

## CAPÍTULO 1

### El combustible espiritual

La espiritualidad es la necesidad consciente de Dios. Quien lea este libro está sobreaviso de que no será un ser más espiritual por leerlo, tampoco lo seré yo por escribirlo. A la escritura de esta obra la precedieron intenciones de mejorar mi vida, compensar mis miserias, dominar mi ego; en definitiva, encontrar la paz más ansiada que tal vez hoy por hoy sea la que menos cotiza: la paz con uno mismo. Estar en paz con uno mismo es lo que debemos procurar para estar en paz con los demás.

Comencé a escribir este libro formalmente en abril de 2007, terminé de escribirlo en los primeros días de febrero de 2008. Me impuse una rutina de escritura más o menos metódica para poder entregarlo en la fecha convenida con la editorial. De todos modos, este libro que hoy tenés en tus manos es la consecuencia de lecturas múltiples, de contactos varios con facilitadores espirituales y, por sobre todas las cosas, de la inspiración surgida de mi vínculo con Dios, quien, a mi humilde entender, me envió permanentes señales y me guió para que yo fuera un mero traductor.

Si este libro te ayuda, te inspira o te orienta en la buena senda, siento que mi misión como mero canal de Dios está cumplida y mucho se lo agradezco. Si así no fuera, no escapo al compromiso ni a la responsabilidad, igual le agradezco la oportunidad, y pido disculpas por no haber podido estar a la altura que la ocasión exigía.

Escribir este libro implicó una experiencia maravillosa: a medida que surgían conceptos, ideas y consejos que percibí de Dios a lo largo de meditaciones cotidianas, fui llenando las hojas en blanco; momentos sensoriales que aparecían cada vez que salía a correr y sentía que Él me ayudaba a mover mis brazos y mis piernas y, especialmente, a expandir mi conciencia.

Como ser terrenal que soy, necesitado de mis hermanos, agradezco la enorme sabiduría de aquellos que con sus libros, charlas, entrevistas y conferencias ayudaron, voluntaria o involuntariamente, en mayor o menor medida, a la confección de esta obra. Intenté reflejarlos con la mención pertinente a lo largo de todo este libro.

Algunos días antes de terminar de escribir *El combustible espiritual*, sufrí la muerte de mi padre. Aunque su fallecimiento era previsible —padecía de una penosa enfermedad—, fue muy doloroso y triste. Admito que mi búsqueda espiritual más allá del lógico remezón que me causó su desaparición ha sido y es de enorme ayuda para aceptar su muerte y honrar con mi vida la suya. Querido Coco, sé que tu espíritu, donde quiera que esté, será el primero y el más exigente lector.

Otra muerte de una persona allegada a mi familia, apenas un par de años mayor que yo, marcaría el comienzo de una nueva etapa, sobre la que te contaré en las próximas páginas. Querida Mónica, tu partida, de alguna manera marcó mi llegada al mundo de la espiritualidad.

Hace algunos años, aproximadamente cuatro, por distintas circunstancias, sentí la necesidad de saciar mi insatisfacción y mi sensación de vacío existencial. Busqué un camino que me llevara a

mi sendero espiritual, hoy transito ese camino guiado por la intención de ayudarme y, como consecuencia, tal vez ayudar a otros que puedan estar en una búsqueda semejante.

La espiritualidad tal vez no sea otra cosa que un entrenamiento diario y apasionante para establecer contacto con Dios a través de la divinidad que encarna nuestro ser interior. De modo tal que nuestro contacto con él sea más frecuente y más consciente, sin limitarlo a un rezo o a un pedido, y nos pueda servir para estar atento a las señales que desarrollará nuestra intuición, y finalmente aprender «el para qué» de lo que nos sucede.

