

Jordi Boldó

DE LO UNO A LO OTRO

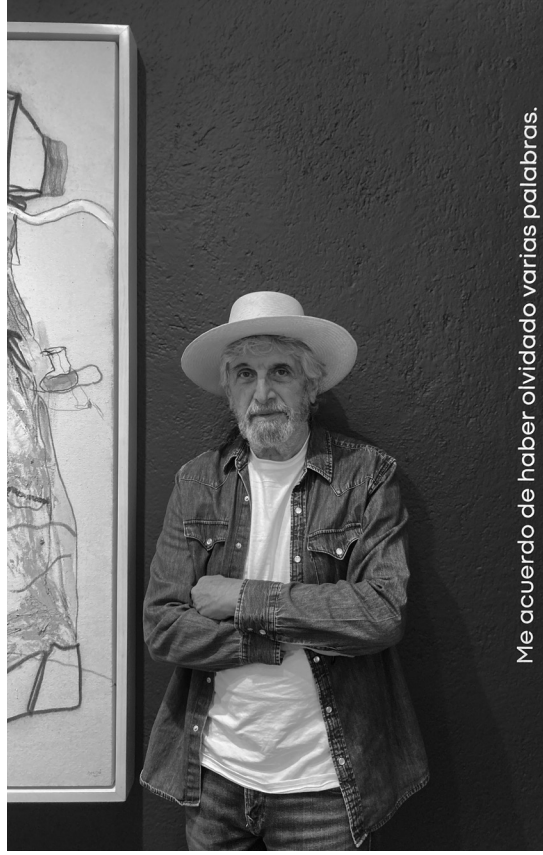
[Lo que es y lo que no es]



EDICIONES MONTE CARMELO

DE LO UNO A LO OTRO

[Lo que es y lo que no es]



Me acuerdo de haber olvidado varias palabras.

Jordi Boldó

DE LO UNO A LO OTRO
[Lo que es y lo que no es]



EDICIONES MONTE CARMELO

En el frontispicio: el autor, en la Galería Nuun Oaxaca,
Oaxaca de Juárez, febrero de 2025
Fotografía de Esmeralda Torres.

Imagen de la página 93
El imperativo de la mirada [Paisaje evocado] 54, 2022
Óleo, grafito, tintas / Algodón, tabla
28 x 35.5 cms. / 40.5 x 47 cms.

Editor: Francisco Magaña
Diagramación: Verónica Landaverde
Diseño de colección: Margarita Pizarro

Primera edición: 2025

D. R. © JORDI BOLDÓ
D. R. © EDICIONES MONTE CARMELO
Zaragoza 103, Sur
86300 Comalcalco, Tabasco

ISBN: 978-607-7941-39-2

Impreso y hecho en México
Printed and made in Mexico.

Para Esmeralda, siempre

Las palabras engañan. Una **cosa** es lo que muestran, otra lo que esconden. No es lo mismo el azar que el asar. Tampoco un agente que una gente; estar alado, que estar al lado; cerdos que ser dos; la bandera que lavandera; cerezo que ser eso. No todo lo que rima es verso, ni todo lo que existe es verdadero.

Una **cosa es** vivir; otra funcionar.

Lo que trasciende **es** la voz, no la **palabra**.

Es curioso cómo se desarrollan las conversaciones, cómo pueden darnos conexiones conmovedoras y afortunadas o, por el contrario, alejarnos irremediabilmente. Hablar es más que mover la lengua, los labios y la laringe para emitir sonidos comprensibles; es transmitir emociones que van más allá del significado literal de las palabras. Cada matiz de tono, cada pausa reflexiva, cada gesto y cada inflexión, actúan en sintonía para comunicar el mensaje que buscamos compartir. La **palabra** y la voz son esenciales para relacionarnos con los demás y en la construcción **de** nuestra identidad. Por ello, debemos emplearlas con medida, claridad y, sobre todo, con fidelidad a lo que somos; sólo así podremos establecer vínculos auténticos y significativos.

Los mejores diálogos surgen **de** manera espontánea, como un juego, como **un** acto de amor, confianza y complicidad.

Para conectarnos con nuestra verdadera voz, sin imposturas, es fundamental observarnos con detenimiento. Sólo así podremos detectar cuándo el lenguaje adopta **un** protagonismo indebido, oscureciendo nuestra autenticidad y empobreciendo el diálogo. Cuando esto ocurra y seamos conscientes **de** ello, debemos volver a nuestra esencia, ser honestos con nosotros mismos y recuperar una expresión espontánea y natural.

Los pensamientos se desarrollan poco a poco, como si se cocieran a fuego lento. Antes **de** compartirllos, es necesario dejarlos madurar y aguardar el momento propicio para expresarlos con claridad, en ese instante preciso en que la tranquilidad y el silencio despejan los **pensamientos** intrusos, alejan el ruido y mitigan la sobrecarga de distracciones constantes que nos acosan.

Los **pensamientos** no nacen únicamente de las palabras; también provienen de las imágenes y las sensaciones. Traducir nuestras experiencias visuales y sensoriales en palabras es una capacidad intrínseca del ser humano, surgida de la necesidad de compartir experiencias y conocimientos. Nos comunicamos mediante el habla **y** la escritura porque necesitamos dar forma objetiva a nuestros pensamientos. El lenguaje es la herramienta más poderosa que tenemos para ordenar nuestras ideas sueltas y desparramadas.

El pensamiento abstracto **y** las emociones puras se desplazan con **la** rapidez de la mirada, a la velocidad de la luz.

En contraste, los pensamientos verbalizados avanzan con lentitud. La experiencia subjetiva, el sentir y el percibir se manifiestan al instante, mientras que articular el pensamiento, ya sea a través del habla o, con mayor exigencia, mediante la escritura, requiere tiempo y una destreza mayor.

Pensar es enfrentarse a uno mismo. Se piensa como se vive; de ahí surge **la** dificultad de conciliar las múltiples formas de pensamiento. Cada existencia, como cada suceso, es una rareza irreplicable: una anomalía que desafía cualquier intento de clasificación. Los enredos de la palabra son, casi siempre, producto de la efusividad: esa exaltación **del** lenguaje que, al desbordarse, deviene en un deschongue intelectual, en un torrente de ideas en su estado más puro.

La calidad de un buen texto no reside únicamente en la cuidadosa construcción de sus oraciones subordinadas, sino también en la irrupción inesperada de aquellas oraciones *insubordinadas* que brotan **del** inconsciente, desafiando las normas **y** rebelándose contra sus propias ataduras.

Para comunicarnos bien con los demás, primero que nada, hay que establecer un vínculo sincero con nosotros mismos. Sólo a través de una introspección profunda **y** honesta podemos hallar las palabras precisas **para** expresar lo que realmente pensamos y sentimos.

Debemos evitar el uso de palabras violentas. La cortesía y la moderación en el lenguaje son fundamentales **para** entablar una buena comunicación. La amabilidad, como virtud, tiene el poder de transformar radicalmente la calidad

de nuestras conversaciones. En un mundo dominado por las tensiones, la simple decisión de ser afables puede marcar la diferencia... Existen diversas maneras de zanjar una discusión, establecer límites y evitar confrontaciones innecesarias. Los malentendidos son la raíz de muchos conflictos, por lo que resulta fundamental aprender a comunicarse con claridad y corrección.

Los rumores y las mentiras viajan **más** rápido que las noticias.

Vivimos **más** en las palabras y en las ideas que en la **realidad**. Nos perdemos en discursos, teorías y creencias, olvidando lo que verdaderamente somos.

Cuando la **realidad** se despoja de sus velos, la verdad se revela como una fortaleza inquebrantable: sólida en su forma y desprovista de misterio. Hay saberes que sólo se intuyen y asimilan a través del sentir, mientras que otros son fruto del pensamiento, la perseverancia **y** el rigor de la razón. Al final, la plena conciencia no es nada más cuestión de concentración, sino también de una claridad emocional capaz de iluminar el entendimiento.

Existen innumerables maneras de interpretar las cosas, **y** el verdadero desafío no radica tanto en elegir la realidad que más nos convenga, sino en tener el criterio suficiente para distinguir entre lo justo y lo injusto. El verdadero dilema surge cuando confundimos lo conveniente con lo correcto. No podemos abarcar todo cuanto sucede a nuestro alrededor porque nuestra percepción siempre está condicionada

por nuestras experiencias, prejuicios y deseos personales. En la búsqueda incesante de certezas, solemos elegir según lo que nos conviene, sin darnos cuenta de **que** no existe una verdad absoluta.

Aunque es más fácil decirlo **que** hacerlo, creo sinceramente que, a pesar de las posibles consecuencias adversas, siempre hay que decir **la** verdad.

A veces no viene mal sembrar alguna que otra discordia o antipatía. Discrepar, e incluso provocar a nuestros interlocutores con fines meramente retóricos, puede ser una estrategia comunicativa mucho más efectiva de lo que suele suponerse. Es necesario alejarse de las conversaciones vacías y previsibles, donde **la** mentira convencional de quien habla se entrelaza con la complacencia hipócrita de quien escucha. La verdadera comunicación sólo puede aparecer en el marco de un diálogo franco y espontáneo. Y más aún, si logramos incorporar otros lenguajes **y** formas de expresión corporal: gestos, señas, giros o exclamaciones que, en su pertinencia, clarifiquen lo que las palabras a menudo ocultan.

No somos buenos ni malos; somos buenos **y** malos a **la** vez.

Desentrañar los enigmas del mundo no es tarea fácil. ¿Son lo mismo verdad y realidad? Aunque en el lenguaje cotidiano suelen emplearse como sinónimos, en términos filosóficos y epistemológicos, representan conceptos distintos. La verdad se manifiesta cuando lo que decimos o pensamos coincide con los hechos; algo es verdadero si se ajusta a cómo son las cosas. La realidad, en cambio, abarca todo lo

que existe, sin importar que nuestra conciencia lo reconozca o no. La verdad y la realidad están en constante transformación. Para comprenderlas, no basta con analizarlas una vez ni desde un solo punto de vista; el desafío no radica tanto en observarlas por momentos, como en cuestionar continuamente cómo las percibimos y cómo evolucionan. La imaginación no sólo ayuda a comprender la realidad, sino que la expande y la transforma, otorgándonos un amplio panorama de ideas y posibilidades de comprensión. Al fin y al cabo, la verdad y la realidad, son también lo que imaginamos. Para descifrar aquello que percibimos como real, es inevitable recurrir a la inventiva y a la metáfora. Por otra parte, la falta de imaginación limita nuestras percepciones.

Para disipar las dudas y resolver esos conflictos que tanto nos inquietan, resulta esencial entrelazar la razón con el sentimiento. No se trata de otorgarle mayor importancia a uno sobre el otro, sino de comprender cómo se complementan. La razón nos otorga la claridad necesaria para descifrar nuestras emociones, mientras que éstas nos brindan esa chispa de pasión y creatividad que anima el pensamiento lógico. Al final, poco importa el camino que elijamos para abordar y resolver nuestros asuntos; cada quien emplea sus propias herramientas... No es lo mismo un cuarteto que un cuartito: afinar un cuarteto de cuerdas es una cosa; reorganizar un cuartito hecho un desastre, otra muy distinta.

Hay muchas formas de interpretar la realidad. Don Tirso, por ejemplo, es la única persona que conozco capaz de dar instrucciones olfativas para llegar a un lugar. «Sigan de frente —nos dice— hasta que el aroma se torne desagradable; cuando el tu-

fillo a orines de borrego invada el aire, giren a la izquierda»... Lo que no sabe mi querido suegro es que, a muchos, nos cuesta distinguir entre derecha e izquierda, entre un tenue susurro y un estruendo ensordecedor; entre un perfume exquisito y un hedor repulsivo; entre el bien y el mal, entre la verdad y la mentira. Todo es relativo, como dijo el poeta español, Ramón de Campoamor: «Y es que en el mundo traidor, / nada hay verdad ni mentira: / todo es según el color / del cristal con que se mira».

Es fascinante observar cómo nuestros sentidos se combinan, ofreciéndonos una gran diversidad de experiencias únicas y enriquecedoras. Un ejemplo claro de esto ocurre, con toda su fuerza, cuando contemplamos la naturaleza, donde los colores, sonidos, olores y texturas se entrelazan, abriéndonos un mundo infinito de posibilidades sensoriales. Sin embargo, debemos ser cautelosos y no dejarnos llevar por las apariencias; los sentidos, muchas veces, nos engañan, mostrándonos un reflejo distorsionado de la realidad. Cuando ignoramos el delicado equilibrio que rige el orden natural y no respetamos la armonía esencial de los elementos, nos exponemos temerariamente a complicar el asunto, en otras palabras, a *enredar la madeja* hasta el punto de no sólo distorsionar nuestra propia percepción de la realidad, sino también de deformar el mundo que habitamos.

Gran parte de los problemas que enfrentamos proviene de nuestra obstinación, de nuestra renuencia a aceptar las cosas tal como son.

Aunque a menudo se utilizan como sinónimos los conceptos de sociedad y comunidad, distan de ser equivalentes.

tes. Mientras que la palabra «sociedad» alude a un conjunto amplio de individuos que simplemente coexisten, el término «comunidad» sugiere una conexión más profunda, íntima y comprometida, basada en la cooperación, el afecto y la equidad. Podría decirse que, en cierto sentido, la sociedad contemporánea ha desvirtuado el auténtico significado de **comunidad**, priorizando el individualismo y la competencia sobre el bienestar colectivo y las relaciones solidarias.

La auténtica **comunidad** abarca a **todos**, incluso a quienes, desde la soledad, han perdido el sentido de pertenencia a una familia, una cultura, una clase social, una raza, una patria o una religión.

Hay cosas que sólo pueden hacerse en conjunto, con la participación de **todos**. Más que una nueva realidad, lo que verdaderamente necesitamos es una nueva **solidaridad**.

Solidaridad es darle al otro lo que no tiene.

Lo que **no es** bueno para todos, **no es** bueno para nadie.

Comprendo la importancia y el valor que el juego y la fiesta aportan a la convivencia humana. Sin embargo, **no** puedo evitar inquietarme al observar cómo, en muchas ocasiones, las personas, las familias e incluso sociedades enteras tienden a desmadrarse, adoptando conductas irresponsables. En algunas culturas, en vez de priorizar el trabajo y la cohesión social, prevalece el gusto por la diversión efímera y superficial. En el extremo opuesto están quienes creen que la alegría y el placer nos apartan de lo divino y de las buenas

costumbres, como si las **fiestas** y el disfrute de la vida fueran incompatibles con la espiritualidad. Son mentalidades puritanas y conservadoras, encadenadas a sus prejuicios morales o religiosos, que no comprenden que la verdadera virtud radica en el equilibrio, y no en la negación ni en la represión.

Las **fiestas**, aunque a veces las disfruto, por lo general me dejan agotado y **con** una extraña sensación de vacío.

Como familia, la mía ha sido un caos. Pero un caos **con** cierto encanto provocador y un estilo nada **convencional**. Salvo mi abuelo —que yo sepa—, cada quien tiró por su lado, haciendo de su vida un papalote. Nadie echó raíces; nadie encontró arraigo ni cohesión en nuestras vidas. Crecí en ese contexto con una clara inclinación hacia la libertad, la soledad y el silencio. Sólo encuentro algo cercano a la paz durante los viajes largos por carretera y en las pausadas caminatas por lugares desconocidos... Me gusta vestir camisas frescas de algodón, de manga larga y tonos claros... A veces me pierdo en mi cabeza y no sé qué hacer conmigo mismo, pero he aprendido a adaptarme tanto a las rutinas como al tedio. Prefiero la compañía de pocas personas, siempre y cuando sean honestas, sinceras, capaces de desafiar lo establecido y de enseñarme a ver el mundo desde otros puntos de vista... Como dicen por ahí: *los perros no cantan, los perros ladran*. Entonces, ¿por qué pedirle peras al olmo?... No tengo miedo, pero sí una soledad que a ratos pesa demasiado. Al fin y al cabo, perseguir la libertad trae consigo algunos inconvenientes.

Es tentador refugiarse en la comodidad aparente de lo **convencional**, donde el sentido común y los patrones pre-

establecidos suelen brindarnos una engañosa sensación de estabilidad. Sin embargo, ese camino, por más seguro y reconfortante que parezca, puede limitar nuestra capacidad creativa y alejarnos de nuevas perspectivas. Aunque mi manera de hacer las cosas me conduce, en ocasiones, a resultados desconcertantes, o incluso erróneos, considero esencial partir de ciertos criterios para gestar ideas que resulten valiosas, por ejemplo: explorar los **sueños** como fuente inagotable de inspiración, desaprender lo aprendido para romper con las cadenas del hábito o buscar soluciones contrarias a la lógica común que trasciendan las trampas de la experiencia acumulada.

