra función, aún sin concebir. La seguridad digital que he venido ejecutando hace años, de camuflar los datos como otros, es algo que siempre funcionó, ya que al conocer cómo funcionan las compuertas digitales de ceros y unos, concibiendo las funciones principales del lenguaje de máquina, normalizan mi estilo, dando como resultado una seguridad lógica difícil de alterar.

Este viernes, sentí que había amanecido diferente, algo raro; de seguro porque no dormí en toda la noche, pero de igual manera, siento que mi cuerpo y cerebro, entran en un descanso desconocido. Al instante de dar por terminado el trabajo, comienzo a vivir lo que llaman el estrés de vagancia, donde el cerebro piensa más de lo que puede

³ Empresa de servicios informáticos dedicada a la investigación, gestión e instalación de soluciones TIC.

hacer, generando una ansiedad que irrumpe en acciones y pensamientos, insertando en el cuerpo una emoción inquieta de culpa. Sin pensar más, decido tomar unos mates calientes y, para vivir mejor el momento, lo acompaño con unos ricos bizcochos que compré en la panadería de la terminal.

Mi boleto chequeado, le entrego al guarda mientras subo al bus; asiento 24, ventanilla. Tuve la suerte de tomar un bus bastante vacío por lo que nadie se sentó a mi lado y pude estirar las piernas para descansar mejor. Acurrucándome de costado escucho por el altavoz: *“¡Último aviso! El ómnibus 547 con destino a Cerro Chato parte en 3 minutos. ¡Repito! El ómnibus 547 con destino a Cerro Chato parte en 3 minutos. Gracias”*.

Sin darme cuenta, el bus comenzó a moverse. *“Ya estoy en viaje”* – me dije susurrando. El pueblo al que voy, no sabe por qué voy, ni a qué voy; a nadie le avisé de mi *“gambito de dama”*; es que, en verdad he elegido por mí. Sigo la recomendación de un amigo quien me recomendó el lugar, pero estoy yendo cadavérico, con un cuerpo cansado, una cabeza inquieta, un carácter abofeteado y una voluntad por transmutar.

Mientras el viaje se establece, relevo físicamente el lugar; guardo el mate en la matera y miro por la ventana. Los ojos bien abiertos, como de recién despierto, no se obligan a dormir. Reviso el plan en mi mente: *“Voy a la casa del señor Leonardo, quien se dedica a dar charlas de crecimiento personal, con el fin de reprogramar creencias y malos hábitos”*. No tengo idea de cómo llegar, pero entiendo, que vive en una chacra a las afueras de la ciudad de Cerro Chato; una ciudad con 3000 habitantes, multifrontera, ubicada entre los departamentos de Durazno, Florida y Treinta y Tres, de alta vida histórica ya que fue el primer lugar en donde la mujer pudo ejercer el derecho a voto.

Sin percibirlo, el bus toma velocidad y direcciona su rumbo. Sin dejar pasar un segundo más, silencio el celular, cargo los MP3 y me obligo a dormir. Todos los instantes se estaban dando según lo planeado, por lo que, mi mente errante, reza inconscientemente que nada cambie.

Al cabo de un par de horas me vibra el teléfono. “¿Qué pasó?” –me dije con molestia.

- ¡Hola! –respondí con voz adormecida acostumbrado a mis noches de descanso randómicos sin respeto a lugares ni horarios.
- Buen día. ¿Estoy hablando con el Sr. Diego?
- Sí, ¿quién habla?
- Mi nombre es Leticia. Le estoy llamando de la escuela ParvaTau. Nos ha contactado por nuestra web oficial solicitando información sobre el insomnio y las características psicológicas del mismo, ¿es correcto?
- ¡Así es! –respondí al cabo de unos segundos–. Recuerdo haberles escritos hace varios días. Gracias por responder.
- Gracias a usted por contactarse en un principio. Le informo la razón de mi llamado.
- Muy bien.
- Actualmente estamos trabajando únicamente con membresías prepagas mensuales, por lo que, debo advertirle, que para que nuestros doctores especialistas lo guíen en su consulta, debe registrarse en nuestra web como nuevo usuario y activarse para obtener la atención. El primer mes es sin cargo.
- Muy bien. Y ¿cómo hago?
- Es simple –continuó la chica–; ingrese a la página principal del servidor web y en la pestaña de login, haga clic en “nuevo usuario” y siga las instrucciones que se le irán solicitando. De esta manera quedará activo rápidamente.
- Muy bien. Haré eso entonces. Muchas gracias.
- Gracias a usted por la atención y no olvide que somos una escuela al servicio del bienestar de la sociedad.
- Gracias Leticia.
- Agradezco su atención. Que tenga una buena jornada.

La llamada terminó gratamente. Detuve el MP3 y me dediqué a realizar la inscripción en el sitio web. Me solicitaron nombre de usuario, email, contraseña, fecha de nacimiento y motivo por el cual necesitaba la consulta. Como buen informático, rellené los datos requeridos y luego de unos minutos, recibí un correo electrónico por parte de la escuela,

confirmando mi inscripción, solicitando un último clic para darme de alta en el servidor. Ni bien accedí, se me dio la bienvenida a con un slogan muy particular: “Grandes servicios pequeños”, algo que me llamó la atención y me hizo acuerdo a un juego de mesa basado en roles. Al finalizar, decidí continuar con mi descanso, sin saber en dónde me encontraba, pero sí que ya había salido de Montevideo.

Sin darme cuenta del traqueteo del bus, ni de cuántas horas he dormido, despierto a unos kilómetros de la ciudad destino observando campo y ganado desperdigado. El verde de esas praderas aloja un paisaje templado y al mismo tiempo desolado. El dormir, no sé si fue de descanso o instrucción, ya que tuve un sueño muy sentido, en donde me encontraba en un monte, cubierto de pájaros de colores, los cuales coexistían conmigo y respondían a mi voz. Era como estar viviendo en un espacio multicolor risueño de cantos. Algo inentendible, pero emotivo para el momento.

Rato después y viendo como la ciudad se acerca, entra el bus a Cerro Chato. El ómnibus, se detiene en la sucursal de la agencia, la cual se ubica dentro de un supermercado de la localidad. Al descender, observo que llego a otra realidad, ya que la pequeñez y el respeto, son lo característico del pueblo. Me fue muy gracioso levantar el equipaje en la sección “lockers” del súper.

Luego de terminar los trámites en la agencia y antes de salir a las calles de la ciudad, reviso el celular y me percató de un SMS que me dejó sorprendido. Al leerlo veo que proviene de un número desconocido y que contiene un texto ilegible.

CDCAD/VOOOEE/SIOLA/MNREGO/INSNNL/ODNRIR/IUOCRM/VFPOEA

Sin entender y suponiendo que eran de esos mensajes spam que muchas veces malgastan el tiempo del usuario, bloqueo el celular y comienzo el nuevo camino. Al salir, ubico la brújula plantada en la plaza central, e inicio la caminata en dirección noreste. Al cabo de una hora y pico de camino, con el sol auestas y el hombro cansado por el peso del bolso, llego a una portera aislada con el cartel “Proverbios”; recuerdo que Daniel me lo nombró cuando hablamos del lugar. Sin más, salto la

verja y continúo el camino rodeado de pasto cercenado el cual se adentra en un pequeño monte de pinos alejado. Ni bien llego, vislumbro a unos 200 metros, una cabaña de madera de dos pisos con un establo a su izquierda. Luego de acercarme, observo que la casa está cercada con bayas de madera y un portón principal al medio. Cuenta con un espacioso jardín por delante, definámosle zona sur, repleto de árboles frutales y flores de varios colores. Ni bien paso el portón, se abre un sendero con pequeñas piedras a su costado, convergiendo en la puerta principal como a unos quince metros de la entrada. A los lados, bajo las ventanas, existen dos sillones con almohadones de cuero de oveja, que disfrutaban solitarios la beldad de lugar. Antes de entrar, trono mis manos en señal de “timbre” y nada. Espero unos instantes, vuelvo a intentar y nada. Me acerco a la puerta, dejando mi bolso de lado para liberar mis brazos, y escucho.

- ¡Buen día paisano! –gritó alguien apareciendo por un costado viniendo del fondo–. ¿A quién busca?
- Buen día –respondí sorprendido–. Ando en busca del señor Leonardo. ¿Vive aquí?
- ¿Quién le busca?
- Diego es mi nombre. Un amigo me pasó su dirección para hablar con él.
- Le informo que el Sr. Leonardo vive aquí, pero no está en momento de retiro. No puede atenderle.

La situación que se me presentó no fue de mi agrado. Mi mente, sin permitir un chasquido, me vislumbró regresando a la capital sin la posibilidad de llevar a cabo mi misión. Pienso y razono que debe ser el propio karma, que está siendo consecuente con mi falta de responsabilidad de no haber llamado anteriormente y preguntar si podía venir o no.

- Gracias por confirmar que he llegado –dije sin mostrar atisbo–, pero le pido por favor, que tenga una excepción para conmigo que vengo desde lejos con cuestionamientos sin resolver. Me han hablado de él y sé que ha ayudado a muchos con su forma de pensar y reflexionar.

- Entiendo señor, pero no acostumbramos recibir a nadie de forma personal. Trabajamos siempre en grupo. Debe anotarse en el cabildo de la ciudad y prepararse para la próxima etapa.

Aquella última oración terminó de partirme al medio. Por haber supuesto y dejarme llevar por el murmullo de mi mente, otra vez caigo en el sinsabor de la vida, otro rechazo, otra bofetada. Sin tantear más, cargo el bolso para retornar a la terminal y al dar la vuelta, escucho desde dentro una voz profunda, dominante y extrovertida que dice: *“¡Déjalo entrar Adrián! Debemos fluir con los planes del universo”*.

La cara de Adrián sonrió sorprendentemente manifestando un acto de felicidad. Al momento se abre la puerta principal acompañada por un hombre de barba blanca, con cara apacible y mirada serena. Al acercarme, subí los siete escalones que me distanciaban de él, y con un fuerte apretón de manos dijo: *“¡Bienvenido hijo natural, las puertas quedan abiertas para ti!”*. Al recibir este saludo me emocioné gustosamente, pero no quise demostrarlo por mi capa de orgullo. Aquel hombre, a quien no conocía, me otorgaba una bienvenida respetuosa y rebotante de buen deseo. La sensación de bienestar llegó a mi ser, sin tener que razonar. Sentí que aquel retorno a la capital, se cancelaba milagrosamente.

- Estimado amigo –dijo el hombre–, soy Leonardo, el abuelo de Adrián. Acompáñame a la sala así nos conocemos.

Al entrar a la casa, me topo con un pequeño recibidor, en donde Adrián me toma el bolso en son de acogida y, me pide, que me quite el abrigo para deshabituarme de las vestiduras clásicas de “pico y vuelo”, de entro y salgo rápidamente.

Mientras le entrego el abrigo, veo a mi izquierda una habitación toda de blanco con vista al jardín principal, la cual se usa de escritorio o sala de reuniones. Tiene una gran mesa ovalada de cedro al medio, con seis sillas, un cuadro del General José Gervasio Artigas, una computadora y varios cartapacios abiertos. Sin más, Adrián pide mi atención y me dirige donde me espera el Sr. Leonardo, una gran sala de estar.

- Hasta aquí llego –dijo dejándome en el estar, retirándose.

Esta nueva habitación, ubicada en la zona noroeste de la casa, lindera a la sala de reuniones, se divide en dos partes. Por un lado, ni bien entras a mano derecha, te recibe un juego de sillones de cuero blanco, con una mesa ratona al centro y una alfombra unificando. A mano izquierda, contra la pared oeste, una chimenea de piso, la cual se ubica entre dos ventanas que miran al establo, y, al final, una mesa antigua con seis sillas, acompañada por un hermoso mueble recostado en la pared norte el cual alberga libros, vajillas, juegos de té, floreros, long play y un equipo de audio de alta gama en donde se escucha la sonata en mi menor de Mozart. A la derecha de la sala, entre el juego de sillones y la mesa, frente a la chimenea, existe una puerta de madera con vitro que te comunica con el pasillo central que te lleva a la cocina, a la otra habitación y a las escaleras que te llevan al segundo piso donde están los dormitorios. Lo que más me llamó la atención, fue el “palo santo” y la canela humeando y perfumando el ambiente, mientras alrededor, con algunas plantas en las esquinas, se regalaba una calidez minimalista al lugar, entablando serenidad y vida.

Mi cuerpo mientras se desplaza, parece caminar automatizado cargando una mezcla de vergüenza y nerviosismo a lo que supone cabalmente, una aceptación de que necesito ayuda y de que tengo conflictos internos sin resolver. La voluntad de terminar con todo se ha concebido en mí. Sé que no puedo seguir esperando que la vida de forma autómata me libere de crisis e incongruencias sociales, que vienen atacando mi identidad desde hace tiempo.

- Espero que le guste la música clásica –dijo Don Leonardo mientras me invitaba a tomar asiento–. Es un estilo de música que transforma al hombre en un amigo de la naturaleza.

Al decir estas palabras cerró los ojos y permitió que la sonata, con su piano y violín, llenara ese espacio de tiempo, mientras yo, mirando y analizando, tomo asiento y espero. Como bien ha dicho Leonardo, la música clásica es un ligamiento de armonías que serenar la mente, para menguar el malestar o el estrés. Luego de unos minutos, abrió los ojos, tomó los lentes que descansaban sobre la mesa y me miró

detenidamente como tomando una foto Kirlian percibiendo mis siete niveles de aura.

- He escuchado que ha venido en busca de respuestas –dijo amablemente mientras miraba mis manos inquietas.
- Así es –contesté si poder sostener su mirada.
- ¿Respuestas a qué?
- Le cuento Don Leonardo. Sufro de “Distimia” desde hace varios meses. Siento una tristeza persistente y una sensación general de malestar. He perdido el interés por las actividades que antes disfrutaba y vivo con una desesperanza que desconecta mi vida del entorno. Me siento apático, sin ganas de estar. A causa de esto vengo cuestionándome desde hace tiempo ¿quién soy?, ¿a qué he venido al mundo?, ¿para qué he nacido?; siento que la vida no tiene sentido, como si el existir sea innecesario.
- Entonces, según usted, tiene lo socialmente divulgado como “crisis existencial” –afirmó mientras tomaba un libro entre sus manos.
- Así es –dije emocionado.
- Bien. No creo poder ayudarle con eso ya que las respuestas que busca, normalmente están dentro de usted y son muy particulares. No tengo como acceder a eso. ¿Por qué cree que puedo ayudarle?
- No lo sé –respondí cabalmente–. Daniel, un amigo, que estuvo en un retiro con usted, me pasó su dirección diciendo que sería el único que podría ayudarme a encontrar las respuestas.
- Entonces vino por una recomendación –dijo con los lentes a media nariz–. La recomendación de un amigo es tan inmutable como traicionera, nunca sabés con qué te vas a encontrar.

Al decir estas palabras cerró los ojos, entró en silencio y marcó con su mano derecha un párrafo de entre las páginas del libro. Escuché que recitó algo en voz baja para sí mismo, abrió los ojos y leyó: *“La meditación es el arma fundamental de todo guerrero”*.

Don Leonardo es un hombre robusto, de 84 años, con una estatura de 1,80 metros, cara alargada, ojos marrones, linda sonrisa y viste como

un clásico leñador. Sus manos agrietadas, cubiertas de venas gruesas, demuestran haber trabajado la tierra durante muchos años. Su voz aplomada, serena y paisanada, mostraban de él a un ser mentalmente limpio.

- ¡Muy bien! –dijo luego de unos segundos–. ¡Acepto el reto! Dígame. ¿Quién es usted?
- Bueno. Gracias. Mi nombre es Diego. Soy técnico en electrónica, especialista en infraestructuras convergentes...
- No, no. ¡Aguarde un momento! –dijo interrumpiendo–. No le he preguntado a que se dedica, sino ¿quién es usted?

Clavó su mirada esperando una respuesta específica, pero mi silencio cubrió la habitación. La música de Mozart y el olor a Canela, ayudaban a no caer en un vacío. *“Si yo sé quién soy –pensaba lógicamente–, conozco mi currículum y a qué me dedico; con eso no puede lidiar. ¿De qué habla?”* El escalofrío que generó su mirada a la espera de mi respuesta fue tan gélido, como el que se siente al entrar en un quirófano.

- Sr. Diego –dijo amablemente mutando su mirada–, la mente nos ampara y desampara. ¿Le he preguntado “quién es” y me comenta a qué se dedica?
- Es que me agarró desprevenido y contesté lo primero que me vino a la cabeza –dije desnortado.
- Muy bien. Entonces, sea precavido y dígame, ¿quién es usted?
- Soy Diego, primero de tres hermanos. Me gusta la música, la fotografía...
- ¡Espero por favor! –volvió a interrumpir–. Ahora me está diciendo que pertenece a una familia, como cualquiera de nosotros, lo que le gusta, lo que no, pero, sigue sin decir quién es.
- ¡Soy una caja de pandora! –dije rápidamente.
- Buena salida, hábil escurridizo –comentó sonriendo.
- Gracias –contestación utópica.
- Antes de proseguir –dijo Don Leonardo poniéndose más serio–. ¿Usted sabe algo de quién es? ¿sabe algo del “ser”?

La sonata para piano y violín de Mozart culminaba su actuación. Los breves segundos de silencio que existieron hasta el comienzo de la sinfonía número 7 de Beethoven, hicieron de mí un escondrijo de perlas.

- No –dije confesando sin miedo–, no lo sé Don Leonardo. Por eso estoy aquí. No tengo metas, no tengo proyectos, no tengo idea de quien quiero ser; es como que no reconozco los puntos cardinales, no me importa si el sol sale por el este o el oeste, ya todo es absurdo para mí.
- Bueno. No se altere ni extralimite. Nada es tan malo como usted lo piensa.
- ¿Ah no? –pregunté irónicamente.
- Claro que no. Son solo programaciones que acarrea internamente desde su infancia, que deben ser reprogramadas para así eliminar tales conflictos.
- ¿Tan claro lo tiene Don Leonardo?
- Es que el ser humano, es tan humano, que, como raza, concibe cosas iguales o similares. En estos momentos, su identidad está pidiendo iluminación, crecimiento, despertar; pero le informo, que para este camino que inicia hoy, debe asimilar nuevos conceptos y experiencias.
- Acepto el desafío –dije referenciando a su expresión anterior.
- Muy bien. Le recuerdo que nada de lo presente es similar a su pasado, por lo que, ya le doy la primicia, de que el “ser” interior, “es”, y eso que “es”, es “quién es”.

La cara apelmazada se me incrusta en la mirada como mono esperando el caramelo. No entiendo. El momento me propone un desconcierto.

- Entiendo que no entienda –reanudó traspasando mi aura con su energía–, pero debe comprender que el “ser” es algo que los demás no saben de usted, y por lo que intuyo, usted tampoco.
- ¿Cómo así? –pregunté en tono inconformista.
- Así es señor.
- Por favor tutéeme y no me haga sentir las canas; sé que tengo 46 pero no me lo refriegue en la cara –dije distendiendo el temple.

- Muy bien –continuó–. La sociedad nos ha instruido de mala manera inculcándonos en no saber quiénes somos. Hasta nuestros propios padres nos han llamado de una manera, por nuestro nombre, y nos han hecho creer que somos estudio y profesión. La gente en sí, conocidos y amigos, conocen tan solo un 1% de lo que realmente es usted, por lo que, debe descartar ese currículum vitae y definir lo que aún, no sabe qué es; pero como la travesura de Shakespeare, ¿“ser o no ser”? ¿Te lo has preguntado alguna vez?
- Actualmente estoy en eso –dije burlonamente.
- Es una travesura ambivalente entre tú yo interior y tú yo exterior, entre tú personalidad y tú esencia, entre tú forma y tú alma, entre tú ego y tú ser. Por tanto, antes de proseguir, debemos indagar quién busca las respuestas existenciales, porque si es tú ser, las respuestas están en tú interior, pero si es tú ego, “el polémico”, las respuestas no están aquí, están fuera de ti y no creo que las encuentres preguntádoselo a alguien que conoce de ti tan solo un 1%.

Mi rostro, al escucharlo, se mantuvo con el entrecejo fruncido. Intenté razonar sus palabras y descubro que no sé nada de lo que me está hablando. ¡Estoy menguado! ¿La gente conoce de mí tan solo un 1%?, y cada persona desde un punto de vista distinto, por tanto, ninguno conoce quien soy, como yo tampoco a ellos.

- No te asustes –dijo serenamente al mirarme–. La vida en su manifiesto, sabe, que es otra cosa a la que nos han inculcado. Vivimos en un alrededor que supuestamente se adapta a lo que es mejor para el individuo, pero no para el ser.
- Entiendo el concepto, pero no para que sirve –respondí rápidamente.
- ¡No son conceptos Diego! –dijo altaneramente–. Debes mutar tú forma de razonar para descubrir quién eres en realidad, y, lo único que conoces hasta el momento, es que no sabes quién eres; y ¿sabes por qué?, porque antes de ser un concepto, o algo racional, eres algo empírico, un efecto sensitivo que libera energía vital utilizando todos los sentidos.

Sentí que la conversación se enmarañaba aún más, en algo más escabroso; sólo vine por simples respuestas, y me estoy adentrando en cosas que desconozco. Mi razón no coordina. Me estoy dejando llevar y estoy entrando a lugares donde en verdad no quiero ir. ¿Por qué tengo que mutar? ¿No soy concepto? ¿Soy empírico? ¿Qué soy?

- Disculpe Don Leonardo, pero ¿cómo puedo ser algo de lo que no sé cómo ser? –pregunté con voz suave demostrando mi problema conceptual.
- Es que nunca podemos saber lo que no conocemos –dijo serenamente–. Así de simple es la vida. Para saber quién eres, antes, debes sacar de tú cabeza lo que en verdad no eres, ¿entiendes?
- Pues no.
- Razona. Para que algo nuevo se injerte en ti, en tu condición de persona pensante, debes quitar lo viejo, lo que ya no sirve, dando espacio a lo nuevo, a lo invisible del ser, a lo que emana de tú esencia, a lo que en verdad eres.
- Realmente –dije confesando– se me hace muy difícil entender sus palabras.
- El tiempo es el mejor amigo en estos casos.
- Muchos lo dicen...
- Diego –dijo noblemente segundos después–, debes entender que no eres un currículum vitae, padre, marido, hijo, abuelo, primo, etc. En verdad existes desde antes de nacer, por lo que debes disponer tú mente, a este nuevo mundo.

Al finalizar estas palabras se puso en pie, apagando el equipo de audio prefiriendo el silencio al de la música de fondo.

- En tú realidad y por lo poco hablado –dijo mientras se acercaba a avivar el fuego–, piensas ser algo que en verdad no eres, caminas por una senda que no te pertenece, estás ciego como la mayoría de las personas.
- Disculpen la interrupción –dijo Adrián entrando en la habitación mientras dejaba una merienda en la mesa–. Les traje un té con

masitas que nos envió doña Mirta gracias a la charla que tuviste con ella el otro día. Está muy agradecida.

- Gracias por este gesto –le dijo Don Leonardo–. Bendiciones para Mirta y su familia.

El perfume del ambiente, ahora, sumado al té caliente, se transformó en un nuevo aroma, mezcla de frutos rojos, leña, canela y palo santo. Aquel aroma hizo de la sala un paseo vespertino. El fuego de la hoguera entre tanto, movía los brazos mientras el calor de la quema templaba el lugar. Adrián, sirvió tres tasas, tomó una para él y se retiró. Don Leonardo entre tanto, dejó la tasa de té sobre el pocillo en la mesa, me miró fijamente y prosiguió.

- Muy bien Diego. Hagamos un pequeño ejercicio para comenzar ahondar un poco en ti y conocerte. Cierra los ojos. Serénate el tiempo que necesites y dime, que es lo que ves cuando te pregunto: ¿quién eres?

