

Diario de sanación

Augusto Godachevich

(veinte textos en diez años de sanación)

En este libro les dejo *veinte textos escritos* durante mis primeros *diez años de sanación*. (2015-2025). Cada texto nació en el formato que, la idea a ser volcada, pedía. Se encontrarán con reflexiones, textos autobiográficos, sanaciones personales, escenas teatrales, cuentos, versos... Si son seguidores de mi camino de sanación por las redes, de seguro se habrán cruzado con algunos de estos textos publicados en mi muro.

Cumpliendo estos diez primeros años de sanación, me pareció buena idea, la de aunar estos textos en un libro, para que juntos podamos seguir resonado, llorando y sanando.

Ya saben, esto recién empieza.

Quiero dedicar este libro a mi esposa, Ana Julia Vigo, y a nuestros hijos, Frida y Ovidio. Mis eternos aliados de sanación. Los amo.

- 01 —Una vez necesité ser más que otros
- 02 —Estás proyectando, papá
- 03 —Un trámite innecesario
- 04 —Las manos vacías
- 05 —Él vive en ti
- 06 —Acá no vendemos milanesas
- 07 —¿Y ahora?
- 08 —Mi hija me está por desaprobarme
- 09 —Vamos a jugar un juego
- 10 —Te amo, te rechazo
- 11 —Crear por crear
- 12 —El daño fue mucho
- 13 —En el espejo del botiquín
- 14 —Cumplir la función de creador
- 15 —Siento olor a humo
- 16 —Soltar el machete
- 17 —El cielo siempre fui yo
- 18 —¿Estamos dispuestos a saltarnos?
- 19 —Ahogado sin tu amor
- 20 —Lo único permanente

Una vez necesité ser mejor que otros
(*Reflexión*)

Una vez necesité ser mejor que otros. Una vez necesité ser más que los demás. Más creativo, más simpático, más inteligente... Hubo una vez en que me sentí “tan poca cosa” que necesité ser más que los demás.

¿Acaso no es la historia de todos nosotros? ¿Acaso no todos creemos necesitar ser más que los demás? Soy el empleado que más trabaja, todos los demás son vagos... Soy el más inteligente de mi clase, todos los demás son ignorantes... Soy la más atractiva de mis amigas, todos los hombres me desean... Soy el que mejor sueldo merece cobrar... Soy la mejor en la cama... Soy el que puede con todo... Soy la que nunca se rinde... Soy el que merece ganar... Soy la más capacitada, si no lo hago yo no lo hace nadie.

Siempre necesitamos ser más que alguien. Y yo también lo necesité. Y para que uno sea el mejor es necesario que haya peores. Muchos peores. ¡Y cuánto tiempo invertimos descubriendo y hablando acerca de aquellos “necesarios peores”! Los encontramos en todos lados: en la calle, en el colectivo, compañeros de trabajo, amistades, familia... Y entonces nos la pasamos señalando, humillándolos... Nos la pasamos separándonos de los demás al grito de “¿Cómo puede ser que no seas como yo? ¿Cómo es que no ves lo que a mí me resulta tan obvio?”. ¡Porque, no olviden, que nosotros somos los mejores, y ellos, lógicamente, son los peores! ¡Y si los demás no ven las cosas como las vemos nosotros... es porque son estúpidos! ¿Cómo pueden ser tan estúpidos? ¿Cómo?

Insisto en que una vez necesité ser mejor que los demás. Y lo fui..., hasta que me harté. Me harté de echar culpas, me harté de mis excusas, me harté de justificar mis lastimeras carencias... Porque creemos que siempre hay un culpable, alguien que es responsable de nuestros fracasos, de nuestro sufrir, de nuestros sueños sin cumplir... Si no es la castradora de mamá, es papá que no estuvo... Si no es mi esposa, serán mis hijos que vinieron en el peor momento... Si no es mi jefe, será mi compañero de trabajo que me quiere pisar la cabeza... Siempre hay un culpable. Siempre hay una excusa. Pero yo me harté. “Me harté de ser yo mismo”. Entonces puse punto muerto. Y allí me quedé. Esperando a ver qué sucedía, si dejaba de ir tras lo que yo consideraba... que era lo mejor para mí. Y en ese lugar, en esa tremenda quietud, comprendí que todo dependía de mí. Tan sólo de mí. Y ese descubrimiento me trajo una inmensa paz. Una paz que aún... me sorprende.

Comencé a investigar, a estudiar y a experimentar. Comencé a descubrir que todo estaba en mí. Ya no había que esperar por nadie. Ya no había culpables. Descubrí que era yo quien me había saboteado en cada cosa que había emprendido. Me crucé con muchos maestros, maestros que ya conocía pero que aún no los había considerado maestros; después de todo, como dice aquella iluminada frase, “el maestro aparece cuando el alumno está preparado”. Y así fue. Leí, estudié y comprendí, entre otras cosas, que “para el inconsciente el otro no existe”; por ende, todo lo que rechazamos de los demás, es lo que no estamos dispuestos a ver en nosotros mismos.

Si me habré llenado la boca juzgando de ignorantes a quienes me rodeaban... Hoy entiendo que, el que siempre se sintió ignorante, el que siempre sintió estúpido, fui yo. Pero como no

estaba dispuesto a verlo, puesto que me resultaba demasiado doloroso, lo escondía en la sombra. Y como rechazamos de los demás, aquello que no estamos dispuestos a ver que somos, nos la pasamos proyectando, nos la pasamos rechazando, y vivimos en eterno conflicto con quienes nos rodean.

Les informo que grande fue la sorpresa cuando descubrí, a través de la proyección, que, el que siempre se había sentido un ignorante, era yo. Entonces pude identificar y hacer consciente cuál era la creencia que me hizo rechazar mi propia ignorancia, rechazarla como algo negativo, como algo doloroso. Pude comprender el por qué necesité sentirme siempre más inteligente que los demás, el porqué de la necesidad de andar siempre con aquella excesiva máscara de superioridad.

Hoy ya no me siento ignorante, pero tampoco me siento inteligente. Hoy entiendo que ser ignorante o inteligente es tan solo percepción; es tan sólo una interpretación. Y hay tantas interpretaciones del mundo como personas que lo observan. Y cada interpretación está condicionada por creencias, por programas, por valores... Por ende, lo que hay que sanar, es nuestra percepción, nuestra interpretación de la realidad.

Hace ya años que transito incesantemente el camino hacia el cambio de consciencia. Ya he dictado talleres, realizado seminarios, guiado sesiones personales, y guiado cuantísimas sesiones en línea; y quiero confesar que, aún no dejo de asombrarme, al observar las facciones de cada consultante a la hora de la toma de conciencia; a la hora de descubrir cuáles eran aquellos programas que los esclavizaban... Y esa sagrada mirada de emoción, de alivio al sabernos conectados, al sabernos en el mismo camino.

Estás proyectando, papá
(*Texto autobiográfico*)

—Tomá, papá... te lo regalo —dice anoche Frida, nuestra hija de siete años, mientras me hace entrega de un abanico creado por ella con una hoja de papel en blanco.

—¡Muchas gracias! —contesto, y luego agregó—. ¿Por qué no le ponés un poco de color?

—No, papá. No quiero. No tengo ganas. No quiero pintarlo —objeta la pequeña.

—¡Qué vago! —contesto sin siquiera pensarlo.

—Estás proyectando, papá. Ya lo sabés. El vago sos vos —contesta con seguridad mientras se dispone a seguir con su fábrica de abanicos.

Me quedo mudo. Pienso. Es cierto. Siempre que estoy descansando me siento un vago. Observo dentro de mí a la herencia programándose. ¿Si no estoy haciendo, no existo? Otra cosa más para sanar. Y mi hija que, con siete años, ya entiende cómo funciona la proyección.

Rompo mi mutismo y le digo a la pequeña, con el blanco abanico aún entre las manos:

—Gracias, hija.

Y mi esposa, que escuchó el diálogo a la distancia, me dice:

—La tiene más clara que nosotros.

Y entonces mi sonrisa surge incandescente al tomar conciencia de nuestra constante sanación hecha herencia.

Un trámite innecesario
(*Texto autobiográfico*)

Se murió mi abuela paterna. La última abuela que me quedaba.

Y entonces ya no tengo más abuelos. Y mis hijos ya no tienen más bisabuelos. Porque se murió mi abuela. La última abuela.

—Ya vengo —le informo a mi esposa mientras abro la puerta y salgo a caminar frente al campo.

