



Una vida para ser vivida...

# Grandes experiencias para grandes historias

13 cartas a Josué

*por* Alexander Gerena

---



Una vida para ser vivida...

# **Grandes Experiencias para grandes historias**

13 cartas a Josué

*Por Alexander Gerena*

© Segunda edición

Algo en mí despertó. Empecé a sentir admiración por el comportamiento de los lobos. Quizás algún tipo de vínculo de una extraña reencarnación hizo que viviera la vida como uno de ellos.

De joven, recorrí largas distancias lejos del grupo de amigos, para enfrentar la incertidumbre de lo desconocido como un lobo solitario que ha sido expulsado para buscar nuevas oportunidades.

Con el tiempo conforme “*mi manada*”, integrada por mí descendiente y mi pareja. Asumí el rol de lobo alfa, actuando con confianza y seguridad en mí mismo, para proteger ese preciado clan.

De viejo, ya con menos ímpetu, y más pausado, decidí que había llegado el momento de esforzarme por ser un lobo omega, atento, pausado y empático, con la convicción de morir antes de ser sometido.

Gamma impresores  
ISBN - 978-628-95742-6-5  
Colombia - Bogotá  
Año 2023

*A la flaca y al campeón Josué,*

*Qué la libertad guíe tu camino,  
con equilibrio, sensatez y alegría .*

CARTA 1. Sobre la palabra "VIVIR" .....	10
CARTA 2. Sobre la palabra "AMAR" .....	22
CARTA 3. Sobre la palabra "APRENDER" .....	31
CARTA 4. Sobre la palabra "LEGADO" .....	41
CARTA 5. Sobre la palabra "NATURALEZA" .....	50
CARTA 6. Sobre la palabra "FELICIDAD" .....	62
CARTA 7. Sobre la palabra "LIBERTAD" .....	73
CARTA 8. Sobre la palabra "ÉXITO" .....	85
CARTA 9. Sobre la palabra "ESPIRITUALIDAD" ....	99
CARTA 10. Sobre la palabra "FAMILIA" .....	119
CARTA 11. Sobre la palabra "AMISTAD" .....	130
CARTA 12. Sobre la palabra "PODER" .....	141
CARTA 13. Sobre la palabra "IRA" .....	152
Despedida .....	162
A modo de resumen.....	172
Acerca del autor.....	174

## Prólogo

En estas trece cartas se encuentra inmerso el profundo amor que un padre “*inexperto*” siente por su hijo. Cartas colmadas de confesiones, pensamientos, historias, consejos y luces sobre lo que encontrará en el camino hacia la construcción de su vida. Un libro dedicado a ese hijo amado para que nunca deje de creer en sí mismo, así como sus padres creen en él. Para que siempre recuerde lo valioso de la vida y el sentido de su propia existencia.

Experiencias convertidas en historias que invitan a reflexionar sobre esta realidad revolucionada por la tecnología y la IA que promete poner todo *¡patas arriba!*

*Una realidad* dónde lo nuevo ha sustituido lo bueno. Dónde la aspiración a la virtud a cedido ante la demanda de consumo. Dónde los educadores han dejado de creer en el valor de la memoria, en el poder de la palabra, y en la magia de la urbanidad. Dónde teclear es más importante que conversar. Dónde las relaciones cara a cara han sido sustituidas por “*selfies*”. Dónde llamamos diálogo a los emoticones y “*avatares*” que usamos en redes sociales. Dónde nos interesan más las ideas modernas a si no sean ideas verdaderas.

Grandes experiencias para grandes historias es un libro que a través de un diálogo personal invita a no dejar de sentirnos humanos y a escuchar las voces que no hablan a nuestro alrededor, pero que están ahí, en nuestro interior .

## Introducción

Hay cosas en la vida que se aprenden con la experiencia que el paso del tiempo te regala. Otras se aprenden a través de las historias de quienes ya transitaron los caminos imperfectos de la vida. Relatos que son evocaciones de un pasado que enseña por el mismo hecho de transitarlo. Cada paso que damos es el abandono de un camino, y simultáneamente, la llegada de otro, es *“un nuevo aprendizaje”*, una *“nueva elección”*, una *“nueva pérdida”*, una *“nueva ganancia”*. Hijo, espero que algunas de mis experiencias sean historias que te den *“luz”*, en la forma como me las dieron a mí.