Los **sueños** más terribles ocurren cuando estamos despiertos. Para muchos, la realidad supera cualquier **pesadilla**.

Desde hace tiempo, me acecha una **pesadilla** recurrente que me hunde en el desconcierto. En mi sueño me veo atrapado en parajes desolados, rodeado de almas que cargan pesares invisibles y ocultan secretos indescifrables. Es una **pesadilla** teñida de zozobra y confusión, donde se mezclan miedos antiguos **y** preocupaciones presentes. Sin embargo, lo más perturbador es que, una y otra vez, como en un ciclo inquebrantable, debo enfrentarme a obstáculos implacables que creía haber dejado atrás en pasadas vigiliadas.

El pensamiento, a menudo, parece un ejercicio antinatural; un esfuerzo tan extravagante como innecesario. Las cosas simplemente *son*, suceden porque suceden, **y** resulta vano indagar o pretender responder a muchas de las preguntas que nos planteamos. La expresión «las cosas pasan por

algo» siempre me ha incomodado. Yo diría, más bien, que las cosas sólo pasan. Como lo expresó el poeta Angelus Silesius: «La rosa carece de porqué; florece porque florece». ¿No es acaso un alivio, aunque quede la duda, aceptar que el mundo carezca de explicaciones definitivas? Claro que me gustaría que el universo nos ofreciera certezas, que todas las sombras de la **incertidumbre** se disiparan. Pero, al mismo tiempo, me parece maravilloso, casi sublime, el hecho de que las cosas sean como son: incomprensibles en su totalidad. Quizá jamás sabremos por qué pasa lo que pasa... Creo en el azar, no en el destino.

En un mundo donde la **incertidumbre** y el miedo se han vuelto permanentes, anticipar los cambios que se vienen es casi un acto de supervivencia. Estas transformaciones, siempre desconocidas y caprichosas, llegan sin previo aviso: unas veces con la delicadeza de una suave brisa; otras, con la furia de un vendaval devastador. Mientras aguardamos lo que traerá el futuro, no nos queda más remedio que aferrarnos a nuestras tranquilizadoras rutinas y rituales que nos brindan seguridad y certidumbre. De cualquier forma, cuando el cambio finalmente llega, no nos queda más remedio que enfrentarlo. Debemos estar *siempre listos*, como los niños exploradores, porque la vida, en esencia, no es más que una interminable sucesión de giros inesperados del **azar**.

La vida se despliega ante nosotros como un sorteo caprichoso; un juego de **azar** tan impredecible como un volado: ese cara o cruz que gira en el cielo sin certezas. Nunca sabemos qué nos tocará: ganar o perder, subir o bajar. In-

certidumbre que encuentra eco en las palabras del filósofo Heráclito de Éfeso: «El camino que asciende **es** el mismo que desciende». En esta sentencia se condensa la esencia misma de la existencia: una sucesión constante de altibajos donde el éxito y el fracaso se turnan de forma imprevisible. Todo es fortuito. La buena fortuna y la adversidad no son más que las dos caras de una misma moneda lanzada al aire.

Ser positivo no siempre **es** lo mejor. A veces la duda, incluso el pesimismo, **con** su fría y penetrante lucidez, es lo más sensato.

Nos desesperamos **con** demasiada facilidad, y esa impaciencia suele empujarnos al error. La paciencia y la tenacidad son indispensables para alcanzar nuestras metas. Sin embargo, sólo el tiempo puede esclarecer si nuestras elecciones fueron acertadas o no. Mientras tanto, no nos queda más remedio que aceptar el curso natural de las cosas, observar con atención los detalles de cada momento, actuar con precisión en **el** instante oportuno y aprender a soltar aquello que escapa a nuestro control. Hay misterios que pertenecen únicamente al capricho de lo incierto.

Algunas personas viven atadas a la necesidad de ser reconocidas y sentirse especiales, como si esa validación externa fuera **el** único sentido de sus vidas. La gente se deja deslumbrar con facilidad por los ornamentos y se rinde fácilmente ante las apariencias. La fama, para muchos, es la mayor conquista posible, un ideal que creen alcanzable sólo a través del esfuerzo y el sacrificio. Sin embargo, la celebridad es apenas una sombra inestable, tan relativa como efímera,

un espejismo que se transforma según quien lo mire. Quizá sería más sencillo vivir sin arrastrar el peso abrumador **de** esa quimera llamada éxito. A fin de cuentas, pocos alcanzan la cima y, de un modo o de otro, todos fracasamos. Todo sería más llevadero si aceptáramos con serenidad nuestras caídas y reveses. Al fin y al cabo, nadie escapa ileso de la adversidad. La incurable obsesión por cumplir nuestros caprichos y deseos, tarde o temprano, nos condena a enfrentarnos al fracaso inevitable.

¿Quién no guarda en lo más profundo **de** su ser **un** anhelo inconfesable?

Las mentes positivistas suelen ver en el caos y la desgracia una ocasión propicia para el progreso. Como dice el Venerable Lama Rinchen: «Donde unos ven caca, otros hallan abono». Aplaudo el infatigable entusiasmo de los idealistas; es cierto que algunos infortunios pueden revelarnos **un** universo insospechado de oportunidades. Sin embargo, no comparto la idea de regocijarse en medio de la desdicha. No creo **que** los problemas sean siempre oportunidades disfrazadas, al menos no para todos. No somos como los pavorreales, que metabolizan el veneno de las criaturas que devoran para embellecer su plumaje.

Idealizar un pasado **que** nunca fue perfecto es tan absurdo como afirmar que ahora todo es un desastre. La verdad es que, si nos detenemos a pensarlo, siempre ha habido muchas cosas mal, y todo indica que así seguirá siendo... A veces, es preferible la amarga lucidez de un **pesimista** que la ciega necedad de un optimista irreflexivo.

¿Qué pasaría si, de pronto, la vida sana llegara a su fin? Si la alegría que ilumina nuestros días se apagara o si la prosperidad, tan firme en apariencia, se deshiciera como arena entre los dedos. ¿Qué pasaría si perdiéramos la compañía de quienes amamos y la cálida cercanía de los amigos se volviera un pálido recuerdo? ¿Y si, además, nos arrebataran la libertad que tanto valoramos o, incluso, nuestra propia existencia, de manera inesperada? Es muy probable que, tarde o temprano, todo esto ocurra. Todo lo que somos y todo lo que nos rodea se sostiene en un delicado equilibrio temporal. Cada alegría que vivimos, cada gesto compartido, cada respiro, es único e irrepetible, precisamente porque está destinado a desvanecerse. Y en esa conciencia, en esa certeza de lo efímero, encontramos la razón para vivir con plenitud, amar con intensidad y cuidar lo que hoy tenemos. Este no es un pensamiento triste ni **pesimista**, sino un amable recordatorio **de** nuestra conmovedora fragilidad, como la de un nido de colibrí.

¿Cuál es la diferencia entre inmortal y eterno? Aunque ambos conceptos suelen usarse indistintamente, en realidad esconden matices significativos. «Inmortal» alude a la incapacidad absoluta **de** morir o, más precisamente, a la ausencia definitiva de la muerte, mientras que «eterno», evoca la permanencia sin fin en el **tiempo**, sin que la posibilidad de morir sea relevante. La inmortalidad desafía a la muerte, mientras que la eternidad trasciende no sólo la vida, sino al tiempo mismo.

¿Y si el **tiempo** y el espacio fueran, en el fondo, una misma cosa? Es muy probable que estos conceptos, tan arraiga-

dos en nuestro intento de descifrar la existencia, no sean más que dos nombres diferentes para designar una misma esencia, una misma realidad. La manía humana de fragmentar lo indivisible, de dividir para comprender, a menudo resulta contraproducente en un contexto donde todo está interconectado, donde todo fluye **y** se desvanece, reapareciendo en un ciclo infinito e indivisible que trasciende cualquier esfuerzo por delimitarlo. Al final, *todo es uno*: una totalidad inabarcable.

El tiempo se nos presenta como uno de los enigmas más esquivos y desconcertantes. Por un lado, actúa como un marco que moldea nuestra existencia, una especie de brújula invisible que nos orienta en medio del caos. Por otro, se nos revela como un agente de cambio **y** transformación, capaz de mejorar o destruir aquello que creíamos eterno, sea venturoso o adverso. Aceptar la fugacidad de cada instante —ya sea luminoso o sombrío— podría ser el mayor acto de sabiduría al que podemos aspirar. Porque, al fin y al cabo, en esa transitoriedad reside el valor más profundo de la vida: el don de transformar cada momento en algo irrepetible, en algo que no volverá jamás. El tiempo, en su flujo incesante, no nos arrebatada nada, más bien nos enseña **a** apreciar nuestro presente, que es lo único que tenemos.

Hay temas tan complejos que sólo pueden entenderse si se abordan desde varias perspectivas. Un ejemplo de ello es el debate sobre la libertad humana, cuestión que parece escapar a cualquier explicación sencilla. Para algunos, el libre albedrío no es más que una ilusión, una esperanza que se desvanece frente **a** una maraña de causas y determina-

ciones, visibles e invisibles. Sin embargo, aunque esta visión resulte convincente, no logra eliminar la creencia en el valor de nuestras decisiones personales. Es obvio que las circunstancias nos moldean, nos condicionan y, muchas veces, nos empujan por caminos que no elegimos. Pero me resisto a pensar que eso nos quita la capacidad de decidir nuestro destino. En este dilema me considero —por decirlo de alguna forma— un *fatalista con esperanza*: alguien que, aunque acepta el peso de las circunstancias, guarda una chispa de optimismo y voluntad. Postura que busca conciliar lo que nos determina con la idea de que, siempre, hay un margen para elegir. No se trata de ignorar lo inevitable, sino de reconocer la posibilidad de tomar las riendas de nuestra vida. Aceptar nuestra responsabilidad frente a lo inevitable no es una paradoja insostenible, sino un paso necesario para construir nuestra historia. En este escenario de contradicciones, donde la certezas se desvanecen y las ideas parecen insuficientes para explicar que es la libertad, reafirmo mi actitud de aceptar la realidad que nos moldea, pero también de asumir el compromiso de transformarla. Cambiar el mundo es un desafío monumental, pero necesario... Creo en la libertad que va más allá de lo individual; en una libertad sustentada en la solidaridad compartida.

Desde siempre, la única manera de cambiar el mundo ha sido rebelarse contra él.

En un mundo saturado de vitrinas deslumbrantes y promesas falsas de felicidad, es muy fácil confundir calidad de vida con oportunidades de consumo. El progreso, entendido como mero crecimiento económico o tecnológico, no es ne-

cesariamente sinónimo de mejora y bienestar. El avance del consumo masivo nos ha hecho creer que el éxito se mide por la cantidad de posesiones acumuladas, y no por aquellos aspectos menos tangibles, pero esenciales y profundamente humanos, como el bienestar compartido, la conexión genuina con los demás, o el simple, aunque imprescindible, disfrute del tiempo libre.

La libertad es un concepto escurridizo. Por un lado, se nos presenta como una aspiración ideal y, por otro, como una sensación fugaz que a menudo no es más que un espejismo. Spinoza decía que nos creemos libres porque ignoramos aquello que nos determina. Nos aferramos a la ilusión de que nuestras decisiones surgen de la nada, cuando en realidad estamos moldeados por fuerzas invisibles que escapan de nuestra comprensión. Esa quimera de libertad puede ser peligrosa, pues suele llevarnos a comportamientos irresponsables y egoístas... Siempre que escucho la palabra libertad —y disculpen la analogía—, me viene a la mente la imagen de una vaca lechera paseando tranquilamente por un prado, rodeada de gallinas picoteando el suelo en su incesante búsqueda de alimento. Para mí, esta escena bucólica simboliza la libertad; un tipo de libertad que no se limita a una simple ruptura de cadenas y ataduras convencionales, sino que encuentra —sin proponérselo— una sutil armonía con la vida cotidiana. Quizás la verdadera libertad sea la de esa vaca, pastando en paz, sin preocuparse por las cercas que la limitan ni por los peligros que puedan acecharla más allá... Aunque esta idea sea una utopía, los humanos tal vez necesitemos creer que somos libres, al menos hasta cierto punto. Después de todo, nuestro sistema jurídico y social se

basa en la discutible premisa de que somos seres racionales, autónomos y capaces de elegir.

Todo en la vida parece reducirse a tres preguntas: ¿quiénes somos?, ¿de dónde venimos? y ¿hacia dónde vamos?

Eso **de** que los niños vienen de París no **es** más que un cuento chino.

En todo anhelo de reconciliación y armonía, es primordial reconocer que nada **es** eterno, que nada está aislado del resto, que **la** naturaleza es más sabia, poderosa e imaginativa que el ser humano y que, por tanto, nos conviene amigarnos con ella.

La armonía entre los elementos del universo se alcanza únicamente cuando los seres humanos, las plantas, los animales, los minerales, los astros y todas las demás cosas que existen logran convivir en equilibrio. Sin embargo, el mayor problema que enfrentamos radica en que, con demasiada frecuencia, nuestras decisiones resultan incompatibles con las leyes de **la** naturaleza. Ralph Waldo Emerson afirmaba que «El hombre más feliz es aquel que aprende de **la naturaleza** la lección de la adoración». No obstante, parece que, en muchos aspectos, seguimos sin aprender nada.

En nuestra relación con el medio ambiente actuamos con mucha insensatez, ensuciando el hogar que nos cobija y destruyendo el espacio que, por instinto, deberíamos proteger. Hemos olvidado que la Tierra, nuestra madre generosa, es un santuario de recursos vitales que nos acoge entre

sus brazos. En lugar de cuidarla con gratitud y reverencia, la envenenamos con nuestra imprudencia, explotándola sin la más mínima consideración. Es imperativo transformar nuestra relación con **la naturaleza**. La forma en **que** nos relacionamos con el planeta es devastadora, pues hemos propiciado una alarmante pérdida de biodiversidad, la degradación irreversible de los recursos naturales y un cambio climático cada vez más incontrolable.

Casi todo lo **que** hacemos los humanos es antinatural: una rebelión, un desafío constante y temerario contra la naturaleza. Convertimos lo salvaje en formas artificiales y domesticadas. Un jardín, un zoológico, un campo de cultivo o una ciudad son testimonios de nuestra capacidad para moldear y transfigurar el entorno natural. Del mismo modo, una persona educada **es** un ser transmutado, producto y reflejo fiel de la civilización, de las estructuras, creencias y tradiciones que la sociedad le impone, en contraposición a sus instintos más profundos y primitivos.

Sobrevivir exige no sólo adaptación y sacrificio, sino también un fuerte deseo de cambio y renovación. En la vida, lo más importante **es** asegurar nuestra existencia, pero olvidamos con demasiada facilidad que ésta pende **de** un hilo. Estremece pensar que, a cada instante, de forma consciente o inconsciente, por imprudencia o desatino, nos exponemos a innumerables riesgos y amenazas. ¿Cuántas veces hemos estado a punto de perder la vida sin habernos enterado?

Es necesario evitar los abismos **de** la depresión que nos roban las ganas de vivir, pero también debemos cuidarnos

de los excesos de euforia y optimismo. No podemos caer en la ingenuidad de creer ciegamente **en** los milagros de la voluntad ni del entusiasmo desmedido. Necesitamos aprender a equilibrar nuestras emociones, otorgarles su justa medida y adaptarlas a las circunstancias.

Cada caída, cada sentimiento de pérdida o desmoronamiento personal, encierra, **en** su aparente devastación, una valiosa enseñanza. El filósofo Henry David Thoreau afirmaba: «No nos encontramos a nosotros mismos hasta que nos vemos perdidos». No perderse nunca es **no** vivir. Resistirnos al cambio y al dolor es, en cierta forma, cerrar las puertas al aprendizaje. Sufrir un revés y atravesar momentos de incertidumbre conllevan su propia recompensa. Sólo cuando estamos completamente perdidos, logramos encontrarnos.

Cuando buscamos algo en particular, es común encontrarnos con lo inesperado. Muchas veces **no** hallamos lo que queríamos, pero sí lo que realmente necesitamos. Quizá por eso, a veces elijo perderme a propósito, alimentando la esperanza de encontrar algo especial. Hay días en los que me siento, como diría el doctor Bach, en un estado *wild oat* o avena salvaje: atrapado entre la tristeza, la insatisfacción, la incertidumbre, el **miedo** y un profundo vacío existencial. Son esos momentos en los que la autoestima decae y dejo de sentirme importante para mí mismo.