Es de noche. Todo es estrellas, oscuridad y árboles alumbrados por tenues luces amarillas. Camino, respiro, y allí está mi abuela:

—Hola abuela —comienzo a hablarle en voz alta—.

Hola Abuela. Quería decirte gracias. Gracias por todo. Al fin se acabó tu experiencia física. Al fin se acabó la ilusión de tu abandono, de tu soledad, de tu frialdad, de la constante hostilidad... Se acabó tu amargura, se acabó el ser víctima de tanto abandono. Volviste a ser lo que siempre fuiste, pero no te llegaste a enterar de que era así. Se acabó pensar. Ya sos paz. Ya está, ya pasó. Descansá. Abuela, te amo... Abuela, te despido, gracias por todo. Andá, disfrutá. Ya está, ya pasó. Gracias por todo.

Y mi abuela que se va. Y yo que me quedo llorando ahí bajo las luces amarillas, frente al campo, despidiéndola.

Al otro día, temprano, entro a la sala velatoria. Me acerco al cajón, al féretro cerrado, y no pasa nada. Por primera vez, en un velorio, no pasa nada. Veo el cajón y lo siento un mueble un tanto absurdo. ¿Qué es ese cajón? ¿Allí dentro está mi abuela? No, allí no está mi abuela. No siento nada. ¿Por qué no siento nada? Esto nunca me pasó antes. Nunca me pasó. ¿De

qué se trata esto? ¿De qué se trata todo esto? ¿Por qué no siento nada?

Entonces comprendo que no siento nada porque ese velatorio fue un trámite innecesario. El sentido de un velatorio es despedir a alguien, y yo ya había despedido a mi abuela la noche anterior. A conciencia de que el cuerpo no existe, de que todo es mente, de que todo es unicidad, yo ya había despedido a mi abuela la noche anterior. Mi abuela no estaba en el cajón. Mi abuela ya había vuelto a ser lo que siempre fue. Mi mente me informaba que no tenía sentido volver a despedirla. No tenía ningún tipo de sentido. Y ese cajón, a mis ojos, era un mueble absurdo. Mi abuela no estaba allí. Por primera vez estaba viviendo con extrema certeza y profundidad aquella frase que leí hace ya mucho tiempo, cuando inicié con este camino de autoconocimiento: “El cuerpo no existe”. Aquella brutal frase que tanto tiempo llevó comprender: “El cuerpo no existe”

Tiempo más tarde, llevamos al absurdo mueble hacia el cementerio, y lo dejamos en una habitación con otros absurdos muebles que, a simple vista, parecían ser familiares del primero. Y nos vamos. Y me voy caminando junto a mi padre, el hijo de mi abuela, por las callecitas del cementerio. Y nos vamos alejando, bajo la lluvia, a paso lento.

Más tarde llego a mi casa, beso a mis hijos, y pongo la pava, con el fin de tomar unos mates con mi esposa... Escucho que llega un mensaje. Es de mi padre, lo abro:

“Gracias por todo”.

Y entonces comprendo “para qué fui al velatorio”. Y entonces comprendo “para qué la visita al cementerio”. Y entonces comprendo “para qué aquella gris y lluviosa mañana... no fue un trámite innecesario”.

Las manos vacías
(*Escena teatral*)

Leopoldo
Bárbara

(Bárbara está en el patio. Es de mañana. Leopoldo entra en escena):

Bárbara —Buen día, amor. (Lo besa).

Leopoldo —Está anunciado lluvia para esta tarde.

Bárbara —(Mirando hacia el cielo): Ah, mirá.

Leopoldo —Esperemos que no llueva, si no Constanza no va a tener partido.

Bárbara —Y no. (Silencio) Tomá. (Le da un mate a su esposo).

Leopoldo —¿A qué hora te reunís con tu socia?

Bárbara —No nos reunimos al final...

Leopoldo —¿Cómo que no se reúnen? ¿Qué pasó?

Bárbara —Llamó hace un rato.

Leopoldo —¿Y qué te dijo?

Bárbara —Que no va más... Que abandona...

Él —¿Cómo que abandona? ¿Qué cosa abandona? ¿La sociedad?

Bárbara —Ajá.

Leopoldo —¿Y estás así? ¿Tan tranquila?

Bárbara —¿Cómo querés que esté?

Leopoldo —¿Y qué quiere hacer?

Bárbara —Venderme su parte. Necesita el dinero.

Leopoldo —¿Y con qué quiere que le compremos su parte?

¿Quiere que salgamos a robar? ¡Está loca esa mujer! (Silencio. Se queda buscando soluciones con la mente): Y bueno, vos no te preocupes... Algo vamos a inventar.

Bárbara —No me preocupo. Será lo que tenga que ser.

Leopoldo —Dejame hablar con un par de conocidos... Vamos a andar justos por unos meses, pero ya se va a acomodar.

Bárbara —Ya lo sé. Todo se va a acomodar.

Leopoldo —¿Te dijo por qué deja la sociedad, la basura de tu amiga?

Bárbara —Se está muriendo. Tiene cáncer de mamas.

Leopoldo —¿Me estás jodiendo?

Bárbara —¿Cómo te voy a estar jodiendo?

Leopoldo —Como mi vieja.

Ella —Sí, hasta del mismo lado.

Leopoldo —¿Qué podemos hacer?

Bárbara —¿Con qué?

Leopoldo —¿Qué podemos hacer por Alejandra, por tu socia, por tu amiga?

Bárbara —No sé. Nada.

Leopoldo —¿Cómo que nada? ¿Qué te está pasando, Pilar? ¡Reacciona! Tu amiga se va a morir. Tenemos que hacer algo.

Bárbara —No sabemos si se va a morir.

Leopoldo —Hay una gran posibilidad. Mi mamá se murió.

Bárbara —Tu mamá se murió porque se tenía que morir.

Leopoldo —¿Cómo que se tenía que morir? ¿Qué estás diciendo?

Bárbara —Que no te adelantes. Que dejes de vivir en el futuro. No tiene sentido. Porque el futuro no existe. ¿Te das cuenta? Si llueve, lloverá. Si tu hija no va al partido de Hockey, no irá. Si Ale se muere, morirá. ¿Qué podés hacer vos para evitarlo?

Leopoldo —Pero yo no quiero que Alejandra se muera.

Bárbara —Yo tampoco.

Leopoldo —No es justo.

Bárbara —¿Quiénes somos nosotros para decidir qué es justo?

Leopoldo —(Silencio. Piensa) ¿Te das cuenta como todo se te va de las manos en un segundo?

Bárbara —Me di cuenta esta mañana.

Leopoldo —¿De qué?

Bárbara —De que todos creemos que las cosas se nos van de las manos. Pero en realidad nuestras manos siempre estuvieron vacías. Nunca tuvimos el control de nada.

Leopoldo —No creo que sea así. (Silencio). No quiero que sea así.

Bárbara —No depende de vos que sea así.

Leopoldo —Yo así no podría vivir.

Bárbara —Yo sí. (Silencio).

Leopoldo —Extraño mucho a mi mamá.

Bárbara —Ya sé.

Leopoldo —Creo que nunca acepté que se haya ido.

Bárbara —Ya vas a estar listo para despedirla.

Leopoldo —(Él afirma con la cabeza. Mira hacia el cielo). Me parece que está despejando.

Bárbara —La voy a despertar a Constanza.

Leopoldo —Bueno, andá. (Él se queda mirando al cielo).

Él en vive en ti
(Reflexión)

Recién terminamos de ver, en familia, el Rey león. No tengo idea de cuántas veces la habré visto en mi vida. Fue estrenada cuando yo tenía quince años, y es una película que nunca he dejado de mirar. Creo que ésta es la primera vez que la disfruto después de comenzar a caminar hacia el cambio de consciencia.

Siguiendo la trama, segundo a segundo pude ver, ésta vez, qué fue lo que siempre me había atrapado. Pude ver a la realidad que nos une a todos detrás de la historia:

Simba escapa de su culpa. Él cree haber sido quien ocasionó la muerte de su padre. Escapa y se encuentra con Timón y Pumba, se encuentra con aquella frase: *“Si no puedes cambiar lo que pasó en el pasado, déjalo atrás”*. Entonces el pequeño león se dispone felizmente... a olvidar. Pero bueno. mis queridos, hoy bien sabemos que el pasado jamás se queda atrás:

Necesitamos volver a vivir la traición, volver a vivir la infidelidad, volver a vivir el abandono, el desamor... Necesitamos volver a vivir el victimismo que nuestro clan tomó por real. El pasado no se queda atrás, jamás se queda atrás, y negar al pasado es vivir en conflicto, porque el pasado jamás se deja de proyectar a nuestro alrededor. No deja de proyectarse, como una película que tenemos que volver a ver una y otra vez, hasta entender para qué carajo la estamos mirando; hasta entender para qué necesitamos mirarla una vez más. ¡Todos los hombres me dejan! ¡Todos me traicionan! ¡Nadie me presta atención! Siempre la misma película una y otra vez.