El crispo de las leñas abrazadas por el fuego sonorizaban el lugar. En paralelo, el sentido auditivo como el del olfato crecían. Mis manos traspiradas hacían de aquel ejercicio un trance mental. Antes de poder aceptar la pregunta mi mente atacó: “*¿Todo está en su lugar? ¿Todo está cerca? ¿A qué juego jugamos?*” Mandándola a callar y haciendo caso omiso a sus asuntos, me concentro en la pregunta y contesto.

- Veo árboles secos, hojas caídas, espinas, ortiga y un arroyo de poco caudal que corre lento mientras el sol, detrás de unas nubes, intenta iluminar la zona.
- ¡Eso mismo! –contestó Leonardo alegremente–. Todo lo que ves es lo que te representa. Sin saber, con este ejercicio, definiste quien eres, teniendo como herramienta de ayuda, a la naturaleza.
- No comprendo. ¿Qué quiere decir?
- Que al describir con imágenes quién eres, muestras un pantallazo de tú verdad. Te aprecias seco, sin agua, sin luz y con poco espíritu. Por lo menos eso fue lo que dijiste.
- Uff. Es demasiado. ¿Así me ve?

- Así te ves tú, pero con la posibilidad de pensar y razonar que tenemos hoy en día, no puedes decir que es demasiado. Es cierto que, al pensar, nuestra mente, generalmente nos traiciona, bifurcando los caminos haciéndonos creer que ella es la mentora de nuestra vida, cuando en realidad, es nuestra esclava desprovista.
- Aja –comenté con cara de loco–, “*esclava desprovista*”.
- Así es Diego. La mente, el ego, nuestro intento de personalidad, es un engaño, y, en su engaño, nos hace perder la conexión con el elixir celestial, con la energía prima, con el mundo real, obligándonos marginalmente a creer solo en ella, en su dominio. ¡Una forma de auto mentirnos!
- Pero Don Leonardo, ¿cómo puedo detener, según usted, a ese esclavo rebelde, a ese enemigo, a ese dominador? ¿No es algo demasiado ambicioso?

Don Leonardo toma la taza de té mientras observa mis movimientos y escucha mi hablar. Los ojos se le abrían notoriamente.

- ¿De verdad así lo ves Diego?
- Solo pregunto –contesté.
- ¡La mente ya te está chantajeando! Ya te puso en sobre aviso de que es algo muy ambicioso... ¡Tendrás que vaciar esa mente para conseguir las respuestas! ¡Adrián! –vociferó mientras se levantaba del sillón–, ubica a Diego en el cuarto de invitados que nos acompañará varios días.
- Gracias Don Leonardo –dimití sin pensar estrechando su mano.
- No es nada Diego. Igualmente, sabemos que no nos conocemos, por lo que, ubícate en la casa y descansa bien, para que mañana comiences a trabajar –dijo moviendo sus manos, simulando engranajes–. Recuerda, que este retiro, traerá cosas a tú mente que no te gustarán, o de las que no estás acostumbrado. La paciencia es importante.

Tales palabras me abrieron los ojos. Este retiro me hará trabajar cosas que tengo escondidas o que no quiero ver. Solo venir con preguntas en busca de respuestas, parece que no es lo habitual. La

entrada del atardecer por la ventana de la sala asalta el reloj, igual que el árbol en busca de caricias de viento. El palo santo, la leña y la canela finalizan su misión mientras la tetera, esboza su humo junto al platillo de cenizas, terminando la escena principal. Al momento llega Adrián, respondiendo a la solicitud de Don Leonardo.

- ¿Vamos Diego? ¿Te llevo a la habitación? –dijo Adrián acercándose con mi bolso.
- Si claro. Gracias –contesté amablemente.
- ¿Así que quieres conocer al enemigo que llevas dentro?
- No sé. ¿Cómo lo sabes?
- Porque si te quedas, es porque tienes mucho trabajo personal que hacer.
- Bien parece –respondí como Don Quijote a Sancho antes de atacar a los molinos.
- Mira, conocer al enemigo que llevas dentro, será ver tú lado más oscuro, algo que no te gustará. El conocerse a uno mismo es un equilibrio entre el bien y el mal, entre la luz y la oscuridad, entre lo bello y lo feo, entre tú y tú alter ego. Conocerse, es ver las trampas que te has venido haciendo desde hace años, auto traicionándote.
- Adrián, gracias por tus palabras. Solo quiero saber quién soy y con eso me basta.
- No quiero asustarte –dijo sonriendo–, pero el que avisa no traiciona. El autoconocimiento te llevará a conocer soledades, silencios y emociones reprimidas, así como orgullos disimulados; te envolverás en un sinfín de realidades, pero, si no te desanimas en el camino, el fruto será dulce.

La salida al dormitorio comenzó en fila india, como cuando las obreras siguen a la hormiga reina. El sonido de la sala de estar se alejaba lentamente, dando paso a la luz del pasillo aparecer.

- Te comento esto –dijo amablemente–, porque siempre es bueno conocer a donde nos dirigimos y con qué nos vamos a encontrar.
- Gracias Adrián.

- No agradezcas esto. Agradece cuando aprendas que tú “ser”, está compuesto de tres partes independientes, que unidas, hacen a tú persona.
- ¡Te pusiste complicado! –dijo mientras le seguía.
- Como te dije, tú ser se compone de tres entes distintos reconocidos como cuerpo, mente y espíritu. Un cuerpo que cohabita en la tercera dimensión e interactúa con los demás, una mente inquieta que vive en la razón y te hace creer que eres ella; y un espíritu que se conecta al quinto universo cuando le aceptamos tal cual es.
- Pero solo quiero saber quién soy.
- ¡Como si no fuera importante la pregunta! –dijo deteniéndose y mirándome–. Lo que intentas conseguir, son respuestas que resultarán de tú equilibrio entre los tres entes, para luego fundirlos en uno solo, atestiguando de un presente sin pasado y sin futuro. Con este hallazgo sabrás todo de ti.
- ¡Se nota que tienes las cosas claras!
- No digas eso muchacho –respondió mientras subíamos las escaleras–; soy otro aprendiz como tú. Conocer la teoría no te define como ser iluminado, no te confundas.
- Disculpas.
- Lo que necesitas para saber qué y quién eres, es dar un salto cuántico; necesitas ser un “ente” a toda regla. Debes iniciar tu autoconcepción, encontrar la esencia que hace años olvidaste, para así disfrutar de la paz, la felicidad y la abundancia en todos los sentidos.

Con estas palabras mi conciencia queda interpelada. Advierto desde cerca la señal de un nuevo entendimiento, que interactúa con la realidad que me rodea, mientras escucho hablar al ego, bajito en mi oído: *“¿Estás seguro que podrás hacerlo?”*

- No intentes razonar Diego –dijo Adrián al verme en silencio–. Lo que somos no es un razonamiento, es una sensación, un momento presente. El juego de hoy comienza. Tú razón vs. Tú locura.

“Más palabras y más problemas” –me dije internamente mientras caminaba–. En pocas horas he concebido más dilemas que respuestas. Parezco haber escuchado las reglas de un juego de mesa que nunca he jugado. Mi mente no piensa, está silenciada y convulsionada. Al llegar a la habitación, Adrián me entrega el bolso, me enseña la morada y se despide invitándome a la cena que estará pronta alrededor de las 19.30hs.

Al quedar solo, suelto el bolso sobre la cama y me tiro sin pensar. La cabeza no para de dar vueltas. La cobardía golpeó mi razón. Un rato después, me incorporo y sentado a los pies de la cama, analizo la habitación. Es un dormitorio con baño privado, ubicado en la zona noreste de la casa, segundo piso. Tiene una cama de dos plazas, escritorio, silla, un pequeño placar y un gran ventanal con salida al balcón de donde se ve el huerto, y a lo lejos, bajo la luz naranja del sol, una gran pradera entre lomas, acompañada por distintas cabezas de vaca. Al salir, escucho a las aves cantar como al viento silbar, algo único para un ciudadano. Agradecí neonatamente, y abracé la hospitalidad con mucho cariño.

Al cabo de unos minutos y con el cansancio de dos noches altaneras, regreso a la cama y observo cariñosamente la frazada que descansa a los pies. Me quito el calzado, bajo el bolso, me recuesto y decido taparme para no tomar frío. Sin entenderme, siento en mi interior estar contento por haber logrado lo planeado hasta el momento, comprendiendo que he entrado a una nueva forma de pensar, que, en verdad, no conozco. Lo que hoy me enseñó la vida es que en su propia existencia –me digo a mí mismo–, todo gira en torno a su propio eje, el cual varía cada vez que tomamos una decisión, mutando de esta manera su dimensión, situándonos en un nuevo lugar en el que habitar.

Mirando con los ojos al techo, aflojo mis músculos y me relajo; la tarde ha sido exigente. Escuchar el movimiento de las hojas de los árboles junto a la brisa del viento, acompañado por la luz tenue de un atardecer libre y sereno, varió mi estado a un sueño ligero.

*“Buscar, buscar, buscar,
¿lo hace la mente, el ego o la carcasa?”*

*Siempre te has acusado de víctima,
¿pensaste alguna vez en lo que dicho?*

*¿Dices que los problemas se iniciaron en tú educación
o por el poco amor de tus padres?*

¿Eres tan importante como para que el mundo piense sólo en ti?"

Escuché estas palabras sobre mi cabeza como si un ángel me las dijera; parecían estar tan cerquita que me asustaron. Quise preguntar "¿quién está ahí?", pero no pude emitir palabra. Abro los ojos y vislumbro pobremente desde la baranda del balcón, a un búho mirándome fijamente. Sin entender nada, quietito dónde estaba me quedé. ¿El búho parecía vigilar a quien hablaba? No sé, no se movía. Parecía una lápida corpórea.

"¡Si no sos parte de la solución, sos parte del problema!

¿Quiénes son tus dueños?

¿Estás seguro de que es el momento de saber quién eres?"

Ése grito, por lo menos así lo percibí, colmó la habitación en un silencio sórdido. Intenté encender la luz, pero no pude mover el cuerpo. El miedo recorrió mi piel y se extendió rápidamente a los órganos. El búho, entre tanto, movió su cabeza hacia los cuatro puntos cardinales y se echó a volar.

La luz reflejada por la luna entró en la habitación, finalizando la conversación. No entiendo que sucedió. Al cabo de unos segundos mi respiración, volvió a su cauce natural. Dándome vuelta hacia un costado en la cama, veo que el día concluye como en una neblina espesa y sombría en mi pensar. La dualidad de mi carácter volvió a levantar la mano cuestionando las razones por las que fui a Cerro Chato, ¿eran verdaderas o solo un capricho? Mi personalidad pendió de un hilo.

Luego de pasar varios minutos hablando conmigo mismo, preguntando y contestando inconscientemente lo que mi propia mente exponía, noto como con tantos ataques conceptuales, he quedado mal herido. Intento encender la luz y al querer moverme pierdo el conocimiento.

CAPÍTULO 2 – IO SONO

“En los ojos de mi madre siempre hay una luz”

La luz de la mañana entró por el ventanal alrededor de las 06:22hs. El color verde de los pastos, cortejado con colinas de fondo, escoltan un amplio cielo celeste de nubes solitarias, que recogen poéticamente un nuevo canto de clima primaveral. Al verme sobre la cama, sentado y solo, repaso mi presente y recuerdo no haber comido nada. El día anterior fue tan distorsionante y cuestionante que ni hambre he tenido. Sin titubear, me levanté, abrí el bolso, recogí una muda de ropa y me fui directo al baño a darme una ducha despertadora. El primer pensamiento al despabilar fue *“¿De dónde salió aquella voz?, ¿qué había vivido?”* Mientras me vestía, me puse a reflexionar reciamente sobre aquello y nada, no sucedió nada. Me convenzo que ha sido una voz que escuché entre sueños y que no tiene explicación.

Salgo de la habitación, bajo sigilosamente y me dirijo a la cocina ubicada espacialmente debajo de mi dormitorio. Llevo conmigo el mate, el termo y la yerba para preparar el desayuno. Llego al distribuidor, miro alrededor y no hay nadie. Al llegar a la cocina, la encuentro libre y serena; una de las sensaciones más hermosas que puedo recibir del entorno. La puerta cancel de costado, con una herradura colgada a su ventana, procura a un patio trasero con parrilla y una linda parra, que, cubriendo una mesa rústica, me hace acordar a los asados de los domingos. Sin más, ensillo el mate y pongo a calentar el agua mientras miro las flores del huerto tan ricas en colores como en tamaños. Mientras se hincha la yerba, escucho a mis espaldas una voz profunda e irrefutable.

- Lo primero que debes hacer al despertar, es agradecer por el nuevo día y por el lugar en donde habitas.

Me doy vuelta y veo a Don Leonardo recostado en el marco de la puerta observándome.

- ¡Uh, Don Leonardo! –dije sorprendido–, espero no haberle molestado. ¿Cómo está?
- Bien gracias. ¿Te estás preparando un matecito?
- Así es –contesté sonriendo silenciosamente por el sinónimo–. Supuse que estaban durmiendo y me tomé el atrevimiento de enlistarme el desayuno.

La caldera al momento, comenzó a silbar y zarandeó el instante. Ni bien empecé a poner el agua en el termo se dio una conversación superflua sobre la historia del pueblo, su alcalde, el club principal y los logros históricos; mientras tanto, Don Leonardo se preparaba un café.

- ¿No toma mate a estas horas? –pregunté con voz de capitalino paisanado.
- Claro que sí –contestó rápidamente–, pero la dosis de cafeína matinal me sienta bien para despabilarme en su totalidad.

Sentándonos a la mesa, se tomó su café, compartimos unos mates e hicimos unas tostadas acompañadas con manteca y dulce de tomate casero. Entre tanto, enciende su equipo de música y elige a Strauss como acompañante matutino.

- ¿Cómo y cuándo comenzó a enseñar a la gente? –pregunté sin tapujos con personalidad periodista.
- Yo no enseño –respondió sin titubear–. En sí ayudo a quien se quiere ayudar, socorriéndolo y guiándolo a que ingrese a su camino personal de autoconocimiento. Eso hago. A veces la gente, piensa confusa, que llegar a uno de mis retiros es el final de un momento difícil, pero en verdad, mis retiros se llaman “comienzos de giro”, porque es tanta la fuerza que le doy a la mente subconsciente para que la persona comience a dudar de sus creencias y pueda cuestionar su existir, que el giro dado es recién el comienzo de la duda, la base del crecer.

Le cebé un mate mientras le escuchaba.

- Conocer lo que hay dentro de uno –continuó–, es la base del discernimiento, es saber optar por nuestra personalidad, es comenzar a identificarse con el yin y el yang, es aceptar el escenario en el que vivimos.
- Claro –asentí inconscientemente.
- Somos actores de una vida en la cual nos sentimos felices, contentos, aceptados; como también estancados, solos, desmoronados, incomprendidos, que nadie nos escucha, etc. Tan solo repetimos escenas que se hacen únicas y reales, pero que, en verdad, no son más que escenas de una película sin inicio ni fin. Creamos todo lo que queremos que sea y cuando la trama de la película se pone aburrida, debemos cambiar de director. No hay complicación, no es difícil, solo conlleva una nueva concepción. Como dicen los directores de cine, nada es cierto en la mentira, aunque todo sea real.

Tales palabras me abrieron la mente como director. El haber decidido ser siempre actor secundario, me mostró que nunca elegí papel protagónico, más sino, me dejé guiar por el director que existía en el momento.

Mientras conversábamos, se escucha desde las escaleras los pasos de Adrián, quien se presenta en la cocina con una cara de recién levantado como recuperando el cuerpo de una resaca de fin de semana.

- Hoy –continuó Leonardo sin prestar atención–, debes darte cuenta que todo lo que piensas que existe, en verdad no existe; que todo es una película dirigida por tú propio ego, quién, te hace participio de un millar de escenas penosas, que tal vez no has elegido. Debes lograr comprender que, gracias al universo, todo es nuestro y por eso nada tenemos; que no somos nada por lo que somos todo. No existe el uno sin el otro.

Los minutos parecen detenerse levemente cuando de pronto, comienza a sonar “Voces de Primavera” de Johann Strauss por los parlantes del equipo. El vals dio un tiempo de giro a la conversación.

- Si nos ponemos a razonar –tomó la palabra Adrián dando los buenos días respetuosamente mientras se sacaba las lagañas–, no sabemos a dónde nos dirigimos, ni sabemos el por qué lo hacemos.
- ¡Detente hombre! –dijo Leonardo flaqueando su estilo–. La sociedad nos hace creer que venimos al mundo con una misión especial, pero si quitamos esa creencia del asunto, en verdad no sabemos lo que hacemos ni a qué vinimos. ¡Eso debe cambiar!
- Bien –dije escuchando.
- Vivimos día tras día pensando que debemos ser algo especial pero realmente no sabemos qué vinimos a hacer.
- Por favor –dije amablemente luego de unos segundos–, denme un respiro que es mucha información.
- ¡Nada de respiro! –dijo Don Leonardo sin razonar–. La agilidad mental es un entrenamiento y como en cualquier área de ejercicios, debes exigirte y trabajar para avanzar, porque si no, todo se detiene, todo se desvirtúa, se diluye y no conseguirás encontrar las respuestas que viniste a buscar. Además, esta información compartida, debe ingresar a tú mente para luego hacerse una en tú experiencia. Si no logras esto, de nada sirve conversar ni cuestionar.
- No entiendo –respondí siguiendo la rueda del mate.
- En el día de hoy trabajarás con Adrián que te mostrará un medio para entrar a la primera pregunta: ¿Qué soy?

Sin otras palabras, se levantó de la mesa, tomó su segundo café y se dirigió al estar. Entre tanto, Adrián y yo, nos quedamos conversando sobre los horarios y lo que haríamos después. Luego de coordinar la partida, me levanté y me retiré al dormitorio.

Al cabo de un par de horas, la media mañana marcó su lugar haciendo que la casa se mueva y estabilice. Don Leonardo salió a arrear sus vacas al campo, mientras Adrián vigila el huerto recolectando tomates, pimientos y acelgas. Yo, entre tanto, paseo por el bosque intentando aceptar esta nueva realidad, entrando en introspección con

nuevas preguntas. En eso, recuerdo al búho y entiendo que la misión en Cerro Chato se ha dividido, que todo por lo que supuse venir no existe y que me enfrento a algo que aún no conozco. Mientras disfruto de los eucaliptus, pienso que hace un día que estoy y me cuestiono sí estuvo bien venir o no. Camino lento sobre el campo, mientras contengo la apatía que se apodera de mí, tentando a la renuncia de todo. De regreso a la casa me encuentro con Adrián en la cocina.

- ¡Qué bueno que volviste! –dijo mientras ataba sus zapatillas–. Espero que estés pronto para salir.
- ¿No almorzamos? –respondí desconcertado.
- Claro que no –contestó mientras salía al camino–. Para hoy lo mejor es estar con el estómago vacío. Igualmente te recomiendo por si tienes sed, que te lleves una botella con agua; pero lo que necesitas, está dentro tuyo.

La hora de las once marcó el punto de salida. Cuando salgo, veo a Adrián adelantado, mientras me demoro cargando la botella. Salto raudamente, apuro el tranco y sin llegar a alcanzarlo, miro hacia atrás y veo como la distancia de la casa crece, y yo, sin saber a dónde me dirijo. Lo único que sé es que salimos en dirección norte, pero en verdad no tengo idea adónde vamos. La ruta guiada por Adrián creo que no tiene rumbo fijo.

Al cabo de varios minutos de caminar lento, se abre un camino rodeado de maizales; ese color amarillo cercó el andar, mientras nos deslizamos en fila india a una distancia de seis metros el uno del otro. Los pasos regulares y acompasados se deslizan ciegamente sobre el pasto verde mientras el sol sella el mediodía con calorcito y humedad en la piel.

- ¡Qué calor! –le grité al joven ensimismado.

Adrián se detuvo, miró a lo lejos bajando su ritmo, y decidió esperarme para conseguir un mismo andar.

- ¡Disculpas! –dijo mostrándose reflexivo–. Es que cuando marco el ritmo, me concentró en lo que quiero y pierdo contacto con el mundo exterior.

- Tranquilo, todos tenemos baches –contesté como erudito comprendiendo mi inmadurez.
- Diego, ¿has pensado en lo que dijo el abuelo?
- Si. Me he dado cuenta que vine con una duda y ahora tengo más –sonreímos juntamente.
- Es que no viniste con una duda, sino en busca de respuestas y, como no se te dieron en el plato, tal situación, te cambió el plan sin saber qué hacer.
- Algo así –contesté desanimado.
- Me alegra que puedas ver el agujero en el que estás.
- ¿Agujero?, tampoco para tanto. Lo que busco es calma.
- ¡Una palabra sabia! –dijo mirándome fijamente.
- Lo que me inquieta –continué con la idea–, es lo que dijo Don Leonardo poniendo ahínco en el “¿Qué soy?”
- El abuelo –dijo amorosamente–, es una persona que atiende en cada uno de sus retiros estos argumentos. A veces se siente cansado de hacer frente siempre a lo mismo, pero se recuerda: *“ayudar no es dar lo que uno quiere, más sino lo que el otro necesita”*.
- Comprendo –dije sinceramente.
- Ahora escuchá y te lo explico. ¡Prestá atención! Cada pregunta de “¿quién soy?” está relacionada con la concepción de la alteridad. ¿Sabes que significa ese principio?
- En verdad no.
- La alteridad es la condición de ser otro, de ser diferente. Es en sí ser "otro" desde la perspectiva del “yo”, o ser “yo”, desde la perspectiva del “otro”.
- Profundiza por favor –dije desconcertado.
- Claro. Debes entender la alteridad a partir de una división entre un “yo” y un “otro”. Para tú juzgarte desde el “quién soy” debe haber un otro que hable de ti, y ese otro, eres tú. Esa alteridad implica ponerse en el lugar del “otro”, alternando la perspectiva propia con la ajena.
- Sigo en blanco.
- Escucha –me dice pensando–. La alteridad es lo contrario a la identidad y, en ese sentido, puede ser definida como la relación

de oposición que se registra entre el sujeto pensante, “tú”, y el objeto pensado, el “no tú”. Por ende, la alteridad, es el principio que permite alternar o cambiar la propia perspectiva por la del otro.

- Bien –interrumpí la idea que compartía.
- ¡No me desconcentres! –dijo increpando– Según la alteridad, para constituir una individualidad, el “¿quién soy?”, es necesario primero la existencia de un colectivo, pues el “yo”, existe a partir de la visión del “otro”, sino no tiene valor en su existir. ¿Entiendes? El “otro” permite que el “yo” pueda comprender el mundo a partir de una mirada diferente en relación a la suya. ¡Ahí va! –dijo alegremente–. El “yo”, en su forma individual, solo puede existir a través del contacto con un “otro”, pues el ser humano, como sujeto social, tiene una relación obligada de interconexión e interacción con el otro, sino, no sería importante su identidad porque todos seríamos uno.
- Bien. Comprendo el concepto.
- Pues entonces –dijo Adrián jocosamente–, abre los ojos porque cada pregunta de “¿quién soy?” está inmersamente relacionada con “¿quién eres?”; quiere decir que contestas tú identidad desde el punto de vista del otro, sino, ¿cómo sabrás quién eres?

La velocidad del paso se detuvo, mientras la luz de un sol de mediodía se hizo notar; el calorcito dentro de las ropas comenzó a sentirse. Él, deteniendo el paso, sacó su botella y me dice:

- Antes de quién eres y siguiendo el plan de conversa que traemos, ¿qué eres?
- Soy un ser humano.
- Claro que sí, pero, ¿qué es “ser” un “ser humano”?

