

LA MORACANTANA, LOS SECUNDARIOS (Parte I - 'Eureka')

Guadalupe Mancha Trigueros

Enviado por :

Publicado el : 7/8/2018 11:19:07

¿Conocéis esa impresión de cuando te han estado explicando una sensación, un pensamiento, un consejo, un refrán y hasta que no te ocurre a ti no tienes ni idea de a qué se referían verdaderamente? Pues eso mismo me sucedió a mí aquella tarde de julio de un día cualquiera de cuando tenía 35 años. Por fin pude decir ¡Eureka!

Había interiorizado de una vez por todas lo que significaba preocuparte por lo realmente importante, por aquello que te decían los mayores de "Carpe diem", "Juventud divino tesoro", "ya echarás de menos esto", "no le des más vueltas", "disfruta que ya vendrán tiempos peores", "la vida se pasa", "llena tus años de vida y no tu vida de años", "rodéate de personas que te aporten cosas buenas", "haz el bien y no mires a quién", "relájate y disfruta", "desconecta un poco del móvil", "Men sana in corpore sano", "lleva una vida saludable", "mañana será otro día", "no dejes para mañana lo que puedas hacer hoy"... y "Quiérete, cultívate y cuídate"...; en definitiva son el aprendizaje de la experiencia de otros. Cada vez que oía alguna de estas frases, creía que las entendía; les daba la razón a aquellas personas porque estaba de acuerdo totalmente. De hecho yo misma he podido llegar a sugerir en voz alta alguna de ellas verdaderamente convencida. Pero no era del todo cierto. No lo era. Hoy lo es. Ahora lo es. He aprendido a no marcharme a dormir nunca estando enfadada, a no enfadarme por algo que no sea muy grave (voy poco a poco...), a dedicar toda mi atención y concentrarme en lo que hago en cada momento e incluso disfrutando si puedo, en el sentido de hacer lo que sea que no me guste tanto de forma llevadera. He aprendido que, efectivamente, "las penas con pan son menos penas" y que los míos están y estarán siempre ahí para mí, haga lo que haga y pase lo que pase, de la misma forma que yo estoy y estaré para ellos. También he aprendido a diferenciar cuándo he de ceder y dejar de un lado el rencor, si esto no me va hacer mejor persona, de cuándo tengo que pelear/ negociar hasta que por mí no haya quedado intentarlo. He aprendido a ignorar ciertas cosas, personas y conductas. He aprendido que todas las decisiones que tomo a quien fundamentalmente afectan -y a pesar de que puedan afectar a otros-, es a mí. He aprendido que el 'Planeta Tierra' es mi casa y que he de cuidar de ella tan sólo con pequeños gestos cotidianos (yo antes oía vocablos como reciclar, medioambientalmente sostenible, ecológico, energía renovable... y pensaba que proteger este mundo era algo demasiado complicado. Hoy tengo conciencia de que igual que nosotros envejecemos, el mundo también lo hace y necesita más cuidado y mimo..., como nosotros. Sumado al hecho de que nuestros hijos han de vivir en él, claro.).

Mi último gran hallazgo, ha sido descubrir el concepto de limpieza mental, junto con la importancia de llevar una vida alegre, tranquila y en paz, y buscar ese equilibrio que dicen. Entendiendo por ello apartar todo lo nocivo de mi vida, desde situaciones hasta pensamientos; es decir, la tranquilidad de cuerpo y mente. Hacer cosas que me gustan de verdad a mí y que son buenas para mí, pero también hacer cosas por y para los demás de forma altruista, por supuesto (el yoísmo es esencial en la vida pero hay que saber no sacarlo de contexto y graduarlo). Sin olvidar hacer o no hacer cosas porque me apetezcan de verdad... una Dolce Vita en toda regla.

Estoy descubriendo que algunas veces aunque tengamos miedo a equivocarnos no nos podemos quedar nunca con esa duda existencial, porque es verdad "que se fracasa cuando no se intenta" y

que a medida que vas sumando velas en la tarta le vas dando menos importancia a ciertas cosas. He aprendido que hay infinitas formas de caer, pero sólo una de levantarse: si tú quieres.

He aceptado que ni de lejos soy perfecta, ni puede que lo sea nunca, pero que incluso eso podría ser motivo de cierta perfección, pero que indiscutiblemente lo que eres se transmite, se irradia. También he aprendido que algunos días directamente no vivo, sino que más bien sobrevivo, pero que voy aprendiendo a saber qué necesito y qué quiero, aunque también lo que no. Y muchas veces dudo; dudo de todo, aunque con determinadas cosas cada vez menos, la verdad; pero el caso es que muchas veces ni yo misma me entiendo y otras ni me quiero entender.

Por último, he aprendido la importancia de los placeres simples de la vida, a intentar crear un recuerdo bonito cada día para mí o para alguien (desconocido o no), a valorar y saborear cada uno de ellos como un tesoro que me ha costado mucho esfuerzo encontrar y con respecto a las personas con quienes los comparto, a veces a escogerlas, otras a aceptarlas, para no desperdiciar ni uno. Día que pasa no vuelve: haz que cada día cuente.

Y es que todo esto "yo ya lo sabía" de antes..., pero no lo había aprendido.

En fin, queridos amigos, tras todo lo dicho, simplemente deseáros a todos ¡¡un verano inolvidable!!
¡Un abrazo!