Y entonces llega la parte en que aparece el indispensable Rafiki, el mandril sabio, y le dice a Simba que su padre no murió, que su padre... “¡está vivo!” Simba comienza a correr, comienza a perseguir a Rafiki, para poder reencontrarse con su padre. Lo persigue a toda velocidad, corre, y cuando llegan hasta el lago, Rafiki le muestra a Simba su propio reflejo sobre el agua. Simba se decepciona. Y entonces Rafiki le dice: “*Él vive en ti*”. Eso le dice: “*Él vive en ti*”. En ese momento recordé el nombre que, intuitivamente, decidí darle a mi décimo video de sanación: “*Mi hijo, mi extensión*”, y me largué a llorar.

Mi abuelo vive en mí, mi padre vive en mí, mi clan vive en mí... Y por eso nos la pasamos diciendo “¡no quiero ser como mi padre!”, “¡no quiero ser como mi madre!”. Luchamos absurdamente contra nosotros mismos. Luchamos ingenuamente contra lo que somos, contra nuestra herencia. Luchamos día a día para no ser como nuestros padres. Pero les tengo una noticia: “*Ellos viven en nosotros*”.

Aceptemos de una vez la realidad. Aceptemos que no estamos juzgando a nuestros padres fuera de nosotros, estamos juzgando a nuestros padres dentro de nosotros. Y mientras ese juzgamiento exista, les informo que no habrá paz. Jamás habrá paz. No habrá paz mientras necesitemos luchar contra la ilusión de que se puede “no ser nuestros padres”, de que se puede “no ser nuestra herencia”. No habrá paz mientras estemos creyendo que tiene que suceder lo que nosotros queremos, en lugar de lo que nosotros atraemos. Nosotros no sabemos lo que queremos. Nosotros no sabemos nada, y cuando aceptemos que no sabemos nada, comenzaremos a acceder al conocimiento. Comenzaremos a acceder a la realidad detrás de la heredada ilusión.

Comenzaremos a entender para qué nuestros padres están dentro nuestro. Y podremos comenzar a sanar.

Acá no vendemos milanesas
(*Escena teatral*)

Álvaro
Bernardo

Álvaro —Hola... ¿qué tal? Quisiera dos kilos de milanesas, por favor.

Bernardo —Se habrá confundido. Esto es una ferretería.

Álvaro —Claro, comprendo. Deme un kilo de milanesas de pollo, y otro de carne, por favor.

Bernardo —No, no. Te estoy diciendo que esto es una ferretería. Acá vendemos clavos, tornillos, herramientas... ¿Entendés?

Álvaro —Claro, sí, sí. ¿Cómo no voy a entender? ¿Y milanesas de pescado, no venden?

Bernardo —¿Vos estás sordo? ¿No escuchás lo que te estoy diciendo?

Álvaro —Sí, sí, fuerte y claro... ¿Cuánto está el kilo de las me dijiste que eran de pescado? Porque, con lo que tengo en la billetera, no sé si llego.

Bernardo —No vendemos de pescado.

Álvaro —¿Tarjeta de crédito aceptan?

Bernardo —Sí, aceptamos.

Álvaro —Bueno, entonces deme kilo y medio de pollo y un kilo de carne. Las de pescado quedarán para la próxima.

Bernardo —¡No vendemos milanesas, ya no sé cómo decírtelo!

Álvaro —¿Las de carne son de ternera, no es así?

Bernardo —¡La concha de tu hermana! ¡Te dije que acá no vendemos milanesas!

Álvaro —Lamento informarle que yo de acá no me voy sin mis milanesas. ¿Me entendiste, papá?

Bernardo —¡No tengo milanesas! ¿Qué querés que haga?

Álvaro —Quiero que me des mis milanesas. Las necesito.

Bernardo —No tengo milanesas.

Álvaro —¿Por qué nunca dijiste nada bueno de mí?

Bernardo —Porque no me nace. Nunca me nació. Te miro, quisiera decirte algo... Peor no puedo, algo me lo impide. No sé cómo ser padre. Nunca lo aprendí.

Álvaro —¿Tu padre a vos tampoco te reconocía?

Bernardo —No, tampoco. Mi padre se fue cuando yo era chico. Ya te dije mil veces.

Álvaro —Pero después sí lo conociste.

Bernardo —Sí, pero siempre fue una relación de mierda. Siempre me rechazó.

Álvaro —¿Nunca te reconoció?

Bernardo —Nunca.

Álvaro —Pero ahora vos tenés la oportunidad de hacer lo que él nunca hizo.

Bernardo —Sí, lo intento... pero claramente no me sale.

Álvaro —No, no te sale para nada. Eso te lo puedo asegurar.

¿Me darías dos kilos de milanesas por favor? Ya ni siquiera me importa el relleno. Si tenés de soja, dame de soja. Por más que no me guste la soja. Al menos me estaría llevando milanesas de algo.

Bernardo —Te dije que acá no vendemos reconocimiento.

Álvaro —No me voy a ir de acá sin mis dos kilos de milanesas.

Bernardo —Acá no vendemos reconocimiento. Ya no sé cómo decirtelo.

Álvaro —Lamento informarte que me voy a quedarme sentado acá hasta que me des mi reconocimiento. Lo necesito. No me voy a ir de acá sin mis dos kilos de reconocimiento.

Bernardo —¿No entendés que esto es una ferretería? No puedo darte algo que no tengo.

Álvaro —Problema tuyo. Vos decidiste ser padre, fue tu responsabilidad. Ahora me lo vas a tener que dar igual, lo tengas o no.

Bernardo —¿De dónde querés que lo saque? ¿No te das cuenta que no te puedo dar algo que nunca me dieron?

Álvaro —No logro comprender.

Bernardo —Te estoy diciendo que estás viniendo a una ferretería a comprar milanesas. ¿Lo podés ver?

Álvaro —Entiendo. Como a vos no te dieron reconocimiento, vos no pudiste dármelo a mí.

Bernardo —Exacto. Esto es una ferretería. No vendemos milanesas.

Álvaro —Osea que seguir acá esperando que me des algo que nunca tuviste sería absurdo.

Bernardo —Sí, sería una pérdida de tiempo total.

Álvaro —Vos sabés que esto empieza a tener un poco de lógica...

Bernardo —De todas formas, te entiendo. Yo hice exactamente lo mismo. Estuve yendo todos los días a la verdulería de mi padre a comprar tornillos.

Álvaro —¿Y te vendió?

Bernardo —No, me dijo que no tenía. Que si quería me vendía tomates y zanahorias.

Álvaro —¿Y? ¿Qué tal estaban? ¿Le compraste?

Bernardo —No, yo quería tornillos.

Álvaro —Pero los tomates y las zanahorias nunca están demás...

Bernardo —Yo quería tornillos, y nada más que tornillos.

Álvaro —Papá, si tuviera tornillos, te juro que te los regalaría todos a vos. Si eso te hiciera feliz yo te los daría todos.

Bernardo —Gracias, hijo mío.

Álvaro —Bueno, me voy yendo.

Bernardo —¿A dónde vas?

Álvaro —Voy a ver si consigo reconocimiento en otro lado.

Bernardo —¿En una pareja?

Álvaro —Sí, puede ser... Creo que es difícil que una pareja te reconozca. Mejor en el trabajo. Quizá consiga un poco de reconocimiento si me sacrifico mucho en mi trabajo. Quizá logre que mi jefe me venda un poco de milanesas. No digo dos kilos, pero quizá con medio kilo me arregle...

Bernardo —No te lo aconsejo. Al menos a mí no me funcionó.

Álvaro —¿Cuánto tiempo lo intentaste?

Bernardo —Como cuarenta y pico de años.

Álvaro —Ah, bastante...

Bernardo —Sí, bastante. Quizá la solución esté en dejar de necesitar comprar milanesas.

Álvaro —Pero necesito que alguien me reconozca.