¡Uff! –me dije a mi mismo–. Hacer una pregunta dentro de otra es cómo calentar un café, echarle leche fría y calentarlo al microonda.

- Eh –continué sin demostrar desavenencia–, un ser humano es una entidad viva con capacidad de razonar.
- Estoy de acuerdo, pero ¿qué es ser una entidad viva?

- Es un ser que vive... –dije sin encontrar otras palabras para continuar la respuesta.
- ¡Piensa serenamente! –dijo mientras seguíamos camino a un monte lejano—. Tómame tu tiempo.
- Un ser humano es un ser vivo, regulado y organizado, que vive en base a un método de respiración, el cual oxigena el organismo haciendo que el corazón bombé sangre y pueda subsistir en el medio ambiente que habita.
- ¡Vas bien! Entonces ¿qué es?

Esa reiteración me bloqueó. Levanté la mirada y lo quedé mirando sin entender la pregunta. ¿Adónde quiere llegar con tanto parafraseo?

- ¡Así es Diego! –dijo Adrián sin mirarme—. Eres un autómatas que respira. ¡Abre la mente de una vez! Hay una sola cosa que debes hacer para sobrevivir y es respirar, una labor que está bajo un control autómatas corporal que no es mental; es algo que hace el cuerpo sin la necesidad de tú ID.
- Ajá.
- Tú no eres más que una máquina que respira y del punto de vista energético, sos un punto de energía en el espacio. ¡No eres nada más! Cuando te levantas estás respirando y nunca piensas en hacerlo. Es una tarea que se ejecuta sin preguntar. La vida del cuerpo sobrevive independiente a tú ID. Eres invisible para el organismo. Él no te necesita para vivir.
- Eureka –dije como Colón descubriendo América—. Me acabo de percatar que ni mi propio organismo necesita de mí. ¡Cada vez son más entes los que me ignoran!
- Deja de compadecerte gurí –dijo apocado—. ¿Alguna vez te has tomado el tiempo y concentrado en respirar? ¿Sabes que haciendo ese ejercicio, detienes los pensamientos? ¿Sabes que con eso, puedes conocer lo que eres?
- ¿Me dices que no sé quién soy? –dije burlesco.
- ¡Eso ya lo debes haber visto hombre! –dijo respondiendo a mi tontera—. Lo que digo es, que, para saber que eres, no importa quién eres.
- Me parece muy loco eso.

- Claro que sí y más cuando lo analizas desde el punto de vista de la individualidad, pero si lo analizas desde el punto de vista de la entidad que respira, es la única verdad, no hay otra cosa. Tú identidad no es importante para el sistema corporal. Creerse ser un individuo antes de conocerse como ente, es lo que viene haciéndote daño desde hace tiempo.
- No puedo seguirte.
- Tranquilo. En un rato haremos unos ejercicios que te ayudarán a ver el ente que eres. Podrás expandir tú energía comprendiendo la propiedad de tu valor, pero, por favor, no lo mires desde el ego sino habremos perdido tiempo.

Entre tanto hablar y caminar, la sed se pronunció. No sé con qué me estoy relacionando, pero de tanto pensar, me doy cuenta que mi mente cambió de estado. Me sincero para mis adentros y me encuentro junto a un joven que conocí hace pocas horas, en un lugar desconocido, conversando de símbolos espirituales que no entiendo en su totalidad. Se nota que no estoy bien. Se nota que no conozco la vida. Por otro lado, y en paralelo, busco agujeros en mis conceptos. ¿Qué es el ego? ¿A qué se refiere cuando lo nombran?; a mi entender el ego es el yo, la personalidad, un término que hace referencia a que el individuo puede reconocerse a sí mismo de entre los demás. ¿Estoy equivocado con eso?

- Diego, –dijo Adrián al verme exhausto– dirijámonos hacia aquel monte así te explico los ejercicios e indagas en las respuestas que has venido a buscar.

La hora debería rondar la 14; sin reloj ni ubicación me sentía perdido. Al notar acercarse aquel poblado de árboles con propio ecosistema, cubriendo una linda porción de tierra y percibiendo la brisa sobre mi cuerpo, reavivó mi mente en tranquilidad. Al llegar a la sombra del lugar, la temperatura corporal bajó refrescando la humedad.

- Sentémonos –dijo Adrián mientras se acomodaba al pie de un árbol.

Siguiendo sus pasos, me acerqué al árbol más grueso y me recosté con deseos de descansar.

- Muy bien –dijo Adrián sin dejar pasar el rato–. Respira profundamente para oxigenar el cuerpo y comencemos.
- Te sigo –dije establecido.

El lugar arbolado, pero desolado de fauna, trajo a mi mente la sensación de estar sentado en una alfombra verde y gruesa, acompañado de un aire fresco que rejuvenecía la serenidad. Sentí como ese frescor me daba una serenidad que hacía tiempo no percibía.

- Bien Diego. Este ejercicio lleva en sí dos tareas principales. Como acto primero y siempre debe ser así, *relajamos el cuerpo* indicando a cada uno de nuestros órganos y extremidades que se distiendan de la tensión acarreada desde nuestro despertar; y en segundo lugar, nos *concentramos en respirar* prestando única atención a la acción en sí. Con este ejercicio relajamos el cuerpo, distendemos los músculos, aquietamos los pensamientos y abrimos la puerta a la conexión con la naturaleza misma. Finalizaremos, si nos da el tiempo, concentrándonos solo en la quietud corporal.
- Muy bien –dije mientras veía que la serenidad del ambiente ayudaba para estar en armonía con el ejercicio.
- ¡Sígueme entonces! –dijo acomodando su cuerpo–. Comienza sentándote como indio, de forma relajada, con la pierna derecha por delante, la espalda recta, tus manos sobre las rodillas y eleva ligeramente los hombros, dejándolos caer, sintiendo como se separan de las orejas. Pon la cabeza erguida con el mentón hacia adentro, para que tu cuello permanezca distendido, relaja la garganta y la mandíbula. Cierra los párpados, pon los ojos en dirección a la nada e indica a tu cuerpo que se relaje conscientemente. Comienza en primer punto obligando a las plantas de los pies, recorriendo todo tu cuerpo, hasta llegar al cuero cabelludo.
- Listo –contesté mientras me sometía.

Los minutos se suceden mientras los rayos de sol calientan el monte permitiendo a mis sentidos abarcar el lugar, proyectándolo a mi mente y así sentir seguridad.

- Ahora –dijo Adrián–, centrémonos en respirar.
- ¿Cómo? –contesté desorientado.
- Ya te dije. Cierra los ojos, escucha el sonido del aire y déjate llevar. Lo que te rodea siempre es una creación de lo que ves y de lo que sentís. Aprende ahora con los ojos cerrados, a que se agudicen los otros sentidos perdiendo el espacio visual, llevando tú cuerpo a crear desde el solo sentir. Luego de tenerlo en mente, con el cuerpo relajado, haz respiraciones de forma profunda y espaciada, respetando la frecuencia utilizada por las olas del mar al llegar a la orilla.

Los ojos cerrados y la brisa suave despejaron aún más el ambiente. Mi mente, como es habitual, intentó controlar cada paso, pero la sensación de bienestar me hizo olvidar.

- ¡Ahora! –gritó Adrián fuertemente al cabo de unos minutos.
- ¿Qué hacés boludo? –dije desorientado y sorprendido.

Salté del lugar como un resorte. Tal grito terminó asustándome y enojándome, porque al mirarle lo observé sereno, sin nervio y distendido.

- ¡No te enojés! Le voy a contar al abuelo la cara de espanto que pusiste –dijo sonriendo–. Este “break” es una simple distracción de primer día para que vuelvas a comenzar. ¡Anda! ¡Relájate! ¡Concéntrate!

La situación me molestó. No estoy listo para tales bromas mientras mi mente rumorea ofuscada: *“¡Vete de aquí! No pierdas más el tiempo. Olvida todo esto. ¿No ves que te toman el pelo?”*. Controlando mi carácter, intento conectar conmigo, respiro profundamente, llego a aquietar mi mente y entro otra vez en estado de relajación.

- Avancemos –dijo Adrián luego de varios minutos de silencio–. Sin abrir en ningún momento los ojos, continúa prestando atención a la respiración y agrega al ejercicio la observación de la temperatura que tiene el aire cuando entra y sale por la nariz.

El nuevo ejercicio comenzó de inmediato. Identificar el lugar por donde el aire entra y sale se me hizo difícil hasta que, por medio de una respiración profunda, pude encontrarlo. Nos dedicamos a ello varios minutos hasta notar el cambio de temperatura de forma automática y constante.

- ¿Cómo te llevas con tú madre? –me preguntó sorprendiéndome con tal cuestionamiento.
- Bien. ¿Por?
- Por nada. Canalicé y me pareció oportuno preguntar. Salúdala de vez en cuando que, aunque te tenga plena confianza, se preocupa por ti.

En esta etapa, los minutos se alargaron como si fuera un nuevo ejercicio. No dejé de pensar inconscientemente en la relación con mamá y en las vicisitudes tenidas a lo largo de los años. Niñez, adolescencia, juventud, adultez. Escenas de una misma película, pero ¿por qué me hizo pensar en mamá en estos instantes?

- Ahora –continuó él sin dar importancia a lo preguntado–, realicemos la respiración en cuatro tiempos. Inspiramos lentamente, sostenemos la respiración, expiramos lentamente y volvemos a sostener la respiración. La idea de este ejercicio es observar cada momento como único y entre uno y el otro, aguardar los segundos necesarios para amansar aún más el cuerpo.

Al concentrarme, sentí que la brisa era la única compañía. Estaba tan enfocado en la respiración que me sentí irme varias veces. La sensación corporal pareció extraviarse, llegando a dudar de donde tenía los pies, parecía que no los sentía. El calor sentido en el pecho, gracias a la respiración, parecía como si creciera en cada inhalación, descansando en cada exhalación. El momento se hizo espectacular. Luego de varios minutos en este estado, la noción del tiempo se transmutó y creo que me dormí; comencé a escuchar tan de cerquita aquella voz de ayer al oído.

“¿Quiénes somos, pero no de quiénes somos?”

El susurro me activó y me trajo al lugar. Me dediqué conscientemente a prestar atención a mi exterior y no distinguí ningún movimiento. Acomodé mi cuerpo, como buen aprendiz, y continué el ejercicio.

*“Cuando el cuestionamiento comienza,
la mente cae en bucles repetitivos
llenos de ego, llenos de horror.
¿En verdad nuestra esencia necesita respuestas?”*

Escuchar esto me desconectó otra vez. El mensaje me dejó sin pensar. Tuve una sensación de no ser el dueño de mi vida, de no ser el dueño de mi ser. Intenté abrir los ojos y no pude. Me sentí preso otra vez, como una criatura en una sala oscura y vacía.

*“¡Vamos! ¡Piensa conmigo!
Imagínate un animal, ¡hazlo! ¿lo tienes?
Sin nombrarlo, piensa en otro animal, ¡hazlo!
¿lo tienes?”*

¿Qué está pasando? ¿En dónde estoy? ¿Por qué puedo razonar mientras escucho estas palabras? ¿Acaso estoy realmente loco? ¿Acaso soy consciente de mi existencia?

*“Tú eres para el mundo, como el segundo animal,
pero tú ego, quiere ser visto como el primero.
- Esto se conoce como autoengaño ermitaño-
El primer animal es cómo te gustaría que te vieran
(tú ego, tú afán, tú poder),
pero tu segundo animal es cómo te muestras al mundo
(tú esencia, tú sencillez, tú faz real⁴).*

⁴ Cuando se piensa en el primer animal, la mente contesta rápido y sin titubear; pero cuando se piensa en el segundo animal, la mente se demora porque tiene que consultar, ¿a quién?, a tú esencia, a lo que realmente eres. Este simple ejercicio demuestra cómo la primera respuesta es dada por el ego y la segunda por el ser.

*¡Pequeño cervatillo!
¡Deja de escuchar a la gente!
Tan solo siéntete feliz y bendícelos
porque ellos son tus maestros.”*

Al cabo de estas palabras desperté. Comprendí que el miedo no era por la voz sino por el ego que no podía controlar esa situación. Abro los ojos y veo que Adrián se fue. Miro a los costados y me encuentro solo. Dirijo mis ojos en dirección al cielo y veo unos pájaros descansando en las ramas de los árboles. Me pongo en pie, observo el camino con las marcas de llegada, junto mis cosas e inicio el regreso. Al conseguir el ritmo, sentí que mi cuerpo estaba más liviano. No sé si fue a causa del ejercicio o por la siesta que tomé, pero me sentía fenomenal; sentí al día llenarse de colores como si todo se hubiese aclarado.

Luego de caminar por un largo rato en silencio, a paso rápido y sin frecuencia determinada, escucho a lo lejos.

- ¡Hola Diego! ¡Bienvenido!

Levanto la vista y veo a Adrián quien me grita desde el huerto como a unos 200 metros de distancia.

- ¿Dormiste bien? —me preguntó estando más de cerca—. Te noté muy acompañado contigo mismo y decidí partir. Esos sueños son los que nos ayudan a conocernos a nosotros mismos.

Sin decir palabra, manteniendo mi carácter inerte por haberme abandonado, le miré y seguí camino hacia la casa. Los vientos de la tarde amainaban levemente el lugar, mientras el negror de la noche se imponía desde el horizonte. Todo lo que había planificado hacer este día, se esparció en el tiempo perdiendo el control. Entendí como se cumple el dicho “todo ocurre en un abrir y cerrar de ojos”. ¡Así fue! Perdí la noción del tiempo desde que salí en la mañana. Ni bien llegué a la casa y al pasar por la cocina, el estómago comenzó a gruñir al sentir el olorcito del guiso.

Sin pensar, seguí lentamente camino a mi habitación y al llegar, mi mente atacó de nuevo. “*¿No estás perdiendo el tiempo entre tanta*

naturaleza mientras en Montevideo pierdes oportunidades de trabajos importantes? ¿Es realmente necesario todo este parafraseo? ¿De qué te sirve preguntarte quién eres si el día de mañana tendrás que trabajar como lo has hecho hasta ahora? ¿Qué te lleva a perder tanto tiempo? ¿Vale la pena este sacrificio?"

No sé quién me habla, pero en parte sé que tiene razón. “¿Para qué vine?”; una pregunta que terminó ubicándome y silenciando al ego, ya que he venido a causa de una tristeza y una apatía insoportable. Ojalá, que la recomendación de Daniel dé sus frutos. Debo confiar en que no soy un depresivo, en que no soy un enfermo irracional. Mi confianza personal siempre ha sido poca y desconfiada.

CAPITULO 3 – IMPERMANENCIA

“En los brazos de papá siempre hay una fuerza”

“¡Diego, está lista la cena!” –gritó Adrián desde la cocina.

Al escuchar esto, dejé el cuaderno en donde escribo mis aprendizajes, me alisté y bajé rápidamente, ya que el día anterior me había perdido la cena por cansancio. Al llegar al lugar me encuentro con una conversación en curso.

- La vida es intermitente Adrián, nada es permanente, todo es un instante y ahí está el dinamismo, ahí está lo drástico de vivir y existir, el ser libre y sentirlo en la piel.
- Entiendo –contestó Adrián.
- Cuando conectas contigo mismo –continuó Leonardo–, disfrutas de quién eres y, cuando disfrutas de quién eres, sabes quién sos y ahí el mundo se detiene; comprendes, que nada más importa y que nace en ti la acción del espíritu, la creación, la intuición, la compensación de tú alegría.
- Buenas noches –repliqué quebrando la charla y cambiando la energía del lugar.
- Recuerda –continuó Leonardo para finalizar el comentario–, la conciencia nos da la quietud y para conseguirla, debemos aceptar realmente lo que somos.

Sin más, Don Leonardo se retiró en dirección a la sala de estar mientras Adrián, invitó a acercarme a la mesa mientras se termina la cocción en la olla. La hora reloj se había desdibujado en mi día por lo que no tenía preocupación.

- Espero hayas descansado –dijo Adrián mientras cebaba un mate.
- No descansé; estuve analizando lo conversado. ¿De qué hablaban con tú abuelo?
- Sobre la impermanencia de la vida. Sobre lo corta que es y cómo no la apreciamos.
- ¿Cómo así?
- Y si –respondió sonriendo levemente–. La vida es algo impermanente. No tiene reloj, ni de inicio ni final. A ti te dijeron que naciste un día tal, pero no cuando comenzaste a vivir. En sí, es un momento etéreo, que no comprendemos. ¿Recuerdas cuando comenzaste a pensar?
- Claro que no, pero supongo que debe haber sido cuando comencé a hablar.
- ¡Ni idea! Pero hay teorías que dicen que comenzamos a pensar desde antes de nacer, pero en verdad no sé; nunca profundicé un tema que siento lejano. Lo que sí sé, es que soy un alma dentro de esta carcasa, llamada Adrián.
- La carcasa para ti, es lo que se compone como mente, cuerpo y espíritu –dije mientras devolvía el mate.
- Así es Diego, pero esa división que se hace, es, para demostrar de algún modo la interrelación de los tres cuerpos y la concatenación entre ellos a nivel energético; una concepción metafísica.
- Hay mucha información al respecto y más ahora con la Internet a un clic.
- Así es –dijo amablemente–, y si hablamos de uno de esos entes, piensa, ¿cuántas veces has dicho “estoy estresado” “no puedo hacer ejercicio”, o “déjame solo; tengo que pensar”?
- No sé cuántas veces –dije pensando–, pero creo, que cuando uno no puede hacer ejercicio, debe tener alguna causa justa.
- Claro que sí y esa causa, es tú mente subconsciente que está convencida de que no puede hacer ejercicio; se lo debes haber dicho alguna vez. Fue otra trampa al solitario.
- No entiendo –le dije con el entrecejo ceñido.
- Si tú ser, a primera instancia, se divide en cuerpo, mente y espíritu; al analizar la mente, debemos concebirla en dos áreas,

y bien definidas. Por un lado, el área consciente, la que actúa mientras hablamos, pensamos y discutimos; y, por otro lado, el área subconsciente, que es la mágica, la que todo lo cree, la que todo lo crea.

- Sigue así, que entreverado bailo mejor –dije mientras reía.
- Es algo fácil de comprender si lo miras desde la simpleza. Si lo observas desde la complejidad, nada crearás, por lo que nada crearás, resultando, en otro vago más.
- Uh, ¡el baile se puso hard!
- Como te dije antes, tú mente “consciente” es la que habla y se comunica en el ahora, pero tú mente “subconsciente”, sólo escucha, cree y crea, como por medio de un campo magnético de energía subconsciente que crea tú realidad.
- Entiendo.
- De muy pequeños –continuó– surgen ideas y/o proyectos, los cuales, por la edad que llevamos o por la situación en la que nacemos, no le damos importancia, o hasta nuestros propios padres nos lo hacen olvidar; pero en verdad, esos múltiples proyectos, ¿no serán los que ayudan a nuestra consciencia, a realizarse y a evolucionar?

Estas palabras me han vuelto a mover el juicio. “*¿Será así que mi mente desplaza el proyecto esencial de vida, a causa de un adoctrinamiento adquirido?*” –escucho en mí esa pregunta. Desde que llegué, he venido arbitrando nuevos conceptos; el agradecimiento por el nuevo día, el ejercicio de relajación corporal, la respiración consciente, la dinámica impermanencia, la mente consciente y subconsciente; hasta la expansión de consciencia, que aún no experimenté. ¡Sabroso el salsero!... y yo que venía con algunas preguntas.

- ¡Está pronta la comida abuelo! –gritó adrián llamando a Don Leonardo.
- Muy interesante lo de la mente subconsciente. Espero no quede así. –dije mientras acomodaba el mantel.
- Tranquilo Diego. Luego continuamos. Es un tema difícil de descryptar.

Llegó Don Leonardo y Adrián sirvió tres platos de cazuela de lentejas, acompañada por unos trozos de pan y un vasito de vino. Esa comida, libraba un olorcito tan rico, que trajo lindos recuerdos de mi infancia. Como ya era costumbre, la música clásica habituaba el lugar. Mientras cenamos, Adrián y Don Leonardo estuvieron hablando sobre los avances en el huerto, como de la exportación del ganado joven que tenían una entrega dentro de pocos días. Al finalizar, levantamos los platos, y se sirvió un flan casero hecho por Doña Mirta, que, acompañado por un poco de dulce de leche, quedó exquisito.

- Adrián, disculpa la impaciencia –le dije mientras comencé a lavar la cocina y Don Leonardo se dirigía a cerrar los establos–, pero ¿de qué va el tema de la impermanencia?
- ¡Ah sí! Retomemos la charla. Generalmente, creemos que la vida es para siempre y no aceptamos que tal vez, en segundos, morimos de un acontecimiento inesperado. Al pensar con nuestro consciente que mañana tenemos vida, nos hacemos daño ya que nos hacemos dueño, de algo que no nos pertenece; ambiguo, pero real.
- ¡Qué fría explicación!
- ¡Así es la vida! Fría y sin resguardo. Podemos pensar y proyectarnos en un futuro próspero, pero realmente, ¿cuánto tiempo nos queda por vivir? Si supiéramos eso, la vida sería mucho más feliz y contenta; como dicen algunos: “no cumples los años que tienes, más sino, los que ya no tienes”. Hay que educarse y entender que nadie se va a salvar de la muerte.

Doy vuelta reflexionando aquello, aceptando conscientemente los años que ya no tengo.

- Y, hasta que no dejes de compadecerte, no podrás aceptar la muerte –dijo Adrián sin omitir palabra.
- ¿Cómo así?
- ¿Te compadeces o tienes paciencia para contigo? ¿Sabes lo que es la paciencia?
- Claro que sí. Es saber esperar.

- ¡Equivocado! –dijo Don Leonardo entrando a la cocina intrépidamente–. La paciencia es algo activo y no pasivo; está motivada por el deseo de no hacer daño. Es el saber aceptar y olvidar las cosas sin cuestionarlas, es refrenarnos el tiempo necesario para saber qué acción tomar. De nada vale definirlo como “saber esperar”. Muy cómodo ese significado.
- La paciencia –continuó Adrián–, es permitir a la vida que sea y que ella plantee el desafío.

La música clásica del divertimento en RE mayor correspondiente a la sinfonía Nº1 de Mozart alistó los oídos. La luz, mezcla de tubo luz con incandescente, iluminan el lugar. Don Leonardo, volviéndose a sentar retoma la palabra.

- Si piensas filosóficamente Diego, y te pido que lo hagas, la impaciencia aparece cuando nos aferramos al ego, eliminando de esta manera la paciencia, queriéndolo todo para “mí” y para “ayer”.
- Comprendo.
- La paciencia en sí –continuó Leonardo–, es un fruto del ser y no del ego. Si alguna vez escuchaste decir “he sufrido por paciencia”, ve sabiendo que te mintió, porque de la paciencia nadie sufre, el sufrimiento surge desde el ego.

¿Cuántas veces he sido yo –me decía interiormente– quien le echó la culpa a la paciencia por diferentes situaciones de vida? Esta nueva información recompone mi forma de ver. Estoy cuestionando tantas creencias hasta el momento, que creo haber vivido 46 años en vano. Presiento que mi razón está muriendo, renaciendo o reorganizando. En verdad no sé qué está pasando con ella.

- ¡Pero no te preocupes! –dijo Adrián mirándome–. Aprender tales hallazgos lleva consigo una transformación, sino no podríamos observar la realidad que llevamos.
- ¿Qué dices? –pregunté desconcertado.
- El poder descubrir la equivocación de una realidad, es lo que nos da, la posibilidad, de buscar otra realidad. No tenemos una sola forma de vivir, no tenemos una sola forma de sentir. La

información estelar, la energía del universo, está a nuestro servicio.