No siempre somos los mismos; estamos en constante evolución, moldeados por las circunstancias que nos determinan. La vida es transitoria, incierta: nada permanece igual. Aferrarse a lo contrario sólo conduce al desencanto y la frus-

tración. El **miedo** al cambio nos limita, al igual que las creencias inflexibles que reducen nuestra capacidad de adaptación y crecimiento. No se trata de actuar impulsivamente, sino de aprender a esperar, tomándonos el tiempo necesario para reflexionar antes de decidir. Esperar no es sólo tener paciencia; es **comprender** la importancia del tiempo, dialogar con él, escuchar lo que nos dice.

La primera condición para **comprender** el mundo es aprender a **reconocer**, con humildad, nuestra propia insignificancia.

Saber es, ante todo, saberse ignorante. No **reconocer** esa ignorancia es, en esencia, vivir en ella. Aceptar con humildad nuestra falta de conocimiento es el primer paso para empezar a aprender. Antes de lanzarnos a explorar lo desconocido, debemos profundizar en lo **que** creemos comprender.

Reconocer **que** cada uno de nosotros no es más que una ínfima parte del universo me deja en una situación extraña: entre la calma y el terror. No sé si esta idea me tranquiliza o, **por** el contrario, me llena de pavor.

Existen dos formas opuestas de enfrentar las normas y la autoridad: la rebeldía y la sumisión. Por un lado, están aquellos que desafían el orden y el poder con una rabia visceral; **por** otro, quienes, en silencio, rinden una obediencia resignada a lo establecido. Sin embargo, a pesar de su aparente contradicción, ambas posturas convergen en la misma falta de responsabilidad: los rebeldes, impulsados por una profunda frustración y la convicción de que el sistema

está roto, se lanzan al desafío radical sin medir las consecuencias. No buscan justicia, sino el alivio momentáneo que ofrece la transgresión. Los conformistas, en cambio, aceptan las reglas impuestas con pragmatismo, viéndolas como un mal necesario para sobrevivir. Se conforman, sí, pero tras esa apatía se oculta un miedo profundo. En el fondo, entre el estruendo de los rebeldes y el silencio resignado de los acomodaticios, se esconde una inquietante semejanza: ninguno de los dos busca soluciones reales. Y esto no se trata de etiquetas ideológicas, ya sean de izquierda o de derecha. Es en esa tierra de nadie, entre el ruido y el silencio, donde reside posibilidad de un cambio responsable. Rebelarse no siempre implica el grito o el golpe; la mayoría de las veces, la auténtica revolución es un acto sereno de rechazo a la injusticia, un esfuerzo colectivo por transformar sin destruir. Del mismo modo, acatar las normas puede ser señal de prudencia, siempre y cuando no se transforme en complacencia pasiva. Una sociedad **más** justa sólo es posible con una rebelión razonada, sin grandes espavientos y sin caer en la apatía. La verdadera fuerza no está en la violencia, ni en la sumisión y el silencio, sino en el coraje de cuestionar permanentemente la injusticia y conservar la dignidad.

Hay posturas personales que, a primera vista, pueden parecer inadecuadas o incomprensibles. Sin embargo, antes de apresurarnos a juzgarlas, sería **más** prudente intentar desentrañar el trasfondo que las sustenta, pues existen tantas formas de ser como personas. Comprender al otro **es** el primer paso para desvelar el sentido de todos los misterios.

Lo extraño **es ser**.

Aunque procuro **ser** ecuánime, hay cuestiones en las que no cabe en mí la imparcialidad ni la moderación. No tolero la mentira, el abuso, la vulgaridad ni la violencia; me resulta inadmisibles todo aquello **que** implique causar daño a los demás, ya sean plantas, animales o personas.

A quienes se quejan del polvo, quisiera recordarles **que** vivimos en la Tierra. Al fin y al cabo, somos polvo que se eleva con el viento. Quizá lo más sensato sería no quejarnos, seguir adelante y no malgastar tiempo ni palabras diciendo tonterías o hablando mal **de** los demás.

Restar importancia a todo, practicar el desapego, abrazar la verdad, evitar las conversaciones vulgares y vacías, respetar a los demás, ser justos con uno mismo, cuidar lo bello, actuar con responsabilidad, liberarnos **de** costumbres y creencias dañinas, **y** hablar sólo cuando tengamos algo significativo que decir son, sin duda, formas inapelables de rebeldía.

Identidad **y** acción son una misma cosa. Somos **lo** que hacemos y hacemos lo que somos.

Observar, nombrar y clasificar todas las cosas es una manía que tengo desde niño. Me gusta ordenar el mundo en mi cabeza: objetos, personas, animales, astros, paisajes, sensaciones, pensamientos, sonidos. Pero, sobre todo, disfruto enumerando las cosas, o más bien, contabilizándolas. En cada cifra, encuentro la posibilidad de un orden primigenio. Es un acto que me da consuelo y una tranquilidad aritmética capaz de organizar el caos: un árbol solitario,

dos caballos percherones, tres ríos, cuatro ovejas extraviadas, cinco almas en pena, siete cerros pelones, ocho puertas, nueve días lluviosos, doce nubes errantes, cincuenta y dos pájaros, ochenta y tres constelaciones, noventa y cuatro sueños o *ciento catorce formas de marear la perdiz*. A veces me pregunto si el acto de contar y el de narrar son realmente tan distintos. ¿Por qué **lo** numérico y lo narrativo siempre se entrelazan y confunden en un mismo punto, como si compartieran una raíz secreta?. Contar estrellas y contar historias **no son** trayectorias paralelas, sino variaciones de un mismo impulso primordial. Ambas acepciones de esta palabra están más cerca de lo que parece, ya que están unidas por una lógica distinta, aunque inexplicable.

No siempre es necesario disipar las dudas; convivir con la incertidumbre puede enseñar más que intentar borrarla. No todo exige ser esclarecido: a veces, es más valioso desconfiar de la palabra y cuestionar su poder. El silencio y el olvido, casi siempre, **son** señales inequívocas de sabiduría, una fuerza liberadora capaz de clarificar nuestra percepción. Cuando llamamos y olvidamos, el peso de la palabra y la **memoria** se aligera, abriendo espacio para nuevas experiencias y aprendizajes.

La **memoria** y el olvido son conceptos opuestos, pero también complementarios; ambos resultan vitales en nuestra comprensión del equilibrio. Mientras que los recuerdos nos conectan con el pasado, el olvido nos libera de las cargas emocionales que soportamos. **Todo**, al final —tanto los recuerdos como los olvidos—, se desvanece como el polvo.

Todo esfuerzo **intelectual** por explicarnos cómo somos resulta vano y antinatural. Somos seres inestables, siempre en fuga, imposibles de definir en términos permanentes, porque, en realidad, no somos de ninguna manera. Carecemos de una esencia definida: nuestra identidad no puede encasillarse en categorías rígidas ni reducirse a etiquetas simplistas. Existimos en un estado de constante transformación.

En mi casa, el trabajo **intelectual** siempre ha ocupado un lugar secundario. Se valora más el esfuerzo físico, el sudor, que la contemplación. Sin embargo —y por fortuna—, mi principal ocupación exige tanto del cuerpo como de la mente. Esto me permite enfocarme en lo prioritario, en lo esencial: primero atiendo lo que deja, y luego lo **que apendeja**. No obstante, a veces, lo más difícil es discernir entre ambas.

Los intelectuales son personas comunes y corrientes; lo único **que** los distingue de los demás es que disponen de demasiado tiempo para pensar y, sobre todo, para **pensar** en sí mismos.

Sin mover un solo dedo, sin salir de casa, podemos llegar a rincones insospechados del mundo y de nosotros mismos. Y digo esto porque, aunque nos sintamos atrapados en el laberinto de nuestra mente, esos muros no impiden el vuelo de la imaginación. Pensar y viajar, lejos de ser actos dispares, no sólo se complementan, sino que se funden en una sola acción: **pensar** es viajar y viajar **es** también imaginar.

El conocimiento **es** una herramienta poderosa que nos permite abrir las puertas de la comprensión, tomar decisio-

nes, resolver problemas, innovar y mejorar nuestras capacidades. Sin embargo, también es un arma de doble filo capaz de destruirnos. A veces, su utilidad es meramente ilusoria y, en ocasiones, apenas se percibe. La comprensión está sujeta a interpretaciones subjetivas, a **las** limitaciones de nuestra mente y a una multitud de factores que hacen que la realidad, en su totalidad, parezca inexplicable. El conocimiento no se reduce a la mera acumulación de datos o a la capacidad de comprender conceptos; su esencia es más profunda. Es crucial, además, no confundir el conocimiento con la inteligencia. Hay quienes poseen vastos caudales de información y erudición, pero carecen de criterio y, aún más, de sabiduría.

Por lo general, **las** percepciones más lúcidas de nuestro entorno suelen revelarse en territorios contrastados. Es innegable que la mayoría de las cosas **se** aprecian mejor cuando las comparamos con su opuesto. Sin embargo, no todo lo que se aparta del blanco es, necesariamente, negro. Aferrarse sólo a los antagonismos es un enfoque simplista y arbitrario, capaz de engendrar interpretaciones limitadas y distorsionadas de la realidad. La verdadera riqueza del mundo radica en sus matices: esos territorios ambiguos que escapan al riguroso dominio de los extremos.

Nuestra estructura cognitiva comienza a formarse en los primeros momentos de nuestra existencia, justo en el instante en que aparecen las emociones primigenias, nacidas de la sorpresa, la incertidumbre y el contraste entre opuestos: el día y la noche, el frío y el calor, lo grande y lo pequeño, lo arriesgado y lo seguro. En nuestras primeras experiencias, percibimos el mundo a través de dualidades que fragmentan

la realidad en polos contrarios. Sin embargo, a medida que nuestras vivencias se acumulan, nuestra percepción **se** expande y comenzamos a cuestionar la rigidez de estas divisiones, descubriendo que todo forma parte de un continuo. Lo que antes percibíamos como una separación tajante revela ahora una unidad subyacente entre todas las cosas: entre *lo que es y lo que no es*. Esta nueva comprensión, más profunda, nos permite intuir que las dos partes antagónicas de toda dualidad, lejos de ser elementos irreconciliables, coexisten y se complementan **en** un delicado equilibrio.

Para quienes se dedican a investigar o a escribir, los apuntes, las notas y los «cabos sueltos», constituyen el punto de partida: una caja de herramientas esencial para la creación de textos significativos. Estos registros, con su sutil concisión y pertinencia, capturan destellos fugaces del pensamiento, generalmente sobre papel, para convertirse **en** valiosas reflexiones futuras. Los «cabos sueltos», preguntas, frases breves e ideas aún dispersas, plantean enigmas y conexiones que, al no resolverse de inmediato, despiertan la curiosidad y conducen a planteamientos más profundos. Todos estos recursos actúan como hilos invisibles entre ideas y asociaciones, generando un tejido de comprensión más **profundo** e inesperado.

Las preguntas tienen un valor mucho más **profundo** que las respuestas. No hay razón alguna para buscar explicaciones definitivas, simplemente porque no existen. Las carencias nos permiten valorar lo que tenemos, reconociendo la abundancia en aquello que antes considerábamos insignificante. De la misma manera que perdernos en un lugar

desconocido nos hace añorar el calor de nuestro hogar, la distancia de quienes amamos nos enseña a valorar su irremplazable presencia. Nos explicamos el mundo no sólo por medio del contraste, sino también al reconocer las similitudes y equivalencias. La verdadera comprensión surge tanto de las diferencias como de las semejanzas, especialmente cuando nos detenemos a contemplar lo aparentemente insignificante. Al final, la esencia de todo se esconde en los detalles más simples y pequeños.

¿Es lo equivalente lo contrario de lo opuesto?

Vivir demasiado tiempo sumergidos en el universo de las palabras puede alejarnos de la realidad. El lenguaje, con sus imprecisiones, nos enfrenta a menudo a ambigüedades y retos interpretativos. Aunque en ocasiones ilumina ciertos misterios, también proyecta sombras de duda y malentendidos. El lenguaje es un arma de doble filo: puede tender puentes hacia el entendimiento o levantar barreras infranqueables; disipar el caos, resolver problemas e incluso aliviar dolores, pero también es capaz de tejer enredos, creando un entramado mental tan absurdo como innecesario. Si existe una herramienta perfecta para evadir, simular y manipular, esa es, sin duda, el lenguaje. Sin embargo, me divierte jugar con las palabras, combinarlas como si fueran colores sobre un lienzo, creando expresiones inesperadas y fusionando atmósferas y sensaciones que nunca habrían existido. Esto no es nada novedoso, lo sé, pero hay algo profundamente gratificante en ese gesto espontáneo de expresar lo primero que se nos viene a la mente. Prefiero las palabras comunes y corrientes, sin pretensiones, porque son las más ricas en significado. Un lenguaje sin ador-

nos, más cercano a la emoción que a la erudición, es el que más valoro.

El secreto de la sintaxis, al igual que el de muchas otras cosas en la vida, radica en saber dónde poner el énfasis y en la habilidad de simplificar lo enmarañado. Lo esencial es comunicarse sin excesos ni rodeos: ser breves, concisos, usar las palabras justas y evitar las explicaciones innecesarias.

Considero inapropiado el uso de la expresión «estrés hídrico» para describir la escasez de agua. Me parece una metáfora extravagante y pretenciosa que, en lugar de arrojar luz sobre el problema de esta carestía, más bien lo ridiculiza.

El verdadero problema de los problemas reside en nuestro empeño por otorgarles una importancia excesiva. Nos dejamos abrumar por su presencia pasajera y olvidamos que, al final, todo se desvanece, se diluye y desaparece en el olvido, como si jamás hubiera existido. Generalmente, lo que entendemos como problema —o incluso su solución— no es más que una ilusión momentánea, un espejismo creado por nuestra mente. Lo mismo ocurre con nuestras percepciones sobre cualquier aspecto de la vida: ya sea una realidad concreta, una imagen fugaz o un simple pensamiento. El problema no radica en lo que nos ocurre, sino en cómo lo interpretamos. Lo que hoy vemos como un problema quizá mañana deje de serlo, del mismo modo que lo que ahora consideramos beneficioso podría convertirse en un problema en el futuro.

Los ojos no alcanzan a ver lo que la palabra aclara.

La verdad es esquivia; se disfraza y transforma según el contexto, las perspectivas y los valores arraigados en cada uno de nosotros. Aquello **que** llamamos verdad o falsedad no es más que un reflejo moldeado por nuestras creencias, prejuicios y vivencias personales. Cada situación puede ser interpretada de múltiples maneras: como una **verdad** inapelable o como una clara mentira. Para algunos, los eufemismos son sinónimos de cortesía; para otros, simples máscaras que ocultan la falsedad y la hipocresía... ¿Por qué estamos tan ciegos a las múltiples verdades que existen a nuestro alrededor?

La **verdad** parece que no existe; la **mentira**, en cambio, vive entre nosotros con descaro.

La realidad se nos presenta como un enigma inabarcable, imposible de comprender en su totalidad. Nuestra percepción, siempre cambiante, voluble y caprichosa, actúa como un espejo que deforma lo que vemos y, en esa imagen alterada, sólo la **mentira** parece perdurar. Somos lo que somos por azar. Nuestra existencia es producto de la casualidad **y**, para ser justos, lo que no somos también obedece a las mismas reglas.

Hay certezas absolutas **y** definitivas que nos parten el alma. La oscuridad **más** profunda es aquella que ignoramos y llevamos dentro: una sombra tenaz y silenciosa que, un día cualquiera, se manifiesta de forma devastadora, recordándonos que la única verdad definitiva siempre está al acecho.

Las tragedias **más** desgarradoras suelen gestarse en silencio, reposando inadvertidas **en** lo más profundo de nuestro ser.

El término *hipertrofia* me resulta oscuro y perturbador; prefiero algo más cercano, como la palabra *crecimiento*. Es triste notar cómo los médicos suelen expresarse con un lenguaje tan críptico y amenazante. En lugar de ser portadores de alivio, a veces parecen emisarios del miedo, del terror. Me desconcierta su inclinación a disfrazar el conocimiento, pero más me inquieta su falta de sensibilidad hacia quienes buscan consuelo **en** momentos **de** vulnerabilidad. La salud debería tender puentes de comprensión, y no levantar muros de palabras incomprensibles para la mayoría.

Un forúnculo es una inflamación purulenta y dolorosa originada por la infección bacteriana **de** un folículo piloso; un grano que, **como** su nombre lo indica, suele aparecer en *salva sea la parte*.

