



REVISTA LATINA DE TERAPIA GESTALT.

Eran las cinco y media de la tarde.

Eran las cinco y media de la tarde mientras me refrescaba en el Bar ubicado frente a mi Hotel en Catemaco, Veracruz. El calendario cruzaba la mitad de Abril.

Allí estuve. Solo conmigo. Sólo con una cerveza.

Habité plenamente ese instante: la tarde se alejaba poco a poco, llevándose su aliento caluroso. Despacio, muy lentamente, la laguna, el viernes y las montañas comenzaban a ser a lo lejos, la misma cosa pintada de azul.

Observé a media docena de Patos Buzo nadando y comiendo cerca de una de las columnas sobre las que reposaba la Palapa del Bar sobre el agua, a treinta pasos del malecón. Garzas y Gaviotas alteraron con su vuelo blanco tanto azul celeste, no recuerdo si del cielo o del agua.

Entonces me asaltó una duda: “¿será la conciencia humana un peso para sí misma?”. Mientras las Gaviotas, los Patos Buzo y las Garzas paseaban frente a mí sin cesar, plácidamente; sentí un llamado, una invitación a ser un ave, como ellas. Tuve antojo de ser un animalito mucho menos pensante y quizás más disfrutante.

Volví sobre mi pregunta: “¿será la conciencia humana un PESO para sí misma?”. No hablo de la “carga de conciencia” que puede relacionarse con el concepto de pecado sea cual fuere; esto es la “conciencia moral” sino me refiero a la “Capacidad de los seres humanos de verse y reconocerse a sí mismos y de juzgar sobre esa visión y reconocimiento”, que define el Diccionario de la Lengua Española¹. Me refiero a la capacidad que poseo de darme cuenta de mí mismo, de mis sentimientos, mis actos, mis pensamientos, mis decisiones; de modo responsable y consciente. Me refiero al atributo único del Ser Humano, que lo hace Ser lo que meramente es: Humano.

Me imaginé siendo un Pato Buzo por un momento... nadando sobre agua fresca, zambulléndome para pescar alimento. Pasear por la piel de la laguna, ajeno al devenir del mundo entero, evitando hacer contacto con la soledad de mi propia existencia, lejos de agresiones internacionales, enfermedades virulentas, carencias y vilezas.

Escindido de La Ciudad, mi fantasía era voltear a verme desde la superficie del agua y contemplarme allí, tomando una cerveza, disfrutando el observarme; dándome cuenta de ese momento tanto como puedo ser capaz de ello.

¹ <http://buscon.rae.es/diccionario/drae.htm>



Ahora, desde el teclado entonces remoto, reanudo ese momento de Toma de Conciencia y me respondo:

Prefiero darme cuenta de mi circunstancia aunque no tenga garantía de que me agrade hacerlo.

Prefiero sentirme y saberme vivo, antes que alienarme para quizás sólo sobrevivir.

Prefiero pulsar al alcance de mi mano la sabiduría organísmica que poseo y así reinventarme a mi libre ---y quizás responsable--- albedrío.

Prefiero ser playa donde el mar rompa siempre impetuoso su palabra espumosa de sal.

Prefiero atravesar mi dolor como estanque zambulléndome en él, desde la orilla del aquí y ahora para luego emerger más allá, en la otra orilla: nítido.



Prefiero habitar mi propia piel bajo el sol abrasante.

Prefiero ser vela hinchada por el viento y regalarme la oportunidad de fluir en mí.

Prefiero ser árbol con mis ramas como brazos creciendo, mirando hacia arriba, sosteniendo el día, anhelando la noche.

Prefiero Amar generosamente, decididamente a otro Ser Humano, apreciándolo positiva e incondicionalmente y así comprobar que estoy dándole sentido a quince mil millones de años de evolución² en mi vida: instante de luz brillantísima.

Éste poder tengo sobre mi persona: me doy cuenta.

² “Más allá del principio de autodestrucción”, M. A. Villanueva Reinbeck, Editorial Manual Moderno