El notable pensador oriental Osho nos dice: «Cuando inhalamos recibimos a Dios, cuando exhalamos nos entregamos a él». Esta frase magistral no deja de revelar cómo la espiritualidad puede marcar diferencias para una vida mejor, en plenitud y con un propósito, aun en un hecho tan sagrado como la respiración; la mayoría de las personas no le prestan atención alguna, casi no la registran, porque solo ven en ella una experiencia mecánica y automática.

Indudablemente el preciado contacto con la divinidad será más fluido cuando logremos elevar nuestro espíritu, es ahí cuando surge lo mejor de nosotros. Una reglita básica en la materia podría ser la siguiente: A espíritu elevado, Dios cercano.

A la inversa, cuando no fluimos, cuando emitimos en frecuencias bajas, las consecuencias hablan por sí mismas. Cuando un ser humano comete actos miserables, se dice que lo suyo es una bajeza. Cuanto más ligeros de equipajes vayamos, cuanto más nos elevemos espiritualmente, más probable será el contacto con nuestro cable a la divinidad, nuestro ser interior en el cual fluimos como canal de Dios, canal muy profundo del que el ego no sale a flote.

Muchas veces habrás escuchado la expresión: «El cielo en la tierra»; pues bien no busques más, el cielo en la tierra no es otra cosa que la paz interior, de eso se trata y hacia eso apunta la espiritualidad. Busco en este libro la aplicación de una espiritualidad que pueda ayudarte a encontrar esa paz interior, paz interior que por sobre todas las cosas y más allá de los instrumentos externos a los que puedas recurrir, vive dentro de tu ser.

Pero volviendo a mi objetivo, quisiera comunicarte una espiritualidad despojada de formas y ritos, absolutamente inclusiva y de aplicación a nuestra vida cotidiana. En definitiva, “el combustible espiritual” con el que nutriré cada una de las páginas intenta humildemente que la sabiduría se torne un hecho práctico.

Algunos párrafos más arriba te señalaba la necesidad espiritual de la elevación. Se trata ni más ni menos que de elevarse para retomar la fuente divina. La cábala, milenaria sabiduría hebrea, propone vaciar la impureza y conectarse con la luz que está por encima de nosotros, la luz del creador. De ahí la necesidad de elevarnos y buscar la iluminación.

Poco antes de iniciar mi búsqueda espiritual (si bien siempre fui creyente), hice terapia con un psiquiatra, coincidentemente con una época de mi vida en la que viví algunas situaciones muy estresantes. El reconocido profesional concluyó ante mis temores y angustias que yo era lo que podría llamarse un «worried» (un preocupado) y sugirió que para superar ese cuadro podría probar con alguna medicación. Su diagnóstico, muy respetable por cierto, fue para mí una señal de que esa terapia había llegado a su fin.

Hoy, a la distancia, agradezco esa circunstancia que me impulsó a profundizar esa búsqueda de la que te hablé al principio de este capítulo. Estudios científicos demostraron que las personas que se preocupan menos merced a la meditación, alcanzan un estado de calma mental que va acompañado de una mejora en su actividad neurológica y en la respuesta fisiológica.

En mi caso particular, la etapa en la que comencé a meditar cotidianamente, paralela a una búsqueda espiritual, dio lugar a una mejora notable en el aspecto físico —incluso fue muy visible para los demás: recibí constantes comentarios sobre este cambio en mi apariencia—, un virtual rejuvenecimiento. Afortunadamente, ni una cosa ni la otra requirieron de quirófano o de farmacia.

Desde hace muchos años la metafísica enseña que como es adentro es afuera. El cambio interior es el primer paso para el cambio exterior, ya sea para bien o para mal. Los pensamientos preocupantes crónicos me generaban (y me volverían a generar si volviera a ellos) angustia, depresión, estrés. Una regla de oro sostiene que somos lo que pensamos, de alguna manera se vincula con el pensamiento cartesiano de «Pienso, luego existo». Afortunadamente, nuestros pensamientos pueden cambiar, por ende nosotros podemos cambiar.