Bernardo —Supongamos que conseguimos ese reconocimiento.

Álvaro —Supongamos.

Bernardo —¿Cuánto nos puede durar?

Álvaro —Y... con dos kilos de milanesas podemos estar satisfechos una semana, por lo menos.

Bernardo —¿Y después?

Álvaro —A comprar más reconocimiento.

Bernardo —No es negocio estar necesitando siempre lo que no tenemos.

Álvaro —Sí, lo más sano sería dejar de necesitar comprar milanesas.

Bernardo —Sanar la necesidad de reconocimiento.

Álvaro —¿El hambre de reconocimiento puede ser saciado?

Bernardo —No, claramente no.

Álvaro —¿Tenemos que buscar el reconocimiento en el mundo?

Bernardo —Si lo buscamos en el mundo... nuestra paz va a depender siempre del mundo, de los demás. No es negocio.

Bernardo —No es negocio. Nuestra paz debería depender de nosotros.

Álvaro —Creo que a partir de mañana voy a dejar de necesitar.

Bernardo —¿Milanesas?

Álvaro —No sé, cosas en general... Cosas del mundo. Porque si vos estás imposibilitado de darme reconocimiento, porque no te lo dieron, esto termina siendo un ciclo sin fin.

Bernardo —Y sí.

Álvaro —No quiero que esta carencia llegue a mis hijos.

Bernardo —¿Y cómo lo vas a cortar?

Álvaro —Dejando de necesitar.

Bernardo —Entiendo. ¿Es fácil?

Álvaro —No sé. Ni idea

Bernardo —Ojalá que sí.

Álvaro —¿A qué hora cierra la ferretería?

Bernardo —En media hora.

Álvaro —Bueno, señor, me voy yendo. Gracias de todas formas.

Y disculpe las molestias. No fue mi intención hacerlo enojar.

Bernardo —No pasa nada. Te entiendo. Ahora que lo pienso.

¿Sabés en dónde podés conseguir milanesas? En la otra esquina.

Álvaro —No, gracias. Ya se me fueron las ganas de comer milanesas.

Bernardo —Mire que son muy ricas en ese lugar...

Álvaro —No, gracias. Ya no necesito más.

Bernardo —Bueno, usted se lo pierde.

Álvaro —(Yéndose) Yo no me pierdo nada. Nunca hubo nada que perder.

Bernardo —Hasta luego. Que tenga buen día.

Álvaro —Muy buenos días para usted también. (Sale).

(Esta escena fue interpretada en mi video de sanación intitulado: "Mi paz depende de los demás")

¿Y ahora qué?

(Versos)

¿Y ahora que descubrimos
que somos los creadores del mundo?

¿Y ahora que sabemos
que todo lo que pasa
a nuestro alrededor
está libretado por la información
que nos construye?

¿Y ahora que sabemos
que todo lo podemos deshacer?

¿Y ahora que sabemos
que los siglos de historia
nos vendieron un mundo falso?

¿Y ahora que sabemos
que comienza a estar
en nuestras manos
el experimentar la paz?

¿Y ahora que sabemos
que el sufrimiento fue perfecto?

¿Y ahora que sabemos
que ya no tenemos
que salvar a nadie?

¿Y ahora que sabemos
que no hay enemigos?

¿Y ahora que abrimos los ojos
y vemos al mundo
desde la verdad?

¿Y ahora... qué vamos a hacer?

Mi hija me está por desaprobado una materia
(*Texto teatral*)

Verónica — Mi hija me está por desaprobado una materia.

Erico — ¿Pero ella para quién estudia?

Verónica — ¿Cómo para quién estudia?

Erico — ¿Estudia para vos o para ella?

Verónica — Estudia para ella, para ser alguien en la vida.

Erico — Pero cuando ella desaprueba... ¿vos te enojás?

Verónica — ¡Y claro! ¡Es lo único que se le pide que haga! ¡Yo trabajo todo el día para que ella pueda estudiar, para que pueda tener lo que yo no tuve!

Erico — ¿Y ella quiere estudiar?

Verónica — Por las notas que se está sacando pareciera que no le interesa estudiar.

Erico — Y que no estudie...

Verónica — ¿Qué estás diciendo? ¿Cómo no va a estudiar?

Erico — A simple vista estudia porque vos no pudiste estudiar...

Estudia para vos... Para que vos la aceptes...

Verónica — Yo solamente le pido que tenga buenas notas, que apruebe todas las materias. ¿Es mucho pedir?

Erico — Le pedís que se sacrifique.

Verónica — Y claro. Como me sacrifico yo, para que ella tenga todo lo que yo no tuve.

Erico — ¿Y cómo te va a vos sacrificandoté?

Verónica — ¿A mí?

Erico — Sí, a vos.

Verónica — Y..., no sé..., la voy llevando.

Erico — ¿Vos sos feliz? ¿Estás en paz?

Verónica — Y... no, la verdad que no. En paz no estoy. Vivo en el médico.

Erico —O sea que vos querés que ella se sacrifique, como hacés vos, pero esperás que, haciendo lo mismo que vos..., ¿tenga diferente resultado?

Verónica —Dicho así parece absurdo... ¿no?

Erico —¿Vos realmente querés que tu hija sea feliz? (Verónica afirma con la cabeza y se le llenan los ojos de lágrimas). ¿Y porque no probás ser feliz vos y después le transmitís los pasos a seguir? ¿No suena más lógico?

Verónica —Y sí. ¿Vos decís que le diga que deje de estudiar? ¿No?

Erico —¡No, pará! No estoy diciendo eso. Lo que digo es que, si te sacrificás dejando de lado lo que sentís que tenés que hacer, por lo que pensás que tenés que hacer, es imposible ser feliz... y ni hablemos de estar en paz. Dejala descubrir qué es lo que siente que tiene que hacer. Dejala ser, descubrirse, haciéndole saber que será amada y aceptada incondicionalmente decida lo que decida.

Verónica —¿Vos creés que eso puede llegar a funcionar?

Erico —Yo creo que puede llegar a funcionar.

¿Vamos a jugar un juego?
(*Monólogo teatral*)

(Entra proponiendo un juego a los espectadores): ¿Vamos a jugar un juego? Nosotros, que somos el todo, vamos a jugar a que somos un cuerpo, y que nos faltan cosas. ¿Qué les parece? ¿Jugamos? Me parece que podría ser divertido. (Escucha que le confirman). Bien, entonces juguemos: Nosotros, que somos el todo, juguemos a que nos faltan cosas. El juego sería así: como estamos jugando a que somos un cuerpo que nos faltan cosas tendríamos que salir al mundo a buscar esas cosas. ¿Qué les parece? ¿Les parece interesante? Aunque, pensándolo bien, sería muy aburrido salir a buscar algo que uno sabe que no le falta. En seguida el juego se volvería tedioso. ¿No les parece? Así que agreguemos una regla al juego: Cuando comenzamos a jugar, olvidamos que somos el todo, olvidamos que estamos jugando. ¿Es buena idea? Ahí tendría más sentido. Bien, entonces: Nos olvidamos que somos el todo, creemos que somos un cuerpo que nos faltan cosas, y salimos al mundo a buscarlas. ¡Perfecto! Ahí el juego va teniendo sentido. Pero... si nos olvidamos que somos el todo... ¿Cómo hacemos para volver a recordarlo? ¿Cómo hacemos para recordar que estábamos jugando? ¿No correríamos peligro al salir al mundo a conseguir esas cosas que creemos que necesitamos? ¿Y si las encontramos? ¿Eh? ¿Y si encuentro esas cosas y ya me siento saciado con eso que encontré y me olvido de dejar de jugar? No me cierra. Me parece que sería peligroso. ¿No les parece? Bien, entonces, nueva regla: Todo lo que encontremos en el mundo que creíamos que nos faltaba, no nos puede saciar jamás. Así podríamos volver a recordar. Que quede esa nueva regla: Lo que creemos que nos falta no puede ser saciado por el mundo. ¿Qué les parece? A mí me parece bien. Porque entonces el juego se

reduciría a salir a buscar algo que creo que me falta, y como eso que creo que me falta, lo encuentre o no lo encuentre, no me podrá saciar, viviría en constante carencia, sufriendo las ilusiones de esa carencia; entonces tomaría conciencia que esa carencia no existe, y podría recordar que yo era el todo, y que todo esto era un juego, y que mi cuerpo era una ficha en el juego, y que siempre fui el todo jugando a que no lo era. Pero... ¿Y si de todas formas no podemos recordar? ¿Y si nos quedamos jugando en el constante ciclo de saciar la carencia y no podemos salir durante mucho tiempo? Entonces podríamos generar una situación de paralización en el juego, para que el cuerpo no pueda salir a buscar nada, para que se quede quieto, encerrado, y que, frente a la necesidad de saciar su carencia, no le quede otra que sentarse a darse cuenta que eso que salía a buscar en el mundo, era falso, que su carencia era falsa, y que nunca dejo de ser el todo. ¿Y si un cuerpo descubre que es todo y que nunca le faltó nada? ¿Qué le pasaría? ¿Se acabaría el juego? ¿El cuerpo desaparecería? Yo creo que las personas que despierten, por haber logrado descubrir que todo era un juego, tienen como consecuencia el disfrutar de la experiencia física que le quede por vivir sabiéndose todo. ¿Qué te parece? ¿No sería excelente? Yo creo que sí. Sería excelente. Bueno, vamos a jugar. Mientras más seamos, mejor. A jugar se ha dicho.