Escribo estas cartas como medio de diálogo interior para, pretenciosamente, entender cuál es mi forma de pensar y mi nueva manera de actuar. Diría que es una especie de auto examen como dijo Mario Mendoza: *“una manera de pensar cómo no repetirme a mi mismo”*. Lo asombroso fue que al escribir puede comprender lo poco que sé de mí.

Todos tenemos un cuento que contar, una historia de vida. Contar parte de ella, es una excusa para trascender, y está es mi manera de hacerlo.

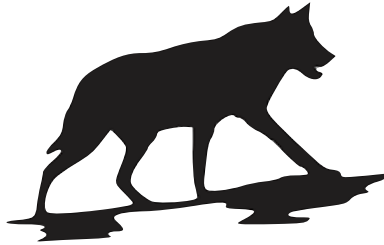


*¡Abrir camino al andar!*, es la mejor forma de ponerle emoción a la existencia. Es conocer, experimentar, revolucionar. Al abrirme camino en la vida me encontré cuatro palabras que se unieron a mi ruta: “*Vivir, Amar, Aprender y dejar un Legado*”. Palabras que me dieron apertura hacia lo que los estoicos llamaron “*una vida buena*” (*uedaimonia*).

Ahora, con más de la mitad del camino transitado, y con tiempo suficiente para hacerme preguntas, me cuestiono, una y otra vez, *¿qué sentido tiene la vida que llevo?*, y finalmente acepto que “*el sentido de mi vida no es otro que la vida misma*”. Lo entendí al “*rumiar*” el difuso significado de las palabras: libertad, felicidad, naturaleza, espiritualidad, éxito, familia, amistad, poder, ira.

Josué, en estas 13 cartas te confieso mis pensamientos a través de la autoridad que me han dado mis propios fracasos. Al leerlas podrás observar la vida desde mis anteojos. Espero que puedas ver que la vida es una aventura que vale la pena vivirla, lanzarse a ella como al abismo, sin miedo, seguro, porque en el descenso, te saldrán las alas, que te harán volar, y disfrutarla con plena libertad.

Escribir este libro no fue fácil, y quizás leerlo tampoco lo sea. Así que léelo cuando lo necesites. Solo así lograre explicarme y tú entenderme. Como dijo Bernard Werber, “*Entre lo que pienso, lo que quiero decir, lo que creo decir, lo que digo, lo que quieres oír, lo que crees oír, lo que oyes, lo que quieres entender, lo que crees entender, lo que entiendes, hay diez posibilidades de que tengamos dificultades para comunicarnos, pero aun así intentémoslo*”



## CARTA 1. Sobre la palabra “VIVIR”

---

*Un rey recibió como obsequio dos pichones de halcón y los entregó al maestro de cetrería para que los entrenara.*

*Pasados unos meses, el instructor le comunicó al rey que uno de los halcones estaba educado pero que no sabía qué le sucedía al otro. Desde que había llegado al Palacio, no se había movido de la rama, hasta tal punto que había que llevarle el alimento.*

*El rey mandó llamar a curanderos y sanadores pero nadie pudo hacer volar al ave. Entonces hizo público un edicto entre sus súbditos y, a la mañana siguiente, vio al halcón volando en sus jardines.*

- Traedme al autor de este milagro - pidió.
- Ante el rey apareció un campesino. El rey le preguntó:
- ¿Cómo lograste que el halcón volara? ¿Acaso eres un mago?
- No fue difícil - explicó el hombre. - Tan solo corté la rama.

*Entonces el pájaro se dio cuenta de que tenía alas y echó a volar.*

**V**ivir, es una palabra con poder. Comprendemos su verdadero significado, cuando estamos en una situación al límite, cerca de la muerte o cargando con un dolor o una enfermedad agobiante, física o mental. *¡Vivir!*, es una palabra que tiene tantos significados como humanos existen en la tierra. Todas tan ciertas como opuestas, con un sentido para cada quien en cada momento y circunstancia.

Desde siempre, esa “*palabreja*”, ha sido tema de reflexión de escuelas filosóficas, de religiones, de educadores, de políticos, de médicos, de biólogos, de quienes estudian el tiempo y el espacio, de quienes hacen ciencia...

*“Vivir, es una palabra que siempre está mutando”*

Si me examino, pienso que si volviera a nacer viviría mi juventud con más intensidad. Ahora entiendo que “vivir” es ser libre y un tanto rebelde. Es abrazar al amigo, es reír, es correr hasta dejar sin suela los zapatos, es saborear lo dulce y lo amargo, es jugar para divertirse, es bañarse con agua caliente, es disfrutar el aroma del bosque, es sentir el abrazo del viento, es decir “*no*” cuando así se piensa. Es despertarse y volverse a dormir porque no tienes que madrugar; es coger tu vida con las dos manos y no dejar que el tiempo se te vaya.