Tal vez si la regla de oro es «somos lo que pensamos», la de platino podría ser: «somos lo que sentimos». Al cambiar nuestros pensamientos, cambian nuestros sentimientos. Lo que proyectemos con nuestras acciones y pensamientos será la trama que el universo proyectará en el cine de nuestra existencia.

*El combustible espiritual* nos enseña a corrernos de nuestro protagonismo extremo, de nuestra omnipotencia y a entregar la situación a Dios. Se trata de aprender a no agobiarse con temores permanentes sobre lo que nos pasa. A los budistas se les adjudica la muy interesante frase: «Si sucede, conviene».

Steve Jobs, supercapo de la tecnología, líder de emprendimientos como Apple y Pixar, explicó en su magnífico discurso a graduados de una prestigiosa universidad americana: «La línea de puntos siempre se extiende hacia atrás»; esto es que una vez que pasamos por el supuesto problema, solo después de un tiempo prudencial, mirando hacia atrás, entenderemos la razón de la existencia y tal vez la conveniencia de ese problema para el desarrollo de nuestra vida, nuestro crecimiento y nuestro aprendizaje.

Alguna vez el dos veces ganador del Oscar, el músico Gustavo Santaolalla, declaró que la vida es una sucesión de problemas y soluciones. Aunque parezca una verdad recurrente, con preocuparse no se soluciona nada, con ocuparse se soluciona bastante y si además «entregamos» la situación, solucionaremos mucho más.

*El combustible espiritual* nos recuerda que Dios ayuda a los que se ayudan. Para graficar esta frase, suelo contar en la radio la historia de un pueblo inundado en el que evacuaron a toda la población a excepción del cura, que en tres oportunidades se negó a abandonar la iglesia. El sacerdote falleció y al llegar al cielo cuestionó a Dios por no haberlo ayudado, entonces este le respondió: «Yo te ayudé tres veces».

Cuando entregamos a Dios una situación que nos aflige, una vez que hicimos nuestra parte, lo que estamos haciendo es entregar el control del ego a la guía del espíritu y a través de la entrega llevamos adelante un acto de fe.

*El combustible espiritual* nos recuerda que la fe es lo contrario de la duda pero que la fe no es ciega, la fe es visionaria. Una vez que empezamos a hacer costumbre el acto de entrega, empezamos a desarrollar la intuición, a estar atentos a las señales, a los avisos que inevitablemente llegarán. Es maravilloso cómo funciona este mecanismo una vez que lo aceptamos y lo ejercemos sin reservas. Así es como empezamos a tomar decisiones en paz, no desde el ego (miedo, duda, envidia, culpa, sentido desbordado de la competencia) sino de la espiritualidad que te permitirá tomar la determinación más apropiada a tu propósito en la vida.

Al reconocido psiquiatra que mencioné antes, lo «reemplacé» por mi psicólogo actual y autor del prólogo de este libro, Gustavo Bedrossian, que me dio varias lecciones, una de ellas el día que me mostró un pequeño papel que siempre lleva en su agenda y en el que tiene escrita su misión en la vida. En tres o cuatro líneas tiene resumido su propósito en este mundo y si bien lo tiene muy claro, de vez en cuando lo desmopolva cuando, por ejemplo, recibe alguna oferta y certifica que esta no lo aleje de su misión en la vida.

Es aquí donde podríamos hablar, tal como me enseñara otra de las personas que más me guió en materia espiritual, mi maestra Beatriz Berro, de «propósito interno» y «de propósito externo». Cuando estos coinciden, nuestra vida fluye, el conflicto desaparece y el ser evoluciona en su cometido máximo. Cuando, por el contrario, el propósito interno (el espiritual, el de la misión) colisiona con el externo (el del ego, el de la ambición sin sustentos) renace el conflicto.

