



SIEMPRE PASA ALGO

Nos pasamos la vida buscando la felicidad en las condiciones ideales, la seguridad en lo que nos rodea. Pero la "gravidad cero" solo se da en los satélites espaciales. John Lennon nos decía: "la vida es lo que pasa mientras estamos ocupados haciendo otros planes"

Cuando todo parece tranquilo, nos tropezamos con una enfermedad que nos asusta, o la de un familiar, nos roza la muerte, o nos toca de pleno; un percance en la carretera, un problema en el trabajo, un compañero o un jefe energúmeno que nos amarga, un padre o una madre a quién cuidar, un hijo que nos regala un problema, un bebé que nos tortura cada noche con sus llantos, una amiga envidiosa, una mala relación familiar, una multa de tráfico, un despido del trabajo, un hijo que se nos va lejos y nos deja un huequecito en el corazón y mucha preocupación, una emoción arcaica que parecía escondida, y sale en el momento más inoportuno a dar la lata, una separación no esperada, o simplemente unos medios de comunicación que se dedican a atemorizarnos,...¡siempre pasa algo!

A veces los algos, son "algos gordos"; algos de los que asustan a la mayoría, y en otras ocasiones son "alguitos", que, como les alimentamos mucho con nuestra mente, los vamos haciendo grandes, hasta que nos dan miedo y no podemos con ellos.

Algo, que parece ser el culpable de que no seamos felices; algo, que en muchas ocasiones nos taladra la mente y no lo podemos sacar. ¿Cuántas ocasiones esos sucesos son importantes después de un año?

Los hinduistas hablan de la visión del ratón y la visión del águila. La visión del ratón es la que tenemos cuando estamos delante de un problema y nos asusta: todo parecen ser gatos. Y la

visión del águila es la que se eleva por encima del problema y ve que "todo pasa".

En cierta ocasión un cura que siempre llegaba a una pensión, cuando el dependiente le contaba sus problemas, le respondía: "Recuerda el capítulo 11 de San Pablo". Después de muchos años, un día el dependiente le preguntó: ¿Me podría decir qué dice el Capítulo 11 de San Pablo?, a lo que el cura le respondió: No lo sé. Solo sé que después del 11 vendrá el 12.

Sí, es cierto: siempre pasa algo. Pero a algunos les pasa más que a otros, y a veces en unos periodos de tiempo muy cortos.

Tengo un amigo, que cuando le transmito el cuento del águila, me responde, "Sí, Juancar, pero a mí tu águila me caga, según pasa por encima de mi cabeza". Es cierto, hay personas a las que les pasan más "algos" que a otros.

Como decía Franco Battiato: "Busco un centro de gravedad permanente que no varíe lo que ahora pienso de las cosas de la gente, over and over again". Ese es el truco: el encontrar un centro dentro de nosotros, que no dependa de las condiciones externas.

Para ello, como siempre pasa algo -entre otras cosas, los más de cincuenta mil pensamientos diarios que nos acompañan cada día-, debemos crear hábitos y hacernos con recursos que nos aproximen a ese centro de gravedad que nos proporcione equilibrio y paz. Como decía Kipling, "fortalece tu espíritu, para cuando te sorprendan inesperadas desgracias".

No será gratis, nos lo tendremos que currar: aprender técnicas de meditación, elegir bien las lecturas positivas, realizar ejercicio, buscar buenas compañías, cuidarnos con una alimentación sana, alejar-

nos de los que quieran volcar su basura en nuestra mente -eso ya lo sabemos hacer muy bien nosotros solitos; hacer psicoterapia, buscar alguien fiel con quien hablar, alguien que nos escuche, y no nos juzgue. Buscar maneras de vaciar nuestra "basura mental", de vaciar la rabia acumulada.

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

LOS DIOSES DE LA FELICIDAD

Los dioses se reunieron para crear al hombre y a la mujer. Lo hicieron a su imagen y semejanza, pero uno de ellos dijo:

-Un momento, si vamos a crearlos a nuestra imagen y semejanza, van a tener un cuerpo igual al nuestro y una fuerza e inteligencia igual a la nuestra. Debemos pensar en algo que los diferencie de nosotros, de lo contrario estaremos creando nuevos dioses.

Después de mucho pensar, uno de ellos dijo:

- Ya sé, vamos a quitarles la felicidad.
- Pero ¿dónde vamos a esconderla? - Respondió otro.

- Vamos a esconderla en la cima de la montaña más alta del mundo.
- No creo que sea una buena idea, con su fuerza acabarán por encontrarla.
- Entonces... podemos esconderla en el fondo del océano.
- No. Recuerda que les daremos inteligencia, con la cual, tarde o temprano construirán una máquina que pueda descender a las profundidades del océano.
- ¿Por qué no la escondemos en otro planeta que no sea la Tierra?
- Tampoco creo que sea buena idea, porque un día desarrollarán una tecnología que les permita viajar a otros planetas. Entonces conseguirán la felicidad y serán iguales a nosotros.

Uno de los dioses, que había permanecido en silencio todo el tiempo y había escuchado con interés las ideas propuestas por los demás dijo:

- Creo saber el lugar perfecto para esconder la felicidad, donde nunca la encuentren.

Todos le miraron asombrados y le preguntaron:

- ¿Dónde?
- La esconderemos dentro de ellos mismos, estarán tan ocupados buscándola fuera, que nunca la encontrarán.

Todos estuvieron de acuerdo, y desde entonces el hombre se pasa la vida buscando la felicidad sin darse cuenta que la lleva consigo.

Todos le miraron asombrados y le preguntaron:

- ¿Dónde?
- La esconderemos dentro de ellos mismos, estarán tan ocupados buscándola fuera, que nunca la encontrarán.

Todos estuvieron de acuerdo, y desde entonces el hombre se pasa la vida buscando la felicidad sin darse cuenta que la lleva consigo.

Todos le miraron asombrados y le preguntaron:

- ¿Dónde?
- La esconderemos dentro de ellos mismos, estarán tan ocupados buscándola fuera, que nunca la encontrarán.

Todos le miraron asombrados y le preguntaron:

- ¿Dónde?
- La esconderemos dentro de ellos mismos, estarán tan ocupados buscándola fuera, que nunca la encontrarán.

Todos le miraron asombrados y le preguntaron:

- ¿Dónde?
- La esconderemos dentro de ellos mismos, estarán tan ocupados buscándola fuera, que nunca la encontrarán.