Te amo, te rechazo.

(Escena teatral)

Roberto

Azucena

Roberto —Te amo, sos preciosa.

Azucena —No te creo.

Roberto —¿Cómo que no me creés? ¡Te estoy diciendo que te amo!

Azucena —¡A mí qué me importa lo que estás diciendo, pelotudo de mierda! ¡Yo sé que vos no me amás!

Roberto —Y cómo sabés eso?

Azucena — Porque yo tengo muy en claro que en nuestra vida atraemos que nos hagan precisamente lo mismo que nos hacemos a nosotros mismos... ¿Me comprendés?

Roberto —¡Pero yo te amo, créeme!

Azucena —¡Basta con eso, idiota! ¿No te da pudor mentirme así?

Roberto —¡No sé qué tengo que hacer para convencerte de que te amo...!

Azucena —No tenés que hacer nada. Yo no espero nada de vos, ridículo. Yo te atraje a mi vida para descubrir qué tengo que sanar yo. Que vos digas que me amás es absolutamente secundario.

Roberto —¿Entonces vos decís que no te amo?

Azucena —Es clarísimo.

Roberto —¿Y cómo sabés eso?

Azucena —Porque yo no me amo. Entonces no puedo atraer a alguien que me ame.

Roberto —Es muy duro lo que estás diciendo.

Azucena —Mientras creas que es duro, no vas a poder ver la verdad.

Roberto —¿Qué verdad?

Azucena —¡Que no merecés amor!

Roberto —¿Yo no merezco amor?

Azucena —Sí, vos. Payaso.

Roberto —¿Y cómo sabés eso?

Azucena —Porque creés que te enamoraste de mí.

Roberto —O sea que yo no me amo.

Azucena —Claramente.

Roberto —¿Y cómo puedo amarte a vos si yo no me amo?

Azucena —Ya te dije que vos no me amás. Vos decís que me amás porque querés que yo te pertenezca. Pero estás tan vacío como yo. Creés que, mientras yo esté con vos, vas a ser amado. Te engañás. Te mentís. Querés que yo sea tu mujer porque tu ego te dice que, si quiero estar con vos, quizá sea porque valés algo. Pero vos en el fondo sabés muy bien que no valés una mierda. Que no sos nadie. Que no existís. ¿Me equivocó?

Roberto —¿Y cómo sabés todo eso de mí?

Azucena —Porque vos sos yo. Si yo te atraje, si vos querés estar conmigo, si decís amarme, eso quiere decir que te complementás conmigo. Que somos lo mismo. Pero vos sos actuás al amador y yo actúo a la amada.

Roberto —¿Y qué hago?

Azucena —Primero reconocé que no te amás. Y dejá de andar buscando desesperadamente que te amen, como un nenito de mamá.

Roberto —Siempre me rechazan.

Azucena —Porque es lo que necesitás experimentar. Vos te rechazás y entonces sólo atraés rechazo. Creés que una mujer te va a sacar del pozo del fracaso, pero eso no existe. Tenés que sacarte sólo. Dejá de rechazarte.

Roberto —¿Y cómo me dejo de rechazar?

Azucena —Descubriendo para qué te rechazás. Quién te convenció de que no merecés amor.

Roberto —Voy comprendiendo.

Azucena —Bien, me alegro.

Roberto —Pero entonces... ¿Vos también te rechazás?

Azucena —(Felicitándolo): Bien, vas entendiendo.

Roberto —Gracias por tomarte el tiempo de explicarme todo esto.

Azucena —Nada de gracias. Yo salgo tan beneficiada como vos. No tengas dudas.

Roberto —Genial. ¿Qué te parece si vamos a tomar un café?

Azucena —No, nada de cafés.

Roberto —¿Y si vamos a ver una película?

Azucena —No, de ninguna manera.

Roberto —¿No te gusta el cine?

Azucena —No me gustás vos. ¿No te quedó claro que te rechazo?

Roberto —¿Y cuándo yo ya no me rechace a mí mismo, vas querer salir conmigo?

Azucena —Cuando ya no te rechaces a vos mismo, sólo te sentirás atraído por mujeres que no se rechazan.

Roberto —¿Y si vos deshacés tu rechazo a vos misma?

Azucena —Uno no sana para atraer a alguien, uno sana porque quiere estar en paz.

Roberto —Comprendo. Bueno, entonces ya veremos.

Azucena —Ya veremos.

Roberto —Te puedo pedir el celular para llamarte después de sanar.

Azucena —No, no podés.

Roberto —Bueno, chau. Gracias por todo, hermosa.

Azucena —No, gracias a vos, desagradable.

Roberto —Entiendo que me tenés que rechazar....pero... ¿hace falta que me rechaces de un modo tan ofensivo?

Azucena —¿Acaso dentro de tu mente no te tratás como yo te trato, pedazo de carne mal formada?

Roberto —(Yéndose). No, para nada. Yo me trato mucho peor.

Crear o no crear
(Reflexión)

Crear o no crear. ¿A qué vinimos? ¿Vinimos a ser autómatas? ¿Vinimos a hacer felices a los demás? ¿Vinimos a traicionarnos a cambio de un poco de amor? ¡Esta es mi vida! ¡Esta es mi propia vida! ¡La vida que me tocó a mí! ¡Es mía! ¡Yo vine a ser yo! ¿Suena simple? ¡No lo es! Estamos atados al deseo de los demás. Pero uno va despertando. Y los lazos se van cortando. Y en la soledad, en el silencio... vuelvo a ser yo. Y una vez que yo vuelvo a ser yo... ¿Qué nace decir? ¿Qué le nace decir a este yo? ¿Qué le nacer hacer? ¿Qué le nace crear? Cuando creamos desaparece el tiempo. Cuando creamos desaparece la muerte. Creamos desde la eternidad. Somos el creador. Somos la creación del creador creando como crea el creador. Somos el creador y la creación. Crear desde la eternidad. Crear es la eternidad en acción. No necesito crear. No lo hago por necesidad. Lo hago porque es lo que soy. Soy creación creando creación. Soy una paradoja. Me había olvidado que lo era. Me había olvidado... o nunca lo supe... o nadie me lo dijo. Me dijeron tantas cosas... Me dijeron quién tenía que ser, cómo tenía que ser, que cosas tenía que ser para ser quién tenía que ser.... Me dijeron muchas cosas, pero de creación nada. Y ahora, deshaciendo tanta mentira, tantas cosas dichas y creídas. Qué alivio. No tengo que hacer nada, ni ser nadie, ni seguir fórmulas. Sólo queda deshacer... para ser al fin... eternidad. Y en la eternidad... crear. Crear tan sólo como sabe crear la eternidad. No porque haga falta, no porque alguien lo necesite... Crear por crear. Crear por ser. Crear y respirar en paz. Al fin en paz. Tan sólo, ya sin necesidad, crear.

El daño fue mucho
(Cuento en pandemia)

—¡Papi, papi! ¿Falta mucho para llegar al zoológico? — pregunta el pequeño zorro a su padre.

—Ya estamos muy cerca —informa papá zorro a su hijo.

—¡Mira quién viene allí! —dice el pequeño zorro a su padre.— Es mi amiga la pequeña comadreja, y está junto a su madre.

—¡Hola, Señor Zorro, hola pequeño, zorro! ¿Van ustedes también hacia el zoológico? —pregunta la señora Comadreja.

—Así es. ¿Por qué no vamos juntos? —invita el señor Zorro.