Con los años aprendemos que hay personas, trabajos, bienes materiales que no son para nosotros, así como hay personas, trabajos, bienes materiales que inevitablemente formarán parte de nuestra vida. La espiritualidad no es matemática; es laxa y se desarrolla en función de la evolución individual de cada ser, cada uno de nosotros hará su experiencia aunque finalmente todos los seres se verán alcanzados por las mismas leyes del universo, más tarde, más temprano.

No está mal –y hace al aprendizaje y a la evolución– cometer errores y golpearse la cabeza contra la pared. No es de tontos equivocarse, la tontería pasa por persistir en el error. *El combustible espiritual* nos dice: «Medí tu éxito en la vida no por lo que has logrado sino por los obstáculos que tuviste que enfrentar en el camino».

Podemos evolucionar, podemos involucionar; todo a su tiempo. Incluso podemos quedarnos estancados pero recordá que el estancamiento prolongado es el primer paso para llegar a la involución permanente.

El médico y líder espiritual Deepak Chopra sostiene que todos tenemos un don, un talento, y que hay alguien en el mundo que necesitará de él. Cuando tu talento y la necesidad del otro encastran, tu labor ha comenzado; cuando esa labor es puesta al servicio de los demás, el éxito está asegurado.

Cuando el cantante y compositor argentino-venezolano Ricardo Montaner nos visitara en la radio en nuestra sección de “El combustible espiritual”, me explicó su interesante teoría sobre el don: Ricardo considera que es una gracia divina concedida a cada uno de nosotros al nacer, no por mérito nuestro, y que se convierte en una especie de préstamo que Dios nos hace.

Pongámoslo en términos materiales, sería algo así como nacer y tener otorgado un préstamo de 50.000 dólares; de cómo manejemos ese préstamo, dependerá el éxito que tengamos con él. Si sabemos administrar nuestro don y entendemos para qué nos ha sido concedido, una vez más el éxito será inevitable; si por el contrario no le damos el uso debido y no lo administramos, nunca mejor dicho: «Como Dios manda», así como llegó a nuestra vida, se irá sin más.

La vida está llena de ejemplos de personas que utilizaron distorsionadamente o solo para su propia utilidad el don; en el transcurso del libro profundizaremos la cuestión. Sé que al leer esto de que todos tenemos un don y una misión, muchos se preguntarán cuál es su cometido en esta vida y cuál es el instrumento que se les ha proporcionado para tamaño propósito. Pues bien, como una pequeña orientación podríamos señalar aquí algunas formas para poder establecerlo.

Podríamos preguntarnos con qué actividad no nos damos cuenta o no somos conscientes del paso del tiempo. Podríamos formularnos el interrogante acerca de qué dejaríamos de hacer si nos ganáramos la lotería. Debo confesarte que en mi caso creo que, aun percibiendo un loto

millonario, seguiría trabajando en lo que más me gusta, la comunicación (este libro es una de esas formas), el periodismo y, en particular, la conducción y producción de programas de radio.

Para quienes siguen buscando una respuesta sobre su canal de realización en la vida, les sugeriría estar atentos a lo que los otros ven en ustedes: muchas veces no somos conscientes de lo que hacemos naturalmente con aptitud y los otros observan con admiración.

Lógicamente que aquello que hacemos bien, que disfrutamos hacer, que surge de nosotros sin esfuerzos denodados, combinado con un sentido de organización y utilidad material lógica, podrá convertirse en nuestra labor y medio de vida. *El combustible espiritual* nos recuerda: «El propósito de nuestra vida es dar lugar a lo mejor que llevamos dentro».

En la vida se nos presentan oportunidades y opciones frecuentes que nos permiten y hasta nos obligan a elegir, a tomar decisiones. Esto es básicamente lo que llamamos *el libre albedrío*, y la elección diaria de mayor significación que hacemos pasa por elegir entre la luz y la oscuridad, entre el ego y el espíritu, entre el amor y el miedo.