John Lenon, dijo, “La vida es eso qué pasa mientras estamos ocupados en otros planes”

De jóvenes queremos ser adultos, y de adultos ser niños. Esas son las paradojas de la inconformidad humana. La juventud se vive en la juventud, y la vejez en la vejez. Cada etapa de la vida tiene sus propias cualidades, bien lo decía Seneca: *“la fragilidad en la infancia, el ímpetu en la juventud, la seriedad en la madurez y la sabiduría en la vejez”*.

Por eso en la juventud se es listo, vivo, inteligente, audaz. Los errores, la experiencia, la resiliencia favorecen a la madurez, y en la vejez, confluye la sabiduría, que se va gestando a *“fuego lento”*, muy despacio, *ieso es lo que dicen aquellos sabios longevos!*

Ser uno mismo en cada etapa de nuestras vidas es un trabajo de construcción y armado. Cada momento pasa y no vuelve, es único e irrepetible; así que dale a tu vida el valor que se merece. Viaja en cada oportunidad, no dejes de jugar, canta y baila aquello que te mueva, ríe sin resistencia, ve de aventura, camina solo, camina con tu pareja, corre con tus amigos, y porque no, *¡celebralo todo!*

Te confieso que anhelo dejar de cargar tanto peso. Ahora me esfuerzo por disfrutar la vida que aún me queda, y despedir sin remordimiento el final de mi madurez y la llegada de mi vejez. Quiero envejecer con tranquilidad y salud, y se que aunque pierda mi fuerza y “belleza” física, mi “atractivo” con el paso de los días se hace mayor, por que cada vez soy más yo.

*Y a pesar que mi piel deje de ser suave, que mi cabello se haya caído y que mi barba sea blanca como el algodón, y que mis rodillas ya no sean ligeras; me motiva haber visto como otros lograron sus mayores hazañas sin necesidad de fuerza, rapidez, belleza o agilidad física, sino con sabiduría, carácter, constancia, paciencia y buen juicio; y la vejez viene sobrada de todas ellas (Seneca).*

¿Sabes algo?, las células de la vida empujan tan fuerte que aunque en ocasiones te sientas solo, incomprendido, frustrado y perdido; deseando no haber nacido o quizás no querer vivir más, tu corazón nunca parará de latir. Así que llegado el momento, se fuerte, se prudente y no dejes de avanzar porque mientras tu corazón no deje de latir siempre abra esperanza. *¡Así que nunca dejes de bailar al compás de tu diástole y sístole!*

A todos nos pasa qué hay momentos en que la vida nos tira al suelo y nos golpea una y otra vez. En mi caso, he estado enfermo, me han robado, me han traicionado. He tenido sed, me han ignorado y se han burlado de mi. He sentido miedo y he llorado. He estado deprimido y cansado. Pero aun así he tenido que llenarme de valentía y pararme de nuevo sin importar que tenga la nariz torcida de tantos golpes, porque mientras pueda respirar por ella podré continuar avanzando, *¿Comprendes?*

*“Triunfar en la vida no es ganar, es levantarse y volver a empezar, una y mil veces, y las que sean necesario”*

*... estaba en el primer piso, el teléfono sonó, - ¡holai, .... !no puede ser! - con un nudo en la garganta, exclame, ¿porqué ...? ¿Cómo..?. Me quede sin aire, sentía que me ahogaba , la noticia me derrumbo. !La niña se fue!. Qué momento tan frío, tan inquietante, tan sombrío, lleno de tristeza y angustia por que esa ruptura no está pensada en ningún guión de nuestras vidas.*

*En medio de un silencio ensordecedor y abrumador, no había forma alguna de consuelo, tan solo el llanto calmaba por instantes el interrogante que solo ella nunca más podría responder. -¿Porque lo hizo...? El consuelo es creer que indudablemente, fue un accidente involuntario, un error incalculado de un juego macabro que conquista la voluntad de los más inocentes, los deprimidos o confundidos. ¡Que vacío ! Una hermosa vida se fue para siempre ...*

