



SE PAGA POR ADELANTADO

Sí, eso nos decía Jorge Bucay, que todo lo bueno que te pasa en la vida, te lo mereces, pero se paga por adelantado.

Y añadía, "No digo que lo contrario sea verdad, es decir que cuando nos pasa algo malo nos lo merezcamos". Pero en muchas ocasiones, sí que coleccionamos "cromos de méritos" para que las cosas se nos tuerzan; unas veces somos conscientes, otras las hacemos sin querer, y otras no nos queda remedio. Pero está claro que todo suma, y llega un momento de rendición de cuentas.

Si no hago ejercicio, mis músculos, huesos, corazón lo notarán y no digamos todo lo que hay dentro del cuerpo que no vemos hasta que los análisis nos asustan -me refiero al colesterol, azúcares y sus amigos.

Que estoy pasadillo de kilos, y esto perdura en los años, pues otro boleto más que estoy adquiriendo, para que la vida me dé un sustillo.

Si no como comida "de madre de las de antes", sino que degusto todas las tentaciones que se me ponen por delante: mis pancetas, pastelillos, choricitos, fritos, ... pues más boletos.

El, "Por una ocasión no pasa nada", no nos vale, pues bien sabemos que no es una ocasión, sino que en la vida el calendario está llenos de días, de navidades, de cumpleaños, de celebraciones. Sin llegar a amargarnos, no está mal que cuidemos un poco a este cuerpo que nos tiene que durar toda la vida.

Que me fumo unos pitillos, pues aquí estoy cogiendo boletos de tres en tres, pues no sólo serán los pulmones los que se verán afectados, sino todos los órganos por los que pase el humo.

Que además me bebo mis cosillas..., pues más papeletas a la lista, empezando por el hígado.

Que soy un vertedero de pensamientos basura, y acumulo rabia contra el mundo, pues otro pisoteo al corazón.

Que no cuidé mis articulaciones, curando mal las lesiones, encadenando

un esguince con otro, haciendo burradas físicas, también, lo pagarás.

Que no vigilo mis horas de sueño y descanso, mi cerebro no se recuperará adecuadamente.

Que tengo varios boletos de los anteriores juntos, pues entonces a pasos agigantados, cada vez me acerco más al fin.

El problema no es llegar antes que nadie a "nuestro final", el problema es que ese final sea más duro para nosotros y para los que nos rodean.

Habrás veces que el trabajo, el lugar donde habito, contribuyan a esa siembra negativa (aunque siempre tenemos la varita de la última decisión en nuestras manos). Cuanto antes empecemos a pagar por adelantado en nuestra vida, mejor será para que nos pase lo bueno.

Y si nos hemos dado cuenta de mayorcitos que estamos acumulando demasiadas papeletas negativas, bien porque la vida atizó ya a algún familiar o amigo cercano o porque el médico nos tiró de las orejas..., pues es mejor escuchar a la vida y hacerle caso. Francis Bacon decía que, la única manera de domar la naturaleza es obediéndola.

EXCUSAS Y AUTOENGAÑOS

Las excusas y autoengaños, valen de cara al exterior, pero al cuerpo no se le miente, él toma nota y llegado el momento, nos pasará factura.

Pues lo dicho, si eres de los que tiene prisa para dejar este mundo cuanto antes y además

usas el argumento de que Total son dos días, pues adelante. Lo conseguiremos.

Pero si, quieres seguir disfrutando de este maravilloso viaje en la Tierra, de estas vacaciones espirituales, que nos han regalado; si quieres que lo que dure sea bien

llevadero, pues ya sabes: comienza a sembrar.

Recuerdo en nuestras "carreras dominicales filosóficas" de los domingos que un amigo que iba por delante en la vida nos decía, Ya veréis cuando lleguéis a los 50 y le respondíamos, ¡Qué más dará los 50 que los 40!... Pues ya os digo, que no, no da igual. Mi amigo tenía razón. A Los 50 viene Paco con las rebajas y empieza a pasar la factura de los excesos.

No hay felicidad de garrafón. Cada uno tiene que desarrollar su propia fórmula. Y tiene que ver con un viaje hacia adentro. No es cuestión de acumular. Hay gente con mucha riqueza y grandes vacíos emocionales. El camino de acumular no tiene fin y no lleva a ninguna parte, solo a desconectar de la realidad y de ti mismo. Los ricos tienen el gran privilegio de poder mentirse más que los demás sin que nadie contradiga sus mentiras. Eso nos decía, Marian Rojas, algo así como que, la tormenta interna es un peaje que hay que pagar. Y a partir de ahí siembra.

Porque: "Siembra un pensamiento y cosecharás una acción. Siembra una acción y cosecharás un hábito. Siembra un hábito y cosecharás un carácter. Siembra un carácter y forjarás tu destino".

Pues sí, no nos engañemos, quitémonos esa venda interna que nos impide ver el interior y barnizar nuestro exterior. Seamos genuinos.

Paguemos por adelantado: paguemos cheques de pensamientos positivos, de cuidado del cuerpo, de relaciones sencillas, positivas, y si no son así, descártalas. Cuidemos nuestro ocio, nuestras lecturas. Sintamos nuestro crecimiento. Si después de un año, incluso de un mes, si después de un libro, una nueva amistad... no soy y me siento mejor, si no he crecido, algo no ha ido bien. No puedo poner el botón de pausa en mi grado de madurez.

Alex Rovira nos habla de la suerte y de la buena suerte. Una es casual otra causal, se trabaja. Para que la buena suerte llegue, hay que cambiar las circunstancias. Crear buena suerte, es crear circunstan-

LAS VACAS NO DAN LECHE

El secreto de la vida es este: La vaca no da leche. ¿Qué dices? - preguntó incrédulo el muchacho.

Es como te digo, la vaca no da leche. Tienes que levantarte a las cuatro de la mañana, ir al campo, caminar en el corral por el excremento, atar la cola y las patas de la vaca, sentarte en el banco, colocar el balde, hacer los movimientos adecuados.

Ese es el secreto de la vida: la vaca no da leche. Las ordeñas o no tienes leche.

Hay una generación que piensa que las vacas DAN leche, que las cosas son automáticas

y gratis: deseo, pido y obtengo. Pero la realidad es que la felicidad es el resultado del esfuerzo, y que la ausencia de esfuerzo genera frustración e ignorancia.



cias. Circunstancias, ¿qué son las circunstancias?: Yo soy las circunstancias, decía Napoleón

Las personas encantadoras se construyen. No son una casualidad.