Con el tiempo empezamos a entender que cuanto mayor es nuestra dependencia del ego, menor es la conexión que podamos establecer con Dios. Cuanto más seguimos al ego, más nos creemos el personaje, menos somos nosotros mismos y más alejados quedamos de la misión a emprender. Para decirlo más claramente: quedamos al costado de nuestro camino, el único sendero por el que finalmente alcanzaremos nuestro propósito, que es el mismo que nos trazara quien aquí nos trajo.

El ego es un hábil controlador, el control es una situación forzada de dominio, donde las cuestiones y circunstancias son consecuencia de esfuerzos permanentes, de sacrificios vanos que arrojan resultados siempre insatisfactorios. Así como el ego controla tu vida, el espíritu la guía; siempre estamos a tiempo de diluir el ego y entregar nuestra vida a la luz. Dejemos de lado los sacrificios inútiles y hagamos contacto con la fluidez como hecho cada vez más frecuente en nuestras vidas.

Más allá de que tenga buena prensa, no es bueno ir por la vida con los puños apretados. Hay dos acciones que caracterizan el comportamiento natural de los seres espirituales: soltar y fluir. Hay dos acciones que caracterizan el comportamiento automático de quienes están regidos y sometidos por el ego: controlar y sufrir.

*El combustible espiritual* nos hace entender que finalmente prevalece lo que corresponde sobre lo que conviene y nos ayuda a tener en cuenta que hay conductas que nos otorgarán felicidad por un rato y otras, por el resto de nuestras vidas. Aunque cueste entenderlo, tarde o temprano aceptamos que en nuestras vidas no vivimos nada que no nos corresponda aprender.

Retomemos el concepto relacionado con la acción de fluir: una actitud relajada es el primer paso para insertarse en este círculo virtuoso. Veámoslo así: relajarse es dejar que las cosas sucedan, no oponer resistencia, completar el proceso que permitirá que tu vida fluya. Como señalábamos anteriormente, *El combustible espiritual* nos recuerda: «Dios ayuda al que se ayuda, vos no podés ayudar a Dios, pero él sí a vos».

En términos muy prácticos, relajarse no es tirarse a chanta; relajarse es saber que ya hiciste tu parte y que del resto vos no te encargás, esa es la entrega: dejar que un poder mayor que el nuestro dirija nuestra vida.

Cada uno de los capítulos que conforman el resto de este libro nos ilustrará con mayor precisión y ejemplos varios acerca de lo que estamos planteando en esta parte inicial. Uno de ellos

titulado «Cuidado con lo que te propongas, porque lo puedes lograr», abunda sobre una cuestión que se vincula con dejar fluir nuestra vida y entender el «para qué» de lo que nos sucede.

*El combustible espiritual* nos dice: «Muchas veces no obtener lo que querés es una suerte». A medida que compartimos los conceptos vinculados con la necesidad de entregar nuestra vida, aprender a relajarnos, evitar lo forzado, no someternos al control del ego y buscar la armonía del fluir, entendemos el papel dañino que juega la resistencia.

El ser espiritual padece dolor, pero no sufrimiento, sabe que el dolor forma parte del aprendizaje. Con el tiempo entiende que el sufrimiento es una derivación del deseo de algo distinto de lo que le pasa. No está mal desear algo diferente, pero el ser espiritual entiende que eso que le pasa es consecuencia muy probablemente de una decisión equivocada. Por lo tanto, ese dolor no es otra cosa que una lección y el aprendizaje de esa lección le permitirá tomar determinaciones correctas para que ya no haya dolor. *El combustible espiritual* nos dice que cuando comprendemos por qué nos sucede algo, «para qué» nos sucede, lo aceptamos, trascendemos la dificultad y finalmente aprendemos la lección.

En la espiritualidad lo importante no es aprobar, lo importante es aprender. Como forma tal vez cruel de simplificar este mensaje, podríamos decir que tal vez una de las máximas verdades de la vida es: «El que no aprende, se jode».