- ¿Información estelar? –pregunté sonriendo.
- Claro, pero no te rías –dijo Don Leonardo y continuó–, porque esa información estelar no te la dio ni la escuela, ni la iglesia, ni tú familia. Toma en serio tú camino. Si viniste aquí, es para cambiar, y, si lo nuevo que se te entrega lo rechazas, estamos perdiendo el tiempo; y lo que hay pensado para que hagas esta semana, será en vano. ¿Quieres crecer o no?
- Si quiero. No hubo mala intención –dije ingenuamente.
- En toda broma existe una pisca de mala intención, aunque no la tengamos en cuenta por proporción porcentual.
- Disculpas.
- Estos próximos días Diego, te recomiendo que estés dedicado al análisis y reflexión; práctica los ejercicios y evacúa las dudas que aparecerán al analizar la información.

Don Leonardo sin titubear, se levantó de la mesa y retornó a la sala de estar. Sentí que mi tono burlón, el cual apareció desde mi ego, ha roto el momento finalizando la conversación.

- Tranquilo –dijo Adrián–. Todos hemos pasado por estas contradicciones. Reflexiona y abraza la paciencia y la humildad, porque si no, no concebirás nada.

Cuando el silencio abordó estoicamente la conversación, la vajilla estaba en el escurrir plato y el mantel guardado. El clima en la cocina se aplastó, aquietando la energía, mientras Tchaikovsky desde la otra sala, consoló el crepúsculo con su Obertura 1812. Al estar a punto de saludar y retirarme a descansar, Don Leonardo comenzó con un recitado que transcribo.

“Que me falte el aire para respirar si puedo,
o que me falte el alma si lo quiere Dios.
Que me falte un año para envejecer de nuevo,
pero que nunca faltes tú mi amor.

Que me falte el agua, que me falte el viento,

que me falte todo lo que aún no tengo,
que me falte el sueño, que me falte el huerto,
pero que nunca faltes tú mi amor.

Que me falte el ojo y quedarme ciego,
caminar descalzo entre malos suelos,
que a mi piel la queme un millón de brasas,
pero nunca tú, por favor no te vayas.

Como quisiera pedirle a la madrugada,
de que sea triste, corriéndose en lágrimas;
hay un lugar en mi vida, hoy te confieso,
que tan solo tú, has llenado a pleno.

Como quisiera vestirme de valentía,
que no fuera mi rostro tan evidente,
y no confesarle a diario a mi confidente,
que te quiero más que a mi propia vida.

Como quisiera con mi canto deslumbrarte,
y esta canción tus oídos adularte,
hablar con dios siempre frente a frente,
para tenerte en mis noches buenas, para quererte.

Renacería en ti, todas las mañanas,
por ti, toda mi angustia olvidaría,
y gastarías contigo aquellas monedas,
que desde niño he guardado en mi alcancía.

Serán tus ojos, mi mejor canción,
doy a diario por ti, una oración,
para que seas siempre, mi amor fiel
y sientas mi amor, corriendo por tu piel.”

Terminó su recitado en conjunto con la obertura de Tchaikovsky, un acto sincronizado. El long play entre tanto, dio paso a la sinfonía número

5 de Beethoven; un nuevo sonido que dio energía de revolución a la habitación. Anteriormente, escuchábamos una obertura dedicada a la victoria de Rusia frente a las fuerzas napoleónicas y ahora, sin más, una obra de Beethoven que muestra un retrato de la lucha de la humanidad contra las fuerzas del destino.

- ¡Razona Diego! –dijo Adrián mientras se me erizaba la piel con esa sinfonía—. Piensa en cuando eras niño y recuerda qué te gustaba hacer en esa etapa. ¿Qué era lo que disfrutabas del momento escolar?

La pregunta de Adrián me desconcertó. ¿Qué tenía que eso con lo que veníamos conversando?

- Bien –dijo a sabiendas que había contestado en mi mente–; y ahora piensa y recuerda, ¿qué te gustaba hacer de adolescente?, ¿cómo disfrutabas tus ratos de ocio?

Presto atención a la sinfonía y sin entender este juego de preguntas, le sigo el hilo sin saber a dónde quiere llegar.

- Y ahora para finalizar, piensa que te gusta hacer ahora, actualmente, para pasar tu tiempo libre.
- ¡Claro que lo sé Adrián! –contesté queriendo terminar el tema.
- ¿Tienes esos tres momentos presentes?
- ¡Sí!
- Bueno. Sin que digas nada, observa como esos ratos de ocio fueron cambiando con el paso del tiempo. Lo que te gustaba en la niñez, no es lo que te gustaba en la adolescencia, ni tampoco lo que te gustaba de juventud, como tampoco lo que te gusta hacer ahora. Los intereses cambiaron. Las prioridades cambiaron. Nada de tú propio pasado fue permanente.
- Comprendo por dónde vienes.
- Observa entonces, que si todo ha ido cambiando y que nada se ha mantenido estático es porque la naturaleza es dinámica; esa es la verdad. No tenemos el control sobre las cosas. Hasta tus padres han ido cambiando, pero tú piensas que son los mismos de ayer. Tú relación con ellos ha cambiado. Ya no eres el niño ni

adolescente, aunque inconscientemente lo quieras. ¡No te hagas otra trampa! ¡Todos cambiamos! Hasta las preguntas que trajiste han cambiado. Debes comprender a consciencia de que no se puede controlar la vida, porque es un hecho impermanente; que todas las vivencias son diferentes, y, que cada vez que quieras controlar algo, será tú ego dominando, no dejándote avanzar.

- ¿Cómo que no me deja avanzar? ¿Es un filtro?
- Puedes tomarlo como quieras. Llámalo filtro de sanación si necesitas titularlo. Pero lo que es seguro, es que, para avanzar en la evolución personal, debes aceptar y asimilar la impermanencia de las cosas.

Las palabras de Adrián por algo me molestaron. Sé que yo quise que me explicara lo de la impermanencia, pero no me gustó la realidad. Sentir que mi presente es impermanente y que todo lo que estoy viviendo hoy, no será mañana, me apremia con un poco de miedo, de inseguridad. Escucho terminar la primera parte de la quinta sinfonía, saludo correctamente y vuelo como pájaro asustado, huyendo del disparo. ¿Qué ha pasado? ¿Por qué me siento triste? Ni las emociones se pueden controlar.

Mientras subo acompañado sólo por preguntas, mi mente intenta asimilar la impermanencia de las cosas. Al voltear para cerrar la puerta me encuentro con Adrián mirándome como espía.

- ¡Que susto! –dije asombrado–, ¿Qué pasó?
- ¡Piensa varón! –continuó Adrián con su parafraseo– ¡Conecta con la conciencia, con tus raíces! ¿Qué personas han influido para que vengas a nosotros? ¿Con quiénes te has conectado para que llegues aquí?
- ¿Qué me decís? ¿De qué estás hablando?
- ¿Cómo has llegado a nosotros?, ¿quién te habló de nosotros?, ¿cómo viniste?, ¿con cuántas personas te interconectaste para llegar aquí?

No entiendo nada, me siento agotado y distraído, ¿qué me quiere decir? Sigue confundiéndome. ¡Yo que sé con quién hablé! No lo he pensado.

- Solemos pensar –continuó Adrián– en nosotros mismos, como en algo separado del resto, pero no es así.
- No entiendo nada –dije molesto y sin paciencia.
- Estamos estrechamente conectados con la naturaleza y con las otras almas humanas. Tomar conciencia de esta interconexión nos libra de la prisión interior y nos abre al mundo de la vida.
- ¡¿De qué estás hablando cabezón?! –al ver su rostro supongo que ha tenido mucho volumen mi expresión– ¡Estoy cansado! Dejemos esto para mañana.
- Muy bien –dijo alegremente antes de continuar–. Fijate la interconexión que tienes con los otros seres humanos. ¿Te crees independiente del resto y no puedes comprender lo que te digo?; tal vez es demasiado para ti.
- Pero ¿qué pasa? ¿por qué te estás metiendo conmigo?
- Nada que ver –dijo mientras sonreía–. No me he metido contigo más sino, con tú enemigo, con quien te engaña.
- Uff, volvemos a lo mismo.
- Está bien Diego. Dejemos la conversación por acá.

Sin más que decir, me miró con ojos afables y se retiró. El día había sido largo. No podía asimilar todo lo conversado en minutos, y menos, en el estado en que me encontraba; estaba tan mental que el dolor de cabeza y nuca se hicieron notar. Mis pensamientos, bailoteaban de una punta a la otra de mi razón. Sentí que el razonar no tenía sentido, porque mis conocimientos no estaban completos. Con tal agotamiento, decidí darme un baño y dejar que el agua equilibrara mi estado emocional. Al salir, decidí acostarme y permitirme soñar. Al apagar las luces, observé la ventana y sin querer me encontré debatiendo mi chifladura con la oscuridad. La mente me revoloteaba sin parar.

Entre tantas auto discusiones, escucho que vibra el celular sobre la mesa; otro SMS. “¿*COMPRENDES LO QUE NO PUEDES VER?*”; de un número desconocido. Miro los mensajes hacia atrás y lo encuentro relacionado con aquel mensaje que recibí al llegar.

CDCAD/VOOOEE/SIOLA/MNREGO/INSNNL/ODNRIR/IUOCRM/VFPOEA

Vuelvo a leer el mensaje y lo comienzo inconscientemente a analizar. Mientras saco las primeras conclusiones, me recuerdo que estoy de licencia, por lo que interrumpo el trabajo ipso facto. Me observo y me encuentro atónito. Lo único que quiero es omitir los sonidos del entorno y escapar.

Al cabo de varios minutos de silencio, vagando con la mirada por la oscura habitación, siento que la noche fresca y confortable me acurruca con amor de madre. Razono libremente sin cargas ególatras, y veo que los ejercicios realizados en el día, me han servido. La respiración profunda, como la relajación corporal, me han dado una nueva forma de descansar. Ese secreto me abrió las puertas para poder dormir. Las consecuencias del ejercicio eran buenas. Mi mente ya estaba ocupándose de eso. Intento liberar la razón para concentrarme en la respiración, y obtengo un momento de relajación único; hice que mi consciencia se perdiera en libres pensamientos, pudiendo de esta manera, ver metas a alcanzar como proyectos a llevar. Me sentí libre por instantes.

Minutos más tarde, comencé a hacer la respiración en cuatro movimientos y sin darme cuenta me dormí. Sentí como el momento se hizo simple y como, el solo hecho de prestar atención a la frecuencia de la respiración, me hizo descansar. Viví el instante con tal concentración que escuché el latir de mi corazón como un bombo marcando el ritmo. Todo pareció hacerse rico, todo se hizo simple.

De repente, al cabo de unas horas, me despierto desvelado como si una bomba de oxígeno se me hubiera dado. El trabajo de la tarde me hizo recordar mucho a mis padres, cuando de pequeño, andábamos juntos en bicicleta por las calles del barrio “La blanqueada”. Sin miedo y con un gran brote de oraciones, tomé el cuaderno y comencé a escribir. Hacía tiempo que no me comunicaba sinceramente, que no me comunicaba como el hijo que soy.

“Querida mamá, ¿cómo estás tantos años? Esta noche, a grandes kilómetros de ti, me conecto como quién dejó tu casa hace 26 años. He visto, como desde aquel entonces, la carga del ser independiente y único me obnubilaron, haciendo de mí un ser irritable, como hasta a veces

indeseable. Todas las exigencias que me he puesto, para obtener mi independencia económica, me han llevado por tantos lugares, que hasta he perdido la identidad.

Esta noche, te escribo otras cosas, porque no quiero justificar lo que no soy, más sino, lo que sí reconozco. Reconozco lo bueno que hemos pasado en estos años y cuanto me has ayudado, en mi niñez y adolescencia. Recuerdo como me ayudaste a ser la mejor letra de la escuela, como así también, el enseñar a vestirme, a respetarme a mí mismo. Recuerdo ya de adulto, aquellos meses donde tuve que trabajar muchas horas y me ayudaste con el cuidado de mis hijos. Por todo esto y otras cosas que hemos compartido, tan solo quiero decirte gracias, gracias, gracias.

Gracias por haberme dado la vida, la educación; por haberme sostenido en mis tiempos malos, como también, por siempre amarme, aunque yo pensara que no era merecedor de tal cariño.

Por estas simples y enormes razones, te reitero: gracias. Nadie en la vida ha sido como tú y nadie lo será, porque tú amor de madre no se compara con ningún tipo de amor conocido.

Mucha bendición y paz para ti.

Quien te ama, Diego.”

Dando vuelta la página y arrancando en otra hoja, la carta a papá puso punto de atención. Parece que como me comunico con uno, tengo la obligación de comunicarme con el otro. Esto debe ser por el hábito de respetar la figura de los padres eclesia.

Dejando de observar la acción basada en la creencia, me descontracturo y escribo.

“Papo querido, ¿cómo estás? ¿tanto tiempo? No sabes como recuerdo de pequeño aquellas noches de bici frente al edificio Libertad, hoy, la actual calle José Pedro Varela, ¿recuerdas?, ¿el campito donde jugábamos al futbol?, ¡que lindos momentos!

Hace años que no hablamos, hace tiempo que no sé nada de vos, más de lo poco que nos contamos. Hoy, personalmente, te comparto que aún sigo recuperándome de aquella experiencia de vida que marcó mi historia; una situación que me hizo re-priorizar todo mi entorno.

Estoy bien, no te preocupes. Estoy creyendo en mí y en mis proyectos como cuando tenía 18 años, con aquella discoteca que elegía para los fines de semana; ¡que buenos tiempos!

Hoy, a la distancia merecida de la vida, te quiero decir gracias, gracias, gracias; porque, aunque sé que ser padre no viene con un libro de instrucción, has sido para mí un ídolo, a quien respeto y reconozco ante multitudes.

A la distancia quiero agradecerte y decirte que te amo y amaré, hasta cuando ya no estés. Les contaré a mis hijos y nietos de lo que el abuelo Luis me enseñó, en todo este tiempo de existencia.

Muchas bendiciones y paz para ti.

Abrazo enorme, Diego”.

El brazo se detiene como si saltara el disyuntor. Acabo de expresar en pocas palabras, pero con muchos recuerdos, lo que mis labios nunca dijeron. Sé que la serenidad mental y la relajación corporal, me hicieron sentir el volver a amar a mamá y papá por lo que son, y no por lo que mi ego quiere de ellos. Gracias por este día. Gracias por este despertar.

CAPITULO 4 – CUERPO

“Un hermoso cuerpo promete un alma bella”

Un par de días más tarde, me despierto con la necesidad de salir a caminar a causa de una biopsia mental. Mucha información me ha sido dada y debo cotejar. Sigo entreverado. Las cosas no son como las pensé. Es cierto que no puedo dejar de aceptar que mi humor ha cambiado, pero en estos días de soledad, trabajando lo aprendido y haciendo introspección constante de uno mismo; siento que se ha elevado mi autoestima, como también el amor propio.

Me preparo, le pregunto a unos de los perros si quiere salir a caminar y salimos al bosque con la noción de asimilar. Antes de iniciar el viaje, tomos unos cigarrillos con hoja de habano que tengo, que muchas veces sirven para entrar en asimilación. Las nuevas cargas energéticas del campo son tan importantes, como el dejar de pensar.

Mientras me cebo unos mates, arranco el camino junto a Tro, el perro, y sin tomar un rumbo fijo, pero visto con anterioridad, nos adentramos por un camino vecinal, cerca de la montaña, donde el verde de la pradera como los árboles medievales, adornan el camino como nunca antes lo había visto.

¿Qué era eso que el cuerpo no me necesita para vivir? ¿Acaso somos dos en uno? ¿Comprendí el ego? ¿La impermanencia? ¿La mente consciente y subconsciente? Estas preguntas eran las más importante del repertorio, me daba vuelta en la cabeza desde hace días. Caminar y caminar, pensando y rumoreando conmigo mismo, es un momento

especial en donde estoy solo y nadie me acompaña. Al cebarme un mate y tomar el porongo, me doy un fuerte golpe en el dedo pulgar de la mano izquierda, en donde tengo un tajo profundo que me hice antes de venir, trabajando en una instalación eléctrica. La sensación de dolor fue tan importante, como para que ella fuera vía de un nuevo razonamiento sobre la independencia del cuerpo de la identidad, haciendo de esto, un hecho a destacar.

Mi mente en esos momentos comenzó a hilvanar ideas, conocimientos y razonamientos lógicos, que, aplicados colateralmente a la interacción de los nuevos conceptos, pueden evolucionar. Utilizando el principio de alteridad, pensé siendo cuerpo, sintiendo y observando el llamado de atención del corte del dedo. Al golpearlo, se entreabrió la herida y volvió a sangrar, por tanto, la sensación de atención se notificó como alarma, al ritmo de las pulsaciones del corazón. De ese modo me di cuenta como el cuerpo, y alternándolo con lo dicho por Adrián, funciona sin la necesidad de mi identidad. El cuerpo como máquina, es un sistema perfecto, llevado por la evolución a auto sanarse, sin la necesidad de los médicos en la mayoría de los casos. El tajo pronunciado así lo describía. Él solo se restablece del accidente ocurrido. Sigo razonando y en ese momento siento la diferencia entre el cuerpo y mi identidad.

Siempre he pensado, que soy el dueño de mi cuerpo y que él hace lo que a mí me parece; por lo que en parte es cierto, ya que responde a los mandatos de la mente; pero el cuerpo, como ente, no es dependiente; es un ecosistema que se auto sustenta. Sabe qué comer y en qué momento del día. Sabe con qué alimentarse y cómo sobrevivir al medio. Así es. El cuerpo es una entidad independiente a la identidad mental, por lo que le debo respeto e importancia; debo hacerle caso, como también cuidarlo, ya que, a partir de hoy, sé, que el cuerpo, no está en fase con la mente, más bien, están tan a destiempo el uno del otro, que hoy al cuerpo, debo darle su descanso merecido y dejarlo evolucionar ya que él sabe lo que necesita. Está en mi estar atento a sus mensajes o no.

Mientras tanto mi mente, haciendo “pipeline”, continúa en la búsqueda de identidad. Así es. No es que busco sobrevivir, trabajar, o

socializar para ser alguien, sino, busco inconscientemente encontrar mi identidad, la cual siempre va menguando y divagando, para entenderse consigo misma.

El perro, al otro lado del camino, viaja junto a la ladera congelada. El frío que comencé a sentir en las manos y en la cara fue tan fuerte, que el veranillo pareció congelarse. Percibí que la sensación térmica bajaba estrepitosamente, aunque es verdad, que, en esos momentos, pasábamos por un lugar muy arbolado y aún a la sombra, por lo que el sol, no ha podido actuar aún.

La botellita de agua para combatir la sed se consumía de vez en cuando. Al pasar por un descanso del camino, me encendí un cigarro y decidí tomarme esos minutos para disfrutar de aquel paisaje. El cigarro ya sé que intoxica, pero en esos momentos, acompañado por un rico gusto a hoja de habano con vainilla, dio lugar a un estado fenomenal para asimilar. El sentir la brisa en mis manos, como el frío del oxígeno al respirar, movió de juicio aquella mañana. La sensación corporal era fría.

Al terminar el cigarro y continuar, estando tranquilo y jugando con Tro, la cosa fue llevadera. En ese momento me dije, entonces, si soy un ente, soy un ente para el perro, sólo cuerpo, no juega conmigo, sino con mi cuerpo. Si esto es cierto, no conoce mi identidad como tampoco lo que pienso, pero a viceversa de esto, sé que al comunicarnos nos entendemos. Entonces llamándolo y mirándolo a los ojos le digo.

- Tro, perdona por haber sido tan mental y tan poco ente. Hoy, nos divertiremos jugando como entes.

Al decir esto yo no sé si el perro me entendió, pero fue una caminata espectacular logrando traer la piña conseguida, hasta la masía en donde vivimos. El juego fue así. Yo, tomo una piña, se la tiro lejos, él la toma y la esconde, esperando que yo la encuentre para así recomenzar el ciclo. La caminata duró tres horas, así que piensen toda la concentración ofrecida por ambos jugadores para no perder la piña. Me impresionó como al correr de las tiradas, el perro la masticara y la babeara un poco más. Supuse que podría ser como marca de señal, pero no tengo idea.

La cosa es que hicimos un juego entretenido entre entes, consiguiendo traer la piña a casa.

Volviendo al tema de la identidad y el dedo, pude ver como mi dedo se está regenerando de forma independiente a mi identidad. Entiendo que mi mente no está poniendo atención a dicha situación, por lo que el cuerpo, de forma autómata, se sostiene. Ahora, al darme cuenta de eso, me recuerdo culposo, de todas las veces que lo distorsioné para que se restableciera.

Hacer experiencia de esto me hizo recuerdo a lo dicho por Don Leonardo hace unos días, cuando la experiencia se haga uno en ti, cuando la experiencia puede reconocerse como crecimiento espiritual en base a hechos, es cuando la experiencia logra entrar en contacto con nuestra esencia real y nuestra mente; se da como una conjunción de sensaciones que emanan madurez, aprendizaje y cambio de creencias. La mente en ese momento deja de ser el lugar más importante, ya que el cuerpo sostiene su propia vivencia.

Este encuentro dividió el organismo en cuerpo y en mente. Acabo de encontrar su independencia. Dos entes existiendo dentro de una misma persona. Si en nuestra mente no ponemos atención corporal como materia, no tendremos entendimiento con el misterioso ser quien comanda desde muy alto rango, que el sistema funcione.

Viendo esto, entiendo entonces, que en cada uno de nosotros conviven tres entes: por un lado, el cuerpo, que se auto sustenta; por otro lado, la mente, que, identificándose como ego, hace de la realidad lo que ella quiere; y como tercer ente está el ser, la intuición, la energía universal con la que te conectas cuando te concentras. Mientras pensaba todo esto, los mates amargos terminaban y veo que estamos cerca del final de camino. Todo parecía programado.

De regreso a la masía entro a la cocina, me siento a la mesa y empiezo a relacionar. Sentí llegar de repente el momento del desayuno, tranquilo de lo que elegía, me puse a preparar un pote de cereales con leche para el estómago; y dejándome llevar, intenté comprender al cuerpo. Antes de levantarme para comer el desayuno, sentí un bajón de

azúcar que me noqueó mentalmente tirándome a la lona. Había fumado tanto y con 24 horas de ayuno, el mismo cuerpo se hizo notar. Me quedé en el piso un cuarto de hora, respirando hondo y controlando mentalmente el malestar. Me pongo de costado para sentirme mejor. Luego de unos minutos, me levanto del piso y quiero terminar el plato. Hecho la leche dentro el pote y vuelvo a no sentirme cómodo. Me acerco a la mesa, me ubico en la silla y me concentro en otro momento de respiración.

Cuando me sentí mejorar, tomé los cereales y comencé a masticarlos. En esos momentos se produjo un cambio corporal de tal envergadura, que, dándome cuenta, el cuerpo comenzó a sentirse mejor librándome del malestar.

Ya a media tarde, me doy cuenta que han pasado varios días de la última charla educativa. La luz de esa tarde serenó mi mente mientras se acompaña con el sonido de Chopin. Aunque mi mente continúa enmarañada, reconozco que me siento mejor que de cuando llegué. La organización de la casa, creo que ayudó, ya que, al convivir de forma independiente, aunque nos juntásemos para los almuerzos y las cenas, respetamos los tiempos y espacios del otro sin pasar la línea de privacidad. Lo distinto de estos días es que he conocido a doña Mirta, la panadera, quien envía en su motito a su sobrino con bolsas de pan y algunos presentes para la casa. Personalmente sigo disfrutando de la naturaleza, sin saber hasta qué día tengo hospedaje. La única acompañante constante que he tenido estos días ha sido la soledad, quien me ha confesado la tarde de ayer, que me ha acompañado desde mi nacimiento, pero que le da fobia saber que no quiero verle ni hablarle; me confesó también que está muy contenta, porque siente que en estos días nos hemos comunicado más que en los años anteriores.