*Ese trágico suceso marcó mi vida. Creo verla por momentos, y no soy el único, seguramente es por qué la extrañamos, o también, porque los Ángeles siempre están a nuestro lado. Un ¡hasta pronto Sofi! Tu partida inesperada deja una dolorosa tristeza, y también una enseñanza. Nos vuelve conscientes del valor de la vida, de la calidad del tiempo que compartimos con quienes amamos. Quizás ese fue tu legado en mi corazón y la verdad reveladora para todos, “lo que realmente importa es la vida y la familia”*

### *“La vida esta hecha de luces y sombras”*

Josué, no dudo que lidiarás batallas en las que saldrás victorioso. *¿Por qué?*, porqué antes de nacer, tu demostraste ser un campeón. Fuiste el ganador de la más importante carrera de la vida, la de llegar primero para fecundar la vida misma. Fuiste el más rápido entre millones de competidores. Llegaste en el momento justo para convertirte en lo que eres, “un ganador”.

*“Nunca te rindas, nunca, nunca, nunca, en nada, grande o pequeño, largo o corto, nunca cedas ante tus convicciones de honor y sentido común. Nunca te rindas ante la fuerza, nunca sucumbas ante el poder aparentemente abrumador del enemigo” (Churchill)*

La biología define la vida como todo aquello capaz de moverse, reproducirse, sentir, nutrirse, excretar, crecer y evolucionar. En nuestro caso, la vida surge a partir de una célula eucariota, que tiene 46 cromosomas con genes que tienen toda la información y el código ADN. Esas células (30 billones), tienen vida, y han dado la pelea para que nos adaptemos a entornos cada vez más complejos. Lo que nos hace capaces, biológicamente hablando, de sobreponernos ante las más difíciles adversidades. Así que mientras respire hay esperanza, *¡no importa si tienes la nariz rota!*

*“Si te golpean y te tumban, la vida consiste en sacar fuerza para volverse a parar y seguir adelante”*

Hablar de la vida es hablar de su opuesto, “la muerte”. Palabra que genera tensión y zozobra. Los estoicos nos invitan a familiarizarnos con ella, a no perderla de vista, ya que solo así apreciaremos más la vida. Por tanto, ¿por qué temerle?, o bien terminan nuestros sufrimientos o bien seremos felices para siempre. Pero no por ello, hay que rendirse ante los obstáculos que trae la vida. Es la naturaleza, y/o Dios, si crees en él, quienes ponen todos los límites, y son ellos quienes deciden cuando hemos de terminar nuestra obra teatral en la tierra, y no nosotros.

Todos estamos de paso en este mundo. Entramos y salimos. Llegan unos, se están una temporada y luego se marchan. Después vienen otros... Es innegable que al final todos tenemos que morir algún día. No sabes cuándo, dónde o cómo. Nadie se queda indefinidamente. Vamos hacia la muerte, pero no resignados. Pues no está claro que la muerte sea el destino final. Lo que nos da la esperanza de encontrar belleza y plenitud, al cruzar el umbral hacia el más allá. Aunque en ocasiones nos preguntemos ¿por qué tenemos que morir?

Por ley de la vida, yo me tengo que ir antes que tú, pero la muerte no avisa, irrumpe en el escenario de la vida cuando nadie lo espera. Así que la pregunta que debemos concretarnos sería ¿por qué tenemos que vivir? ¿Cuál es el sentido que da plenitud a nuestra vida? Esto es una manera de darnos cuenta de la maravilla que supone vivir y poder disfrutar de la existencia.

*“Llegado el momento de morir, ojalá no descubramos  
que nunca hemos vivido”*

Los antiguos egipcios tenían la costumbre que en sus banquetes, mandaban traer una gran esfinge de la muerte, a menudo un esqueleto humano, a la sala del festín, acompañada de un hombre que exclamaba ante los comensales, *!bebed y sed felices, porque cuando estéis muertos, estaréis así!*



El tiempo avanza y no se detiene, y junto con él, todo lo natural siempre se estará transformando y cambiando. Sabes que estás vivo, precisamente porque sufres cambios. Mírate, ya no eres el mismo, has cambiado. Tu piel a cambiado, tu cuerpo ha cambiado, tus habilidades han cambiado, tus intereses han cambiado. *¡El “yo” que sembró no es el mismo “yo” que cosecho!*

Ese cambio, como dijo Campbell, es parte del viaje del héroe, una evolución de nosotros mismo como lobeznos heroicos de nuestra propia aventura en esta vida terrenal, en la que siempre tendremos que enfrentar desafíos y superarlos para convertirnos en una mejor persona.