—Quiero ir al zoológico junto a mi amigo el pequeño zorro —suplica la pequeña comadreja.

Así fue que fueron juntos: papá zorro, pequeño zorro, mamá comadreja, y la pequeña comadreja.

Al llegar al lugar, treparon hasta la ventana, y observaron, a través del vidrio, en silencio. Sabían que el zoológico era peligroso, por eso no había que hacer demasiado ruido.

—Mira, mamá, esos dos están comiendo —señala la pequeña comadreja.

—No, hija mía. No están comiendo. Están tomando mate. Es una costumbre que tienen algunos animales de esta especie.

—¿Y eso los alimenta? —pregunta el pequeño zorro.

—No se sabe bien, en realidad. —dice papá zorro—. Los sabios no se ponen de acuerdo. Algunos sabios dicen que comenzaron a tomar mate después de la reclusión, dicen que

comenzaron a tomar mates para seguir teniendo contacto con la madre tierra. Pero otros sabios dicen que ya tomaban mate desde antes. Ya han pasado tantos años que es muy difícil saberlo.

—Se los ve muy tristes, mamá —dice la pequeña comadreja.

—Siempre es así —responde mamá comadreja—. De todas las veces que he venido, nunca los he visto sonreír

—Quizá extrañan el contacto con la naturaleza —dice la pequeña comadreja.

—¡Miren esa niña humana que ha entrado desde la otra habitación! —dice el pequeño zorro.

—¡Cuidado hijo, agáchate, que no te vean! —susurra asustado papá zorro.

—Quisiera poder jugar con ella. —dice el pequeño zorro en voz baja—. Me da pena que estén encerrados allí.

—No se puede, hijo mío. —responde papá zorro—. Ellos decidirán cuándo salir. Nosotros no podemos hacer nada.

—Pero, no entiendo —dice la pequeña comadreja—. ¿Qué les impide salir?

—En eso sí que todos los sabios están de acuerdo. —informa con seriedad papá zorro—. Todos creen unánimemente lo mismo. Ellos dicen que no saldrán hasta que se acabe su castigo

—¿Qué castigo? —preguntan a la vez con ojos intrigados ambos cachorros.

—El castigo que ellos mismos se impusieron —responde mamá comadreja.

—Exactamente —agrega papá zorro—. Ellos se están castigando por el daño que le han hecho a la naturaleza durante tantos siglos.

—¿Y el daño fue mucho? —pregunta la pequeña comadreja.

—El daño fue mucho— responde papá zorro.
—El daño fue mucho —repite mamá comadreja.
—Papí, ya no quiero venir más al zoológico —dice el pequeño zorro—. Me da mucha tristeza
—Yo tampoco —agrega la pequeña comadreja.
—Vamos yendo —dice mamá comadreja, mientras toma de la mano a su hija.

Antes de bajar, el pequeño zorro, se decide a dibujar una carita sonriente en el vidrio empañado. Al terminarla, descubre, que la cría humana está observándolo. Se queda paralizado. Lo han descubierto espiando. Entonces, la cría humana, le sonrío, y lo saluda con la mano.

—Papá... Creo que la cría humana ya está lista para volver a salir a jugar.

En el espejo del botiquín se encuentra mi padre
(Cuento)

Suena el despertador. Me despierto. Hoy es viernes. Último día laboral. Voy hacia el baño. En el espejo del botiquín se encuentra mi padre. Estoy demasiado dormido. Me lavo la cara. Vuelvo a mirar el espejo y mi padre ya no está. Me cepillo los dientes mirando de reojo por si acaso. Mi padre no vuelve. Menos mal. No quiero ver a mi padre allí. No es que lo odie, simplemente no quiero ver a mi padre allí. Tampoco se puede decir que lo ame. Pongo la pava para tomarme unos mates. Busco algo sólido qué desayunar. Suena el despertador de mi esposa. Escucho que lo apaga. La pava eléctrica me informa que ya está el agua en la temperatura deseada. Paso el agua al termo. Escucho que mi esposa abre la puerta del baño. Me siento y preparo el mate quitándole todo el polvillo que pueda a la yerba. Se escucha la cadena del baño. Me pregunto si ya se habrá mirado en el espejo del botiquín. La escucho comenzar a cepillarse los dientes. Seguro que ya se miró. Ya se tiene que haber mirado. Tomo el primer mate y me quemo al tragar. Insulto a la pava eléctrica por su inestabilidad crónica. Tiro toda la yerba y vuelvo a armar el mate. Le agrego agua fría al termo. Aparece mi esposa. Me besa.

—Buen día amor —me dice.

—¿Dormiste bien? —pregunto queriendo preguntarle otra cosa.

—Sí, pude descansar bastante.

Claramente no vio nada en el botiquín. Mi padre ya no está. De seguro ya no volverá. Le cebo un mate a mi esposa y ella lo toma.

—Qué rico está —me dice.

—Te amo, mamá —le digo y me preparo para ir al trabajo.

Cumplir la función del creador en el mundo
(*Sanación personal. Diálogo conmigo mismo*)

—¿Qué debería pasar para que tu mundo tenga sentido?

—Cumplir la función del creador en el mundo.

—¿Y por qué no la estás cumpliendo?

—Hay que sobrevivir. No se puede estar creando, cuando todo a tu alrededor es peligroso.

—¿Desde cuándo es peligroso todo alrededor?

—Desde que me quedé sin comunidad. Desde que nos mudamos.

—¿Por qué construís peligro cuando ya no hay comunidad?

—No creo que construya peligro sin comunidad. Creo que siempre hubo peligro. Pero antes otro se ocupaba de cumplir el rol.

—Ahora el que se encarga del peligro sos vos.

—Sí. Ya no hay invasión, ya no hay sometimiento. Ahora puedo ser yo. Pero a la vez, biológicamente, ahora me tengo que encargar de la protección, y ya no tengo tiempo para ser yo.

—¿Cuándo pudiste ser vos?

—Cuando otro cumplía del rol de encargarse de los problemas.

—O sea que creés que, o cumplís un rol, o cumplís otro.

—Sí. O me encargo de que la familia sobreviva... o puedo distenderme creando.

—Pero te pusiste en un espacio de constante atención; un espacio en donde, si no estás alerta, alguien puede morir. Y el que se encarga de estar alerta sos vos.

—Pero a la vez, por no estar creando, mi vida termina siendo la de un robot, cumpliendo una única función.

—Creés que es real que las cosas que ocurren, podés evitarlas, cumpliendo tu rol de protección.

—Creo que no estoy capacitado para cumplirlo. Por ende, no fluye el cumplir el rol desde lo orgánico. Si no desde “poner atención”. Tengo que compensar la deficiencia interna con acciones. Acciones de poner atención. Pero nunca alcanza. Y no puedo salir de la casa, sin mi familia, a hacer, algo porque dejo de cumplir el rol. Le dejo el rol a mi esposa, y no es justo. No es su rol. Ella ya hace lo que tiene que hacer, que ya es demasiado. Si fuese una casa en donde no hay peligro, y ellos se quedarán seguros, me iría más tranquilo. Pero todo es peligroso. Entonces vivo más robotizado aún, porque cada momento es peligroso. Quisiera estar en un espacio de completa seguridad para poder descansar. Estoy muy cansado. Hace muchos años. No puedo más. Sé que todo lo construyo yo. Pero estoy muy cansado igual.

—¿Sos consciente de que las cosas van a pasar cuides o no cuides?

—Sí, soy consciente. Pero aún necesito cuidar.

—Creés que es real que, si cumplís el rol de macho protector, no podés cumplir el rol de humano creador.

—Eso mismo. Siempre la creación termina siendo dejada de lado o termina saboteándose para que quede en nada.

—O sos adulto creador o sos adulto protector.

—Sí. Ningún adulto en mi clan era creador. Un solo abuelo pecó de niño, tomando decisiones imprudentes, y murió, y dejó a toda la familia con deudas. Es peligroso ser un adulto imprudente. Ser adulto es seriedad, atención y sacrificio.

—Pero ya sabés que todo fue perfecto.

—Sí.

—A sanarlo.

