

BREVIARIOS DE LUZ EN TIEMPOS DE OSCURIDAD



*A quienes siembran ternura
sin testigos y ofrecen amor
sin esperar retorno*

MAY KEVIN SERRANO

PREFACIO

Cada pensamiento que aquí se ha compartido no pretende ser final, ni absoluto, ni inmune al paso del tiempo. ***Breviarios de Luz en Tiempos de Oscuridad*** no ha buscado imponer conclusiones, sino sembrar preguntas como quien planta silenciosamente un jardín en la conciencia ajena. Si alguna reflexión te tocara, si alguna herida se asomara tímida entre líneas, si sintieras compañía en el caos, entonces este proyecto ha florecido.

He escrito estas páginas con la esperanza de que alguien, en algún lugar, se sintiera menos solo. Que al leerlas, el lector —tú, alma curiosa— pudiera encontrar palabras que dialogan con su historia, pensamientos que no juzgan sino abrazan, y espacios que no imponen sino invitan a respirar más hondo. Cada uno de los casi veinte problemas filosóficos es, en realidad, una excusa para hablar contigo de lo que de verdad importa: el dolor, el amor, la pérdida, el sentido, el cambio, la belleza, y esa búsqueda eterna que nos vuelve humanos.

Este libro no se recorre como una línea recta, sino como un círculo sagrado de preguntas y revelaciones. Cada capítulo es una cámara de eco donde la existencia se contempla, se retuerce, se abraza. Aquí no hay respuestas definitivas, sino puertas. Algunas conducen hacia dentro, otras hacia el mundo, y algunas nos dejan justo en el umbral del misterio.

No he usado muchas fuentes externas, porque este libro es un intento íntimo. Quería que tú pudieras leerme como quien conversa con alguien que no cita a otros, sino que se atreve a mirar hacia adentro. Porque a veces, las fuentes más profundas son nuestras propias vivencias. Y me parecía justo, necesario incluso, que el lector pudiera recibir pensamientos sin adornos, sin máscaras académicas, sin distancia intelectual.

Este libro desea curar. Desea alegrar. Desea provocar. Desea que lo olvides y lo encuentres de nuevo cuando seas otra persona, en otro tiempo. Y entonces lo mires con nuevos ojos, y descubras que, aunque el texto sea el mismo, tú ya no lo eres. Porque ese es el milagro de la lectura: es un espejo que envejece con nosotros, pero nunca nos devuelve la misma imagen dos veces.

Me siento profundamente agradecido de poder compartir este proyecto. No por lo que enseña, sino por lo que tal vez susurra. No por sus respuestas, sino por el espacio que ofrece para que tú encuentres las tuyas.

Breviarios de Luz en Tiempos de Oscuridad me llena de alegría profunda. No porque esté completo, sino porque existe. Y existir —con dudas, con amor, con dolor, con belleza— ya es suficiente.

Gracias por Leer.

BREVIARIOS DE LUZ EN TIEMPOS DE OSCURIDAD

*A los que no aparecen en las fotos, pero sostienen el mundo.
A quienes siembran ternura sin testigos, curan heridas sin títulos, y ofrecen amor sin esperar
retorno. Este libro está dedicado a los silenciosos del alma, a los que construyen puentes sin firmar
los planos, a los que prefieren dar antes que ser vistos.*

*Que estas páginas sean un abrazo para aquellos que entregan luz en la oscuridad sin preguntar si
será reconocida. Para ustedes —los que dan todo y callan—
este humilde acto de escritura quiere ser gratitud, refugio y reconocimiento*