Gracias a este encuentro, directo con la realidad, considero que la tarde de sol vuelve amanecer emitiendo rayos diferentes que entran al dormitorio y se entremezclaban con la pintura del lugar, regalando una tonalidad anaranjada repleta de pincelazos de serenidad, armonía y libertad.

CAPITULO 5 – PENSAR

“Los hermanos son la energía que acompaña”

Al cabo de un rato y luego de respirar en este nuevo día, me pongo en pie y me acerco al baño a lavarme la cara. Al observar mi rostro frente al espejo observo cosas que no veía desde hace años. Me doy cuenta que muy pocas veces me miro a los ojos y, automáticamente y sonriendo, comienzo agradecer por mí rostro, por el nuevo día, por lo que hay en mi presente, por lo que va a pasar hoy y por lo que aún no sé qué va a pasar; agradecí por las melodías de Chopin y por la hora que es. No sé qué ha sucedido juiciosamente, pero hoy al levantarme, siento alegría mientras antes sentía pena y malestar. *“¡Las cosas ya son diferentes!”* – me dije en voz alta–. El malhumor mermó, pero no sé la razón causal del hecho. Supongo, humildemente y para no fanfarronear, que el inmiscuirme en mi propio interior terminó variando a mi exterior, como el efecto mariposa enfocado a la vida personal.

El raciocinio aún no podía ser dominado, aunque sé, que mi pensar ha cambiado notoriamente porque las preguntas ya no son las mismas, o, ya me he contestado las preguntas inconscientemente.

La impermanencia sentí que se verificaba. ¿El sentirme bien es porque estoy descansando mejor, porque mi mente se está apaciguando, o porque me estoy animando a vivir desde mi presencia? ¡Uff, que loco! ¡Ahora hasta me creo un yogui!

- ¡Arriba Diego que hay que trabajar! –escuché fuerte desde afuera.
- ¡Voy! –respondí para que supieran que estaba en pie.

Salí del baño, me vestí y salí rumbo a la cocina.

- Buen día –dije mientras entraba.
- Buen día –contestó Don Leonardo respondiendo.

La música clásica ya estaba sonando, esta vez, con el opus 9 de Chopin.

- ¿Estás pronto para ejercitar y finalizar la primera etapa de renacimiento?
- Claro Don Leonardo. Será un placer seguir aprendiendo.
- ¡Qué bien Diego! Espero que estos días hayan servido para asimilar las cosas que hemos ido conversando, aunque no es algo que se da de un día para el otro. Hoy, por tanto, recibirás las primeras herramientas para comenzar a renacer y a conseguir tus primeras respuestas. Verás que los cuestionamientos se irán reduciendo ya que los mismos se desatan de dos simples emociones.
- ¡Ya se han reducido! –contesté alegremente y continué– ¿Cuáles son esas emociones?
- La ansiedad y el estrés, dos cosas que sujetan nuestra mente llevándonos al miedo, a la tristeza, a la alegría, a la ira, al dolor, etc.
- ¿Y qué significa conseguir las herramientas para afrontar tales emociones?
- Significa que al comprender el funcionamiento de tú mente, comprenderás el secreto de tú auto-engaño. Reconocerás la esencia de la vida, la independencia del cuerpo y la independencia de la mente, aceptando con esto, quien eres, que eres y aparte de ello, tú dualidad.

Lo quedé mirando seriamente sin decir nada. Preferí no cuestionar. Decidí elegir aguardar los tiempos y reflexionar en silencio analizando lo que Don Leonardo decía con esas palabras.

- Me alegro mucho –dijo Don Leonardo–, por percibir tú paciencia para estas cosas. La disciplina es el factor esencial de la vida para abrir los caminos. Bendiciones para ti.

Los reconocimientos inesperados de Don Leonardo me alegraron la mañana. Hacía años que no recibía cumplidos, ni yo mismo me los daba en aquella vida elegida de exigencias inmedibles; es más, hace pocos días que volvimos a comunicarnos con el amor propio desde la distancia, como habrá sido el cambio que hasta Adrián lo notó.

- Hola, hola. –dijo sorprendido–. ¿Ha pasado algo malo o todo está bien?
- Buen día –respondí y continué–. No ha pasado nada malo. Es que tú abuelo me bendijo y me emocioné.

La cara de Adrián se complació con mi respuesta. Parece que el reconocer lo bien que me hizo sentir esa bendición es parte de la humildad que estoy aprendiendo a tener.

- Que bien Diego. El reconocer los valores son elecciones a las cuales nos aferramos, haciendo de ellas nuestras propias guías.
- ¿Cómo?
- La vida no tiene destino, más sino decisiones que elegimos tomar –dijo mientras cebaba un mate.
- Comprendo. Despertar de buen humor es una elección y no una consecuencia.
- Así es. Si hoy al despertar, reaccionas de mala manera, todo a continuación lo harás de mala manera. Como dice el abuelo, el valor de la humildad se elige cuando uno se levanta y agradece por todo lo que le está siendo dado.

Entre sorbos de mate y café, pude comprender como los valores se eligen y no se traen. Antes pensaba que los valores venían con uno, pero veo que no, que los valores son elegidos en cada momento. He pensado, durante mucho tiempo, de porqué la vida no me trata como a los demás; y hoy veo que, en verdad, soy yo mismo quien no se trata como merece.

Mientras repasaba el merecimiento, observo como muchos de los valores elegidos fueron creencias limitantes. Comprendí que mucha ética elegida, en conjunto con el ego, da pie a muchos autoengaños. ¡Gracias energía! ¡Gracias universo! Ahora entiendo como tantas veces mi sensibilidad se doblég a los demás. ¡Que inocentón!

Mirando la taza de café continuó preguntándose, ¿por qué he elegido ciegamente? ¿qué fue lo que no he comprendido?; y aunque sé que de nada vale conocer las causas del pasado, egocéntricamente seguía preguntando.

La base de hoy está en cambiar el presente para que el día de mañana sea aún mejor que hoy, y yo, mejor que ayer.

- ¡Diego! –exclamó Don Leonardo mirándome paternalmente–. Recuerda que de nada sirve que te cuestiones tanto. El pasado ya está muerto y no puedes recuperar nada para ti; vive el presente que intenta rescatarte.
- Gracias Leonardo.
- Olvida el ayer, suéltalo, acéptalo muerto, porque eso de lo cual te cuestionas, ya no existe en ningún presente. Debes concebir en tú ser que tú pasado no decreta tú futuro, que el pasado ha sido un camino de aprendizaje, pero de él, en la actualidad, no hay nada más.

Suena el reloj marcando la hora de andar y trabajar. Sin dudarlo, pedí permiso y me retiré al cuarto a prepararme. Mientras subía las escaleras pensaba y pensaba... “olvida el ayer, suéltalo, acéptalo muerto”.

Al llegar al cuarto, me calzo y me quito la camisa para ponerme un polo de verano y no sentir tanto calor. Estando ya, recuperando la presencia, escucho la voz de Adrián gritando desde abajo.

- En cinco minutos partimos para el lago. ¡Te espero!

Terminé de enlistarme, bajé rápidamente y salí por la puerta de la cocina. Ni bien paso la puerta, me encuentro con dos caballos ensillados y con un Adrián tipo paisano, ordenando sogas y fuetes.

- ¿Qué es esto? –pregunté asombrado.
- Salimos a caballo. Tenemos un largo camino hasta el salto de agua.

Dejé mi botella de agua de lado y comencé a ordenar esos sobrantes que estaban en el piso. En menos de un respiro, el momento se puso interesante encontrándome al lado del caballo en plan montada.

- ¡Arriba Diego! Mete el pie en el estribo y arranquemos. No perdamos más el tiempo.

Al montar, Adrián me da unas recomendaciones en cuanto al largo de las riendas, como poner el freno, los dobles de las piernas y el ritmo a cabalgar.

- Seguime Diego –dijo mientras iniciaba camino–. El caballo no te dará problemas, es manso y respetuoso. Iremos en dirección noreste, redireccionando más tarde hacia el este, para así llegar al lago de un amigo en donde trabajaremos hoy. Tené paciencia porque hay varios minutos a trote.

Ni bien iniciamos la marcha, el trotar de los caballos era el sonido que nos enrolaba. El conversar se nos hizo difícil porque no nos escuchamos a no ser que bajáramos el ritmo de los caballos y, por lo que pude apreciar, nunca fue la idea.

Tiempo después, luego de varios minutos al mismo compás, el campo solitario, las vacas y las pequeñas crestas secas, fueron el paisaje acostumbrado. De igual forma dicho panorama, junto a la brisa matinal, disponían de un buen pasar.

Al cabo de una hora y media, llegamos a una portera de madera de nombre “Remanso”, la cual Adrián abrió y continuó. Nos dirigimos a paso lento hacia un monte en donde desmontamos. Al desensillar, amarramos los equinos a una sombra de eucaliptus dándoles de comer unas pajas que había por allí. Después de organizar, nos dirigimos caminando a una zona cercada, al lado de un lago, en donde nos sentamos a descansar en silencio.

- Disfruta este momento –dijo Adrián mientras cerraba los ojos.

La calma del lugar me llamó la atención. Respiré hondo para entrar en sintonía y al cabo de unos minutos, el relinché de los caballos nos desconcentró.

- Espero no estar molestando –dije mientras me movía y acomodaba el cuerpo contra un árbol.

- Claro que no Diego. Has venido pidiendo una guía para salir de tú crisis y gracias a ello, las respuestas van apareciendo. Nosotros con el abuelo tan solo somos instrumentos, dos personas que ya han pasado por sus crisis y hoy quieren acompañarte en tú inicio.
- ¿En mi inicio? –pregunté desconcertado.
- Y sí. Porque el camino que estás conociendo no tiene un fin, solo un inicio; y este nuevo rumbo que le estás dando a tu vida, generará muchos cambios que se irán dando con el paso de los días. Toda sanación personal comienza el día, en que aparecen las preguntas; y termina, en caso que así sea, varios meses o años después. Por ejemplo, a mí me llevó tres años volver a ponerme en pie sin complejos. Así que, como recomendación, no te exijas ni te menosprecies cuando trabajes enfrentando malas creencias y autoengaños, es parte necesaria del renacimiento.

Su mirada se situó en mí con misericordia. Aprendí que entenderse como ser humano no es una obligación, más sino, un llamado a creer en la energía del universo, en la energía de la vida. El proyecto por el cual concebimos nuestro poderío mental, es tan solo un proyecto que no va asociado con la vida, más sino con el ego y el trabajo. Debo entender que dichas cosas son diferentes y que el “ser”, siempre debe controlar la mente; la mente debe ser siempre la esclava.

- Vamos a comenzar el ejercicio determinado para hoy. Como venías haciendo, te pido que te relajes y respires profundo para entrar en estado de equilibrio.

El aura del monte ayudó a librar la mente y a entrar en el estado presente. El concentrarme fue más ágil que los días anteriores. Como dijo Don Leonardo todo es práctica y el sentirse bien es una de ellas.

- ¿Con cuánta gente tienes contacto en un día común de vida? – dijo Adrián varios minutos después.
- Nunca me lo he preguntado, pero tengo contacto con el vecino de frente a casa, con el almacenero, con el cajero del almacén, con el conductor del ómnibus, etc.
- Muy bien. Trabajemos con ellos y con quienes ellos tienen conexión.

- No entiendo –observé.
- La idea del trabajo es comprender la interconexión entre las personas, su valor, que estamos inexorablemente conectados y que no somos completamente independientes.
- Ok.
- Cuéntame. ¿Qué vas a hacer al almacén?
- Principalmente voy a comprar pan y leche para el desayuno.
- Bien. Y, ¿de dónde saca la leche el almacenero?
- Supongo que de su proveedor.
- ¿Y ese proveedor?
- Del tambero.
- ¿Y el tambero?
- De la vaca.
- Exacto. ¿Entiendes a dónde quiero llegar?
- Si. Que, si no fuera por la interconexión en cadena, no llegaría la leche a mi mesa.
- Más profundo aún, porque, aunque no lo veas, existe una interconexión directa entre la vaca y tú, pasando por el tambero, por el camionero que levanta la leche, por el productor quien la envasa, por el distribuidor quien la entrega, por el almacenero que la recibe y por el gondolero que las mete en la heladera para que el público la compre. Si puedes ver esto, observas la conexión inseparable de entre las personas. Si algo de la cadena falta, el enlace se corta y tú no tienes leche para desayunar.
- Entiendo.
- ¡Otra cosa! Igualmente pasa con el transporte. Está el conductor que maneja el ómnibus, cubriendo el recorrido impuesto por la empresa, el cual fue establecido por la intendencia; un recorrido que puede llevarse a cabo gracias a las empresas constructoras que están cimentando y reparando las calles, en contacto directo con los proveedores, quienes consiguen la materia prima de distintas barracas u hormigoneras, las cuales de la propia naturaleza consiguen el ingrediente para procesar y entregar. ¿Me entiendes?
- Entiendo. Existe una interconexión global muy grande.
- Así es –dijo Adrián.

- Por ejemplo, en mi trabajo –le dije–, soluciono un problema de telefonía para que la empresa pueda dar respuesta mediante la telefonista, ofreciéndole al cliente las medidas necesarias para cubrir un servicio.
- Así es. Hasta el trabajo menos remunerado es importante. ¡Piensa! ¿Qué valor tiene en la cadena cada uno de los eslabones?
- ¿Qué quieres decir? –dije pensativo–. No creo que sea lo mismo ser dueño que peón.
- Son tareas distintas pero el valor es el mismo. ¡Otro ejemplo! Piensa en el océano y dentro de ese océano, en un conjunto grande de peces. Obsérvalos bien y dime que pez tiene más valor que el otro. No hablo de poder sino de valor. ¿Alguno tiene más valor?

El silencio reinó el lugar mientras le miraba buscando una respuesta.

- Todos tienen el mismo valor –dijo seguro–, y en los seres humanos pasa lo mismo. Ninguno tiene más valor que otro. Somos seres vivos con el mismo valor. Que tú quieras más a uno que a otro, no quiere decir que el valor de cada uno sea diferente.
- Entiendo.
- Si tienes un amigo al cual admiras porque para ti es bueno en los negocios, lo que admiras de él, es algo que reconoces, y si tú lo reconoces es porque tú también lo tienes, sino, no podrías reconocerlo. Reconoces lo que ya conoces, algo que ya está en ti. ¿Entiendes?
- ¿Me dices que soy una buena persona, sabia, que acepto la vida como es, que veo al mundo con mucho amor, que respeto a todos los seres vivos, que amo de forma incondicional y que soy feliz diariamente?
- Así es Diego. Todo lo que admiras de los demás está dentro de ti, pero no créértelo por tus malas creencias, es parte de las trampas de autoengaño.
- Oahu –quedé impresionado con tal aseveración.

- ¡Pero ojo Diego! Todo el Yin y Yang está dentro de ti. Todo lo bueno como todo lo malo. Nada se le escapa al subconsciente.
- ¿Cómo es eso?
- Claro. Todas las cosas buenas y malas que reconoces, están dentro de ti. Todo lo que puedes reconocer, sea blanco o negro, son cosas que tú ya conoces. Por lo tanto y llamándote a la reflexión, debes estar atento a tus reacciones frente a las situaciones de la vida.
- ¿Quieres decir que soy un yin y yang?
- Olvida el concepto, pero claro que lo eres. Debes olvidar la razón de ese término porque de seguro crees, que algunas cosas están bien y otras están mal, pero tampoco debes olvidar que todo es relativo según los ojos que lo ven. ¡Somos yin y yang! En nosotros existe el lado claro y el lado oscuro. Vivimos con el lobo bueno y con el lobo malo. ¿A qué lobo alimentas?

Un perro labrador, a varios metros del lago, nos vio sentados y comenzó a ladrar llamando la atención del dueño que se acercaba a trote desde el otro lado.

- Allí viene Domínguez –indicó Adrián–. ¡Hola Domínguez! ¿Cómo anda?
- ¿Cómo está Don Adrián? –dijo este señor al llegar.
- Muy bien. Gracias. Disculpe el atrevimiento de venirnos para esta zona sin aviso.
- Sabe que no tiene que hacerlo. Ya hemos hablado al respecto y puede utilizar el predio para cuando lo necesite. ¿Quién le acompaña hoy?
- Se llama Diego. Es un amigo de Montevideo que llegó hace unos días con dudas personales a resolver.
- Siempre ustedes dando ayuda –dijo Domínguez mientras se acercaba estrechándome la mano–. ¡Bienvenido señor Diego! Espero lo esté pasando bien.
- Un gusto Sr. Domínguez. Me están tratando demasiado bien.
- Me alegro mucho –dijo mientras acomodaba su caballo–. Siempre es bueno ver caras nuevas por la zona.

- Sr. Domínguez –notificó Adrián al momento–, nos quedaremos un rato más y espero que no haya problema.
- Claro que no hay problema Don Adrián. Siga trabajando. Envíele saludos a Don Leonardo y dígame que debemos reunirnos con el alcalde respecto a la hacienda del semestre.
- Le informo. Él de seguro se pondrá en contacto.
- Gracias. Que tengan buena jornada.

Levantando el trote se alejó de la zona y Adrián sin más, también levantó campamento pensando pegar la vuelta para las casas.

- ¿Te parece bien si volvemos? Recordé que tengo que preparar el asado.
- Claro Adrián. Partamos.

Retomamos el camino y el matiz del campo era diferente. Haber comprendido la interconexión de entre las personas, el valor igualitario, el porqué de la admiración y que dentro mío reside el yin y yang, ha sido algo magno para esta mañana. Conocer este presente, está siendo lo único en mi vida, y conocer que puede ser el último momento, me muestra lo impermanente de las cosas; sentir que todo puede terminar en un abrir y cerrar de ojos, me llena de alegría.

Luego de retornar a los caballos y emprender el camino, me di cuenta que las realidades son impermanente, que mi personalidad es impermanente, que mis prioridades son impermanente, que mis condiciones son impermanente, que la familia es impermanente, que los amigos son impermanente, que el trabajo es impermanente, que la esposa es impermanente, que los hijos son impermanente, que la felicidad es impermanente. Todo mi existir gira 180 grados, porque siendo lógico y elocuente, ambos conceptos, dejan de tener importancia, porque nada en sí es importante. ¡Que loco todo!

Comprendo que la mente, si no es educada, es un legítimo autoengaño ya que no concebirá ideas de otros, negando de esta manera, otras múltiples posibilidades. Veo que, si me dejo guiar por mis pensamientos y/o proyectos, soy auténticamente un esclavo de los dioses, los cuales, dominados por mi ego, me identificarán como egoísta,

solitario y soberbio. Este modo de vivir, ha sido el escudo que me ha diferenciado de los demás. ¡Qué necio he sido! Y lo más interesante es aprender que con el ejercicio más simple puedo detener la mente, logrando así sentir el presente, erradicando los miedos, aceptando lo finito de vivir.

Comprendí que al respirar conscientemente termino encontrando a la intuición, a mi esencia, a mi verdadero ser, el cual está conectado con la energía del universo en el “ser o no ser”; algo que no es una cuestión en sí misma, porque en verdad, no soy lo que creo ser, más sino, me creo una idea de lo que pienso ser, y, evidentemente, soy tan solo un ente que respira, come y duerme.

Mi mente ha estado malsana. Mi autoengaño, mi autosoborno, mi autosabotaje, mi autodesgracia, mi autoerror; el creerme alguien especial le dio tanta importancia al ego, que emergió irrumpiendo la mente, bañándome en engaños.

Pensándolo fríamente, todas las preguntas han desaparecido. Los “porque” ya no tienen sentido. Comprendí lo que dijo Adrián “con estos ejercicios irás encontrando las respuestas”. Así es. La respuesta al secreto de la vida, al poder del subconsciente, a la magia del ser. Este regreso a la casa, respetando el movimiento constante del caballo, me ayudó a reflexionar.

Pasó hora y tanto de tiempo y a lo lejos se divisa la casa con gente trabajando. Al llegar vemos a Don Leonardo preparando el patio trasero, acomodando la mesa, acarreando leña, esperando comenzar del asadito prometido por Adrián. Ni bien llegamos, desmontamos, liberamos a los salvajes y nos acercamos.

- ¡Buen mediodía! –dijo Don Leonardo mientras abría un vino tinto malbec.
- Gracias –contestamos al unísono.
- Permiso abuelo –dijo Adrián tomando la posta–. Iré a condimentar la carne y regreso para encender el fuego. Por favor sírveme una copa para el brindis.

Don Leonardo, mientras descorchaba aquella botella, tarareaba una melodía que sonaba en la radio. Yo sé –razonaba libremente–, por mi experiencia de músico, que la música es una forma de expresión para la humanidad y, para muchos, un medio de sanación, ya que, gracias a los diferentes modismos, ritmos y expresiones, determina distintos espacios y momentos de vida.

El lugar donde comeremos el asado, es un espacio abierto con parrilla al piso, cerca de la cocina, en las afueras, pero a la sombra. Se ve bastante independiente como para sentirse lejos del lugar.

- ¿Quieres una copa de vino Diego? –preguntó Don Leonardo mientras enlistaba los recipientes.
- Si gracias –contesté mientras acomodaba la leña.

Al cabo de unos minutos regresó Adrián, con una bandeja que cargaba un lindo pulpón y unas grandes costillas redondas. Todo parecía bien adobado.

- Por favor Diego –dijo Don Leonardo mientras servía–, ve a la cocina y trae el pan de la panera.

Mientras voy entrando, escucho a Don Leonardo preguntarle sobre lo realizado, respondiendo Adrián que todo se ha alcanzado. Escuché también que Adrián le notifica sobre el Sr. Domínguez y la reunión prefijada por los campos.

De regreso.

- ¡Brindemos! –dijo Don Leonardo alegremente–. ¡Hoy es un gran día! ¡Salud!
- ¡Salud! –respondimos.

La mesa se parece a la de los domingos de mi adolescencia. Dos botellas de vino, una de ellas abierta, una Sprite, papas chips, manicitos, salami, queso, ensalada mixta y un repasador.

Las horas pasaron entre chuscadas, brindis y folclore. El asado jugoso, con un dejo ahumado, estuvo para chuparse los dedos. Todo aquello, había dado al día, un principio de sana energía volviéndonos

más humanos entre sí. Al finalizar, o al cansarnos de comer, nos tomamos juntos un café cuando de repente, Don Leonardo, pidiendo permiso a su nieto, me llevó a la sala de estar para conversar. Al llegar, prendió un palo santo para limpiar el ambiente, encendió su equipo de audio y eligió un long play para escuchar. Al verle le pregunté sin más.

- ¿Es amante de la música Don Leonardo?
- Si Diego. La música me acompañó desde niño y agradezco por eso cada mañana. Ha sido mi única fiel amiga la cual nunca dejó de endulzarme el oído.

Su rostro se estremeció al hablar como si hablara de sí mismo. Sentí que conoció la unión de la que habla Beethoven al relacionar el arte musical con la vida humana.

- Siempre tiene música clásica en su repertorio. ¿Es su modo predilecto?
- Es que de pequeño estudié música y al comprenderla, decidí estudiar a los grandes clásicos, en especial a Beethoven, y desde allí, decidí disfrutar de la vida trabajando con ella.
- ¡Ah sí! ¿Y qué sucedió?
- Lo que me preguntas es parte de un pasado muerto. Cuando tomamos decisiones y elegimos nuestro destino, en ese momento en que la intuición pide abandonar alguna tarea, no tienes otra que prestarle atención, sino no aprovecharías el momento para evolucionar.
- No me cuente si no quiere.
- No es eso Diego. Es que esa decisión fue un quiebre grande en mi proyecto, pero si no fuera gracias a ello, hoy no estaría aquí contigo.