No hay mal que no alivie una infusión diaria de borraja, conocida también **como** lengua de buey. Esta planta fanerógama, oriunda de las regiones eurosiberianas y mediterráneas, pertenece a la familia de las boragináceas y es un potente regenerador celular, ideal para rejuvenecer las pieles envejecidas. Su aceite, capaz de frenar la pérdida de colágeno, mejora la elasticidad y favorece la regeneración cutánea, además de absorberse con rapidez sin dejar rastro de grasa. Alivia la irritación, difumina las arrugas e ilumina la piel. No obstante, si se consume en dosis excesivas o durante largos períodos, puede resultar perjudicial; daña el hígado, provoca efectos psicoactivos e incluso alucinaciones, y en los casos más graves, aumenta el riesgo de cáncer. Sin embargo, en cantidades moderadas, sus efectos son notables: mejora el rendimiento cognitivo, ralentiza el

envejecimiento cerebral, reduce el colesterol LDL y eleva el colesterol HDL, el llamado *colesterol bueno*... Más allá de sus virtudes sobre el cuerpo, la borraja también nutre el espíritu. Es comestible, diurética, sudorífica, y alivia afecciones como la inflamación de próstata o el estrés. Incrementa la adrenalina, estimula la tiroides, purifica la sangre y mejora la circulación, a la vez que fortalece los huesos y facilita la absorción de minerales esenciales como el calcio, el hierro, el magnesio y el zinc. Pero su poder no se detiene ahí; en momentos de abatimiento, cuando la vida parece demasiado difícil, la borraja infunde la energía y el coraje necesarios para sobreponerse a la tristeza o a la desilusión. Es un bálsamo para el ánimo de quien se siente afligido o derrotado por las circunstancias. Además, otorga confianza para afrontar peligros y desafíos, y es un amparo frente a la depresión, la desilusión o esa tristeza que parece habitar en el pecho cuando alguien se siente descorazonado. Curiosamente, también es de gran ayuda para los animales abatidos: les otorga fuerza de voluntad y valentía para seguir adelante. En el ámbito humano, consuela las penas del alma, despierta el coraje y ese optimismo gozoso **que** nos ayuda a superar los comportamientos antisociales. Nos sostiene cuando sentimos que nos ahogamos en un vaso de agua, alivia la desorientación, y extiende su mano a los introvertidos o a quienes parecen cargar con un peso desmesurado. Nos da fuerza y alegría, apacigua los dolores afectivos, nos ayuda a cicatrizar heridas, aligerar el fardo de la vida y nos anima a seguir aprendiendo, a no detenernos.

Es importante saber reconocer el momento en **que** somos meros espectadores **y** no protagonistas.

Mi afición por las listas comenzó en la niñez, el día en que vi cómo una simple enumeración de útiles escolares cobraba vida ante mis ojos: dos libros, seis cuadernos, tres lápices, un bolígrafo, un ábaco, un sacapuntas, una goma de borrar **y** —lo más emocionante— una caja con veinticuatro lápices de colores. Aunque existen muchos tipos de listas, las que más me sirven son aquellas que organizan mi día a día y compensan mi mala memoria. Anoto todo: gastos, ingresos, citas, compromisos, planes a futuro; llevo registro meticuloso de mis pertenencias y de lo que he perdido para siempre. Documentar mi vida es inevitable: lo bueno y lo malo, los éxitos y los fracasos, lo que hice y lo que dejé de hacer; sueños y pesadillas; alegrías y tristezas; dudas y certezas; ofensas lanzadas e insultos recibidos. Mis listas pueden ser breves o interminables, esenciales como las de la compra, o triviales como la de aquello que es mejor olvidar. En un intento casi obsesivo de abarcarlo todo, incluso tengo una lista de listas: un catálogo del orden que roza el absurdo. Suelo escribirlas en cuadernos, agendas o papeles sueltos, aunque también las guardo en la computadora y en el teléfono que siempre llevo conmigo. Durante las noches de insomnio, repaso mentalmente mis listas, las repito **como** una letanía interminable, las corrijo, las reescribo, hasta que finalmente el sueño se apiada de mí.

Sin palabras e imágenes, nuestros recuerdos se desvanecerían **como** el humo. Recordar es nuestra manera de retener lo que vivimos, de recrearlo y, sobre todo, de mantener viva la chispa de la imaginación. No es que tenga mala memoria; simplemente a veces olvido algunas cosas. Por eso estoy tomando unas pastillas para mejorarla. Me están

funcionando bien, aunque, curiosamente, ahora mismo no recuerdo cómo **se** llaman.

A nadie le agrada ser cuestionado. Tendemos a sentirnos infalibles, ignorando el valor de una crítica bien intencionada. El intercambio de opiniones **se** ha convertido en un terreno minado de susceptibilidades. Expresar un desacuerdo constructivo es cada vez más complicado, pues el temor a ofender o incomodar al otro siempre está latente. Proponer perspectivas distintas conlleva riesgos evidentes, y cualquier diferencia parece agravar el miedo a dialogar o señalar errores, por insignificantes que sean. Aunque la diversidad de pensamiento parece celebrarse en todas partes, la **crítica** contemporánea se ha vuelto un arma de doble filo, especialmente por su potencial manipulador. Detrás de cada choque de opiniones suelen ocultarse intereses que buscan imponer los propios. Esta dinámica ha hecho casi imposible expresar nuestros desacuerdos en una sociedad moldeada por la intolerancia y la indiferencia.

Para que la **crítica** sea verdaderamente efectiva, no basta con respetar las ideas ajenas; es indispensable también proponer soluciones. Criticar, en su esencia más pura, es **un** acto de compromiso: una expresión honesta de deseo por mejorar aquello que se cuestiona.

Algunas personas exhiben una rigidez notable, tanto en sus creencias como en su forma de actuar, lo cual les dificulta aceptar opiniones distintas. No por ello son personas necesariamente dañinas; incluso pueden ser amables y educadas. Sin embargo, suelen distinguirse por su falta de criterio y

terquedad, además de **un** afán desmesurado por el reconocimiento. Entiendo que esta conducta no es del todo culpa. Algunas personas exhiben una rigidez notable, tanto en sus creencias como en su forma de actuar, lo cual les dificulta aceptar opiniones distintas. No por ello son personas necesariamente dañinas o desconsideradas; incluso pueden ser amables y educadas. Sin embargo, suelen distinguirse por su falta de criterio y terquedad, además de un afán desmesurado por el reconocimiento. Entiendo que esta conducta no es del todo culpa suya, pues la crianza y el entorno donde crecieron influyen en gran medida en su forma de **ser**. Aun así, considero que nada les exime de asumir su responsabilidad.

La empatía, como cualquier otro sentimiento humano, puede **ser** manipulada. Hay personas con las que me resulta imposible ponerme en su lugar: no puedo, por más que lo intente, aceptar lo inaceptable. No tengo problema alguno en conversar con quienes piensan distinto a mí, siempre y cuando sus palabras o actos no deriven en violencia, física o verbal. Para mí, no existen atenuantes que justifiquen la violencia; cualquier forma de agresividad **es**, sin excepciones, inadmisibles para la convivencia.

La compasión, en su forma más pura, surge de la empatía y la comprensión de las circunstancias ajenas. Es un acto de reconocimiento y respeto profundo hacia las dificultades del otro. Sin embargo, esa pureza no siempre **es** lo que parece. A veces, tras su apariencia piadosa, la compasión esconde un desprecio disimulado, convirtiéndose en **una** máscara que disfraza la intolerancia o el menosprecio, transformando el gesto amable en un simulacro de humanidad.

Entablar un diálogo con personas de posturas extremistas es, por lo general, **una** tarea complicada y, en no pocas ocasiones, inútil. Los radicales suelen aferrarse a convicciones tan inflexibles que les resulta imposible aceptar, o siquiera considerar, una opinión distinta a la suya. Desde su limitada perspectiva, las únicas opciones válidas son aquellas que refuerzan sus creencias. Así, cualquier comentario en su contra es interpretado como una amenaza, **y** su respuesta habitual oscila entre la descalificación, el insulto o la confrontación.

Suelo elegir con esmerado cuidado los lugares estratégicos que me ofrecen una visión amplia **y** clara del entorno, sobre todo cuando se trata de observar a las personas, no tanto para juzgarlas, sino para entenderlas mejor. Observarlas **me** permite desconectarme de mis propios pensamientos y preocupaciones, lo que siempre me deja una reconfortante sensación de alivio.

No me interesa convencer a nadie de nada, porque la duda siempre **me** acompaña. No creo en nada, dudo de todo; como dice Manu Chao: «todo es mentira, la verdad». A mi entender, la **duda** es más poderosa que cualquier certeza: más resistente, más incómoda, y, precisamente por eso, más vital. A veces, me atrevo a ir más allá del mero escepticismo, hasta el extremo de cuestionar mi propia existencia, situándome al borde del solipsismo, esa doctrina filosófica que afirma que el sujeto pensante sólo puede estar seguro de su propia existencia, y nada más. Pero, incluso aquí, la duda sigue hurgando en lo más profundo de mi ser, sugiriendo que afirmar mi existencia es tan absurdo como negarla. En últi-

ma instancia, nada significa nada; todo es igual de insensato: negar o afirmar nuestra propia existencia, o la de los demás. Al final, siempre queda la duda, infinita y eterna, acompañándonos como una sombra ineludible.

La **duda** irrumpe, inevitablemente, en los momentos de crisis, poniendo a prueba nuestras convicciones más firmes. Sin embargo, no deberíamos percibirla como un inconveniente, sino como un estímulo: dudar es reflexionar. Cuestionar la realidad y examinar cualquier argumento —mágico, lógico o racional— es, sin duda, un acierto. En la duda siempre hay un destello de lucidez. Al fin y al cabo, *la realidad de las cosas* es relativa... ¿**Qué** es la verdad? ¿Quién tiene la razón? ¿No estamos todos, en el fondo, un poco chiflados? Como dijo el gato de Alicia: «aquí todo el mundo está loco».

¿**Qué** es más poderoso: la fe o la **razón**?

Nuestro conocimiento es más frágil de lo que solemos pensar, más débil de lo que estamos dispuestos a admitir. Nadie posee la verdad absoluta, aunque sí razones para justificar lo que piensa. La mayoría no busca saber; sólo quiere tener **razón**. Existen territorios que el conocimiento no puede abarcar, fronteras que la conciencia no es capaz de atravesar. Y es precisamente ahí donde tenemos que recurrir a la imaginación. Imaginar **es** abrirse al misterio, abrazar la esperanza de lo improbable y reconocer *lo otro*; aceptar aquello que no necesita argumentos ni explicaciones.

El escepticismo **es** la raíz de toda irreligiosidad. No creo en divinidades ni en el poder del destino; encuentro paz y

alegría en las explicaciones sencillas, en la simplicidad de lo cotidiano, en hacer mi trabajo lo mejor que puedo y en vivir con serenidad y gratitud, sin necesidad de ruegos ni plegarias. Tampoco creo en la existencia de fuerzas estelares que guíen nuestro camino; pero sí, en las caprichosas leyes del azar y en el implacable principio de causalidad. Para mí, somos nosotros quienes creamos a Dios, y no al revés... A veces imagino un dios inexistente, un dios vacío: sin odio ni amor, tan indiferente como la misma Naturaleza. Quizá, al final, no importe ser creyente o no; lo único indiscutible es que todos compartimos una profunda soledad. Es cierto: carezco de fe, pero no de esperanza. Dudo de la existencia de Dios, pero no de la presencia de los **ángeles**. Yo vivo con uno. Es el amor de mi vida, la persona más genuina que conozco. Ella me ha enseñado que la vida no es lo que pensamos, sino *lo que sucede*. Juntos tenemos la suerte de compartir una hermosa hija pelirroja que ilumina nuestros días. Agradezco el amor sincero e incondicional que ambas me prodigan; sus risas, sus abrazos, sus palabras y sus cálidos silencios.

Los **ángeles** tienen la noble misión de cuidarnos y velar por nuestra dicha. Invocarlos siempre es una sabia decisión, especialmente cuando carecemos de la figura protectora de un padre. Sin embargo, si por alguna razón no acuden a nuestro llamado, no hay mejor alternativa que rodearnos de almas cultivadas y bondadosas **que** velen por nuestro bienestar, nos brinden ternura y nos enseñen lo que realmente importa en la vida. ¡Qué privilegio cruzarnos con los ángeles de la felicidad! Y qué decir de esos encuentros casi milagrosos con los ángeles de la ilusión, el buen humor, la sinceridad, el placer, la paciencia infinita, la moderación, la serenidad con-

templativa, la redención espiritual y la libertad incondicional. Que los ángeles nos amparen de los males que siempre nos acechan, así como de las brujas malvadas que urden sus artimañas en la oscuridad. De las brujas buenas, no; ellas no son un peligro, al fin y al cabo no son más que ángeles disfrazados de demonios.

Concibo a Dios no sólo como una categoría del pensamiento ni como un mero concepto **que** da forma a nuestra idea de lo absoluto, sino también como la esencia que abarca la totalidad del universo, uniendo *lo que es y lo que no es* en un mismo planteamiento. Esta visión incluye a Dios, independientemente de su **existencia**.

¿Es posible ser una persona «espiritual» sin idealizar la naturaleza ni depender de creencias sobrenaturales y religiosas? En otras palabras, ¿se puede dudar de la **existencia** de Dios y, aun así, cultivar una vida mística y contemplativa, en armonía con el universo? Quizás la verdadera espiritualidad no necesite refugiarse en lo divino, sino en nuestra capacidad de maravillarnos ante el profundo misterio de **la** existencia. ¿No es, acaso, la duda en sí misma, una forma de comunión con lo místico?

De algún modo, me inclino hacia el agnosticismo: esa corriente filosófica que, movida tal vez por modestia intelectual o por el deseo de evitar discusiones estériles, sostiene **la** imposibilidad de afirmar, con absoluta certeza, la existencia o la ausencia de **Dios**.

Es innegable que la noción de **Dios** ha desempeñado un papel fundamental en la configuración de los sistemas éticos

y morales, en la interpretación de los fenómenos naturales y en la creación de mitos y narrativas culturales. Sin embargo, no puedo evitar la profunda molestia que me provoca escuchar a los ministros de cualquier doctrina —sea religiosa, filosófica o política— repetir, una y otra vez, las mismas letanías, como si en esa monotonía hallaran la verdad absoluta. Me irrita observar la conducta opresiva y dogmática de esos supuestos intermediarios de lo sagrado que sostienen las estructuras de la religión organizada. Pero lo que más me duele es presenciar cómo distorsionan y corrompen las enseñanzas originales de la espiritualidad con el único fin de obtener influencia, poder y todo tipo de beneficios personales.

Comprendo la necesidad humana de buscar explicaciones para todo; es un impulso natural que nace de nuestra insaciable curiosidad. A lo largo de los siglos, este anhelo nos ha llevado a construir una vasta y compleja estructura intelectual, fundamentada en los pilares del conocimiento. La combinación de esta curiosidad y el poder de la imaginación nos ha permitido no sólo expandir el saber, sino también dar forma a las creencias, la filosofía y los valores éticos que han definido la cultura de cada civilización a lo largo de cualquier época y lugar.

La imaginación sólo florece cuando la cultivamos con esmero, cuando nos adentramos en nuestro interior y, al mismo tiempo, observamos con insaciable curiosidad todo lo que nos rodea. Sin embargo, esta prodigiosa facultad es un don que únicamente está al alcance de quienes se atreven a escapar de la monotonía del rebaño y saben atender tanto a sus dudas como a sus certezas.

Evitar la prisa y los enfados es crucial para el trabajo creativo, pues sólo así es posible desarrollar la imaginación. Lo esencial es detener ese flujo denso y continuo que, de forma insidiosa y persistente, amenaza con adormecer el espíritu, al punto de volvernos incapaces de distinguir entre un jueves de pozole y una solitaria tarde de domingo.

Ser metódicos y rutinarios nos vuelve previsibles y, por ende, vulnerables. La creatividad y la imaginación, aunque parezca extraño, necesitan del orden, pero también del caos y, además, exigen un equilibrio delicado entre el entusiasmo y la cordura. Tampoco podemos olvidar que, en todo acto creativo, el azar juega un papel decisivo: cuando está de nuestro lado, convierte la espera en paz y regocijo; cuando no, en enojo y frustración. Crear es atrapar lo inasible, capturar aquello que siempre se escapa; es búsqueda constante y esperanza de encuentro. Todo acto creativo establece diálogos íntimos y conexiones inesperadas con *lo que ya existe*, pero, sobre todo, con *lo que aún no es*.