May Kevin Serrano

ÍNDICE

Capítulo 1 "Mi problema con Dios"	4
Capítulo 2 "La biblioteca de lo inevitable"	8
Capítulo 3 "Frente al espejo"	13
Capítulo 4 "Donde Florece la Belleza"	16
Capítulo 5 "El susurro de la ética"	19
Capítulo 6 "El valor que no se compra"	24
Capítulo 7 : "La sociedad Actual"	30
Capítulo 8 "Somos vida, somos existencia, somos humanos"	35
Capítulo 9 : "El susurro del tiempo"	39
Capítulo 10 : "Donde duermen los sueños"	42
Capítulo 11 : "El precio del fuego"	46
Capítulo 12 : " Entre la vida y la muerte"	48
Capítulo 13 : "La fuerza de la mano abierta"	54
Capítulo 14 "Las cenizas de todos"	57
Capítulo 15 " Los rostros de la Felicidad "	61
Capítulo 16: "Recuérdame no , Te recuerdo "	67
Capítulo 17 "ODA El lenguaje del silencio"	74
Capítulo 18 "ODA Arder sin extinguirse"	77

CAPÍTULO 1 “MI PROBLEMA CON DIOS”

*"El único templo que me conmueve es el acto de bondad que se da
sin testigos."*

*Tengo un problema contigo, Dios.
Y no es que no crea en ti.
Es que no sé qué hacer con lo que creo.
No sé si eres justicia o indiferencia,
si eres amor o silencio,
si estás o si simplemente te dejaron de inventar.*

*Me enseñaron a temerte,
a obedecerte,
a buscarte en los templos y en los libros.
Pero cuando te busqué en el dolor,
no te encontré.
Cuando te llamé desde el abismo,
solo escuché mi propia voz rebotando en las paredes.*

*¿Dónde estabas cuando la injusticia se volvió rutina?
¿Dónde cuando los inocentes cayeron,
cuando los buenos fueron olvidados,
cuando los que rezaban murieron sin respuesta?*

*Mi problema contigo no es tu existencia.
Es tu silencio.
Es tu aparente ausencia en los momentos donde más se te necesita.
Es esa contradicción entre lo que dicen que eres
y lo que el mundo parece mostrar.
Pero aún así...*

*no te dejo ir.
Porque hay algo en mí que sigue buscándote.
No en los altares,
sino en los gestos humanos.
En la ternura inesperada,
en el perdón que no se explica,
en la belleza que aparece en medio del caos.*

*Para mí, la divinidad está en cosas más pequeñas:
En cómo alguien tiembla al decir “te amo” por primera vez.
En cómo la música hace llorar a quien no quería llorar.
En cómo los abrazos salvan cuando nadie se da cuenta.
En los recuerdos que sobreviven incluso cuando la persona se ha ido.
En las lágrimas que salen sin permiso, cuando algo bello nos abisma.
En esa sensación de estar vivo sin saber por qué, pero queriendo que el
momento dure un poco más.*

*Algunos dicen que eso es Dios.
Que esa bondad sutil es prueba de su existencia.
Pero si lo es, ¿por qué necesita un nombre?
¿Por qué necesita templos, normas, alabanzas?*

*No creo en el cielo como recompensa, ni en el infierno como castigo.
Creo en los actos. En la ética que no depende de vigilancia.
Creo en que hacer el bien sin esperar gloria tiene más divinidad que mil
himnos.*

*Creo que la forma más pura de amar a Dios
es amar a otros sin agenda, sin mandato, sin miedo.
Tal vez la fe no sea creer en lo invisible,
sino actuar como si lo invisible estuviera mirando,*

*pero no para juzgar—sino para aprender a amar como nosotros
amamos.*

*Tal vez el verdadero altar está en la cocina de una madre cansada,
en el hombro ofrecido sin preguntas,
en el silencio compartido entre dos que no saben qué decir, pero
permanecen.*

*Tal vez Dios es ese gesto que no se publicita,
ese sacrificio que nadie ve,
ese cuidado que ocurre cuando no hay testigos.*

*Quizás mi problema contigo
es que quiero que seas perfecto,
justo, presente,
y tú, si existes,
pareces ser otra cosa.
Algo más complejo, más ambiguo, más humano.*

*Tal vez no eres el juez que me enseñaron,
ni el padre que castiga,
ni el salvador que interviene.
Tal vez eres solo una chispa,
una posibilidad,
una pregunta que nunca se responde del todo.*