Un viaje en el que hay que dejar que las cosas fluyan, sin forzar las situaciones, ni oponer resistencia. Solo así el “héroe” logra conquistar la vida y derribar al oponente, tal y como sucede en el Judo, en el que el oponente es derribado por la fuerza de su propio ataque. Como la parábola del pino y el sauce, en la que ambos se ven sometidos a una fuerte nevada. La rama del pino, que es rígida, se quiebra. La del sauce que es flexible y elástica se dobla hasta arrojar la nieve al piso.

El emperador Marco Aurelio en sus meditaciones expresó *“no vivas como si fueras a vivir diez mil años. Tu destino depende de un hilo”*, esta reflexión me recuerda que ni tu ni yo debemos desperdiciar el tiempo presente, porque es precisamente ese tiempo del cuál está hecha nuestra existencia. No del tiempo pasado ni futuro, sino del ahora.

Recuerda Josué, que la vida terrenal se contabiliza en segundos. Así qué procura alejarte de aquellas cosas, personas y actividades que encadenan tus segundos. No dejes que el tiempo de tu trabajo te quite tu tiempo de fiesta, de alegría, de compartir, de aprendizaje, de contemplación, de conversación. Como podrás darte cuenta la mayoría de las personas no gozan sino del tiempo de trabajo, incluso, ese tiempo lo llevan hasta el tiempo de las vacaciones y del sueño. Por eso duermen mal y viven totalmente agotados, confundidos y deprimidos.

El dormir bien es complemento del vivir bien. Cultiva el hábito de no necesitar que te arrulle una pantalla, y/o que no necesites agotar tanto a tu cuerpo que exclame *¡descanso!*, ni que necesites medicarte, para poder conciliar el sueño. Dormir bien es señal que la conciencia está tranquila y la mente está callada, porque estás concluyendo las cosas en su debido tiempo. También es señal que estas tomando buenas decisiones, sin mayores preocupaciones, *¡Poder dormir es un placer, no dormir es un desastre!*

Ahora bien, no todos los días uno se levanta por la mañana motivado. Hay días en los que solo queremos tomarnos una pausa o no pararnos de la cama. Queriendo quizás no hacer nada, incluso no vivir más. En esos momentos debemos recordar que siempre abra una “razón para vivir”. Ese sentido de la vida, al que los japoneses han llamado “**ikigai**”, es la razón para levantarse cada día a leer, dar un paseo, trabajar en lo que te apasiona, cantar, hacer deporte, escribir, perfeccionar un talento, ayudar a la comunidad, cultivar el huerto, hacer arte, festejar, reparar,

enseñar, dibujar, aprender; en fin, cualquier cosa que te guste y te inspire. *¡Siempre hay un motivo para vivir!*

En cuanto a lo que me resta de vida, espero poder vivir sin ser quejoso, sin perder la salud, ni la memoria, lejos de ser iracundo, envidioso y ojalá sin aburrir a quienes me acompañen, especialmente a los jóvenes que estén a mi lado.

Y he de confesar que aunque ahora de viejo ya empiezo a perder el goce pleno de los placeres sensuales; me motiva el deseo de no dejar de aprender algo nuevo cada día. En verdad Josué, te confieso, que estaría complacido si al final mis arrugas logran infundir respeto, autoridad y magia por haber vivido dignamente con algún grado de coherencia, por mínima que sea.

Termino esta carta con la convicción que vas a luchar por vivir según tu naturaleza, y que en su momento darás la batalla para que los vicios y placeres no controlen tu vida. *¡Nunca temas vivir!* Disfruta de la vida. Y teme llenarte de orgullo, de prepotencia, de insensibilidad hacia el sufrimiento de los demás, de la vanidad, del complejo de superioridad, de la idea que tu solo puedes con todo, y que no necesitas nada de nadie.

El arte de la vida está en tu capacidad de adaptación constante a tu entorno. *¡Aprovecha la vida tal y como es!*

## Ahora vete leyendo.

*“La vida ofrece muchas oportunidades a quienes la aprovechan y saben vivir en forma recta, porque la naturaleza es sabia no mezquina. Muchos viven dominados por la avaricia, otros haciendo cosas inútiles o atontados por la bebida; hay quienes se dejan llevar por la inercia y también están los que arriesgan sus vidas en la guerra peleando por intereses ajenos.*

*Algunos eligen ser esclavos de quienes los dominan, otros pierden la vida por ser envidiosos o por odiarse a si mismos y también están los que no disfrutan de los placeres de la vida. Pero la mayoría no saben qué hacer con su vida.*