Navegar sin rumbo, hacer por hacer, ir *de lo uno a lo otro*. Eso son, en esencia, estos textos: un galimatías, una caótica reunión de ideas desprovistas de toda pretensión académica, filosófica o literaria. Un pretexto para olvidar; un ensayo de ensayo, vacío de sentido. Un conjunto de bocetos imprecisos, plagado de despistes y divagaciones. Un registro inútil de suposiciones; un inventario de enredos, una absurda maraña de verborrea y mentiras irrelevantes. Pero eso sí, meticulosamente catalogadas. Un diario informal, sin fechas ni destino y —claro está— cargado de las típicas confesiones personales. Pero, ¿por qué tanto enredo? La respuesta

es simple: porque soy así. No por impostura, sino porque así me funciona la cabeza. Espero que no me tomen demasiado en serio. Mis textos, como mi pintura, no buscan llegar a ningún sitio; lo único que quieren es transitar, pasar de largo. Por suerte, casi siempre, me conducen a lugares insospechados. Todo lo que hago es fruto de mi impaciencia, de esa inútil —aunque no tan absurda— necesidad de estar siempre ocupado, pretendiendo hacer algo de provecho.

Los propósitos, por sí solos, carecen de valor. La intención, por más noble que sea, nunca es suficiente; lo esencial es actuar, y más aún, hacerlo en el momento y de la forma adecuados. Sin embargo, en ese viaje hacia la realización de nuestros sueños, no debemos olvidar la importancia de saber alternar el esfuerzo con el ocio. Siempre que el ocio se asocia adecuadamente con la razón, el talento florece; de lo contrario, corremos el riesgo de que nuestro esfuerzo se transforme en tristeza y decepción.

Por lo general, las fiestas y las celebraciones no logran ilusionarme. Rara vez siento el impulso de conocer nuevas personas; prefiero refugiarme en la serena y reconfortante compañía de quienes ya forman parte de mi vida, aquellos a quienes conozco, quiero y valoro. Si bien es cierto que disfruto del ocio y los paseos, nada me satisface tanto como estar en casa, especialmente en mi estudio, inmerso por completo en mis asuntos. Es en la soledad y el silencio de mi espacio de trabajo donde encuentro el equilibrio ideal para dedicarme a mis labores creativas. La pintura, en particular, me ha otorgado un lugar en el mundo. Sin embargo, con frecuencia siento la necesidad de apartarme de ella, tomar distancia y permitir-

me tiempos de reflexión. Al regresar, siempre lo hago con una perspectiva renovada. En este constante vaivén entre el ocio y el trabajo, he aprendido lecciones valiosas: la inutilidad de las exageraciones, lo innecesario de los lamentos, la futilidad de las recetas preestablecidas, lo absurdo de la prisa, lo inútil de los criterios inflexibles, lo vano de las máximas ingeniosas y lo limitado de los consejos ajenos. La vida, al final, cobra sentido cuando permitimos que las cosas sucedan, que tomen su curso, aceptando lo que venga sin aspavientos ni dramatismos. Al fin y al cabo, todos guardamos en la memoria el rostro de alguien que ensombreció nuestra infancia, pero de nada sirven las excusas o el reparto de culpas. Lo único razonable es enfrentar los desafíos y asumir, con valor y responsabilidad, los errores que inevitablemente cometemos.

Intento no convertir mis errores en culpas. Existe una gran diferencia entre asumir las consecuencias con entereza y castigarse. Uno de mis mantras favoritos es: “Ya la cagué, ya la cagué, pero no pasa nada”. Esta sencilla frase, más allá de admitir nuestros tropiezos, nos recuerda, con su mezcla de humor y realismo, que errar es humano y, además, nos brinda la oportunidad de reconciliarnos con nuestra fragilidad y seguir aprendiendo.

Si no aprendemos a enamorarnos de nuestra propia vida, nos privamos del privilegio de sentir la plenitud y la riqueza que trae consigo el simple hecho de existir. Rechazar lo que vivimos —lo que somos—, y no afrontar con valentía nuestras frustraciones y tristezas, equivale a desperdiciar el tiempo, ese regalo irrepetible que, sin duda, es lo más valioso que tenemos.

Perder el **tiempo no** es un delito; matarlo, sí.

Hay en la vida cosas que, una vez perdidas, **no** se recuperan: **el** tiempo, la inocencia, la virginidad, la juventud, la vida misma.

A menudo me debato entre la tentación de irme de juer-ga y la obligación de concentrarme en **el** trabajo. Por suerte, casi siempre logro un equilibrio, evitando tanto la obsesión por la productividad como el riesgo de convertir mi existencia en una montaña rusa **de** vagancia y ociosidad.

Algunas veces, sin saber muy bien por qué, alcanzo esos raros momentos **de** serenidad y relajación en los que, inevitablemente, me surgen siempre las mismas preguntas: ¿qué sentido tendría una vida desprovista de responsabilidades, adversidades y preocupaciones? ¿Por qué aspirar a una felicidad absoluta, cuando quizá sea más **sensato** buscar una alegría equilibrada y serena? Al final, pienso que el dolor y el sufrimiento no están reñidos con la felicidad; tal vez, incluso, sean ellos quienes le otorgan su verdadero sentido.

Hay que ser cautos y no dejarnos seducir por las apariencias, esos velos engañosos que hoy parecen dominarlo todo. Lo más **sensato** es aprender a identificar a los impostores antes de que puedan dañarnos. En especial, conviene alejarnos de los rencorosos y los susceptibles, quienes se irritan por nimiedades y adoptan actitudes corrosivas. Como decía Maquiavelo: «Pocos ven lo que somos, pero todos ven lo que aparentamos». Seamos, pues, prudentes, y mantengámonos lejos de las almas con intenciones oscuras que nos acechan.

No todo lo que brilla es oro, ni todo lo que truena es chicharrón. Por más afecto o simpatía que alguien nos inspire, no debemos olvidar **que**, a veces, esas personalidades enigmáticas se instalan en nuestras vidas como parásitos emocionales, devorando nuestra paz y sumiéndonos en la confusión.

Algunas personas tienen ideas tan extrañas y sombrías que parecen brotar de sentimientos de amargura, frustración y autocompasión, con un dramatismo **que** roza la locura. Viven en un estado constante de resignación, preparándose para enfrentar el **fracaso** inevitable y las desilusiones que, según ellos, ya están marcadas por el destino. Está bien practicar el estoicismo, pero una cosa es templar el espíritu y otra, erigir el sufrimiento como estandarte. Nadie tendría por qué pasar la vida cargando culpas ajenas, sacrificando su tiempo en responsabilidades que no le corresponden ni resolviendo problemas que no le atañen.

Hay quienes encuentran placer en la frustración y el **fracaso** ajeno. Confieso que siento una extraña satisfacción cuando pierde el Real Madrid, equipo que detesto. No tanto por sus victorias, que admito con cierta reticencia, sino por lo que ha representado a lo largo de su historia, tanto en lo político como en lo social. Así mismo, no puedo evitar sonreír cuando un aguacero inesperado arruina alguna celebración multitudinaria, sobre todo si se trata **de** un desfile militar. Sé que no es un sentimiento noble, pero nace de mi rechazo visceral a cualquier forma de fanatismo, ya sea laico o religioso, de izquierda o de derecha. Mi vocación pacifista y conciliadora es incapaz de tolerar las demostraciones masivas de poder y alarde destructivo.

Comprender que quien causa problemas suele ser también alguien que los sufre me lleva a reflexionar sobre los sentimientos **de** empatía hacia quienes se muestran conflictivos. Al final, ¿quién puede afirmar que está libre de **problemas**? Sin un conocimiento profundo del asunto, intervenir en cuestiones ajenas puede parecer un acto solidario, pero muchas veces no es más que un gesto ambiguo e innecesario. En muchos casos, más que un acto de bondad, es simple chismorreo.

Los **problemas** existenciales, como su nombre lo indica, son producto del mero hecho de existir. Por ello, es lógico pensar que nunca podrán erradicarse por completo, a menos, claro está, que dejemos de existir. Sin embargo, lo que sí podemos hacer es aprender a sobrellevarlos de una mejor manera. Cuando hablamos de este tipo de conflictos, así como de trastornos psicológicos o malestares del alma, resulta muy difícil distinguir entre un problema persistente y un estado transitorio de tristeza, preocupación, fatiga, **estrés** o cualquier otra emoción pasajera.

El **estrés** es una reacción natural del cuerpo ante lo que percibimos como una amenaza. Nos enfrenta al miedo, nos paraliza y, en muchos casos, nos impide actuar con serenidad. En esas circunstancias, la paz se vuelve un espejismo, y terminamos atrapados en los altibajos del ánimo y los pequeños dramas cotidianos. Ni la religión, ni la filosofía, ni la ciencia ni las promesas de los libros de autoayuda logran darnos un alivio verdadero. La estabilidad que tanto anhelamos parece inalcanzable, quizá porque buscamos respuestas fuera de nosotros cuando, en realidad, se trata de aprender a vivir sin tantas expectativas ni pretensiones; de aceptar lo

cotidiano y asumir con humildad lo que nos toca, incluso la rutina tediosa y las ataduras heredadas. Al final, muchos de nuestros **problemas** surgen de esa urgencia por querer siempre más: más éxito, más prestigio, más reconocimiento. Como si, en esa acumulación, estuviera, de algún modo, el sentido de la vida.

Unos viven para resolver **problemas**; otros, para crearlos. Y, sin embargo, en esta encrucijada de destinos, todos nos necesitamos. Es bien sabido que los competentes —y, sobre todo, los responsables— no requieren demasiadas consideraciones para abrirse paso en la vida. Aun así, resulta curioso que, quizá por razones culturales, dentro de una misma sociedad o familia, algunos asuman siempre el papel de protegidos y otros, el de protectores. Creo sinceramente que cada quien puede elegir su rol en este esquema. No se trata tanto de sacrificios como **de** asumir decisiones responsables. En lo personal, prefiero no adherirme estrictamente a ninguno de estos papeles: ni al de protector ni al de protegido. Considero que todos tenemos la obligación de cuidarnos a nosotros mismos sin depender de los demás, pero también la responsabilidad de estar dispuestos a ayudar cuando sea necesario.

Renunciar y huir son mecanismos íntimamente ligados al instinto de conservación, una reacción que, en algunos, se convierte en un arte de evasión. El síndrome **de** Houdini es más común de lo **que** parece: hay quienes viven en una fuga permanente de la realidad, huyen del trabajo, de las exigencias cotidianas y de la inevitable responsabilidad que conlleva toda relación.

Como los niños, los adultos **que** aún no han alcanzado la madurez deberían **aprender** a ser independientes, responsables y, sobre todo, sinceros. Por ello, es fundamental inculcar desde la infancia y la juventud, el valor de la verdad, la responsabilidad y la autonomía, antes de que intenten conquistar el mundo.

Es más fácil **aprender** del ejemplo que **de** la instrucción.

Mentir y evadir responsabilidades puede ser; lo que no puede ser es no sentir remordimiento. Esa carga en la conciencia es una emoción esencial, pues nos permite reconocer el daño causado y nos impulsa a enmendarlo en busca de reconciliación. Aunque pueden ir acompañadas, una excusa nunca es lo mismo que una disculpa. La disculpa es una expresión genuina **de** arrepentimiento, un acto de humildad que reconoce el dolor provocado en el otro. Cuando cometemos un error, cuando fallamos, herimos o perjudicamos a alguien, debemos asumirlo, pedir perdón y experimentar una vergüenza justa y proporcional, que nos lleve a una reflexión profunda, acorde con la **gravedad** de la falta cometida.

Liberarse del peso asfixiante de la inseguridad sólo es posible a través de la confianza, tanto en uno mismo como en los demás. Esta es la clave para que las situaciones fluyan con armonía y naturalidad. La cohesión y el trabajo en equipo son esenciales, pues todos enfrentamos dudas y, en ocasiones, caemos en la incredulidad y la desconfianza. Aislarse nos hace vulnerables; por eso, confiar no es sólo una opción, sino una necesidad. Cuando la confianza en los demás se resquebraja, también se debilita la fe en uno mismo. Al igual

que la fuerza de gravedad, la confianza no actúa en una sola dirección: su influencia se manifiesta en todas partes, entrelazando cada partícula del universo. Más allá de la atracción entre las masas, la **gravedad** encierra un magnetismo que no sólo es físico, sino también personal. Todo lo que sube, baja; y todo lo que se aleja, regresa, reafirmando así la naturaleza cíclica **y** pendular de todas las cosas.

Por más que pretendamos ser razonables, nuestras opiniones **y** creencias están siempre teñidas de conveniencia y subjetividad; por eso es tan difícil entendernos. Todos, sin excepción, caemos inevitablemente en nuestras propias trampas, cometemos errores y nos dejamos llevar por el egoísmo y la desidia. Ni siquiera los más iluminados son capaces de apartar sus propios intereses y emociones para ver las cosas con imparcialidad. De alguna **manera**, todos actuamos según nuestra conveniencia. Coexistimos y nos acompañamos, no tanto por amor, sino porque nos necesitamos.

¿Por qué elegimos lo que elegimos? ¿Por qué, a veces, vemos problemas donde no los hay? La **manera** en que enfrentamos las dificultades influye **en** los resultados que obtenemos. Muchos obstáculos que encaramos no surgen de la situación en sí, sino de nuestra actitud y de la falta de criterio con que los asumimos. En general, el verdadero problema de los problemas suele ser, precisamente, percibirlos como tales.

Cuidado con lo que practicamos. Cualquier comportamiento, por simple que parezca, puede perfeccionarse con la repetición constante. Así como fortalecemos la memoria o

la condición física, también podemos entrenar la pereza y la estupidez. Aquí surge una paradoja: entrenar la pereza implica un esfuerzo consciente que la contradice en su propia esencia. Para perfeccionarla, uno debe involucrarse activamente en aquello que, en teoría, debería evitar. ¿No es acaso la pereza más difícil de practicar cuanto más empeño ponemos **en** ella? Con la estupidez sucede algo similar: su práctica sistemática requiere una perseverancia que contradice **la** falta de voluntad y reflexión. De algún modo, ambas contradicciones nos llevan a preguntarnos qué es lo que realmente cultivamos. Cuanto más repetimos un comportamiento, con intención o sin ella, más valor le damos. Lo que en principio podría parecer absurdo o vacío acaba cobrando forma y sentido por pura insistencia. Al final, todo se entrena. Todo es cuestión de práctica.

Ser duele, pero vale **la** pena. **Vivir** implica enfrentarse a un sinnúmero de molestias, incomodidades, sorpresas y emboscadas que cada día trae consigo, dejándonos fatigas y —a veces— moretones. Sin embargo, esas mismas adversidades que nos golpean también nos fortalecen. La vida podría ser más sencilla, pero siempre queremos más; nunca estamos satisfechos. La naturaleza humana es insaciable: buscamos sin descanso nuevas experiencias que sacien nuestra voracidad. Y en ese afán por la novedad, caemos con frecuencia en abismos de angustia e insatisfacción, a veces con desenlaces dramáticos. Nos aterra la monotonía; la rutina se convierte en nuestra peor enemiga. El tedio nos consume, y el estancamiento nos ahoga. Nos movemos en todas direcciones sin descanso y, al correr, olvidamos que la verdadera felicidad radica en la serenidad: en renunciar al empeño insaciable

de consumo y al afán de control absoluto. La respuesta a nuestras ansiedades no está en acelerar, sino en detenernos a contemplar el mundo desde distintas perspectivas, hallar la paz en la quietud y apreciar la belleza simple de lo cotidiano.

A pesar de mis quejas habituales, agradezco sinceramente las tareas y obligaciones que colman mis días, incluso las más tediosas. Sin esos pequeños suplicios cotidianos, mi vida sería, sin duda, menos feliz y menos digna. **Vivir ocupados**, sobre todo en labores esenciales, nos ennoblece y nos da la fuerza para enfrentar nuestros miedos y angustias que, cuando se afrontan con criterio, se convierten en una fuente inagotable de ánimo e inspiración. En la humildad y el esfuerzo de cada día reside el secreto de la prosperidad.

Los **ocupados** compulsivos desprecian el descanso y la inactividad; podríamos decir que están enfermos de acción. Viven atrapados en delirios de grandeza, siempre corriendo tras lo siguiente, sin llegar jamás a sentirse satisfechos. Para ellos, el ocio es casi una deshonra, una prueba de flaqueza. No comprenden que sólo al detenerse a contemplar el mundo la vida revela su dulzura **y** adquiere su verdadero sentido.