*Y quizás...
mi problema contigo
es que te pareces demasiado a mí.
A mis dudas,
a mis contradicciones,
a mi deseo de sentido en medio del absurdo.*

*Pero si ese es el caso,
entonces no quiero dejar de buscarte.
Porque si tú estás en mí,
y yo estoy en ti,
entonces este problema que tengo contigo
es también el problema que tengo conmigo mismo.*

*Y resolverlo...
quizás sea el camino
para entender qué significa realmente creer.
No como certidumbre,
sino como acto.
No como salvación,
sino como servicio.
No como dogma,
sino como amor encarnado
en lo que hacemos por otros.*

CAPÍTULO 2 “LA BIBLIOTECA DE LO INEVITABLE”

*A veces me gusta imaginar que en algún rincón del universo existe una
biblioteca infinita.
Silenciosa, sin tiempo.
Y en ella, cada vida está contenida en un solo libro.
El mío también.*

*No sé cómo luce.
No sé si está cubierto de polvo, si alguien lo ha leído, si se encuentra en
una estantería baja o en lo más alto del olvido.
Pero me intriga pensar que, página por página, ya está todo escrito:
Mi primera risa.
Mi primera decepción.
Las veces que dije “no” cuando quería decir “sí”.
Las veces que amé sin entender qué significaba hacerlo.*

*Camino por pasillos interminables y oigo crujir las escaleras altas,
como si cada peldaño pronunciara un nombre.
Las motas de polvo parecen letras sueltas buscando su frase.
Tal vez mi libro huele a mañana de lluvia,
a tinta que aún seca,
a una infancia que no se termina.*

*¿Y si todo está predestinado?
¿Si mis elecciones no son más que puntos de tinta que alguien ya plasmó
antes de que yo naciera?
Una mano invisible que escribe con calma, sin emoción, sin error.
¿Estoy leyendo mi vida o solo la estoy recorriendo?
Dicen que el libre albedrío es sagrado.
Que elegimos, que decidimos.*

*Pero si el libro ya existe... ¿mis decisiones son reales o solo
cumplimientos de una obra inmutable?*

*Algunos encuentran consuelo en eso.
En saber que lo que ocurre... debía ocurrir.
Que el dolor tuvo sentido antes de doler.
Que la pérdida tenía un lugar reservado en la narrativa.*

*Yo no estoy seguro.
A veces quiero arrancar una página.
Reescribir un capítulo.
Cambiar el final aunque eso signifique no saber qué viene después.*

*A veces sueño con escribir en los márgenes:
“aquí quise quedarme”,
“aquí pude haber sido valiente”,
“aquí aprendí a perdonar”.
Pongo un dedo entre las páginas para no perder el sitio,
y el dedo tiembla:
tal vez ese temblor también estaba escrito.*

*Pero también hay belleza en la idea de estar escrito.
De que cada persona que entra en mi vida llega porque debía hacerlo.
De que incluso mi duda está trazada con intención.
De que no hay error, solo trama.*

*Y si es cierto, si ese libro existe...
¿quién lo escribió?
¿Una divinidad? ¿El universo? ¿Mi yo más profundo en un estado
anterior?*

Tal vez no hay autor.

*Tal vez solo somos el resultado inevitable de infinitas causas.
Un texto que se escribió solo, sin testigos, sin intención.
Un río que descendió exactamente por donde la tierra se lo permitió.*

*Sin embargo, incluso así... quiero creer que hay poesía en el destino.
Que no somos solo líneas encadenadas, sino versos que buscan resonar.
Que el ritmo importa,
que la respiración entre frases también dice algo.
Y que, en algún lugar, hay alguien—o algo—leyendo mi historia con
cariño.*

*He pensado que quizá el destino es el mapa
y la libertad es la forma en que camino.
El pentagrama ya está ahí,
pero yo elijo el tempo, la fuerza, las pausas.*

*La ruta conocía las curvas,
pero mis manos deciden cuánto abrazan el volante en cada vuelta.*

*Si el capítulo dice “caída”,
aún puedo elegir si caigo con los ojos abiertos.
Si dice “despedida”,
puedo decidir qué palabras merecen ser dichas antes de cerrar la puerta.
Si dice “amor”,
puedo aprender a no confundirlo con el miedo.*

*Porque hay decisiones que no cambian la trama,
pero cambian el alma del lector que la atraviesa.
Y quizá de eso se trata:
de leer la vida con una atención que la dignifique,
de subrayar lo que salva,
de pasar página sin arrancar la anterior,*

de aceptar las erratas sin convertirlas en condena.