*El tiempo pasa si, pero no la vida, cuando las riquezas comienzan a pesarles demasiado o cuando se entretienen viviendo vidas ajenas y no tienen tiempo para escucharse a si mismos.*

*Los genios no dejan que nadie intervenga en sus vidas por nada del mundo, ni se preocupan por el dinero, pero hay muchos que consideran más importante su patrimonio que perder su tiempo. Cuanto más disipado esté el espíritu en banalidades, menos capacidad tendrá el hombre para hacer cosas grandes, porque vivir es el arte más difícil.*

*La vida de los ocupados en mil cosas es la más corta, entonces se quitan la edad, fingen ser más jóvenes, quieren vivir muchos años, porque en realidad no han sabido vivir y le temen a la muerte, que para ellos no representa una salida después del suficiente curso de la existencia, sino una expulsión antes de estar preparados.*

*El sabio, en cambio, no tendrá ninguna duda en entregarse a la muerte decidido.”*

«Séneca - Vida, pensamiento y obra»

*De la palabra VIVIR no tengo más que contarte,  
pero te sugiero pensar estas cuestiones:*



*¿Crees que existe el destino o lo creamos  
nosotros con nuestros actos?*



*¿Cuál es la cosa más importante para hacer  
en todo momento?*



*¿Si tu vida está por terminar, qué harías  
ahora?*



## CARTA 2. Sobre la palabra “AMAR”

---

*Un hombre de cierta edad fue a la clínica para hacerse curar una herida en la mano. Tenía bastante prisa, y mientras se curaba el doctor le pregunto qué era eso tan urgente que tenía que hacer. Le dijo que tenía que ir a una residencia de ancianos para desayunar con su mujer que vivía allí. Le contó que llevaba algún tiempo en ese lugar y que tenía un Alzheimer muy avanzado.*

*Mientras acababa de vendar la herida, el doctor le pregunto si ella se alarmaría en caso de que él llegara tarde esa mañana.*

*- No, le dijo. Ella ya no sabe quién soy. Hace ya casi cinco años que no me reconoce.*

*Entonces el doctor le pregunto extrañado: -Y si ya no sabe quién es usted, ¿por qué esa necesidad de estar con ella todas las mañanas?*

*Le sonrió y dándole una palmadita en la mano le dijo:*

*-Ella no sabe quién soy yo, pero yo todavía sé muy bien quién es ella.*

**C**ontaba Aristófanes, que en los inicios, los humanos eran casi perfectos. Eran esféricos como naranjas; tenían dos caras opuestas sobre una misma cabeza, cuatro brazos y cuatro piernas que utilizaban para desplazarse rodando. Estos seres podían ser de tres clases: uno, compuesto de hombre + hombre, otro de mujer + mujer y un tercero ('andrógeno'), de hombre + mujer. Su vanidad les llevó a enfrentarse a los dioses creyéndose uno de ellos. Zeus los castigó partiéndolos por la mitad. Así que andaban tristes buscando a su otra mitad, y si alguna vez llegaban a encontrarse con ella, se enlazaban con sus brazos hasta dejarse morir de inanición. Zeus, ordenó que se les girase la cara hacia el mismo lado donde tenían el sexo: de este modo, cada vez que un humano encontrara a su otra mitad, de esa unión pudiera obtener placer y si además se trataba de un ser andrógeno pudieran tener descendencia. Desde entonces los seres humanos estamos condenados a buscar entre nuestros semejantes a nuestra media naranja con la que unirnós en abrazos que nos haga más "completos".

*¡Vaya historia!*, me hace recordar que el amor es una locura agobiante y divina, tal y como lo definió Platón. Tan difícil de describir que se vuelve ambiguo. Muchas personas crecen por amor y otras se pierden en la soledad por amor. Cuando hay amor uno siente paz al estar con el otro, y tristeza cuando el otro sufre. *¡El amor así como alegra también es capaz de ahogar!*

El gran Sócrates, afirmó que amar es desear algo extremadamente bello y bueno. Para él, uno no puede amar lo que es falso y lo que desconoce. Y ese es el trabajo del amante: *buscar qué es eso bello y bueno.*

*“Cuando amas a alguien la amas tal y como es, no como quisiera que fuera”*

Todos, en algún momento, tenemos un amor platónico. Un amor imposible e idealizado, que sentimos por quien admiramos a veces sin conocerlo. Un amor que se queda en el primer escalón, el de la belleza, como lo afirmó Platón. De joven el mío fue la *¡chica Sabino!*