Siento olor a humo
(*Texto autobiográfico*)

Siento olor a humo. Comienzo a caminar por la media hectárea de parque que tiene el complejo de cabañas en donde alquilamos. Camino de un lado hacia el otro utilizando a mi olfato como brújula. Me digo que no debe ser nada, que no es para preocuparse; pero se encendió una alarma de peligro de supervivencia en mi mente, y no hay forma de apagarla. Camino y camino desesperado. Vivimos en Traslasierra, Córdoba. Hace mucho que no llueve, hay mucha sequía. Cada vez hay más olor a humo. Me acerco hasta el bosque que está pegado a la cabaña en donde se encuentra mi esposa trabajando. Escucho un sonido que jamás había escuchado en mi vida. No era viento, no era agua, sonaba a millones de ramas partiéndose a la vez. Sonaba a un monstruo avanzando a través del bosque hacia las cabañas. Un monstruo gigante avanzando hacia mí, destrozándolo todo. Un incendio acercándose. La alarma en mi mente sonó a máxima potencia. Entré, e interrumpí la labor de mi esposa, y le dije que agarre las cosas de valor, y se suba ya mismo al auto. Lo mismo hice con la vecina. Subimos al auto: niños, perros y gatos. Mi hija me pregunta “¿papá nos vamos a morir”, le contesto que no, que nadie se va a morir. Llegan los bomberos y nos dicen que nos vayamos. No sabemos bien qué agarrar. Qué es imprescindible. Agarro billetera, computadora, documentos, mis guitarras, el termo y el mate. De golpe la miro a mi esposa y le digo “esto es horrible” y me largo a llorar. Noto un cosquilleo en el brazo izquierdo, y una presión en el pecho, y se lo hago saber. Ella me dice “frená”, entonces freno. En medio del caos, me quedo quieto. Cierro los ojos. Recuerdo quién soy en realidad. Recuerdo que nada de lo que está en las cabañas es necesario. Recuerdo que lo tengo todo, que nada del mundo me

da nada. Abro los ojos y ya estoy en paz. El síntoma desapareció. Subimos al auto y nos vamos.

Nos hospedamos todos en la casa de una amiga: adultos, niños, perros y gatos. Vamos videos en internet que muestran al fuego pegado a nuestras cabañas. Mi esposa pierde la paz y esta vez yo le digo “frená”. Tomamos conciencia de que quizá todo se queme. Nos miramos con mi esposa a los ojos, nos damos las manos, y juntos hacemos un acto simbólico de desapego absoluto. No hay un personaje, no somos la información que nos compone, no somos dueños de nada, nada de lo que está en las cabañas nos da nada. Lo tenemos todo ahora. Nada nos hace falta en realidad. Nosotros construimos al mundo, el mundo no nos construye a nosotros. Lloramos y nos quedamos en el silencio de la paz, de la mano.

Volvemos al otro día y los bomberos habían logrado apagar el incendio a metros de las cabañas. Nada fue afectado por el fuego. A menos de cinco metros de donde vivimos hay un bosque de cenizas. Desaparecieron todos los colores. Todo es monocromático. Gris, negro, y de vuelta gris. El fuego fue frenado frente a nuestra casa, frente a nuestra cara, y se extinguió.

Pasan los días y no vivimos ningún síntoma. ¿Qué hubiese pasado si mi esposa no me decía “frená”, y yo sostenía que lo iba a perder todo? Un infarto, quizá. Síntoma que nos informa que estamos viviendo un conflicto de pérdida de territorio. ¿Y qué hubiese pasado si yo no le decía “frená” a ella?

Con los días nos sentamos a ver para qué atrajimos el fuego amenazándonos. Y descubrimos historias de bisabuelos, y

abuelos; de ataque, de guerras; ciclos de cien años; ciclos de tragedias en donde, paso a paso, pusimos comprensión.

Un exacto mes después me encuentro aquí sentado escribiéndoles este texto. Contándoles de este aprendizaje. El aprendizaje de haber sabido frenar cuando me dijeron frená. Frená y recordá quién sos. Frená. Frenen. Frenemos. Vamos por más sanación.

Soltar el machete

(Sanación personal transformada en diálogo teatral)

Cristian

El otro

El otro —¿Y ahora qué te pasa?

Cristian —Lo de siempre. Más de lo mismo.

El otro —¿Se te desafiló el machete otra vez?

Cristian —No. El machete sigue afilado.

El otro —¿Te duelen las piernas y no podés avanzar?

Cristian —No es que no pueda... No quiero.

El otro —¿Por qué?

Cristian —Porque no quiero y punto.

El otro — (Sarcástico). Está bien. Disculpame.

Cristian —¿Para qué avanzar? ¿Hacia dónde?

El otro —¿Antes hacia dónde avanzabas?

Cristian —Antes tenía certezas.

El otro —¿Y ahora no?

Cristian —Ahora no.

El otro —¿Eras feliz con esas certezas?

Cristian —Tenía razones para luchar. Había contra qué luchar.

Estaba lo que “yo quería que pasará en el mundo” y estaban “los que no me dejaban lograrlo”. Todo era más simple.

El otro —¿Y ahora?

Cristian —Y ahora estoy yo, y yo, y más yo. Nunca hubo enemigos.

El otro — Pierde el sentido luchar cuando la lucha es contra uno mismo.

Cristian —Lo pierde completamente.

El otro —¿Y ahora?

Cristian —Ahora no tengo más ganas de caminar. No tengo más ganas de hacer mi propio camino.

El otro — Te pincharon el globo.

Cristian —El globo nunca fue real.

El otro — Pero lo disfrutaste.

Cristian —Sí, lo disfruté. A cambio de muchísimo sufrimiento.

El otro — Y no querés sufrir más.

Cristian —No quiero sufrir más.

El otro — Para dejar de sufrir hay que dejar de querer que pasen cosas en el mundo.

Cristian —Por eso ya no quiero abrir mi propio camino.

El otro — Pero toda tu vida está sostenida sobre esa necesidad.

No te dejaron ser vos. Te sometieron. Para sobrevivir tenías que dejar de ser vos. Tenías que caminar por un camino ajeno.

Cristian —Pero logré escapar.

El otro — En realidad te exiliaron.

Cristian —Sí, me exiliaron.

El otro — Por ser vos. Por hacer tu propio camino.

Cristian —Sí.

El otro — Pero ahora ya entendés que en tu mente la única forma de ser vos era pagar el precio de la soledad, del desamparo, de la pobreza, de la desprotección...

Cristian —Carísimo.

El otro — Pero lo pagaste igual.

Cristian —Lo pagué.

El otro —¿Y qué pasó?

Cristian —La soledad. Atraje que nadie quiera a quien yo quería ser. Atraje que la sociedad me haga exactamente lo que mi familia me hacía cuando intentaba ser yo.

El otro — La sociedad también te exilió.

Cristian —La sociedad me ignoró, como mis padres. La sociedad me rechazó, como mis padres. A la sociedad no le interesó en lo más mínimo lo que yo tenía para decir.
El otro —¿Eso que tenías para decir era real?
Cristian —No. Soy el portavoz de todo lo que no se dijo porque estaba mal.
El otro — Y volvés a ser rechazado.
Cristian —Sí, porque esas cosas no se dicen.
El otro — Pero hay gente que sí las quiso escuchar.
Cristian —Sí, los exiliados. Las sombras rechazadas.
El otro — Ellos te escucharon.
Cristian —Sí, a ellos también les duele la vida como a mí.
El otro — Entonces no estás tan solo.
Cristian —No tengo miedo a la soledad. Ese no es el problema.
El otro —¿Cuál es el problema?
Cristian —Caminar o no caminar.
El otro —¿Quién quiere caminar?
Cristian —Yo.
El otro —¿Y vale la pena que ese “yo” camine?
Cristian —No. No vale la pena.
El otro — Quizá es hora de que sueltes el machete.
Cristian —¿Y cómo voy a avanzar?
El otro — El machete es necesario cuando en el camino hay resistencia.
Cristian —Y la resistencia sólo está en la mente.
El otro — Y si caminás sin esperar que pase algo en el mundo.
Cristian —¿Caminar sin sufrir?
El otro — Caminar sin sufrir.
Cristian —Estoy llorando.
El otro — Ya sé. Te escucho llorar.
Cristian —¿Me abrazás?
El otro — Te abrazo.

Cristian —Fueron demasiados años.

El otro — Ya lo sé.

Cristian —No es tan fácil soltar el machete.

El otro —¿No es fácil o no querés que sea fácil?

Cristian —Lo suelto. Me harté.

El otro —Me alegro.

Cristian —¿Y ahora qué hago?

El otro — Primero... descansá.

Cristian —¿Y después?

El otro —Después volvamos a aprender a caminar.

El cielo siempre fui yo
(*Escena teatral*)

María la niña
María la adulta

La niña —(Entrando): ¿Vamos a jugar? (Ve que la adulta no reacciona): ¿Otra vez?