La media luz de la tarde calentaba la sala, susurrando una siesta garantida, pero Don Leonardo, sin ni siquiera pensarlo me dice:

- Diego, ahora haremos un trabajo energético corporal. Generalmente lo hacemos inconscientemente, pero la idea de hoy, es que lo puedas hacer teniendo consciencia, para así disfrutar de tú cuerpo y de cada momento que habitas en él.

Asentí con la cabeza mientras él ponía el long play de la novena sinfonía de Beethoven como compañía, pero en verdad no he entendido que me quiso decir.

- Este ejercicio será el último de la primera etapa.
- ¿Primera etapa? –pregunté cuestionado.
- Así es. Con nosotros hoy terminas la primera etapa. Ya tienes las herramientas para equilibrar la incongruencia de tus cargas.

En verdad seguía sin entender. Sé que la estadía hasta este momento ha sido muy renovadora, logrando con los ejercicios y charlas, que mis sentidos, tan cuadriculados, comenzaran a desestructurarse lentamente.

En ese instante, iniciaron los instrumentos de cuerda haciendo preámbulo a la sinfonía. Don Leonardo se sentó con su espalda recta, ayudado por unos almohadones, me miró fijamente, asintiendo con la cabeza, cerró los ojos en estado de meditación y dijo.

- Déjate llevar por el sonido. Relaja el cuerpo como ya lo sabes hacer, respira profundo y tan solo concéntrate en las siguientes palabras.

Dejo pasar unos minutos y prosiguió.

- Piensa como si en tu cabeza, en la parte superior, en la coronilla, se abre un orificio por donde entra una luz de color verde. Observa como esa luz va entrando suavemente, intensificando su poder, e iluminando todo tu cuerpo desde la cabeza, hasta la planta de los pies enlazándose al suelo. Siente como el calor de esa luz te sana por dentro.

Luego de decir estas palabras generó una pausa para realizar el ejercicio.

- Ahora, y de la misma manera, piensa que la luz, antes de entrar, se torna en color azul, protegiendo tu aura, cubriendo la esfera energética en la cual habitas. Siente como la intensidad y el calor afable, te rodean, dándote una nueva paz.

El silencio humano volvió a establecerse. La única compañía era la novena sinfonía que estremecía el cuerpo.

- Y ahora, esa luz se muta en color blanco, entrando suavemente, limpiando todo tu cuerpo, creando una fuerte conexión con tu yo superior, ocasionando en ti la calma y la abundancia. Siente como el calor de amor puro, te une con la tierra.

Al cabo de unos minutos la novena sinfonía finalizó y el silencio se mantuvo inerte. La situación me embaucó repentinamente y quedé dormido. No sentí nada más hasta que en un momento Don Leonardo toca mi cabeza informando.

- Diego, despierta. ¿Cómo estás? ¿Cómo has pasado? Te cuento que en el día de mañana nos vamos con Adrián a la ciudad de Salto, a causa de unos negocios que tenemos que finalizar, por lo que, te quedarás sólo cuidando la casa y atendiendo al ganado y demás animales. Adrián te explicará todo.

Yo recién despierto no entendí nada. Estaba aún en estado de reposo cuando Don Leonardo sin más dijo “buenas noches” y se retiró a su habitación. Tal situación me exigió un lavado de cara mental y quedar pronto para la conversa. Parece que habían pasado varias horas desde mi dormida.

Al momento Adrián me llamó desde la cocina para darme las indicaciones de estos días que no estarán. No era difícil, pero presté atención para conocer dónde están los alimentos y los horarios de la comida de los animales. Todo un nuevo desafío.

- Por si querés –dijo Adrián finalizando la instrucción–, cerca del equipo de audio hay varios libros que puedes leer si tienes ganas y tiempo libre. Te recomiendo “El poder del ahora”, un libro de autoayuda que aclara muchas cosas sobre nuestro existir y para estos momentos de reconocimiento y ejercicios, puede serte de mucha ayuda.
- Gracias Adrián. Me fijaré en su momento.
- Bien hermano. Que tengas buenas noches.

Escuchar esa palabra me dejó pensativo. Aquel saludo de “hermano” fue honorable. En segundos y sin darme cuenta, me encontré disfrutando de la soledad a media luz, sintiendo y concibiendo que la vida no es un desatino.

El día ha sido muy agradable, estremeciendo la noche para que continuara en el mismo son. Aprecié que la vida estuviera cambiando. Reconocí por primera vez a la intuición, a la que muchas veces he sentido, pero a la cual no conocía por su nombre. Observé cambiar mi entorno viendo que el ayer, era parte de un pasado que nutrió de conocimiento y sabiduría mi cabeza, y no de tristeza y desesperación como así lo había creído. La grata emoción comenzó a ofrecer el gusto de su existencia, me encontraba bien. Al cabo de varios minutos de silencio y soledad, decido subir al dormitorio para darme una ducha caliente y echarme a dormir.

Estando acostado y luego de agradecer, no dejé de pensar en mis hermanas. Creo que el saludo de Adrián rememoró mi infancia. Recordar a aquellas personitas que me acompañaron desde mi niñez; aquellas dos fieras a las que nunca les he hablado emocionalmente porque mi ego machista me lo ha impedido; a aquellas dos personas que siempre me han soportado en silencio.

Siguiendo el ejercicio de la escritura, tomé el cuaderno y me explayé.

“Queridas hermanas, ¿cómo están?, espero que anden muy bien. Hace unos días que vengo recordando nuestra infancia; ¿la recuerdan ustedes?, ¿la pequeña casa de árbol, Pelusa, cuando jugábamos armando paracaídas con bolsas de basura y soldaditos de plástico? ¿cuándo jugábamos a los maestros en el pizarrón que pintó mamá en la habitación de abajo? ¿la primera piscina? ¿la computadora con el Jetpac y el Manic Miner? ¿Recuerdan?

De adolescentes me acuerdo de aquella mononucleosis de Leticia con la que faltó tres meses a clases; y de Patricia quien me quitaba los casetes de Ricardo Montaner que yo cuidaba como oro para la discoteca.

¿La canción que grabamos para la abuela Norma? ¿La fiesta de los cumpleaños de quince? ¿Las reuniones divertidas con amigos

compartidos? Uff, por todo esto y el después, ya de adultos, lo acompañado que estuve por ustedes en diferentes etapas. ¡Gracias! Sé que siempre se los he dicho, pero de corazón MUCHAS GRACIAS para ustedes, por haberme aceptado a pesar de mis malas virtudes o malas costumbres. Les agradezco que me hayan sostenido en mis peores crisis. Les envío un abrazo enorme y un gran mimo de amor.

De quien las ama, Diego.”

CAPÍTULO 6 – MEDITAR

“Si quieres aprender, enseña. Si necesitas inspiración, inspira a otros. Si estas triste, anima a alguien.”

Varios días han pasado y la reflexión ha ocupado el lugar priorizado de las jornadas. Las mañanas diferentes, con soles diferentes, con cielos diferentes, con aires diferentes, hacen de mi controversia, los momentos más convertibles del día. La soledad, la distancia y el silencio son los conceptos que cuestionan mi ser; me siento vacilar entre razón, sentido común e intuición. ¿Hasta dónde puede llegar mi manía, que hablo en voz alta para no sentirme solo?

La respiración, la relajación y el agradecimiento, están desarticulando una estructura que vengo cargando desde hace años. Los ejercicios me ayudan a comprender que la vida, no es el concepto que insertaron en mí o el que me dejé insertar. Observo también, que elegí ser un borrego para estar seguro de mí mismo, y no tener que tomar decisiones imprevistas. Es como que, gracias a la energía y frecuencia, a la aceptación de una mente subconsciente, a esa parte mental que conecta con lo empírico, con el sentir, con el alma, con la luz, con la esencia que traemos desde que somos concebidos; gracias a ello todo cambia de color, mostrando la magia que está en mis manos. Ya no soy el “tienes que ser de tal o cual manera” más sino, soy lo que “quiero ser”, con una meta final que es dar. Entender una energía que fluye entre dos mundos, entre dos polos, entre dos entes; es como una batería viviente de positivo a negativo, que drena energía a la tierra; un canal de energía vital. Veo que la esencia nos pide que seamos seres de luz, sabiduría,

bondad e instrumentos de paz. El problema que tengo, es la sugestión que se insinúa como una educación. Aquellas normas de “debes decir siempre la verdad”, “debes ser honesto”, “debes perdonar”, “debes ser humilde”, “debes, debes, debes...”; obligaciones que apagaron mi esencia, creando de mí, un muñeco automatizado, alguien que vivió creyendo y repitiendo, conceptos y deberes, haciendo de eso una forma de vida, una ley de existencia, una meta por vivir. ¡Qué loco y confiado he sido! ¿Por qué habré querido comprobar varias teorías de vida sin nunca instaurar la mía? ¿Qué busqué con tantas pruebas? ¿Habrá sido para descartar cuentos de hadas? ¿Habrá sido para descartar príncipe y soldado leal? ¿Por qué quise llevar las teorías hasta su punto más álgido?

Entre mate, respiros y Beethoven, recordé el libro que me recomendó Adrián. Me acerco al mueble y encuentro varios libros amontonados: “El poder del ahora” de Eckhart Tolle, “El monje que vendió su Ferrari” de Robin S. Sharma, “La Jangada” de Julio Verne, “El poder de la mente subconsciente” de Joseph Murphy y “En cambio” de Stanislaw Bachrach. Antes de comenzar el libro, miro la sinopsis de cada uno de los demás, con temáticas variadas; desde autoayuda con cambios de vida, u otro de cómo utilizar el potencial del cerebro como herramienta; una novela en donde el abogado sufre un infarto y rehace su vida abandonando todo lo que le rodea por amor a sí mismo. Todos los libros están relacionados con el crecimiento espiritual y personal.

Como dije, sin titubear, tomé “El poder del ahora” y me ubiqué en el sofá para comenzar a leer. Observo desde las primeras páginas, que lo más importante a entender es que no soy una mente, más sino, un ser que está por encima de mi mente. El libro refuerza los conocimientos recibidos por Leonardo y Adrián. El equilibrio de nuestro ser más profundo está marcado por la esencia, por esa energía vital que se expresa desde cuando nacemos. Esa voluntad vital que, a causa de una mala educación, la apartamos de nuestro lado, permitiendo que el adiestramiento nos prepare y transforme en borregos, personas manejables de baja autoestima, poca sabiduría, gran confusión y mucho miedo.

“¡No aceptes más creencias ni falsas opiniones!” –me grita el cerebro de repente–; comienza a creer en verdades que no cambian y conquistarás tus éxitos; recuerda, el médico cuida las heridas, mientras la naturaleza las cura.

Miro hacia los lados preocupado –nunca había oído un grito tan claro– pero de igual manera me pregunto, ¿cuál verdad no cambia?, si hasta ahora todas mis creencias se derrumbaron; ya no sé lo que es verdad y lo que es una idea.

Mis pensamientos en cambio, continúan vagando por nubes de distintas dimensiones, buscando las respuestas que vine a buscar. ¡Todo es un lío! –me rio inconscientemente porque nada tiene un lugar, pero sí un espacio; y las reflexiones no parecen ayudar al notar que el punto de mira se aproxima.

Como ido en el tiempo, veo como el cielo se cubre de azul oscuro y la noche asoma con su ritmo natural. Al notar esto y sin más, salí rumbo al dormitorio a tomar la notebook y chequear los emails que me preocupaban. “*Debo revisar los emails por si tengo alguna consulta activa*”, me dije recordando que existen oportunidades que a veces se pierden por no llegar a tiempo, o es –me cuestioné– ¿por la necesidad de no sentirme solo?

De regreso a la sala, enciendo las luces, me siento a la mesa ratona llevando un pote con olivas y activo la notebook. Inicio la sesión, hago clic en el programa de correo y actualizo la bandeja de entrada. Veo la notificación de “progreso de envío y recepción de correos completado” y veo que descargué 33 emails; muchos spams, pero relevante en la bandeja de entrada observo uno solo, de la empresa móvil, con la factura del mes.

Lo eliminé y abro uno de los que ya estaba, la bienvenida a “ParvaTau”; y luego, abrí otro de ellos con el asunto: “¿Cuál es tú consulta? ¡No calles! Habla.”; un correo que linkeaba a la dirección del sitio web donde realizar la pregunta.

Sin más, hago clic en el hipervínculo el cual me envía al Chrome direccionándome al inicio de sesión en el servidor web de “ParvaTau”.

Pantalla con fondo marrón, en la cual está el logo de la empresa como abrazado con un cinturón de cuerda solicitando el login: nombre de usuario y contraseña. Introduzco como nombre de usuario mi dirección de correo “dcarretto@diegocarretto.com” y como contraseña la palabra elegida anteriormente: “insomnia”. Ni bien hice clic en “ENTER”, accedí a una pantalla de perfil similar a las de un servicio de solicitud de empleo, algo que también había estado mirando para conocer cómo me postulaba en el mercado.

El lugar permitía ingresar los datos personales como fecha de nacimiento, domicilio, teléfono, etc. y hasta una foto de perfil. Debajo del nombre, existe un enunciado titilando: “Haz el cuestionario”, un examen de preguntas con respuestas múltiple opción, con el que, según el servidor, sirve para determinar mi personalidad psicológica; en otras palabras, es una batería de preguntas que evalúa mi nivel de locura.

Sin llevar el test a cabo, me dirijo directamente al sector “SEND”, donde escribo mi pregunta técnica, esperando conocer los síntomas sobre el insomnio que venía sufriendo desde antes de llegar a Cerro Chato.

“Buen día. Me comunico con ustedes para consultarles sobre el insomnio. Hace unos meses tuve una situación de estrés y desequilibrio personal, que resultó en distimia. Actualmente me aparté un poco al campo, al área rural, con el fin de desestresarme. De igual manera pregunto: ¿existe algún procedimiento natural para hacer frente al insomnio en caso que se me presente nuevamente? Desde ya gracias, Diego.”

Releo el mensaje para asegurar la intención y doy clic en “ENVIAR”. Sin otra cosa que hacer, cierro la sesión del sitio web y me quedo leyendo otros emails.

Momentos más tarde cierro la notebook y me levanto en dirección a la cocina con la idea de cenar. El horario presenta la posibilidad de ampliar la picada así que relleno el pote de olivas, pico unos trozos de queso, unos trozos de salamines, unos trozos de tomate y unas galletitas saladas. Tomo una latita de cerveza fría y arranco para la habitación. Con

pocos movimientos, me preparo una cena exquisita para disfrutar de la manta nocturna y un poco de lectura echado en la cama.

Al día siguiente, desperté entre un sueño vívido y una pesadilla. Fue como disfrutar de un campo verde y alegre, cuando de repente, hay un movimiento de tierra y el agua comienza a emanar del suelo inundando donde me encuentro. Sé que debía analizarlo, pero lo mejor que hice fue olvidarlo. Sin saberlo, me encuentro recostado en la cabecera de la cama en figura india, agradeciendo por el nuevo día y por el sol que entra por la ventana. ¡Pedazo de cambio!

Me levanté, abrí totalmente las ventanas y permití que el frescor de la mañana entrara y habilitara el movimiento de energías pertinentes en el dormitorio. Me fui directo al baño, me lavé los dientes, me mojé el pelo, me peiné, me aisé un poco y listo, tomé el libro, el celular, la notebook y me dirigí a la cocina en donde preparé el mate para comenzar el día administrativo.

Al llegar, abrí las puertas de la cocina dejando entrar el sol y salí rumbo al campo. No olvido las tareas a cumplir, darle de comer a los conejos, a las gallinas, levantar los huevos, soltar las vacas y permitir a los caballos salir al predio compartido con ovejas. Observo a los perros y están listos para comenzar el día.

Sin esperar un momento más, abro la portera y comienza la jugera matutina. Entre que voy ordenando el establo que aparece en la mañana con cosas fuera de lugar, relleno los tanques de agua para las gallinas y conejos, observo que todo esté sano y me regreso al patio trasero a matear y meditar.

Según el libro que estoy leyendo, el meditar es una herramienta muy importante para el ser humano, ya que concentrándose en algo tan básico como respirar, podés armonizar los latidos de tu corazón, rejuvenecer tu oxígeno corporal, intercambiar tú energía vital con el oxígeno que entra; y al concentrarte mentalmente en la quietud, sin perder el ritmo de la respiración, logras que tu mente no se distorsione en pensamientos volátiles más sino, se detiene.

Este proceso es recomendado entre quince a veinte minutos diarios. Si lo haces a primera hora del día, cuando despiertas, el resto del día se te hace más alegre y hasta más sabio. Yo, actualmente, intento meditar al despertar como antes de dormir; me resulta un momento placentero. Hoy me enfocaré en realizar el trabajo sin ninguna interrupción; si comprendo que el pasado ha muerto, que el futuro no existe y que mi único momento es el presente, ¿de qué valen mis preguntas? ¿de qué vale la pena sollozar? ¿de qué vale la pena suplicar? ¿de qué vale la pena preocuparse? Todo deja de tener importancia al comprender que la vida es solo un momento.

Siguiendo los pasos de la relajación, la respiración y la visualización, todo parece centrarse y ponerse acorde con el otro lado. Al finalizar el trabajo, me quedo pensando un rato, mientras el mate y los perros me acompañan. Levanto el cuerpo de la silla, relleno el pote de comida de los perros y me retiro a dar una vuelta mañanera por la estancia relajándome con el sol, sintiendo la brisa y naturaleza en mi piel.

De regreso, veo la puerta abierta del patio trasero. Al notarlo apuré el paso para saber qué pasaba. Sin otro problema encontré al perro echado en el sillón principal disfrutando de las horas. Al momento y con una sola orden, le digo, ¡Sal muchacho!, y automáticamente sin protestar, salió por la misma puerta que había entrado y yo dejé abierta cuando me fui.

Sin más, limpié el estar y decidí trabajar. Enciendo la notebook, ojeo el celular y cero mensajes. Inicío la sesión y ejecuto el proceso: relevo antivirus, ejecuto limpieza de caché, abro el correo y chequeo casillas. Entre eso, distingo la respuesta de “ParvaTau”, que justo, acompañado para un mate, es bueno conocer un poco más sobre el insomnio.

“Gracias por contactarse con nosotros. Estamos aquí para responder lo que usted no puede ver. Uno de nuestros especialistas se comunicará con usted en breve, a su móvil, para así guiarlo en el tratamiento. Sepa disculpar las demoras”.

Sin mucho que decir, comprendí que era la respuesta automática de un servidor. Al releer el email me llama la atención esa oración: “Estamos

aquí para responder lo que usted no puede ver”, algo que juro haber visto por otro lado anteriormente.

Sin darle más importancia de la que debía, cerré el email y me dediqué a abrir el programa de texto para continuar imprimiendo mis ideas y darle un cuerpo a lo imaginado. Mientras mateaba y escribía, escucho ruidos en la puerta principal.

- Buenos días Diego. Bendiciones. ¿Cómo estás? Hemos regresado.
- Buen día Don Leonardo. Bienvenido. ¿Cómo les ha ido?
- A nosotros muy bien. Hemos realizado varios pendientes en la ciudad, abriendo paso a un futuro retiro a realizar dentro de un mes.
- ¡Qué bueno! Felicidades.
- Hola –dijo Adrián entrando–. ¿Cómo pasaste?
- Bien, gracias; ¿ayudo con algo? –respondí mientras ordenaba la mesa en donde estaba trabajando.
- No, no. –contestó rápidamente–. ¿Cómo te ha ido con la casa y el campo? ¿Pudiste amoldarte?
- Si. Nos entendimos. Igualmente date una vuelta y reorganiza las cosas a tú modo, pero en principio todo está bien.

Sin más, Don Leonardo y Adrián se dedicaron a ordenar lo que trajeron acomodando maletas, verduras, carnes; un vagón de unidades que consiguieron en el remanso.

En eso, Don Leonardo dejó su cuaderno con notas personales al lado de mi notebook. Al notarlo, no pude detener a mis ojos y comencé a leer: "*¡Riqueza y éxito! Día y noche prosperan más mis asuntos*". Don Leonardo al verme leyendo comentó:

- Son cosas que escribo para recordar quién es el que hace la magia en el mundo; y no somos nosotros más sino, el poder de la mente.
- Disculpa por leer.
- Tranquilo Diego. Si fuera privado lo hubiera dejado cerrado.

Sin más, permití que partiera de mi mente esa sensación de molestia, que me generó el haber ojeado cosas que no son mías; comprendí lo que dijo. Si el texto hubiera sido privado, no lo habría dejado abierto como para que cualquiera lo lea.

- ¿Qué es el poder de la mente? –pregunté mientras ellos seguían desarmando.
- Eso, en sí, –contestó Don Leonardo– es un poder que no podemos ver.
- ¿Ah sí? –contesté inocentemente–. Pero ¿qué es?
- Nuestra mente está dividida en dos partes. Por un lado, está la mente consciente y por otro la subconsciente; y personalmente, creo, que la parte subconsciente es la que hace la magia.
- Ah sí. Algo Adrián me ha comentado anteriormente, pero ¿qué es la mente subconsciente?
- Es esa parte de la mente que no cuestiona y que no discute, la parte que tan solo acepta, cree y lleva a cabo la labor que le has decretado.
- No entiendo Don Leonardo.
- Claro –dijo Adrián mientras hablábamos–. Hay una parte de la mente que no razona, más sino tan solo acepta la orden como verdadera y la lleva a cabo como un esclavo peleando por su amo.
- Algo así –corrigió Don Leonardo mientras decía–. La mente subconsciente es la que se cree todo lo que decimos. Por ejemplo, nosotros nos decimos: ¡qué vida difícil! Y nuestra mente subconsciente asimila el comentario y actúa de acuerdo a eso, haciendo que nuestra vida sea difícil. Otro ejemplo. Nuestra mente consciente dice: “que poco dinero tengo”; y al escuchar esto, la mente subconsciente, lo toma como una verdad, lo asimila y actúa de acuerdo a eso teniendo poco dinero.
- ¿Me dices que los preceptos expresados generan nuestra realidad, porque la mente subconsciente los escucha, los cree reales y actúa a favor de ellos, organizando nuestro presente en esos preceptos?

- La mente subconsciente –prosiguió– cree que lo que dices es verdad y te hace responsable de lo que te pasa en la vida, pero si no tienes fe en lo que dices, de nada sirve.
- ¿Tengo que tener fe en mí?
- Ay Diego, no seas petulante. Sabes que esa es la raíz de todos los problemas.
- Pero entonces, ¿de todo lo que hablo debo estar convencido de que así es? ¿Debo saber, que eso que pido, lo merezco, para así creérmelo y que sea mío?
- Así es –dijo Adrián–. Por eso es necesario la relajación, respiración y meditación. Hay que descongestionar la mente de los pensamientos innecesarios, para luego conectar con nuestro yo superior, sintiendo la energía vital, y, por medio de la intuición, lograr conocer y decretar, lo que en verdad merecemos para nuestra misión.
- Uff. Tremendo trabajo.
- Así es –respondió sonriendo Don Leonardo y prosiguió–. Si no aprendes a cuidar tú hablar, envías malas indicaciones a tú subconsciente, determinando así un presente, con resultados insurgentes. Por tanto, a partir de hoy, tienes otro deber: “Refrena tu lengua de hablar mal”.
- Bien. No había escuchado nada de eso a no ser en la iglesia –contesté inocentemente.
- Por esta razón, lo importante de la meditación es detener la mente, disfrutar de tu buena energía y cambiar la forma de hablar, para que nuestro subconsciente, diseñe una nueva vida saltando a otra dimensión.