*“En ocasiones uno quiere a quien no lo quiere a uno, y, quien lo quiere a uno, uno no lo quiere”.* Y para completar, hay quienes nos rompen el corazón y nos hacen sentir que la vida terminó. Cuando esto te suceda, no te preocupes Josué, aunque vas a sufrir por un tiempo no vas a morir, pues no sería justo morir de amor. Al final todo pasa, y la vida sigue. Dale tiempo al tiempo, verás como el cielo se despeja. Siempre llega alguien igual o mejor. *“Si tienes un amor, déjalo libre, y si vuelve a ti es por qué es tuyo; sino, es porque nunca lo fue”*

*"La vida es amarilla"*, fue una frase que me cautivo. La vida se trata de *"Amar y ya"*. Una vida *"amar-i-lla"*, es una vida en la que amamos quienes somos, siendo libres de todo pensamiento insano y obsesivo, así sea por alguien.



Josue, el “*amor*” en ocasiones confunde. Por ejemplo, ¿Quién creería que solemos amar las cosas y usar a las personas?, ¿acaso no es lo contrario?, ¿amar a las personas y usar las cosas?

*... cerca de las 11:00 pm, la enfermera te puso en mis brazos. Estabas envuelto en una cobija en forma de rollo; me trajeron a quien llevaría por primer nombre, el hombre de la montaña, "Aaron", y por segundo nombre, el Salvador, "Josue". Tus ojos, grandes y negros, me miraban fijamente sin producir el mínimo parpadeo. Sentí que tu mirada me decía ¡hola papi! Ahí supe que había nacido la persona que a partir de eso momento y para siempre, robaría toda mi atención, y me daría una razón más para amar la vida, y soportar las adversidades con tenacidad.*

Cuando uno ama, uno sufre al otro. En mi caso, tus sufrimientos, tus alegrías, tus éxitos, tus dolores, los siento como míos, con la misma intensidad , ¿porqué?, por que el verdadero amor no tiene límites. ¿Qué no haríamos por amor? Yo por ti, daría cada célula de mi cuerpo por aliviar tu sufrimiento. En el amor hay entrega, no hay punto medio, es como un embarazo ¡Hay o no hay!

*“El coraje es fuerza al servicio del amor”*

Es de verdaderos “*gigantes*”, no esconder los sentimientos, y tener la fuerza para decir que se ama, inclusive, llorar cuando así lo pida el cuerpo y el alma. En mi caso me cuesta decir “*te amo*” o “*te quiero*”, ¿Cuál es la razón?, presumo que debe ser porque, no lo escuche muy seguido cuando era niño, a pesar que siempre lo sentí.

Del amor también opino el científico Rodolfo Llinas, quien de manera provocadora lo definió como: *“una golosina, y los enamorados son golosos”; “el amor es de inteligentes”; “uno no se enamora de una mujer porque tiene una tetas buenísimas: uno se enamora de su cerebro, porque con él se interactúa y se avanza; con las tetas, no”; “Amar es cerebralmente un baile y hay que bailar con el que pueda danzar con el cerebro de uno. Encontrar eso es muy difícil; hallarlo es un tesoro”; “lo más erótico que existe es el cerebro. Uno se enamora con el cerebro”; “el amor es un acto totalmente no racional, no es una cuestión intelectual, es casi como si le diera a uno un vomito, no tiene nada que hacer”; “el enamoramiento es un accidente químico mientras que la construcción de una pareja es una decisión, un proyecto de vida”.*

*“No existe persona, por cobarde que sea, que no pueda convertirse en un héroe por amor”*

Por amor no debes renunciar a tus prioridades, a tu forma de ser, ni supeditarte a lo que diga la otra persona, ni que tu felicidad dependa de ella. Ten cuidado con crear lazos de adicción por la otra persona, por más enamorado que estes, porque estarás perdido. Ese comportamiento no es más que un delirio que al final mata el amor. *“No confundas el amor con el delirio de la posesión, que causa los peores sufrimientos. Porque, al contrario de lo que suele pensarse, el amor en realidad no hace sufrir. Lo que hace sufrir es el instinto de propiedad, que es lo contrario del amor”.* Esa es una de las causas de tanta violencia en las parejas, donde alguna de ellas se creyó dueña del cuerpo, de la vida y hasta de los pensamientos de la otra.