La adulta —¿Eh? (Sale de sus pensamientos). Sí, sí. Otra vez.

La niña —¿Cuánto tiempo llevás?

La adulta —No sé.

La niña —¿Cuántos días llevás?

La adulta —Demasiados.

La niña —¿Te acordás de Marcos?

La adulta —(Se ríe): Sí... ¿Cómo no me voy a acordar?

La niña —Ayer lo vi.

La adulta —(Recuerda): Estás muy enamorada.

La niña —Sí.

La adulta —Es pasajero.

La niña —Sí, ya veo. (Ambas ríen) Lo tuyo no parece muy pasajero.

La adulta —Es que no puedo entender... No sé cómo vivir sin él.

La niña —¿Y cómo hacías antes para vivir sin él?

La adulta — No sé. No me acuerdo.

La niña —A Marcos le gusta otra compañerita.

La adulta —Sí, me acuerdo. Nunca llegó a gustar de mí.

La niña —No lo pude convencer. (Se sonríen).

La adulta —¿Y cómo hacés para tolerarlo?

La niña —¿Te olvidaste?

La adulta —Sí, me olvidé. (La niña señala hacia el cielo). ¿Qué? No entiendo.

La niña —El cielo.

La adulta —¿El cielo?

La niña —Sí, el cielo. Me acuesto en el pasto a mirar el cielo.

La adulta —(Recuerda) Es cierto. Siempre que sentía que algo me superaba, miraba el cielo, y volvía a estar en paz. (No lo pude creer). ¿Cómo pude haberlo olvidado?

La niña —Empezaste a creer que el cielo estaba en los demás. Y creíste que, si perdías a alguien, perdías al cielo...

La adulta —(Mira al cielo) Pero el cielo siempre fui yo... Siempre estuvo en mí.

La niña —¿Vamos a jugar?

La adulta —(Sonríe) ¿A qué querés jugar?

La niña —A lo de siempre. (Le tiende la mano. La otra se para y se van caminando juntas).

¿Estamos dispuestos a saltarnos?

El otro día se me vino a la mente la frase de una canción, de esas que escucho desde que soy adolescente: “Después de todo tu eres la única muralla, si no te saltas nunca darás un sólo paso”. La frase es de la canción: “La búsqueda de la estrella” de Luis Alberto Spinetta. Siempre fue de esas frases que sentí que encerraban una “verdad”. No sabía bien cómo interpretarla, ni entendía qué quería decir. Pero esa verdad, allí de fondo, me atraía una y otra vez.

Hoy, en este constante camino hacia el cambio de consciencia, logro entender a la verdad escondida en la frase. La frase dice: “Después de todo, tu eres la única muralla, si no te saltas nunca darás un sólo paso”. Yo hoy la traduzco: “Después de todo, tu identidad es falsa, si no la sueltas, nunca darás un solo paso hacia la paz, hacia la verdad que somos, hacía la unicidad sin separación posible”.

Hoy entiendo que, si yo soy la única muralla, si yo soy el único muro, si yo soy la única pared que no me deja acceder hacia la paz; esta muralla es mi identidad, es lo que no quiero soltar: que valgo más, que soy mejor, que he logrado cosas, que merezco, que puedo más que el resto... Todas esas ilusiones me separan de los demás. Todas esas falsedades, que no quiero perder, son las que no me dejan saltar, avanzar. ¿Estamos dispuestos a saltarnos? ¿Estamos dispuestos a soltarnos? ¿Estamos dispuestos a tomar conciencia que el único camino hacia la verdad está en tomar conciencia de cada mentira?

Ahogado sin tu amor

“Cómo quisiera poder vivir sin aire... Cómo quisiera calmar mi aflicción...” Ayer me encontré canturreando aquella conocida canción de Maná, y me puse a prestarle atención a la letra. Me di cuenta que es una canción, que bien podríamos usar en una clase de biodecodificación, para ejemplificar cómo funciona la mente.

Para quienes hayan estudiado algo de biodecodificación, de seguro sabrán, que los principales conflictos relacionados con los alveolos pulmonares, tienen que ver con el miedo a morir. Estos conflictos deben ser relacionados con intercambios (gaseosos) los que quedan plasmado en frases como “sus palabras son aire para mí”, “se fue y no pude decirle nada de lo que siento”, o “su muerte me ha dejado sin vida”.

El cantante de la banda Maná, al llegar al estribillo, canta: “Pero no puedo, siento que muero. Me estoy ahogando sin tu amor”, para luego volver arremeter con “cómo quisiera poder vivir sin aire. Cómo quisiera calmar mi aflicción. Cómo quisiera poder vivir sin agua. Me encantaría robar tu corazón”. Sí, se los reconozco, lo de robar su corazón suena un tanto extraño. Pero, obviando esa parte, podemos ver cómo su inconsciente nos grafica con suma claridad, y de forma ¿poética?, que hay otra persona de la cual él depende para sobrevivir. Y que, si esta persona no está, él se asfixia. Ya que dice ahogarse sin su amor.

El amor de la otra persona, para el supuesto personaje que está cantándonos la canción, es aire, es oxígeno, es vida. Y déjenme decirles que he visto a muchas personas sufriendo síntomas físicos respiratorios, porque el inconsciente no sabe distinguir

entre lo real y lo simbólico. Su inconsciente dice: “Desde que mi padre murió se me fue la vida”, “Desde que ella se fue no pude seguir respirando”, y entonces el cuerpo toma por real al enunciado, y vivimos el síntoma acorde al conflicto de supervivencia vivido.

¿Es verdad que me quedo sin aire si ella se va? Pues no. ¿Es verdad que no sobreviviré si ella se va? Pues no. Pero como venimos heredando experiencias a ser sanadas, y atraemos a personas para sanarlas, vivimos la dependencia emocional. Y cuando esta persona se va de nuestras vidas, de golpe sentimos que nos falta aquello que necesitamos para sobrevivir: aire, agua, comida...

Luego me puse a recordar otras canciones de la misma banda, y descubrí que tienen el factor común de: “soy víctima del abandono”. (o me dejaste clavado en un bar, o me dejaste en el muelle de San Blas, o se muere por ella rayando el sol...) Entonces pienso: Si todo es mi exteriorización, y mi arte es mi espejo... ¿Qué persona es la que realmente necesitamos para poder sobrevivir? ¿Quién es la persona que nos alimenta, que nos da amor? ¿Quién consideramos que nos debió haber amado, para que luego, al crecer, salgamos al mundo a vivir el amor en paz? ¿Por qué no nos fue dado el amor? ¿Por qué salimos a buscarlo en el mundo? ¿Por qué, una vez que creemos encontrarlo, no lo podemos soltar? ¿Por qué cuando se van nos sentimos abandonados?

Respiren, amores. Respiren. Respiren en paz. Nunca nos faltó nada. Todas las preguntas tienen respuestas. Respiren, A seguir sanando. Ilusión tras ilusión, herencia tras herencia. Respiren en paz.

Lo único permanente
(*Reflexión*)

Lo único permanente en mi camino de sanación, fue el cambio. Ningún libro, ningún maestro, ninguna metodología, perduró. Cuando creía que al fin venía un libro a mostrarme una verdad, pasaban los años y esa verdad caía. Cuando creía que al fin encontraba un método efectivo, pasaban los años y los métodos no terminaban de ser precisos. Cuando creía que al fin encontraba un maestro que me guíe con coherencia, pasaban los años y los maestros terminaban contradiciéndose.

Con el tiempo, y la experiencia, fui comprendiendo por qué esto es así:

Yo le llamo “camino de sanación” al camino del deshacimiento de las ilusiones que construyen a nuestros personajes. Sufrimos y tenemos síntomas físicos por tomar por real a la mentira (por tomar por real a la dualidad). El camino de la sanación es un camino de corroboración y deshacimiento de la falsedad. Es un camino personal, por eso no puede ser enseñado. No hay fórmulas generales que sirvan a todo el mundo. Se trata de deshacer tu particular información, tu particular herencia, tu particular interpretación del mundo.

Por eso hoy guío desde donde guío. Desde la inocencia observo al personaje e investigo qué particular información está generando el conflicto, el síntoma físico. Investigo de dónde viene esa información. Investigo por qué el consultante la tomó por real, para que luego pueda deshacerla y dejar de construir su

mundo desde esa mentira. Dejando que el consultante haga su propio camino de sanación.