Al escuchar estas palabras mi mente volvió a activarse y a reflexionar. ¿Cómo es esto? ¿Por qué nadie en mi infancia me habló de esto? ¿Será porque no estaba preparado? ¿Será porque anteriormente hubiera descartado tal idea conceptualizándola como sortilegio?

- ¿Me entiendes? –dijo Don Leonardo interesándose.
- Creo que sí. Es como una nueva forma de ver las cosas.

- Analiza si quieres y no olvides, que cuando vayas a descartar algo lo mejor es alejarse y volver a mirarlo más tarde. Nunca decretes lo que no concibes hoy, ya que tal vez mañana tengas otros ojos.
- Comprendo, pero otra pregunta que me quedó: ¿qué gana usted escribiendo esa frase?
- Lo que gano al leerlo, antes de dormir, es aprovechar que la mente consciente merma y que la subconsciente no deja de andar. Dejo a la mente subconsciente trabajando para mi bienestar mientras descanso.
- ¿Ahí la magia?
- ¡Exacto! De esa manera el cielo trabaja en t  nombre. Desde ahí es cuando se dan los milagros. No es otra cosa que ser dueños de nuestra vida y no estar siempre esperando lo que la vida quiere darte, que, en realidad, es lo que tu subconsciente te da.
- Es muy loco entenderlo Don Leonardo. Es decir que mi presente es así, porque mi subconsciente así lo ha querido.
- ¡Así es y es más que eso! Tu subconsciente, aparte de crearlo, también lo crea, por lo que t  presente, es tan solo una creación de tu propia mente, de tu propio ser, de tus propias decisiones.

Aquellas palabras me dejaron perplejo. No pude comentar nada. Mi vida pase  por mi mente como en una película; recuerdo las veces que le he hablado mal a mi subconsciente. Qued  impresionado. Nunca había escuchado esto y Leonardo me lo informa sin más. Sent  otro giro dentro mío; sentí que las cosas no tenían importancia en mí. Fue como deliberar en microsegundos, los cambios que debo poner en práctica, para formatear mi presente; ahora todo es vuelta. Con esta nueva información soy responsable de mis días, de mis grandezas y rarezas.  C mo actúa esta información en mi vida?  Qu  debo hacer para comenzar a utilizarla a mi favor?

- Tranquilo Diego –dijo Don Leonardo al verme–. No te juzgues ni te compliques la vida. Recuerda: "*No juzguéis para no ser juzgados, porque tal como juzguéis así seréis juzgados, y con la misma medida con que midieres seréis medido*". Esta oración se basa en que nuestra mente subconsciente, cree como verdad lo

que dice nuestro consciente, haciendo de ello nuestra vida; por lo que noto importante poner vigilante a nuestros labios.

- ¿Hasta dónde es como usted dice Don Leonardo?
- Es así Diego. No hay otra. Aunque no lo quieras ver, el saber que las cosas se suceden por algo, que no es una idea del aire más sino una idea de ti mismo, es cuando entiendes que el responsable de tu malestar, es tu mente, la cual puede ser dominada por tú ego, o por tú ser; con lo que obtendrás resultados diferentes.
- Es como un renacer del pensamiento, un cambio de lógica.
- Así es y a eso viniste cuando preguntaste ¿quién soy?

Las palabras de Don Leonardo revitalizan mi razón. Es cierto lo que dice. Llegué con unos cuestionamientos que con esta información son mi responsabilidad. ¡Reír y llorar internamente! Todo lo pactado hasta el momento debía destruirlo para así no activarlo en mi subconsciente, haciendo que la vida me diera paz y armonía, más no, preocupación y malestar. De esta nueva discrepancia establecida, debo convertirme rápidamente en mi bienestar, debo abandonar ese atolladero de ideas, que, si intento explicarlo, me confundo más.

- Diego –prosiguió Don Leonardo–. El poder curativo de la mente subconsciente está en cada uno de nosotros. Sé que te parece raro, pero recuerda que hablamos de energías; lo mismo visto desde otro ángulo.
- Bien.
- Eres tú mismo, creyendo en tu poder interior, un poder que está en tú mente subconsciente, la cual lo origina, –y ahí está lo mágico– en conexión directa con tu yo superior, con lo vital de la naturaleza; con el superhombre de Nietzsche. Eso que crees, es tú presente, atrayendo la energía necesaria para que se cumpla lo que decretas. ¡Cuidado los que viven con miedo!
- Oahu, ¡qué información!
- Por eso, cierra las puertas de tú mente consciente con la meditación; abstráete de todas las distracciones y envenenamientos mentales de tú sociedad; enfócate en ideas de buena salud, éxito y felicidad, acogiéndolas, visualizándolas y

reclamándolas como tuyas, para que el subconsciente acepte el plan y haga que todo se cristalice. No hay otro secreto para la calma.

- ¡Que patada a la razón! Como una vida tirada a la basura.
- ¡Claro que no Diego! No digas eso. Si no fuera por tú sabiduría ancestral, no entenderías la magia de la mente subconsciente. La enseñanza de hoy es tan solo, aprender a no decretar. ¿Sabes cuánto tiempo necesité yo para comprender esto y no juzgarlo como brujería? ¡Imagínate de dónde vengo! Familia trabajadora, legalista y gubernamental; papá empleado de OSE y mamá ama de casa; yo, él mayor de dos hermanos de quien me acuerdo poco, ya que ingresó a la milicia y emigró del país. Vengo trabajando en esta concepción desde hace muchos años para hoy, poderla compartir contigo. No es una concepción fácil de creer si no la pones en práctica con responsabilidad y constancia. Cerciórate si quieres, pero muchos cambios mágicos de los célebres, está hecho desde aquí. ¡Piénsalo! Esta noche tendrás que meditar y entender internamente, el diamante que tienes en tus manos.
- Gracias Don Leonardo, muchas gracias.

Sin decir otras palabras me puse en pie, me retiré a la habitación y cerré la puerta suavemente. Tal información me había roto el raciocinio cuadrículado; en el fondo destrozó mi ego. Vine buscando respuestas lógicas y ahora estoy asimilando un nuevo modo de pensar pasando por la magia y la subconsciencia.

¿El universo me está invitando a ser el mago de mi vida? ¿Me está invitando a ser yo quien molde mi presente? ¿Me está invitando a que sueñe y a que sea? Me tiro en la cama y no dejo de balbucear ideas, teorías, cambios de pensamiento y un sinfín de cosas innombrables. Entre tanto y tanto, me viene a la cabeza el “no decretes”, palabras que le decía constantemente mi abuela a mi abuelo. Recordar a los viejos me hizo bien; recordar aquellas tardes juntos, tomando mate y mirando en la televisión “La revista estelar”. Como dicen los nietos, los abuelos te bendicen y te hacen sentir que siempre te están esperando. Por esta razón decido cerrar mi núcleo y escribirles una carta a ellos. Recordar la

chata, ordenar botellas, el pan duro con leche fría; la casa de Piriápolis, la Sprite, el dulce de leche; gracias, gracias, gracias.

“Queridos abuelos, ¿cómo están?, deseo que estén bien. Los bendigo y los honro gracias a los buenos momentos vividos.

Hace un momento me acordé, cuando con el abuelo Romeo ordenábamos las botellas en el sótano del almacén, o cuando armamos la chata; como cuando de merienda la abuela Luisa me daba pan duro cortado en tiras para empapar en leche fría. Recordé la casa del abuelo Elbio de Piriápolis, aquellos veranos de adolescente; la Sprite y el dulce de leche de la abuela Amelia, que me esperaba los sábados, para ver una y otra vez “La venganza de los Nerds” que había guardado en un videograbador. Trabajar en la sidrería atendiendo el sistema de computadoras, me dio la posibilidad de implantar mi primera red 10Base2. ¡Que buenos abuelos tuve!

Como dicen, el mejor recuerdo es con los abuelos que son los cómplices de la madurez y el reconocimiento.

Por todo esto y por lo que aún me falta, les agradezco profundamente lo que han hecho por mí. Reconozco mi tiempo de alejamiento por haber escuchado a otros dioses, por permitir que mi mente trajera malestares; pero, gracias a lo aprendido, he visto que ha sido mi propia responsabilidad y decisión.

Por ende, les pido disculpas por la inmadurez de esos momentos compartidos, pero hoy, les imprimo mi agradecimiento y mi honra total; gracias a ustedes hoy estoy acá y soy lo que soy.

Los amo, como se ama a los abuelos. Bendiciones y paz, Diego”

CAPÍTULO 7 – PAZ

*“El yo de ayer muere de mundo,
dando lugar a la paz interior”*

Unos días después desperté con la mirada enfocada en el sol amarillento que aparecía por el monte, cubriendo la serenidad de un campo verde, el cual lagrimea gotas de helada mientras su nodo común se ameniza con el júbilo de los pájaros. Observo que por esas ansias de comprender lo hablado en días anteriores, mi intimidad se cubría.

Sé que tal información, mientras vago en ideas, termina destrozando el espectro de proyecto personal que vine trabajando hace años. Todo lo que he cuestionado ha desaparecido. Las mentes consciente y subconsciente me mostraron un juego tan personal, en donde el exterior no existe, más sino, es una creación de la energía vibratoria personal, en donde gracias a decretos energéticos –energías de visualización–, terminas dictando tareas, que, de forma autónoma, se generan y comienzan a establecerse en el presente que deseas. Por eso es tan importante cuidar lo que uno dice; no puedo olvidar que lo que escucha la mente subconsciente, lo toma como cierto y en base a eso, trabaja.

Comprendí, cuanto, las conversaciones de la noche con el subconsciente son las más importantes, ya que mientras duermo, él mismo, se encarga de realizar los cambios energéticos necesarios para crear lo que deseo. Llevando a cabo este ejercicio, es cuando uno mismo se apodera de su mente utilizándola como esclavo y no como amo; aquí está el secreto.

Todo ha sido tal barullo mental, que conocer la libertad se dio por descartar estructuras y creencias, transformándolas en aprendizajes, logrando empíricamente sentir la soledad y con eso, la libertad real. Para la filosofía, la razón es la libertad; para la religión, la fe es la libertad; para la política, el derecho es la libertad y para la espiritualidad, eliminar el ego es la libertad. Descubro que los ojos del alma se abren a otra realidad. Entiendo que el Diego de ayer, mi antiguo ID, ya no puede respirar en este cuerpo. ¿Por qué? Porque racionalizar tantos años para atrás me mostró, que todo lo vivido no ha sido sensato, más sino, una interpretación de un ego elegido; algo que en su momento supuse que era correcto, pero no fue así.

He elegido una vida totalmente egoísta, de mentira plena, de chucherías navideñas. Todo lo basé en el ego. Cuando comprendo que mi razón fue dominada por mi ego, veo una ecuación de tercer grado que no puede ser simplificada en una suma por sus derivadas integrales; algo que no merece ni mi tiempo ni mi pena.

- ¡Deja de cuestionarte! –dijo Adrián mientras golpeaba la puerta.
- ¡Adelante! –respondí.
- Buen día Diego –dijo abriendo la puerta–. Deja de lastimarte, ya has aprendido todo para ser como el ave fénix y renacer.
- No me lastimo, es que...
- ¡Sí lo haces! –interrumpió y continuó–. Recuerda que el pasado de ayer es la bendición para hoy. El venir aquí te permitió ver la existencia desde otro lado mental. Aunque no lo entiendas, todo lo que has vivido pende de un plan divino el cual no contiene errores. No olvides que el cuestionarse y pensar en el pasado es tan solo un llamado a la amargura porque nada de eso existe. Entiende que nada se puede controlar y que tú pasado, ha sido una universidad repleta de maestros con la misión de evolucionar.
- Sí, sí. En eso pensaba.
- ¡Bendice el pasado Diego! ¡Bendice la unción que el Universo te ha dado, eligiéndote como creador de tú realidad! A partir de hoy tú vida, gira en torno a lo que tú consciente decida, a lo que tú boca decreta y a lo que tú subconsciente implante. La ley 3/3.

- Gracias, gracias, gracias –contesté consciente de mi razón.
- ¿Viste que siempre esperamos –comentaba reflexionando– que nuestro entorno esté ordenado para poder disfrutar de la vida? ¡Error! Lo auténtico es recrearse con la vida para que el entorno sea ordenado. Todos observamos de diferente manera las cosas y lo que no debes olvidar jamás, que tú punto de vista es único porque nadie tiene tú interpretación.
- Entonces Adrián y siguiendo ese comentario, la verdad no existe porque es solo una interpretación, el destino tampoco existe porque es una elección interpretada, por lo que, todo en sí, es una observación según un punto de vista de elección interpretada.
- No seas extremista Diego que la sabiduría no llega solo en un razonamiento –dijo Adrián sonriendo.
- Es tan solo mi punto de vista elegido –dije mientras también reía.
- En estos días que te quedan en Cerro Chato, ¿qué pensás hacer?
- No lo he pensado aún –le dije mientras me calzaba las chancletas para el desayuno.
- Yo te recomiendo que intentes reestructurar correctamente tú mente, para que el fruto sea extraordinario tanto para ti, como para los que intercambien energías contigo. En eso estará la originalidad del subconsciente, siendo esa, la verdad del propio Dios, que estará contigo en consciencia enseñándote a ser pequeño frente a las grandezas de la creación.
- Gracias Adrián.
- Cuando puedas –dijo retirándose de la habitación– baja a desayunar que el abuelo quiere hablar contigo.
- Enseguida voy –contesté mientras me dirigía al baño.

Al salir del dormitorio y bajar directamente a la cocina, la encuentro vacía y en afonía. Miro hacia fuera y veo a Adrián acarrear unas cosas al gallinero, por lo que “elijo y decido”, tomarme una taza de café caliente.

- ¡Diego! –escuché a Don Leonardo llamándome del estar.
- Buen día –dije acercándome–. No sabía que andaba por acá. Me comentó Adrián que quería hablar conmigo.
- Así es Diego, pero antes, me gustaría hacer otro ejercicio.

- ¿Cuál? –contesté entusiasmado.
- Cálzate bien, así salimos a caminar un rato. Ya le pedí a Adrián que preparara los rifles.
- ¿Rifles?
- Sí. Nos vamos a hacer ejercicio de tiro. Salimos en 20 minutos.

Sin más se retiró de la habitación, dejándome junto al café y unos scones de queso. “¿Qué era esto de ejercicio de tiro? ¿Tendrá otro enfoque respecto al ser humano?” –me decía mientras reía sinuosamente conmigo mismo.

Terminé el café, lavé la tasa y fui al dormitorio a calzarme. Al bajar, me quedé unos minutos esperando a Don Leonardo que no había regresado.

- Diego –dijo Adrián al entrar del fondo–, estos son los rifles que pidió el abuelo y en el bolso están las balas. Espero que disfruten.
- Muy bien. ¿Tú sabes la razón de este ejercicio?
- Claro que no. ¡Al artista altruista, “let it be”!
- Pero, ¿él caza?
- No, no, pero para él, tirar unos tiros, lo mantiene en calma –dijo levantando los hombros en señal de desconocimiento.
- ¿Cómo así? –pregunté sin recibir aclaración.

Al rato, mientras miro el tipo de balas que llevo, pensando en cómo cargar las escopetas, llega Don Leonardo con gorro, botas y facón.

- Ah bueno –dije llamando la atención–. No pensé que fuera algo tan importante.
- Lo importante siempre es relativo, pero a toda situación, cada uno le pone su ensueño e importancia. Para mí es otro día de ejercicio de tiro, algo que vengo haciendo desde hace 70 años. ¡Nunca pierdo las mañanas de forajido! –dijo sonriendo mientras tomaba una de las armas y el bolso con las balas–. Levántate, vamos a buscar ese blanco.

Los perros cuando salimos se arrimaron a nosotros como abeja al panal. Entendí que están acostumbrados acompañar a Don Leonardo en sus caminatas; ellos mismos marcaron el paso delante. Mientras tanto,

Don Leonardo, a quien observaba silenciosamente, rumiaba un vals de Strauss.

- Haz de este ejercicio –dijo inesperadamente–, un modo de aprendizaje para aceptar la relatividad del segundo; para comprender la poca importancia que le damos a la vida.

Llegando al monte, observé en la zona trasera, varios árboles talados en donde Don Leonardo pone unos tanques plásticos que servirán de blanco. Luego de eso, nos alejamos unos 30 metros y nos tiramos en el suelo, entre las hojas, para hacer los disparos concentrados. Al notar la distancia, me pareció que era demasiado lejos. No recordaba cómo apuntar con ese calibre, más solo había utilizado una de chumbos. Me asusté pensando que no era fácil y que sería decepcionante para mi carácter, para mi ego. En esos momentos siento al ego tomar participio de mí presente. Deteniéndolo con una simple orden, tomo las moniciones, y cargo. Don Leonardo de repente libra: “¡Carga y comencemos!”

El primer disparo salió de su parte de forma inesperada y al mirar el blanco observé que los tanques estaban todos sobre los árboles.

- ¿Está difícil? –dije en tono de complicación.
- Siempre es difícil dar en el blanco. Quien te diga “le doy al blanco de primera”, si no tiene un estroboscópico, desconfía. Debemos insertar el blanco en la mirilla y dar el golpe. Ser bueno con este tipo de rifle monotiro, te permite tirar con cualquier otro.
- Comprendo. Me estás diciendo que no es fácil el disparo.
- Ningún disparo es fácil. Eso grábatelo a fuego.

Al momento salió otro disparo de su parte dando en el blanco. Uno de los siete tanques cayó.

- Te toca –dijo mientras tomaba balas.

Era mi momento y me encontraba muy nervioso. Sé que no era necesaria esa sensación, pero al no querer fallar y conociendo a mi ego tan grande, la interpretación de la realidad aparecía.

Sin tener miedo y poniendo el ojo donde quiero poner la bala, apunté y di disparo. ¡Pum! La bala pegó en el árbol, pero no en el blanco.

- ¡Bien hecho! –dijo Don Leonardo–. Para ser la primera vez fue un buen tiro. Vuelve a intentar. Concéntrate.

Sin demorar, volví a apuntar, me concentré, fijé el arma y disparé. ¡Blanco! Cayó el tanque. Le di.

- ¡Bien hecho Diego! –dijo Don Leonardo–. La concentración es la base de toda acción, ¿te has dado cuenta?
- ¿Para todo?
- Y sí, piensa conmigo –dijo mientras apuntaba–. La concentración es el único momento en donde todos los sentidos se concentran en una sola cosa.
- ¿Cómo así?
- Claro que sí. Observa como el tacto, la visión, la audición, el gusto y el olfato están concentrados en darle el blanco. ¡Hasta la mente inconsciente, el sexto sentido, se concentra en eso!

Al terminar estas palabras dio paso al tiro y golpeó otro blanco. El tercer tanque caía de la barricada de árboles.

- ¡Felicidades otra vez! –dije al ver el tiro.
- Prueba tú; y al apuntar, intenta que todos los sentidos estén concentrados en lo que la mente quiere, dar en el blanco.

Volteando la cabeza, cargué el rifle y me posicioné en el lugar. Acomodé el cuerpo, cuadré la escopeta contra el hombro y apunté. Mientras observaba, me concentré en que mis sentidos estuvieran activados para darle al blanco. Al sentirme preparado, afilé la vista, sentí el dedo en el gatillo y tomando una respiración lenta, disparé. ¡Bingo! Cayó otro tanque.

- ¡Bien hecho muchacho! Ya la tienes clara. Ahora alejémonos unos metros más para exigir la concentración.

Nos reubicamos en el campo y la distancia creció. “*Estamos a unos 50 metros*”, dijo él mientras cargaba. La cosa se puso más difícil. No es lo

mismo tener 20 metros de más. El blanco movió su espacio, aunque el lugar fuera el mismo.

- ¡Voy primero! –dijo él como niño entusiasmado–. ¿Viste cómo el blanco cambió de tamaño tomando distancia?
- Si. Si. Lo veo.
- ¡Eso también es otro aprendizaje! El tamaño de los problemas varía de acuerdo a la distancia de donde los mires.
- Eso sí lo he experimentado; he venido con una batería de preguntas que al día de hoy no tienen tamaño.

Al instante sonó otro disparo. No cayó ningún tanque, ni pegó en los árboles. Segundos más tarde salió otro disparo. ¡Blanco! Cayó otro tanque.

Mientras Don Leonardo recarga el rifle, apunté y tiré. La bala desapareció y no dio en ningún punto. Preparo el segundo intento, concentro mi mente, tiro y vuelvo a errar.

- ¿Viste qué es más difícil dar en el blanco cuando uno se aleja?
- Ya veo.
- Igualmente pasa con los problemas, como te dije antes. Cuando uno se aleja del problema, el problema también se aleja de uno, reubicando así, la importancia de los involucrados. Es la mente quien se anticipa y magnifica el problema.

El silencio se apoderó del lugar, el monte perdió vida a mis oídos. Miré hacia los costados y parece haber pasado un ángel, todo se silenció por unos segundos.

Intenté comprender lo dicho por Leonardo de cómo la mente, nos trampea con tanta frescura y serenidad; entendí cómo interpreta un suceso, lo prioriza y magnifica, en una terna ilusoria de importancia mental, en base a medidas imposibles de evaluar.

La vida, es inmedible tanto en sensaciones, concepciones y experiencias. Puedo observar lo finito del asunto, ¿qué asunto?, el mismo que hoy no tiene sentido. En sí, tomar un mate matinal, tiene el mismo valor que el velorio de papá. Ambos asuntos son puntos finitos

de energía, que ejercen influencia en nuestro existir, haciendo de esto, una pócima personal si no los sabemos evaluar. Nada más y nada menos. A partir de hoy dejan de existir los conceptos de “mayor” y “menor” ya que la “importancia” en sí, es una mentira del ego mezclada con el instinto animal de conservación.

Mientras reflexiono mirando al más allá, escucho otro disparo que tira otro tanque al suelo.

- Intenta Diego –dijo Don Leonardo mirándome confiadamente–. Recuerda la concentración de los sentidos. Tómate el tiempo que necesites. No te asustes por la distancia. El blanco y tú están aquí. Él está esperando a que le des y tú con la idea de hacerlo. ¡Cumple la misión porque él no puede hacerlo solo!

La palabra misión me distrajo. Una de las preguntas con las que había venido. ¿Cuál es la misión en la vida? ¿Es verdad que existe una?

Cargo el rifle, me posiciono y el pensamiento no deja de cuestionar; si el blanco tiene una misión, el problema también tiene una, pero ¿cuál? ¿para qué? Concentrándome, me ubico en el lugar, respiro profundo y observo fijamente el blanco; pienso en la misión, apunto fijo y ¡pum!

- ¿Viste? –dijo Don Leonardo a escuchar el tiro–. Todo es cuestión de observación. Cuando respetamos las misiones de los demás la vida fluye, pero cuando no lo hacemos, la vida se estanca.

¡El tanque ha caído! Pude a una distancia interesante, dar en el blanco. La sonrisa se apoderó de mi rostro. Le había dado metafóricamente al problema.

- ¡Vámonos Diego! –dijo Don Leonardo cargando sus cosas–. Continuemos el viaje etéreo, aprendiendo a alinear nuestras energías. Toma tus cosas y sígueme.

Don Leonardo cargando sus cosas tomó rumbo hacia el oeste del monte. El calor del sol estaba dándose a sentir. La dulzura de la brisa vendaval manosea mi rostro mientras el jockey guarda mi cabeza. La vida en estos últimos días ha sido muy buena. Todo en sí es un dinamismo imposible de comprender si no lo aceptamos como tal. Entender que

uno elige momento a momento la vida a tener, es algo muy relevante para las personas tan mentales, racionales, orgullosas e intocables como lo fui yo.

Hoy en día, razono y entiendo, como tantas veces, por esa vieja forma de mi ser, la mente ha sido una maraña de conclusiones erróneas. Los “por qué” han desaparecido ya que las causas no tienen importancia. ¿Cómo es que la mente adquiere poder enjaulándonos en una forma de vida malograda? ¿Cómo es que no se nos enseña lo que la realidad es? Al nacer y adoctrinarnos, la vida se aleja como tal.