Pintar y escribir son dos actividades que me permiten pensar **y** dar forma a lo que siento. Me aportan, además, alegría y esperanza, aunque eso no signifique que siempre me agrade el resultado. De hecho, son pocas las veces en que realmente quedo satisfecho con lo que pinto o escribo. Sin embargo, siempre persevero, porque son mi vocación, y porque confío en la posibilidad del acierto, en la magia de lo inesperado. Todo **acto** creativo se nutre de la fe, de la

ilusión por encontrar —aunque sea de vez en cuando— algo sorprendente, un regalo que sólo aparece cuando insistimos apasionadamente; ya sea por milagro, inspiración o simple casualidad. Pinto y escribo por un impulso vital, por el anhelo de conocer y sentir, pero, sobre todo, por la urgente necesidad de libertad, paz y armonía conmigo mismo y con el universo.

Crear es un **acto** de retiro voluntario, una **elección** jubilosa de aislamiento y soledad. Es aceptar el encierro deliberado para indagar en los rincones más profundos de nuestro ser y —si es posible— dar forma a lo intangible. La creatividad florece en el silencio, lejos del ruido del mundo. El mejor inicio de un proceso creativo es observar en silencio aquello que nos rodea y permitir que la emoción y el instinto nos señalen el camino. Pero no basta con el silencio y la soledad; también es fundamental tener paciencia. Saber esperar puede ser la mejor estrategia. Además, debemos evitar las distracciones y, aunque sea por un rato, apartarnos de los demás, incluso de las personas más queridas. A fin de cuentas, crear es, sobre todo, un acto de fidelidad con uno mismo.

Todo logro significativo es producto del azar, pero también de una **elección** acertada y de la voluntad. Sin voluntad y paciencia, la magia no aparece. Ambas virtudes son clave para superar cualquier obstáculo. Goethe decía que la voluntad es la primera señal de talento, mientras que Rilke consideraba la paciencia nuestra mayor virtud... No se trata de rendirse, sino de estar abiertos a nuevas posibilidades; si fracasamos, hay que intentarlo de nuevo, pero sin caer en la obstinación inútil: tres intentos pueden ser pocos; ocho, quizá demasia-

dos. Lo importante es saber cuándo insistir y cuándo cambiar de rumbo... Como afirmaba Heidegger: «Renunciar no quita, da». Renunciar no es claudicar ni abandonarse a la desidia, sino reconocer el valor de cada instante, agradecer lo aprendido **y** seguir adelante.

Cuando alguien descubre que es bueno en algo, debe perseverar; de lo contrario, lo más sensato es dejarlo. La verdadera dificultad surge cuando la duda nos invade **y** no sólo cuestionamos si lo **que** hacemos está bien o mal, sino también si tiene sentido seguir intentándolo. El talento, cuando aparece, es un don inesperado, pero, al mismo tiempo, un desafío ineludible.

Nos empeñamos inútilmente en dotar de un significado especial a cada uno de nuestros actos y palabras, sin advertir **que** la mayoría de los esfuerzos humanos suele ser inútil. Por más dedicación que pongamos, casi todo lo que pensamos, hagamos o digamos, está teñido de vanidad y simulación, volviéndose, en última instancia, intrascendente. Incluso nuestras mejores ideas, acciones y relatos no están exentos de **narcisismo**, provocación e impostura. En este juego absurdo, donde la apariencia pesa más que la esencia, la educación, el arte y la cultura no son más que velos sofisticados que disimulan nuestra verdadera naturaleza animal.

En la sociedad contemporánea, donde el **narcisismo** y el consumo desbocado prevalecen, la maquinaria de la mercadotecnia capitalista desarrolla ingeniosas estrategias para persuadirnos de que no existen **personas** feas y de que todos poseemos una belleza singular. Podría estar de acuerdo con este planteamiento; sin embargo, soy consciente de que este

tipo de afirmaciones no surgen de una intención genuinamente bondadosa, sino que se alimentan de la codicia y del afán de obtener mayores beneficios económicos.

Algunas **personas** actúan mejor de lo que piensan, mientras que con otras ocurre **lo** contrario.

En nuestro afán por adaptarnos a las circunstancias que la vida nos impone, abandonamos con demasiada facilidad las costumbres heredadas. Con frecuencia, disfrazamos **lo** que somos, ocultándonos tras máscaras **de** conveniencia. Esta práctica, tan antigua como la humanidad, no ha hecho más que alejarnos de la razón y del conocimiento sobre nuestra propia identidad.

En tiempos **de** confusión, las distinciones entre conceptos esenciales se desvanecen en una maraña de **malentendidos**, empañando la claridad de las ideas fundamentales. En medio de esta niebla conceptual, solemos confundir, entre otros: diversión con felicidad, fama con importancia, calidad de vida con oportunidades de consumo, información con conocimiento, susceptibilidad con sensibilidad, pensamiento con acción, deliberación con decisión, pregunta con cuestionamiento, simulación con disimulo, productividad con éxito, crítica con juicio, pobreza con humildad, valor con precio y tolerancia con convencimiento.

Los **malentendidos** suelen ser la raíz **de** muchos conflictos.

Todo exceso, físico o mental, puede resultar dañino. A veces hace falta desconectar, hacer una pausa, dejar **de** ha-

cer y de pensar hasta que llegue la claridad. Parar no significa rendirse; en la quietud y en el silencio, por extraño que parezca, se avanza más que en la agitación constante. Permitirse pausas, incluso en medio del caos, puede ser el primer paso hacia esa luz tan esperada. Es natural atravesar momentos de desasosiego, incluso rozar la locura; a veces la luz se desdibuja y la mente se ensombrece. Sin embargo, hasta en la mayor confusión se puede encontrar consuelo. No **es** raro que, en medio de la oscuridad más profunda, surjan destellos de lucidez que nos permitan ver soluciones y oportunidades que, de otro modo, pasarían inadvertidas. Hay oscuridades que iluminan.

Saber *no hacer* **es** más difícil que *saber hacer*. Avanzar, pese a los obstáculos, es esencial; sin embargo, aprender a detenerse cuando no se va **a** ninguna parte resulta aún más importante. En ciertos momentos, elegir no hacer es un acto de sabiduría que puede evitar daños mayores.

Toda aspiración de orden y perfección presupone la existencia del desorden y la imperfección. Sin embargo, muchas veces, al intentar corregir estos aspectos, no hacemos más que generar un caos aún mayor. El orden y la perfección son conceptos relativos, por lo que resulta absurdo pretender construir un mundo perfecto. En el universo no hay un rincón que se desarrolle sin conflicto ni tensión; la idea de un equilibrio cósmico es una fantasía que encaja mejor en la ficción que en la realidad. Imponer un orden absoluto **a** la naturaleza es una tarea imposible. Quizá lo más sensato sea encontrar significado y fortaleza en el desorden y **la** imperfección; de otro modo, el querer encajarlo todo en una

lógica perfecta nos arrastraría a un torbellino de paradojas, desafiando a la razón misma y conduciéndonos a un mundo incomprensible. ¿Por qué anhelar un mundo idílico e inmejorable que desafíe toda posibilidad? Las cosas son como son, y en su aparente caos subyace un orden implícito, no necesariamente perfecto, pero sí real.

Lo más cercano a la perfección se encuentra en la sincronía; en ese punto exacto donde nada significa nada y donde el orden y el caos alcanzan su equilibrio.

¿Por qué apresurarnos, sobre todo si ignoramos nuestro destino? La prisa enturbia el sueño, altera el descanso y desordena la vigilia. Vivir corriendo sólo alimenta la ansiedad y nos hace tropezar. El mundo se aprecia mejor cuando nos acompasamos a su ritmo, cuando permanecemos en calma o, al menos, desaceleramos lo suficiente para observarlo con atención. No se trata de quedarnos inmóviles, sino de ajustar el ritmo. Aunque no lo parezca, defiende la demora: no se trata de correr, sino de ser puntual. Recuerdo aquí los versos de León Felipe: «voy con las riendas tensas / y refrenando el vuelo, / porque no es lo que importa / llegar solo ni pronto / sino llegar con todos y a tiempo». Tal vez ahí esté la clave: saber medir el paso para no perdernos el camino.

Ser puntual es una muestra de respeto hacia el tiempo de los demás. A la entrada de mi colegio había un letrado que decía: «La puntualidad es la clave del éxito; notad que siempre son los mismos quienes llegan tarde». Hoy, con la nostalgia que traen los años y la experiencia que da la madurez, daría lo que fuera por volver a mi infancia y adoles-

cencia para reaprender lo que entonces dejé escapar, quizá por distracción o desinterés. Si pudiera regresar a esos días, escucharía con más atención y entusiasmo las lecciones de mis queridos maestros.

A veces, es necesario volver a lo esencial y cuestionar tanto las ideas heredadas como aquellas que, con el tiempo, hemos hecho nuestras. Incluso las mejores escuelas, sin proponérselo, pueden restringir el pensamiento libre al imponer normas y criterios que, con los años, tienden a fosilizarse. Todo sistema educativo, por bien intencionado que sea, termina perpetuando creencias que, en lugar de enriquecer, limitan el pensamiento crítico y frenan la innovación. Por eso, es vital mantener una actitud de revisión constante, una renovación que no tema desafiar lo establecido. Comprender la realidad exige el valor de desaprender para volver a aprender.

La nostalgia y la melancolía, aunque parecidas, siguen caminos distintos. La nostalgia es un anhelo sereno, un recuerdo que acaricia el pasado con ternura. La melancolía, en cambio, es un abismo silencioso, una tristeza muda y persistente que nace de la conciencia de lo efímero, de lo irrecuperable, de los sueños truncos o de la desconexión con el presente. Aun así, ambas se reflejan una en la otra, como en un juego de espejos. La nostalgia se torna melancolía cuando los recuerdos felices chocan con la certeza de que no volverán. A su vez, la melancolía aviva la nostalgia al despertar la memoria de lo que alguna vez fue.

¿Qué sentido tiene extrañar algo que nunca existió?

La prisa es una droga tan sigilosa y adictiva que nos arrebató el valor de la espera, la pausa y la reflexión. Al correr, el razonamiento se diluye y la duda —esa guía silenciosa— queda relegada. Cuando corremos, nos olvidamos de nosotros mismos. La velocidad nos dispersa, nos vuelve erráticos y, lo más desolador, nos transforma en seres egoístas y desconsiderados. Mi madre solía decir: «¿Por qué tanta impaciencia? Si hay más tiempo que longaniza». Quizá **nunca** sabré de dónde viene esa expresión, pero su eco persiste en mi memoria. Mi madre siempre estuvo envuelta en **un** halo de misterio.

Marcel Proust decía que las cosas más valiosas que tenemos nos vienen de los *inquietos*. Sin embargo, pienso que un exceso de entusiasmo y motivación también puede conducirnos a la desdicha. La ansiedad, en muchas ocasiones, suele nacer de **un** miedo desbordado o de un entusiasmo incontrolable. Ser dinámico es, sin duda, una virtud, pero vivir en un estado de constante efervescencia no sólo agota, sino que también destruye nuestra salud. La vida actual se asemeja a una absurda carrera **de** ensacados: un frenesí desquiciado que nos impulsa a movernos en todas direcciones, pero nunca nos lleva a ningún lugar.

En nuestra obsesión por no perdernos **de** nada, terminamos, al **final**, perdiéndolo todo.

Todo lo que se repite hasta el cansancio, toda ideología o doctrina filosófica —por sensata que parezca—, al **final**, acaba convirtiéndose en un panfleto. El mejor manifiesto es aquel que declara la ausencia de manifiestos; hay que evi-

tar proclamas rimbombantes, huir de los juicios categóricos y limitarse a opinar lo imprescindible. Lo que digo aquí no es un manifiesto, sino su negación: un *antimanifiesto*. Toda idea, por respetable que parezca, tarde o temprano termina en la basura. Por eso, en lugar **de** aferrarse a consignas vacías y caducas, es preferible entregarse, sin miedo, a la ausencia de proclamas o declaraciones.

Aprecio a las mentes curiosas que se atreven a enfrentar la ignorancia y desafían el vértigo **de** lo desconocido. Admiro la inquietud de los *inconformes* —artistas, científicos y librepensadores— que se aventuran por los inciertos territorios del **conocimiento** y la creación. La curiosidad es su motor, la fuerza que los impulsa, el hilo invisible que los guía hacia el descubrimiento de nuevos paradigmas.

El amor por el **conocimiento** y la creación es un sendero colmado de emociones y, quizá, la aventura más apasionante y enriquecedora que podamos recorrer. La historia está llena de avances notables que no sólo han generado intensos debates, sino que también han transformado profundamente nuestra comprensión del mundo. A lo largo de los siglos, han surgido conceptos revolucionarios e inventos inesperados que desafiaron la lógica convencional, irrumpiendo como fuerzas ingobernables: la rueda y los sistemas de escritura; la imprenta y la brújula; las vacunas y la máquina de vapor; la electricidad, el telégrafo y el teléfono; el automóvil, la teoría de la relatividad y el arte moderno; la teoría del caos y la mecánica cuántica; la televisión, **la** computadora e internet; y, más recientemente, la inteligencia artificial, por mencionar sólo algunos ejemplos.

Los seres humanos estamos hechos para habitar la realidad, no para perdernos en **la** virtualidad. Muchos desconocemos cómo movernos en el entorno digital. En mi caso, no entiendo esta forma de estar —o, quizá, mejor dicho, de no estar— en el mundo. La adicción a los dispositivos electrónicos, especialmente a los teléfonos inteligentes, tiene un efecto dañino en nuestras vidas: a cambio de sus innegables beneficios, nos somete a un sutil sistema de vigilancia y control que erosiona nuestra autonomía y nuestra libertad. Lejos de acercarnos a los demás, la tecnología actual nos atrapa en una espiral de consumo y egocentrismo, alejándonos de las relaciones humanas genuinas. Nos ofrece una conexión aparente, pero nos priva de la verdadera cercanía emocional, esa que sólo es posible en el contacto directo. Contrario a lo que muchos creen, el mundo digital no sólo nos aísla y nos roba experiencias de vida, sino que también nos arrebató la capacidad de conversar, no únicamente con los demás, sino también **con** nosotros mismos.

Leer libros impresos y escribir a mano **con** lápiz y papel, no sólo refleja cordura **y** humildad, sino también sabiduría.

Es indudable que, en el vasto universo de internet, ocurren cosas extrañas. Hace unos días, por ejemplo, recibí por WhatsApp un enigmático mensaje que me dejó desconcertado. Decía: «Un disparo cada 12 horas durante 5 días **y**, luego, uno más cada noche por una semana». Aún no logro descifrar su significado ni descubrir quién lo envió o desde dónde. Tal vez estas cosas suceden por pasar demasiado tiempo frente a las **pantallas**, dejando que la vida se nos escurra entre distracciones y procrastinación... Nos obsesiona

demasiado agradar a los demás y, por eso, consumimos tanta basura: tanta información vacía. Cuando el lenguaje se reduce a la simple transmisión de datos, pierde su sentido, su verdadero propósito.

¿Será posible que, en un mundo dominado por las **pantallas** luminosas, surja una corriente de pensamiento y acción que reivindique lo analógico? No como un capricho nostálgico ni como un rechazo irracional a la tecnología, sino como un gesto de resistencia: una forma de restaurar el valor de lo tangible, de lo hecho con las manos y con herramientas sencillas. Cada vez más voces claman por escapar del dominio de los clics y los deslizamientos digitales; anhelan recuperar una relación más auténtica con la materia, el esfuerzo y la pausa. No se trata de renegar del progreso, sino de desafiar la tiranía de lo inmediato, de reconciliarnos con el tiempo que la velocidad digital nos arrebató. Por mi parte, me sumo a este movimiento y propongo al betabel como su emblema. Que esta modesta raíz de tonos rojizos y dulzor terroso se convierta en un estandarte insospechado, un faro en medio del bullicio digital, un símbolo de conexión con la tierra y la autenticidad en un mundo cada vez más artificial. Propongo sembrarlo en jardines y huertos urbanos, y que cada bocado de esta humilde hortaliza, además de aliviar el estreñimiento, sea un recordatorio: un entrañable acto de **comuni3n** con lo natural.

La verdadera **comuni3n** surge cuando aprendemos a descifrar los gestos más sutiles, como el breve destello de una simple mirada. Aprender la sencillez y develar el misterio de lo diminuto nos devuelve a lo esencial. Sólo dejando atrás

el afán de protagonismo y reconociendo el valor de lo simple podemos comprender que el verdadero sentido de la vida no reside en lo **grandioso**, sino en los detalles más discretos y pequeños.