Así que amar es pensar y actuar con sabiduría. Nuestra mente no es infalible a la hora de procesar información. Sin embargo, tenemos la capacidad de darnos cuenta de nuestros errores a pesar que en el amor sobresalga la locura. *¡Josue está en ti llamar a la razón y a la cordura!*

Nietzsche decía que “lo que se hace por amor va más allá del bien y del mal”. Kant afirmaba que “lo que se hace por obligación no se hace por amor”.

No nacimos para vivir solos, sin embargo busca el momento oportuno para casarte, yo diría que “*si aún eres joven, todavía no, y si eres muy viejo, ya no*”. Y llegado el momento cuando te unas a tu media naranja, ten presente, que del aire y del amor no se puede vivir, porque cuando el hambre entra por la puerta, la mayoría de las veces, el amor intenta arrojarse por la ventana.

*“Mantener un matrimonio feliz, no es cuán compatibles son, sino como lidias con la incompatibilidad”*

El amor es gratitud por cada momento que te regala la vida, porque cuando hay amor, hay gratitud, y con gratitud hay alegría, y la alegría nos da felicidad. Así que el regalo dentro de ese regalo es la oportunidad que nos ofrece de ser felices. Muy a menudo se trata simplemente de disfrutarlo, pero a veces el regalo que se nos da es difícil, lo que supone una oportunidad para afrontar el reto. “*No es la felicidad la que nos hace ser agradecidos, es el agradecimiento lo que nos hace ser felices*”.

Fidelidad, es una palabra grande con poder y entrelazada con el amor. Cuando hay amor debe haber fidelidad al amor. Quizás en un ámbito más moderno no se entienda la fidelidad como el uso exclusivo del cuerpo del otro. Existen parejas libres que son fieles y felices a su manera. Pero también hay otras que son tristemente fieles y desearían no serlo. Son fieles a la pareja no al amor o al deseo, porque esos ya no están o ya no son los mismos. Esa fidelidad se vuelve una especie de compasión porque no se quiere hacer sufrir *¡Fidelidad es amor fiel, fiel sobretodo al amor!*

Termino esta carta llena de amor con un sabio proverbio chino que nos recuerda qué hay cuatro cosas en la vida que debilitan el amor y que nunca se recuperan:

- Una piedra, después de haberla lanzado;
- una palabra, después de decirla;
- una oportunidad, después de haberla perdido; y
- el tiempo, una vez que ha pasado.

... y algo más, “*inefable*”, una palabra maravillosa, quiere decir, “*algo que no se puede explicar con palabras*”, como mi amor por ti, es y será por siempre, tan inmenso e infinito que las palabras no me alcanzan, *totalmente “inefable”*

*De la palabra AMAR no tengo más que contarte, pero te sugiero pensar estas cuestiones:*



*¿Qué te enamora?*



*¿Hay relación entre el amor y el sexo, o son aspectos separados?*



*¿Odiar y amar se parecen?*

Vete leyendo,

*Pero, ¿qué es lo bello y lo bueno? El filósofo propone una escalera del amor. En el camino de amar, primero se identifica la belleza física, eso que parece estéticamente agradable. De repente, cada uno se da cuenta de que hay muchos cuerpos bellos y no es suficiente; entonces, se sube el escalón y se encuentra la belleza del alma, que hace pensar en qué virtudes hay en esa persona y en qué de “bueno” tiene. Sin embargo, hay muchas almas bellas; entonces, se avanza al otro escalón. Ahí también existe belleza en las cosas, la naturaleza, el arte, el conocimiento, y eso sucede justo un escalón antes de encontrar la belleza por sí misma, y esa hace pensar que, independientemente de cómo esté la otra persona, de lo que siente o de lo físico, sería bello conocerla y saber cada vez más de ella, porque se hace bella por sí misma.*

*Platón, el banquete*

---

*“...un fascinante viaje para encontrar el lobo negro y el lobo blanco que llevamos dentro. **El lobo negro** es la ira, la envidia, la avaricia, la arrogancia, la tristeza y el ego. **El lobo blanco** es la bondad, la felicidad, el amor, la esperanza, la serenidad, la sencillez, la compasión, la templanza y por su puesto la paz. Ambos lobos son valientes, tienen sabiduría en su silencio, astucia en su colmillo y persistencia en su fortaleza. Los dos lobos siempre pelean en nuestra mente y corazón, y sale victorioso el que más alimentamos...”*



---

ISBN: 978-628-95742-6-5



9 786289 574265