- Sentémonos aquí –dijo Don Leonardo ubicándonos al final del monte con un paisaje de sierras verdes iluminadas por el sol.
- ¡Qué lindo paisaje!
- Así es Diego, es la belleza oriunda de la naturaleza. Ubiquémonos a la sombra en posición de meditación, para así alinear la energía y dar por terminado el trabajo.

Al escuchar estas palabras me vino un gusto agridulce a la boca. ¿Se termina el retiro espiritual? ¿Ya está?

- Comencemos –dijo mientras cruzaba sus piernas–. Relájate y respira profundamente concentrado. Intentemos hoy, mientras hacemos el ejercicio, mantener la mirada ida en el paisaje sin ningún punto fijo, atentos al entorno.

El momento se puso diferente, los ejercicios de relajación y respiración que venía haciendo, ahora cambian de enfoque, regalando vida y energía al lugar.

- ¿Has escuchado alguna vez algo sobre los chakras?
- Lo poco que sé –le contesté lentamente–, es que son siete y que cada uno contiene una energía determinada. No sé más.
- Comprendo. Te recomiendo que profundices sobre el tema ya que entrar en este mundo, te regala un nuevo universo de energías.
- Aja –contesté sencillamente.
- Con el deseo de meditar y expandir la conciencia que tengo hoy, te pido en primer lugar, que comiences a soltar el control del

cuerpo, relajándolo, observando cómo cada miembro descansa. Luego de ello, haz varias series de respiraciones profundas, quitando con cada exhalación, la mala energía de tu organismo.

El espacio de esta introducción no sé cuánto tiempo duró, pero sí que estremeció mi cuerpo en un estado de descanso intenso.

- Ahora, sin perder la concentración, observa el primer chakra, el chakra raíz, pídele permiso y siente como en sincronía con tus pulmones, respira contigo. Inspira y expira en una serie de tres veces, intercambiando la energía con el universo. Concéntrate.
- Bien –contesté instintivamente.
- No hables mientras hacemos el ejercicio. Solo concéntrate. Ahora, agradece el instante al primer chakra y pide permiso al segundo, al chakra sacro, para que él respire en sincronización contigo. Ya debes sentir como se moviliza la energía –dijo pausando el momento–. Luego de esta serie, agradeces el instante y pides permiso al tercer chakra, al plexo solar, para realizar las tres series correspondientes.

Estaba medio inconsciente haciendo el ejercicio, pero la sensación se sentía muy bien. La concentración con ojos abiertos estaba siendo válida.

- Ahora, agradeciendo el instante y pidiendo permiso, le das paso a la serie con el cuarto chakra, al chakra del corazón.

Al momento de comenzar a respirar por este chakra, la sensación de hormigueo que sentí a la altura del pecho, me estremeció. No podía dejar de respirar por él. Sentí como si un abrazo se apoderara de mi alma.

- Luego de esta parte, pasamos a los chakras superiores, agradeciendo y pidiendo permiso al quinto chakra, el chakra garganta, para abrirlo y respirar por él. Recuerda que en cada exhalación quitas energía negativa de tu organismo.

Al finalizar la serie por el quinto chakra visualizando como entra y sale energía sincronizada con la respiración, agradezco el instante y doy

paso al sexto chakra, el chakra del tercer ojo ubicado en el entrecejo. Ahí nos posicionamos, nos concentramos, e imaginamos que abrimos un ojo blanco que intercambia energía con el universo.

Luego de la serie de tres veces, sin desconcentrarnos, agradecemos por el instante y pedimos permiso al séptimo chakra, al chakra coronilla. En este momento, el silencio vuelve a cubrir el lugar; la energía transmutada parece sentirse en el aire.

- En esta etapa –dijo Don Leonardo– y si lo has hecho bien, debes haber sentido la energía de revitalización entrando por la coronilla. Repite la serie en este chakra.

Obedeciendo, me concentré aún más, evitando la rigidez que inconscientemente el cuerpo adquiere.

- Ahora y antes de terminar, agradece el instante al séptimo chakra y pídele permiso a los siete chakras juntos, sincronizando tú respiración con la de ellos, para que unificados, se expandan. Tómate tu tiempo, obsérvalos y siéntelos.

Esta parte del ejercicio se puso más difícil. La imaginación debía concentrarse de tal manera, que, en conjunto con mi respiración, pudiera observar a los siete chakras respirar acompasados. Los sentidos estaban concentrados. Hasta el sonido se esfumaba.

Don Leonardo entre tanto, se encuentra a unos metros de mí, inmóvil. Siento como la energía del lugar aminora el latir del corazón. Siento que esta situación me aleja de las preocupaciones que acarreo.

- Sin perder la concentración –dijo Don Leonardo sorprendentemente–, agradece a los siete chakras por su trabajo, vuelve con tu mente a los pulmones, respira profundamente tres veces, pero esta vez, exhalando por la boca y suavemente, comienza a movilizar el cuerpo. Dime, ¿cómo te sientes?
- Muy bien. Rejuvenecido.
- Me alegro. Ahora podemos decir que tenemos armonizada la energía de los chakras.
- ¿Qué significa eso?

- Que estamos permitiendo en este momento, que la energía universal fluya por nuestro cuerpo desde nuestra cabeza hasta la planta de nuestros pies. Estamos siendo canal de luz para el universo, para el amor universal, para el bienestar del ser. Nuestra alma se siente bien y se muestra agradecida.

Estas palabras me emocionaron: “Nuestra alma se siente bien y se muestra agradecida”. Fue como sentir desde la energía del más allá, un agradecimiento tal, que la paz se hizo carne; como si nada estuviera mal y todos fuésemos uno con el universo. Acabo de vivir otra experiencia que se acumula a mi existir.

- Gracias Don Leonardo –dije amorosamente.
- Mereces Diego. Ahora ya estás pronto para volver a tus pagos.
- ¿Así lo cree?
- Así es. Ya tienes las herramientas básicas para afrontar tu vida; y si quieres profundizar –que te lo recomiendo–, puedes avanzar en tu bienestar, pero está todo en ti. Debes ser el responsable de tú futuro.
- ¡Que misión!
- Claro que sí. Debes cuidar y ser responsable de tú alma, de tú misión. Debes dominarte y no estresarte con las preocupaciones que el ego puso en ti. Tienes las herramientas en tus manos, nada puede contra ti; ya no tienes excusa para ser el niño indefenso o el mal comprendido. Ahora eres alma, con una misión a cabo, y evolucionar en el amor.
- Gracias otra vez.
- Gracias solo a Dios. Bendiciones para nosotros.

La mañana había llegado a su fin. El ejercicio de tiro como el verde de aquellas sierras han sido un momento de descubrimiento interior. Me sentí muy agradecido por lo vivido como por los maestros tenidos.

- Vamos que el almuerzo nos espera. Adrián debe estar en plena faena.

Al llegar a la masía, Adrián nos espera con unos sándwiches de carne, huevos revueltos y un queso casero en fetas con olorcito especial.

- ¡Bienvenidos! –dijo Adrián al vernos.
- Gracias –contesté llevando los rifles y las municiones a la cocina.
- ¿Cómo les ha ido?
- En verdad muy bien. Ya me despidió Leonardo para casa.
- ¡Qué bueno! Me alegro por ti. Un momento nuevo de vida se aproxima.
- Ya lo sé. Espero no titubear.
- Claro que dudarás, pero intenta no exigirte perfección, porque si no, entrarás en una pelea entre tú ego y tú ser, recayendo y perdiendo energía. Tan solo, siente y fluye. No permitas que el pensamiento se meta en tú ser, ahogando tú intuición. Acabas de aprender un camino para ser libre y feliz. Está en ti mantener la calma.
- Gracias Adrián.
- ¡Ven!, ayúdame a terminar de poner la mesa así almorzamos contentos.

CAPÍTULO 8 – SER

“El mundo no existe, es sólo energía en movimiento”

Desperté sintiendo ya, que los días en la ciudad de Cerro Chato han acabado. Siento correr por mis venas la necesidad de regresar al juego. El trabajar día tras día lo aprendido, genera en el cuerpo un pedido de independencia que te arrastra para tú casa, llevando contigo, lo simple, sincero y auténtico que eres, con autosuficiencia y soberanía, sintiéndote como un duque.

Ese lunes, recuerdo, al bajar a desayunar, ver a Don Leonardo en la cocina preparándose un café.

- ¡Buen día Diego! –dijo al verme– Qué diferente te ves hoy.
- Buen día Leonardo, ¿se nota mucho?
- Así es querido. Todo despertar espiritual reconoce que la individualidad necesita un cambio, hasta el mismo cuerpo lo hace notar mostrándose con otra postura.
- ¡Qué buen ojo! –dije sonriendo–. Es verdad. El cuerpo pide hogar, independencia, responsabilidad.
- Me alegra mucho escucharte. Bendiciones para ti y desde ya te digo que estás bienvenido cuando quieras.
- Muchas gracias. Me honran sus palabras.
- A mí me ha honrado tú confianza por haberme elegirme como guía para tu emancipación.

En esos momentos cruza Adrián la puerta del fondo, volviendo de darle de comer a los animales y de hacer concatenación con el lugar.

- Buen día –dijo al vernos.
- ¡Consiguió su cambio! –le dijo Don Leonardo con alegría.
- ¡Felicidades entonces! –dijo Adrián mirándome y continuó–. La vida te ha demostrado que eres su dueño. Ahora tenés la oportunidad de reivindicar tu existencia, borrar tu tristeza, enterrar tu pasado, sembrar tu presente y cosechar tú futuro.
- Gracias por todo Adrián –dije con la frente baja en señal de respeto.
- Nada que ver Diego, no hicimos otra cosa más que albergarte y ayudarte en lo que pudimos, pero en realidad, no hicimos nada por ti.
- Don Leonardo –me dirigí humildemente–, ¿cómo puedo devolver el gesto que tuvieron conmigo?
- Estate tranquilo con eso. Nada de deuda. Ya el universo nos volverá a unir en caso que así lo necesite. Gracias a ti por confiar en nosotros.
- ¿Cuándo tenés pensado regresar? –dijo Adrián rato después, tomando fiambre de la heladera.
- No lo sé. Hoy iré por la agencia a averiguar.
- ¡No seas capitalino! Acá tenemos los horarios –comentó mostrando un papel pegado a la heladera–. Hoy a las 13hs tenés uno. ¿Querés irte en ese o debes hacer luto?
- Me parece buena opción –contesté sonriendo–. Con cuatro horas me da el tiempo para armar el bolso.
- ¡Esa papi! Me alegro que deseas volver. La etapa que viniste a vivir ha concluido.
- Gracias por tu ayuda y paciencia.
- Ni que hablar. Bendiciones.

La despedida, siento, que ya se ha realizado. Decido quedarme un rato en la cocina conversando con Adrián sobre lo aprendido, las metas y objetivos de cada uno. En eso, regresa Don Leonardo a quien le informamos de mi partida, uniéndose a nosotros para compartir la última mateada por Cerro Chato.

Una hora después subo a la habitación, me doy una ducha, armo el bolso, desarmo la cama y bajo con las sábanas para poner a lavar. De

regreso, paso por el estar y veo a Don Leonardo mezclado con un libro, leyendo “La Jangada” de Julio Verne.

- ¿Qué hace tan concentrado? –pregunté.
- En verdad –dijo mientras me mira por encima de sus lentes–, Verne con sus acertijos y misterios, ha sido un escritor muy bueno. No se puede decir otra cosa al respecto.
- No sabía que fuera escritor de misterio.
- Tiene varios tipos. Para mí todas son fantásticas, pero algunas tienen un tinte más real; ésta, por ejemplo, comienza con un mensaje cifrado que hasta que no se descubra la clave con la cual se cifró, no puede ser interpretado.
- Ni idea.
- Yo tampoco, pero me entretiene en los momentos de libertad mental.
- Entiendo que cuando lee no escucha música –dije haciendo hincapié por lo fuerte del silencio.
- Es que cuando me concentro en algo, no presto atención a otra cosa. Prefiero ser listo y no distraerme.
- Comprendo. Sano juicio.
- Gracias –dijo sonriendo.
- Bien. Terminó de limpiar la habitación y bajo con mis cosas para irme.

Sin más, regresé al dormitorio, relevé todo como última ojeada, barré y limpié el piso. Tomo mis cosas y bajo a la cocina dejando el equipaje en la mesa para preparar el mate y salir a la agencia.

- Adrián –le dije ni bien lo vi llegar–, dejé lavando las sábanas del dormitorio; ¿te puedes encargar de eso?
- Si Diego, estate tranquilo. ¿Ya salís?
- Sí, termino de prepararme el mate y salgo.
- ¿Querés que te alcance en la moto?
- No, no. Prefiero regresar como llegué.
- Muy bien. Que así sea.

Al terminar de hervir el agua, dejé el mate hinchando en la cocina y salí a despedirme del campo; habían sido 21 días de compañía.

- Gracias –comencé a decirle mientras me agachaba poniendo mi mano sobre el pasto– por compartir estas semanas de cambio. Bendigo estas tierras y les deseo paz y armonía, en todos los días venideros. ¡Salud!

De regreso, me armo de valor, cargo el bolso, agarró el mate y decreto:

- Ahora si me retiro Adrián. Te saludo y te bendigo. Que tengas éxitos en tus compromisos, desafíos y metas. Que todo el bien que entregues te sea devuelto por 777⁵.

El abrazo que nos dimos mutó las palabras. La energía encontrada fue demasiado buena para el tiempo vivido. Dando la vuelta.

- ¡Estimado amigo! –le dije a Leonardo mirándolo a los ojos–. Gracias por todo. Le bendigo y agradezco mucho por sus acciones para conmigo.
- Deja eso Diego. Nos volveremos a ver. Que tengas buen regreso.
- Gracias –dije sin poder expresar nada más.

Al momento tomo el bolso y salgo por la puerta principal sin decir una palabra más. Veo el camino de regreso esperándome. “*¡Permiso realidad!*” –me dije en voz alta comenzando la caminata. Siento que en este período se me enseñó a conocerme sin tapujos ni preceptos. He visto, como, desde mis años mozos, cargué con una sombra macabra, marcada por distintas creencias, conceptos y éticas dispares, que en ningún momento me permitió ver a mi yo interior.

Llego a la agencia, me reflejo en el vidrio del súper y no me reconozco. Compro el boleto directo a Montevideo y decido esperar la

⁵ En numerología se entiende que es una potente combinación de la energía del número 7, triplemente amplificada, lo cual resalta la *importancia del crecimiento espiritual y la profunda conexión con lo divino*. Es un recordatorio de que estás en el camino correcto y que estás en sintonía con tu propósito y misión en la vida. El propósito fluye desde tú interior y todo lo que se está desarrollando o revelándose es parte de tú propósito.

partida sentado al sol, al costado de la vía. Ahora son cerca de las 13hs y las calles se encuentran vacías.

- ¡Buen día Don Diego! –escuché detrás de mí.
- ¡Hola Doña Elvira! ¡Qué sorpresa! ¿Qué anda haciendo por acá?
- Trabajo en la panadería del súper. Lo vi por acá y lo vine a saludar. Por lo que veo ya regresa a su tierra.
- Así es. Regreso a mis tareas diarias con responsabilidad y cabeza renovada.
- Que bien, me alegro. Siempre cuando se habla con Don Leonardo se termina con la cabeza cambiada.
- Me di cuenta –respondí poniéndome en pie–, aunque es cierto que al llegar lo dudé mucho.
- ¡Las apariencias engañan Don Diego! –dijo sonriendo.
- ¡Allí viene el bus! –dije al verle doblar la esquina.
- Gracias Diego por haber venido a nuestras tierras. Fue un honor para nosotros recibir amigos nuevos.
- Gracias a ustedes por la atención y el cuidado.
- ¡Mereces Diego! Que tengas buen viaje.
- Gracias Doña Elvira.

Ni bien llega el bus, subo sin esperar ni un momento. Marco el ticket, levanto la cabeza y lo encuentro repleto de gente. No me había percatado que el trayecto del viaje es desde Salto a Montevideo; de seguro que habría pasajeros. Sin más, caminé hasta mi asiento y me ubiqué. Ni bien sentarme, dediqué mi mente a reflexionar y descansar. El bus estuvo varios minutos cargando paquetes en las bodegas. La terminal en eso, informa por los parlantes de la partida de las 13hs con destino a Montevideo, capital.

Ni bien el bus tomó la ruta, vinieron a mí recuerdos de aquel arrorró que alguien nos hizo en brazos alguna vez. Mis padres me contaron que daban varias vueltas de manzana para que me durmiera. El bus dio varias vueltas por la zona y al entrar en la carretera, me dormí.

AGRADECIMIENTOS

“Sin la nada, el todo sería un desperdicio”

Cuando uno restaura su vida como en una película, puede observar a todas las personas que han formado parte de ella y de cómo, la propia impermanencia, fue moldeando las etapas haciendo cambios de protagonistas, de rol o de escena. Por eso, en estas líneas, reconozco, agradezco, libero y honro a todos los maestros que me han acompañado en esta primera etapa de mi historia. Evitaré nombres personales, así no confino ninguna importancia entre ustedes, ya que el valor intrínseco de cada uno es en sí superlativo.

Gracias a:

- Mi ego y alter ego.
- Mis padres y hermanas.
- Mis abuelos, tíos y primos.
- Mis amigos de barrio y compañeros de escuela.
- Mi primer gol.
- Mis profesores y amigos de vida escolar.
- Mi accidente de tránsito.
- Mi discoteca.
- Mis compañeros de trabajo.
- Mis exmujeres, verdaderas maestras.
- Mis hijos, amores eternos.
- Mis amigos de travesía, columnas que me mantuvieron en pie.
- Mi coach personal, persona que me reveló como amar las sombras.

CAPÍTULO ∞ – REALIDAD

“Ama hasta que duela.”

Siete horas después, despierto con el guarda al lado, en plena terminal, avisándome que hemos llegado. El bus hizo todo el recorrido, con sus paradas intermedias y yo, sin darme cuenta descansé como un bebito en calma.

Sin dudarlo, me acomodo en el asiento, me arreglo la ropa, tomo mi bolso y bajo. El regreso a la capital me hizo sentir raro. Volver a respirar el aire viejo con olor a gasoil, me llevó directamente a la rutina.

Sin dudarlo y disfrutando de mi espacio en soledad, regreso a mi apartamento, caminando lento como perro sediento.

Al cabo de largos minutos pisando las calles ciudadinas, contemplo mi barrio, llegando a casa distendido. Subo al piso, puerta 302, abro la puerta y me tiro con mucha paciencia en el sofá de la sala.

El regreso a casa ha sido bueno. El desorden anterior ha dejado muestras de una personalidad que corre detrás; ¡que bueno! Parece como los lugares de las cosas nunca han sido respetados. Sin observar más, arranqué para el dormitorio al clásico desarme, desarmar el bolso, a guardar la ropa limpia, a poner la sucia a lavar y sin dejar otra cosa para otro día, decido activarme y limpiar el apartamento. Limpié, ordené, puse todo en “su lugar”, me tomé un litro de agua, una ducha caliente y sin pensar me acosté.

Al cabo de unas horas y de regreso al interior, me ubico en la sala con almohadones al piso, me cruzo de piernas e inicio la rutina. 28 minutos después, me pongo en pie energizado, realimentado. Al rato

tomo la notebook, me ubico en la mesa de la cocina, e inicio sesión en el sistema como es común. Reviso las cuentas y recuerdo el mensaje aquél en clave.

CDCAD/VOOOEE/SIOLA/MNREGO/INSNNL/ODNRIR/IUOCRM/VFPOEA

Al abrir los ojos, observo que es el mismo contenido recibido hace tres semanas cuando llegué a Cerro Chato pero ¿por qué otra vez?

Comienzo analizarlo y observo rápidamente que es un mensaje del tipo *E2E*, de extremo a extremo, siendo un envío secreto y cifrado desde el remitente hasta mí teléfono. El que más me gusta es el de sustitución. Leo el mensaje de izquierda a derecha y de derecha a izquierda, y no entiendo nada; descarto entonces el algoritmo de escritura inversa.

Ya que este punto fue zanjado y aplicando el “por lo tanto”, sé que el método utilizado es por transposición con clave simétrica, la cual debe ser conocida por el origen como por el receptor, pero ¿cómo?

Sin pasar más de la cuenta, tomé una hoja, un lápiz y comencé a aplicar la transposición en forma de columna en donde el mensaje original, está limitado por una palabra clave a descubrir. Pienso en la información intercambiada con el sitio y recuerdo como primer punto la contraseña de la cuenta. Pruebo sin perder: *insomnia* como palabra clave.

I	N	S	O	M	N	I	A
---	---	---	---	---	---	---	---

Luego de ello continúo con el procedimiento numerando las letras de la palabra escrita, manteniendo el orden del alfabeto, siendo la letra “A” el 1 y así las subsiguientes. Si alguna se repite, se numera de izquierda a derecha de forma consecuente.

I	N	S	O	M	N	I	A
2	5	8	7	4	6	3	1

Obtengo la cifra numérica y ahora debo combinarla con el mensaje recibido rellenando, en primer lugar, la primera columna con la primera palabra de la oración.

I	N	S	O	M	N	I	A
2	5	8	7	4	6	3	1
							C
							D
							O
							L
							A

De la misma manera y conociendo el sistema de la tabla, tomo la columna referente al número 2 y la relleno. Hago lo mismo con las otras columnas. De esta manera relleno el cuadro en donde leeré el texto cifrado.

I	N	S	O	M	N	I	A
2	5	8	7	4	6	3	1
V							C
O							D
O							O
C							L
A							A
D							

Sin más y sin distraerme, me tomo el tiempo como un niño, jugando al investigador. Veo en ese momento que la relación del tiempo desapareció. Se siente la calma; como ese espacio en donde la cabeza no piensa y se vive el presente. “¡Qué loco!” –me balbucee a mí mismo.

Estaba llenando el cuadro cuando de repente me suena el celular del otro lado de la mesa.

- Hola mamá, –contesté rápidamente– ¿cómo estás?
- Yo, bien. Vos ¿cómo estás?, porque hace días que no sé nada de vos.
- Estoy bien mamá. Me tomé unas vacaciones.
- Que bien –dijo como sin entender-. ¿Cuándo venís de visita?
- No sé mamá, pero si me apurás él próximo fin de voy para ahí.
- ¡Qué bueno! ¡Me encanta! Te espero con unos ricos alfajores de maicena.
- ¡Gracias mamá!, siempre dándome los gustos.
- Te espero el viernes. ¿Querés que te vaya a buscar o te venís solo?
- Voy solo mamá. Gracias. Nos vemos.

Al finalizar la llamada me doy media vuelta y regreso al juego.

I	N	S	O	M	N	I	A
2	5	8	7	4	6	3	1
V	I	V	I	M	O	S	C
O	N	F	U	N	D	I	D
O	S	P	O	R	N	O	C
O	N	O	C	E	R	L	A
E	N	E	R	G	I	A	D
E	L	A	M	O	R		

“VIVIMOS.CONFUNDIDOS.POR.NO.CONOCER.LA.ENERGIA.DEL.AMOR”

Otro más conoce el secreto de la energía del amor. La alarma, a la mañana me despertó. Sin darme cuenta me encuentro en el sillón como un perro que jugó con los almohadones. Levanto la cabeza y me digo –, *“¡comienza la faena semanal! ¡vamo’arriba!”*

“No existe ningún misterio sino nuestra incapacidad de percibir lo evidente”.

“La humildad consiste en la liberación de la noción de humildad porque si queremos ser humildes, somos orgullosos y no somos lo que queremos ser”.