Me inclino más por el intrascendentalismo que por el trascendentalismo. En lugar de interesarme por lo **grandioso** o lo sublime, prefiero detenerme en lo común, en lo trivial. Creo que el universo se sostiene sobre una multitud de elementos relativamente diminutos e insignificantes: energía, átomos, moléculas, planetas, estrellas, galaxias, cúmulos de galaxias y quién sabe cuántas cosas más. Frente a la exaltación de lo divino, lo sobrenatural o lo majestuoso, valoro más lo modesto. Esta perspectiva me permite comprender el mundo sin necesidad de certezas absolutas ni revelaciones rimbombantes. El *intrascendentalismo* me enseña a encontrar profundidad en lo banal y me recuerda que el verdadero sentido de las **cosas** se esconde en cada detalle, en cada instante fugaz de nuestra breve existencia.

Hacemos y decimos muchas **cosas**, pero la **mayoría** —si no es que todas— carecen de sentido.

La **mayoría** de las veces elijo la vía más práctica y menos sentimental; sin embargo, en ocasiones, me asalta **la** duda de si eso es lo más inteligente.

Es importante comprender que nuestras emociones son transitorias y que, por sí solas, tienden a recuperar su equilibrio natural entre los extremos: **la** tristeza y la alegría, el miedo y la confianza, la esperanza y la desesperación, el

orgullo y la vergüenza... Baruch Spinoza, en su obra *Ética demostrada según el orden geométrico* (1677), sostenía que todas las emociones son efímeras y que su duración depende de las circunstancias que las originan. Para él, la esperanza es una alegría pasajera nacida de la expectativa del futuro, mientras que el miedo se alimenta tanto del recuerdo del pasado como de la incertidumbre ante lo que vendrá. Esta intrincada conexión entre el miedo, el tiempo y la memoria la captó con precisión Dante Alighieri al afirmar: «No existe mayor dolor que recordar el tiempo feliz **en** la miseria».

En los pliegues de la memoria suelen guardarse sombras de tristeza, así como **en** los bordes del olvido se insinúan promesas de alivio. Si no somos capaces de reinterpretar los recuerdos que nos hieren, quizá lo mejor sea dejarlos ir. La memoria es curiosamente selectiva: guarda lo que le conviene y desecha lo **que** le estorba. Gran parte de nuestras angustias y temores no nace de la incertidumbre del futuro, sino del peso de los recuerdos. Pienso en el cuento de Jorge Bucay, *El elefante encadenado*: aquel paquidermo que, acostumbado a su cadena desde pequeño, jamás descubrió que podía romperla. ¿No serán también nuestros recuerdos dolorosos cadenas invisibles que aceptamos como irrompibles?

No me desgasto en conservar rencores; sólo se vive una vez. Hay cosas **que** no tienen remedio: son **como** son y es necesario olvidarlas.

El presente es un instante suspendido en el flujo imparabable del tiempo: la única certeza palpable frente a un pasado que ya ocurrió y un futuro que aún no llega. Sin embargo,

se disipa ante nuestros ojos como un breve suspiro, con la misma rapidez con la que lo percibimos. Su fugacidad nos impide apreciarlo en su totalidad y reconocer su verdadero valor. Ni el ayer ni el mañana están a nuestro alcance; sólo el presente es el escenario donde la vida sucede. Si lo tuviéramos siempre presente, quizá aprenderíamos a vivirlo mejor.

La inmensa mayoría de la humanidad vive sumida en la miseria, pasa hambre, sufre enfermedades y enfrenta innumerables penurias. Lo más doloroso, sin embargo, es la diversidad de miedos que nos acechan: el temor al clima o al cambio climático, a enfermarse, a perder el empleo, al rechazo, a la máquina que nos supera, a la polarización, a los extremismos, al terrorismo, a la guerra, a tener a nuestros seres queridos en peligro; el miedo a Dios o, incluso, el miedo a secas, ese miedo inexplicable que nos consume sin razón aparente... El miedo es, en sí, un sentimiento que nos define como humanos. Nos causa dolor, angustia, nos vuelve vulnerables y fácilmente manipulables. Pero, al mismo tiempo, es una fuerza protectora, el instinto de conservación en su forma más pura. Hay miedos que nos paralizan, miedos que nos incitan a la acción y miedos que te cagas. Lo esencial radica en saber distinguir cuándo es necesario actuar y cuándo es mejor permanecer en calma. A continuación, expongo una breve relación de algunos miedos, tanto racionales como irracionales, algunos más conocidos que otros: *Ablutofobia*, miedo irracional a lavarse o bañarse. *Acrofobia*, miedo a las alturas. *Aerofobia*, miedo a volar. *Agorafobia*, miedo a los espacios abiertos y a las aglomeraciones. *Amaxofobia*, miedo a manejar. *Atazagorafobia*, miedo a ser olvidado. *Atiquifobia*, miedo al fracaso. *Aracnofobia*, miedo a las arañas y a los alacranes. *Autofobia*, miedo

a la soledad. *Automatonofobia* y *Pupafobia*, miedo a todo lo que falsamente representa un ser vivo, miedo a los muñecos y a los títeres;. *Belonefobia* y *Tripanofobia*, miedo a las agujas y a las inyecciones. *Catisofobia*, miedo a permanecer sentado. *Claustrofobia*, miedo a los espacios cerrados. *Coulrofobia*, miedo irracional y enfermizo a los payasos y a los mimos. *Crometofobia*, miedo a gastar dinero. *Eisoptrofobia*, miedo a verse reflejado en un espejo. *Ergofobia*, fobia a trabajar. *Fagofobia*, miedo a morir atragantado. *Fobofobia*, miedo al miedo. *Gerascofobia*, miedo a la vejez. *Hematofobia*, miedo a la sangre. *Hexakosioihexekontahexafobia*, la RAE explica que éste es un temor angustioso e incontrolable ante ciertos actos, ideas o situaciones, que se sabe absurdo y se aproxima a la obsesión, miedo al número 666. *Hipengiofobia*, miedo a las responsabilidades. *Hipopotomonstrosesquipedaliofobia*, pánico a las palabras largas y complejas. *Koumpounofobia*, miedo a los botones. *Musofobia*, miedo a las ratas. *Necrofobia* o *Tanatofobia*, miedo a la muerte. *Nictofobia*, miedo a la oscuridad. *Ofidiofobia*, miedo a las serpientes. *Omfalofobia*, miedo a tocar los ombligos, propios o extraños. *Parcopresis* o síndrome del intestino tímido, miedo a defecar cuando hay otros cerca. *Glosfobia*, pánico escénico o miedo a hablar en público. *Pteronofobia*, miedo a las cosquillas. *Turofobia*, miedo al queso. *Uranofobia*, miedo al cielo o al paraíso. *Xantofobia*, miedo al color amarillo. *Xenofobia*, miedo y rechazo a los extranjeros. *Zoofobia*, miedo a los animales en general. La lista es interminable.

Dicen que el amor es la única fuerza capaz de darle un sentido a la vida, la única que puede vencer al miedo. Pero, ¿quién sabe realmente dónde habita el amor? ¿Está en el

cerebro, en el corazón, o acaso se oculta en las cosas más sencillas, como en una manzana? ¿Tal vez en los árboles, en las piedras, en el agua, o disperso en el vasto universo que nos rodea? Según un entrañable personaje del cine francés, el amor y la belleza se encuentran en lo pequeño, en lo cotidiano, en lo aparentemente insignificante. *Todo tiene corazón*, nos dice Amélie: los tomates, las lechugas, las papas... incluso las alcachofas.

Desconozco lo que significa amar a la patria. A lo largo de mi vida, siempre he chocado con el fervor patriótico y nacionalista. El afecto que puedo sentir por un lugar se asemeja más a un aprecio universal que a un apego territorial o cultural. Me resulta insoportable el abuso y la manipulación de los políticos que, exaltando el nacionalismo o fomentando el miedo y la desesperanza, buscan someternos. Mentiría si afirmara que poseo algún sentido de pertenencia hacia un sitio en particular. Jamás he logrado establecer un vínculo lo suficientemente sólido con un país o región como para cobijarme bajo el manto de sentimientos patrióticos y, mucho menos, chovinistas.

El ser humano está marcado por un profundo deseo de pertenecer, como si lo que posee pudiera salvarlo del vacío y darle un lugar en el mundo. Sin embargo, esa sensación de pertenencia y posesión es tan frágil como el cristal. Nos vinculamos emocionalmente a personas, lugares, objetos e ideas, construyendo nuestra identidad a partir de lo que nos resulta conveniente, pero, a menudo, sobre bases débiles y temporales. El anhelo de arraigo y estabilidad nos da una falsa sensación de seguridad, pero, por más que intentemos

aferrarnos a lo que consideramos nuestro, la realidad nos recuerda su fragilidad: las personas vienen y van, los lugares se transforman, los objetos se desgastan y las ideas evolucionan. Nada nos pertenece de manera absoluta ni permanente. Aceptar esta verdad puede ser difícil, pero nos invita a reflexionar sobre la transitoriedad de todo y a practicar el desapego. En lugar de aferrarnos a nuestras posesiones, podemos aprender a valorar la fugacidad que define todo lo que existe, aceptando las cosas tal como son. Al liberarnos del deseo insaciable de acumular, descubrimos una visión más profunda y enriquecedora de lo que realmente significa vivir. La paradoja de la vida es esta: mientras más tenemos, menos felices somos. Vivir con dignidad es amar la vida, no el dinero ni las cosas materiales.

No soporto la sonrisa de los políticos, esa mueca ensayada, cínica y vacía que los caracteriza. No es algo personal; lo que realmente detesto es lo que representan: el poder y la autoridad disfrazados de cercanía. Son ellos quienes nos mantienen en un estado permanente de preocupación, atrapados entre el desconcierto y la tragedia. En su mayoría, los políticos están más pendientes de sus propios intereses que de atender los problemas de la comunidad.

Muchos de nuestros problemas se resolverían si aprendiéramos a ver a los demás como fines en sí mismos y no como simples medios para alcanzar nuestros propios objetivos.

Si asumiéramos nuestra existencia con la fuerza de la verdad y basáramos nuestras relaciones en la solidaridad, la humildad y el respeto, el mundo sería un lugar más justo.

Nada es más poderoso **que** la verdad. Pronunciarla no debería ser un acto temerario, sino un gesto liberador, un escudo contra las trampas del engaño. ¿Por qué nos resulta más fácil aceptar una mentira que sostener la verdad?

Es cierto **que** tenemos derecho a muchas cosas, pero, sobre **todo**, el deber de luchar por ellas.

Nos acostumbramos a **todo**: a lo justo y a lo injusto, al bien **y** al mal, sin detenernos demasiado a distinguir entre ellos.

Las conversaciones espontáneas, surgidas de un intercambio relajado **y** amistoso de ideas, tienen un valor especial. En ellas, las palabras y los temas fluyen de manera natural, transformando la comunicación en una experiencia enriquecedora. Al entrecruzarse distintos puntos de vista, emergen emociones y se abren caminos inesperados. Las charlas informales, con su ligereza y amplitud temática, nutren todos los ámbitos **y**, a menudo, dan origen a proyectos innovadores. En el diálogo desinteresado **y** la acción colectiva, donde ninguna visión se impone sobre otra, se fortalece el sentido de **comunidad** **y** cooperación. No se trata de imponer razones, sino de compartir aquello que cada uno atesora: su experiencia **y** conocimiento, con la conciencia de que todos somos, a la vez, aprendices **y** maestros, según el contexto.

Para que los proyectos interdisciplinarios puedan desplegarse plenamente, es indispensable propiciar ambientes cordiales **e** inclusivos que despierten un auténtico sentido

de **comunidad**. En lugar de imponer rígidos criterios **y** protocolos —por eficaces que parezcan—, debemos priorizar la armonía **y** el entendimiento mutuo. ¿Son los protocolos los que erosionan nuestra capacidad de discernimiento o, por el contrario, es la falta **de** criterio lo que los hace indispensables?

Cuando nos dejamos llevar por el enojo, nuestra capacidad de comprender se desvanece casi por completo: ni siquiera podemos distinguir entre una flor **y** una coliflor. No sé si me explico... Una cosa son las creencias populares, otra, el rigor científico, **y** otra muy distinta, la poesía. Comparar peras con manzanas ya es complicado, pero compararlas con versos es del todo absurdo. Antes **de** ceder a **la** furia, conviene dejar que los sentimientos se apacigüen; la violencia, por lo general, es hija de la ignorancia, aunque también puede ser consecuencia de esa ridícula obsesión por querer imponer nuestro criterio.

La bondad **y** **la** franqueza son virtudes esenciales para expresar nuestras ideas con claridad **y** corrección.

La formalidad **y** la cortesía —según el contexto— actúan como rituales que facilitan la comunicación, aunque, en el fondo, suelen servir para marcar distancias. Para la mentalidad latina, la sinceridad **y**, más aún, el exceso de franqueza pueden resultar incómodos. En muchas culturas, hablar de manera concisa **y** directa se interpreta como una falta de educación. Es cierto que las formas suavizan la convivencia, pero también pueden hacerla desesperante. Todo depende de las costumbres. Los mexicanos, por ejemplo, no sabemos

despedirnos: alargamos las despedidas hasta el absurdo; los franceses, **en** cambio, simplemente se van.

¿Qué pasaría si lo normal fuera expresarse libremente? Si ampliáramos nuestra idea de normalidad, dejándola libre de prejuicios, entenderíamos que ser uno mismo no debería implicar restricciones. Sin embargo, seguimos atrapados en el concepto de lo “normal”, **en** cómo la sociedad limita nuestra autenticidad y reprime nuestra expresión individual. ¿Por qué conformarnos con estándares predefinidos? Si ser genuino significa ser diferente, ¿no sería más sensato celebrar nuestra singularidad en lugar de preocuparnos por ella? Expresar y aceptar nuestras diferencias es, en el fondo, un acto de valentía y dignidad. Entonces, ¿por qué no cuestionar las normas impuestas y aceptar la diversidad que **nos** define? Tal vez, al hacerlo, descubriríamos que la verdadera normalidad no es más que la autenticidad, sin importar cómo la perciban los demás.

La creatividad es una luz que surge del inconsciente y envuelve al mundo en su misterio. No es producto de la razón ni del conocimiento, sino de la inspiración, ese aliento caprichoso que llega y desaparece sin previo aviso. No se alcanza aferrándose a certezas; exige escuchar al corazón, ser intuitivo y avanzar sin prisa, pues la urgencia y la especulación la asfixian. Crear es un viaje de tanteos y aproximaciones hasta que, de pronto, aparece el *duende*, como dicen los gitanos, ese espíritu que sacude las emociones y **nos** acerca al cielo. En todo proceso creativo, es esencial avanzar con humildad, paso a paso, permitiendo que la incertidumbre abra caminos insospechados. Hacer posible lo imposible re-

quiere de un gran esfuerzo, andar con **la** esperanza encendida y, sobre todo, no esperar nada a cambio.

El estado emocional del creador se refleja en su obra. Sin pasión, oficio y destreza, **la** chispa se apaga, el *duende* no se manifiesta y sólo queda un objeto vacío, sin alma. Todo oficio implica conocimiento práctico y algo de teoría, pero crear demanda más: esfuerzo, **riesgo** y valentía para enfrentarse a lo desconocido.

En todo acto creativo hay que confiar en el instinto y apostar por el **riesgo**; sólo así es posible obtener **una** recompensa.

Concebir algo nuevo convierte al creador en un ser vulnerable, expuesto a peligros que sólo el tiempo revela. A veces, la obra de un artista parece carecer de toda lógica, y comprender su verdadero sentido se vuelve un desafío. Para muchos, **una idea** original resulta inalcanzable; sin embargo, para los espíritus receptivos, la imaginación es una puerta abierta a una conexión más profunda. Al liberar la mente y dejar fluir las emociones, nos aventuramos en lo desconocido y superamos las barreras convencionales que la razón, con su rigor, impone.

Hay que aceptar que, al intentar dar forma a una **idea**, existe una alta probabilidad de fracasar y enfrentar rechazos dolorosos. Cada intento creativo es una apuesta, un juego en el que se gana o se pierde. Crear es una aventura que comienza con un pequeño impulso, se alimenta de la ruptura con lo conocido y, si hay suerte, abre un camino hacia lo des-

conocido. Las mejores soluciones creativas a menudo nacen del azar, pero también son fruto de estrategias personales acertadas, como mirar el mundo con inocencia y curiosidad. Sólo una mirada libre de prejuicios —casi infantil— es capaz de captar, al mismo tiempo, la gracia, la belleza y el encanto de lo efímero y lo eterno.

Los artistas suelen vivir en un vaivén de emociones hacia su propia obra. A veces la menosprecian, temiendo que no esté a la altura de sus expectativas; otras, la idealizan, otorgándole un significado que tal vez no tiene. Esta lucha interna es, para muchos, parte del esfuerzo por convertir su existencia en un mito. Pero, ¿por qué adoptan esa pose de maestros o gurús? Sin duda, es obra del ego, ese constructor incansable de ilusiones que los empuja a sobrestimar su trabajo, buscando no sólo ser recordados por lo que crearon, sino también por lo que fueron. En su interminable afán de trascendencia, los artistas rara vez se sienten satisfechos; viven esperando una revelación y persiguiendo un reconocimiento que nunca les parece suficiente.

Cuando un artista deja de crear, deja de ser; su esencia se desvanece por completo. Sólo su voluntad indomable y su pasión creativa pueden otorgar sentido a su existencia.

A muchos artistas les importa demasiado la opinión ajena, como si su obra dependiera del juicio de los demás. En realidad, su única preocupación debería ser crear con honestidad y resistir la tentación de la presunción. Es curioso cómo un creador puede verse a sí mismo como una *virgullilla*, ese delicado trazo que corona la letra eñe. Sentir orgullo ante el

reconocimiento es natural, pero vivir en la búsqueda constante del aplauso es otra historia, una en la que la apariencia importa más que la autenticidad. La vanidad es un espejo deformante: distorsiona nuestra percepción y nos aleja de lo esencial. Para enfocarnos en lo que realmente importa, deberíamos aprender a ignorar los elogios y las lisonjas. Sin embargo, la mayoría —y los artistas en particular— prefieren asumirse como seres extraordinarios, instalados en un pedestal que ellos mismos han construido, con más artificio que verdad.

El arte auténtico se expresa por sí mismo, sin necesidad de traducciones ni justificación verbal. La pintura contemporánea se desarrolla en un contexto saturado de palabras pero carente de miradas. Resulta inquietante ver cómo ciertos discursos, más bien sermones sobre la pintura, evidencian una alarmante falta de conocimiento y sensibilidad al tratar de reducirla a simples palabras. La pintura es un lenguaje autónomo que no necesita validaciones literarias, morales o políticas para ser apreciada. Al igual que la música y otras formas de arte, no requiere intermediarios ni traductores para despertar el placer estético. Claro está, esto excluye a los críticos e investigadores responsables, cuya labor contribuye al entendimiento de las cuestiones estéticas. Esta crítica está dirigida a los embaucadores y oportunistas que, con sus engaños, proliferan en este ámbito. La propaganda generada por ciertos artistas y promotores del arte contemporáneo exalta una supuesta originalidad y transgresión, pero no logra esconder sus intenciones manipuladoras. Afortunadamente, la mentira nunca perdura: tarde o temprano, las máscaras

caen y revelan nuestras verdaderas caras. Para los artistas contemporáneos, que se consideran innovadores, nada es más seductor que la moda y el desprecio por la tradición. En contraste, para los creadores tradicionalistas, que recelan de los cambios, lo más valioso es la preservación de la memoria, y lo más amenazante es la devoción por lo nuevo. Formarse una opinión justa sobre lo que está de moda es complicado precisamente por eso: porque está de moda. Lo pasajero impregna su valoración. Lo mismo ocurre con lo clásico: su trascendencia y veneración hacen difícil una evaluación imparcial, pues su condición de intocable lo pone a salvo de críticas severas.

El arte genera más **arte**, pero también da lugar a una sucesión interminable de obras sin sentido. Definir qué es arte y qué no, es un asunto difícil. En su forma más pura, el arte se manifiesta en un instante: en el preciso momento en que la belleza, plural y misteriosa, nos atraviesa como un certero flechazo. Es justo en ese destello, conmovedor y transformador, donde lo fugaz **y** lo eterno se confunden, revelando su verdadero significado.

El arte, en mi opinión, sólo se manifiesta a través de formas tangibles, ya sea en objetos o en acciones concretas. Tal vez me equivoque al afirmar esto, pero sigo sosteniéndolo, incluso cuando reflexiono sobre la diferencia entre el arte objetivado **y** el conceptual. Me cuesta aceptar que un concepto, sin materialización alguna, pueda ser considerado arte, pues sigue siendo sólo una idea. También me incomoda que el término «arte» se extienda a ciertas prácticas que, aunque llevan esa etiqueta, no lo son realmente: el arte de

amar, de gobernar, de vivir, de vestir, de cocinar o de educar. Actividades que pertenecen más al ámbito de la vida cotidiana y la utilidad que al campo de lo artístico. Del mismo modo, me parece inadecuado llamar arte a **cualquier** acto destructivo, como la guerra o la tauromaquia, o a cualquier acción que cause daño, engaño, sufrimiento o muerte. Ninguna práctica perjudicial, malintencionada o destructiva debería asociarse con el arte.

Cuando un pintor concluye un buen cuadro, merece descansar, pero no debe dormirse en sus laureles. Cada pausa es una luz, una oportunidad para reflexionar sobre su trabajo y vislumbrar nuevas formas de expresión que enriquezcan su búsqueda creativa. Es esencial pintar bajo **cualquier** circunstancia: en la tristeza o en la alegría, en días laborables o festivos, en la serenidad o en la tormenta; con pasión ardiente o, incluso, en la ausencia de inspiración... Una pintura libre o un dibujo sin ataduras son manifestaciones puras, donde la mano parece pensar y moverse con voluntad propia. A menudo, ella resuelve por sí sola lo que la mente no alcanza a comprender. Hay gestos intuitivos en los que el ojo y la mano actúan en armonía, sin necesidad de instrucciones dictadas por la razón. De hecho, los garabatos espontáneos, trazados al azar, suelen superar en vitalidad y expresividad a los dibujos precisos, ensayados y perfeccionados una y otra vez. El inicio de una pintura define el rumbo de todo el proceso. Tan importante **es** saber comenzar como saber concluir. Iniciar y finalizar una obra exige, primero, la motivación suficiente **y**, después, la lucidez para tomar decisiones acertadas en cada etapa, especialmente en el momento final.

Toda representación de un paisaje es, por naturaleza, incompleta e imperfecta. Capturar un vasto horizonte exige simplificar, omitir e incluso reinterpretar innumerables detalles del entorno original. Esta limitación no sólo proviene de la imposibilidad de abarcarlo todo, sino también de la inevitable subjetividad del artista, cuya mirada funciona como un filtro único e irreplicable. Incluso en las versiones más fieles y realistas, el toque personal del creador se delata en cada trazo. Cuando el paisaje no pertenece al mundo real, sino que surge de la imaginación, la ausencia de detalles se vuelve aún más evidente. Estos escenarios gestados en las profundidades del pensamiento y la emoción, se tornan esquivos, entrelazando lugares y sensaciones de manera parcial o completamente abstracta. En este juego de formas y significados, la creatividad del artista no sólo se manifiesta, sino que se transforma, fusionando lo tangible con lo intangible de un modo único, singular y profundamente personal.

La palabra paisaje encierra un amplio universo de ideas y conceptos que trascienden lo meramente visual. Abarca la naturaleza, el horizonte, el panorama y el territorio, pero también toca muchos otros aspectos de la condición humana. Este término está impregnado de valores culturales, fruto de su origen en el arte, el imaginario colectivo y la íntima conexión estética del ser humano con su entorno. Por otro lado, el verbo «evocar», está ligado a la memoria y el olvido, a la presencia y la ausencia, al tiempo y la distancia; juega un papel esencial en nuestra percepción del paisaje. Evocar un paisaje no es simplemente traer a la mente un espacio o un lugar: es revivir una experiencia plena, colmada de sen-

saciones y simbolismo... Mi serie titulada *El imperativo de la mirada [Paisajes evocados]* es resultado de una práctica pictórica que se fundamenta en tres criterios: la mirada intuitiva, la contemplación del entorno y el acto de recordar. Su propósito es descubrir nuevas posibilidades expresivas en el nada original tema del paisaje. El resultado es un extenso conjunto de espacios imaginarios —dibujos, grabados y pinturas— que reposan en el vacío, no se refieren a nada en concreto, y sólo piden ser mirados sin necesidad de explicación alguna. Éste es, en esencia, el objetivo primordial de la serie: destacar la urgente necesidad de recuperar la mirada ingenua que se ha perdido por la obsesión de querer explicar la pintura. Sin embargo, esto no implica prescindir de la crítica y el análisis en el quehacer artístico. Siempre he creído que la mejor estrategia creativa es aquella que se revisa, se cuestiona y se modifica de manera constante. Sé que lo importante en cualquier trabajo artístico no es la repetición de métodos y recetas, sino la capacidad de aportar nuevas soluciones. Desde el inicio, me esforcé por recuperar la inocencia y la naturalidad originarias que, como es lógico, se desvanecen a medida que se adquieren conocimientos y experiencia. Mi intención, desde un principio, fue volver sobre mis pasos y rescatar impulsos olvidados, más puros y más libres, aligerando así la carga conceptual que imponen las modas artísticas y los prejuicios intelectuales. Finalmente, esta serie representa un renovado intento por seguir profundizando en la práctica y el conocimiento del abstraccionismo, tendencia a la que siempre se le ha discutido, no sólo su vigencia y potencial, sino también la importancia y el protagonismo que merece. Esta controversia se debe, en parte, a la incom-

prensión del arte abstracto y a la dificultad de interpretar sus símbolos y gestos. Es evidente que resulta más sencillo transmitir ideas y emociones a través de la narrativa figurativa que mediante la abstracción. Por eso, en estas pinturas —no exentas de ironía—, incluyo ciertas formas e insinuaciones más accesibles; es decir, puentes hacia la figuración, cargados de alegorías y referencias simbólicas, pero sin sacrificar la libertad expresiva. Como diría Cy Twombly, sin tener **que** «renunciar al placer de lo que sucede».

Para quienes deseen adentrarse en mis *Paisajes evocados* mediante la palabra, diré que estas pinturas, juguetonas en esencia y guiadas más por el instinto **que** por la reflexión, nacen de dibujos espontáneos que dan forma a espacios y composiciones en un diálogo íntimo conmigo mismo. Son, en esencia, un entramado de manchas y trazos simples que buscan crear armonía, estableciendo relaciones amistosas entre los distintos elementos pictóricos que intervienen. Asimismo, constituyen un ejercicio de exploración y autoconocimiento, donde **la** imagen me permite abordar de manera singular algunos conceptos opuestos, pero a la vez complementarios: ausencia y presencia, lejanía y cercanía, fondo y forma, abstracción y figuración.

Siempre que acabo de pintar una larga serie, quedo agotado. Y, como siempre, me asalta **la** duda: ¿volveré a pintar? Es **como** si cada serie pudiera ser la última. Si vuelvo a lanzarme a otra, al menos ya sé cómo lo llamaría: *La mirada errante*. Versión resumida e inspirada en una idea original de Paul Auster, en su novela 4 3 2 1: «*exploraciones de la mirada vagabunda abierta a encuentros fortuitos con lo inesperado*».

Me encantaría usar ese título, pero tal vez sea demasiado altisonante y difícil de captar en su humor. Quizá convenga algo más breve, algo que invite, de manera más concisa, a la contemplación y la aventura visual.

El blanco es mi color en todas sus formas y matices: el blanco absoluto, el blanco puro y resplandeciente; el blanco hiriente que deslumbra **como** la nieve recién caída bajo el sol; el blanco inmaculado que brilla con luz propia, o aquel que se apaga, volviéndose cetrino o ahuesado, con un tono sutil y melancólico. El blanco móvil, dinámico como las nubes que dibujan formas en el cielo. El blanco chillón, a veces fascinante y vigoroso, como un caballo blanco galopando... El blanco cerusa, que evoca la nostalgia de mi correo preferido; el blanco de plomo, sólido, denso y perfecto, protagonista indiscutible de todas las miradas; el blanco resplandeciente de las casas encaladas de los pueblos blancos andaluces; **el** blanco de España, luminoso y radiante. El blanco de zinc y el blanco impoluto de titanio.

En **el** vasto catálogo de la existencia, la muerte se nos presenta en múltiples formas, adoptando —según el contexto— distintos significados. Puede irrumpir de manera súbita y trágica, sin previo aviso, o bien llegar de forma natural, serena y en paz. Su presencia ha inspirado un sinfín de expresiones radicales: *patria o muerte, hasta que la muerte los separe, muerte clínica o cerebral, herida de muerte, muerte justiciera, duelo a muerte, muerte chiquita, muerte al traidor, muerte a la muerte, muerte violenta, salto de la muerte, guerra a muerte, danza de la muerte, estar a muerte, pena de muerte...* Cada una de estas frases carga con un peso simbólico propio; mu-

chas propician juicios morales y desencuentros profundos... La muerte encierra misterios indescifrables para nuestra limitada comprensión. Para algunos, representa el fin absoluto; para otros, lejos de ser un final, es la puerta de entrada a nuevas formas de la existencia. Lo único cierto es que, en su insondable sabiduría, la **muerte** permite que el ciclo de la vida siga su curso, proporcionando espacio para el renacimiento y el cambio... El destino de los muertos es un enigma insondable... Como dice la conocida canción duranguense: *Quiero ser el vaso donde bebes / Y besar tu boca azucarada / Quiero ser chofer de tu automóvil / Y agarrar las curvas de bajada / Que sube y que baja / Que llega hasta el fin / A dónde van los muertos / Quién sabe a dónde irán.*

La idea de que exista una vida después de la **muerte** me parece ilusoria. No puedo creer en la **reencarnación**, esa promesa de un nuevo ciclo que podría manifestarse en formas aparentemente menos evolucionadas: una cucaracha, una lagartija, un pato mandarín o un toro de lidia. Tal vez no sea tan indigno ni aterrador vivir como un insecto rastrero, un burro de carga o un perro de compañía... A diferencia de los humanos, los animales y las plantas existen en una serena inconsciencia que los libera de preocupaciones. El filósofo francés Guilles Deleuze afirmó que los animales son los únicos seres que saben morir, una reflexión que nos invita a reconsiderar nuestra concepción de la vida, la muerte y la arrogante creencia de superioridad frente a las demás formas de existencia en el planeta.

Si la **reencarnación** existiera, sería un consuelo y una maravillosa forma de conexión entre todos los seres vivos.

Si tuviera otra vida, desearía darle un sentido diferente, tener otros propósitos... Tal vez, si pudiera elegir, optaría por renacer como un gato, sin importar su tamaño, grande o pequeño. Los felinos siempre me han fascinado por su elegancia, su fuerza contenida, su aura de misterio ancestral **y** su habilidad para desaparecer. Un gato «lo ves y luego no lo ves», como solía decir mi querido amigo, el poeta David Huerta.

Comenzamos a morir cuando empezamos a olvidar; cuando las muertes **y** los duelos se van acumulando **en** nuestra historia; cuando dejamos de recordar con claridad o de cumplir nuestras propias responsabilidades. Pero, sobre todo, morimos un poco más cuando los recuerdos que atesoramos se vuelven exclusivamente nuestros, sin que nadie más los comparta ni comente con nosotros. Vamos muriendo también cuando los nombres de los animales se desvanecen en el olvido: cocod_ilo, jir_fa, _acatúa, axolót_, hipopóta_o, t_cán, pa_golín, came_lo, ora_gután, bo_, libélul_, ri_ oceronte, gu_camaya, tec_lote, pat_, k_ala, mo_quito, guajolot_, drome_ario, manta_raya, elef_nte, ñ_, pez dorad_, lomb_iz, r_tón, per_o salchicha... Con cada nombre que se pierde, algo de nosotros también desaparece.

Nadie es consciente del momento **en** que nace ni del instante en **que** muere. Transitamos por la vida sin saber de dónde venimos y, mucho menos, hacia dónde vamos.

Mientras tanto, aquí sigo: esperando a **que** conmigo se haga una excepción.



DE LO UNO A LO OTRO [Lo que es y lo que no es], de Jordi Boldó, se terminó de imprimir en el mes de julio de 2025, en Editorial Color, S.A. de C.V., Naranjo 96-Bis. Colonia Santa María la Ribera, CdMx. En su composición se utilizó tipo Warnock Pro light de 14:17, 11:13.5 y 9:12 puntos. El tiraje consta de 300 ejemplares. El cuidado de la edición estuvo a cargo de Francisco Magaña y el autor.

Sin la presunción del pensador y con el aire leve (que no superficial) de esas pláticas que uno desea no lleguen a su fin, la voz de este libro apuesta por la solidaridad, por la libertad y por la palabra que se erige en su búsqueda: desde su atalaya y bajo el cobijo del sosiego, la irreverencia y la lucidez, Jordi Boldó permite explorar estos hallazgos con el mismo gozo y arrobamiento que se experimenta con su pintura. Esas dos pasiones tienen su origen en la capacidad de captar los «encuentros fortuitos con lo inesperado». *De lo uno a lo otro* a lo de más allá: que todo llega muy acá, al corazón.

Francisco Magaña