He abierto libros ajenos en esta biblioteca imaginaria:

a veces basta un renglón para entender una vida.

Una nota al margen para comprender un dolor.

*Me pregunto cuántos han leído un párrafo mío sin que yo lo sepa,
y han decidido seguir.*

Si todo está escrito, ¿por qué actuar?

Porque actuar es la manera en que lo escrito se vuelve verdadero.

Porque la tinta no respira si no hay quien la pronuncie.

*Porque una misma frase puede ser indiferencia o misericordia según la
voz que la diga.*

Si todo está escrito, ¿qué es la culpa?

*Tal vez no una condena, sino la oportunidad de leer dos veces antes de
herir.*

Si todo está escrito, ¿qué es la esperanza?

*El presentimiento de que la próxima página puede sostenernos mejor
que la anterior.*

Y si un día encuentro mi libro en esa biblioteca,

prometo leerlo sin prisa,

con ternura,

como si cada error fuera un niño que aún aprende,

como si cada acierto hubiera costado todas las dudas del mundo.

Y al cerrarlo, lo pondré de nuevo en su lugar,

con una mano en el lomo,

agradeciendo el peso que tuvo en mis brazos.

- El destino como estructura, no como sentencia.

Quizá el destino es la arquitectura del relato: las estaciones, los puentes, los umbrales. La libertad es el modo de atravesarlos: el gesto, la ética, el tono.

- Compatibilidad entre destino y elección.

Un guion puede estar escrito y, aun así, cada actor inventa un mundo en su interpretación. El “qué” puede estar dado; el “cómo” nos pertenece

- Responsabilidad sin ilusión de control absoluto.

Si todo está predestinado, también lo está que yo cuide, que yo repare, que yo pida perdón. Mi responsabilidad es el lugar donde el destino me atraviesa y se vuelve humano.

- Acción significativa en un marco dado.

No elegí el tablero, pero elijo mis jugadas. No elegí el clima, pero elijo cómo navego. No elegí la herida, pero elijo qué significado le doy cuando cicatriza.

- Sentido y coautoría.

Puede que el autor sea el tiempo, Dios, el azar o una combinación de todos.

Pero el sentido lo escribimos juntos: yo, mis actos, los otros que amo, y aquello que trasciende.

- Ética del lector que actúa.

Si no puedo cambiar lo escrito, puedo cambiar cómo suena en la boca del mundo: convertir información en consuelo, poder en servicio, presencia en cuidado.

- Esperanza como método.

Vivir como si las decisiones importaran, porque importan: si no para el tejido del cosmos, sí para la trama de quienes caminan a mi lado. Y eso, quizá, es suficiente para llamar libertad a lo que hacemos con lo inevitable.

CAPÍTULO 3 “FRENTE AL ESPEJO”

*A veces vengo aquí solo para mirarte.
No para admirarme, ni para juzgarme.
Solo para reconocer que existo... todavía.*

*Te observo.
Y tú me devuelves la mirada como quien lo sabe todo y aún así guarda
silencio.
Hay días en los que te pareces tanto a mí que me asusta.
Y otros en los que creo que me mientes.
Pero hoy, solo quiero preguntarte:
¿Quién soy cuando no tengo a nadie mirando?*

*Porque aquí, en este cuarto sin testigos, donde el reflejo no aplaude ni
condena, solo queda lo que he sido en voz baja.
Las cosas que no escribí.
Las verdades que no compartí.
Las veces que dije “estoy bien” y tú sabías que no.*

*He intentado cambiar.
He intentado mantenerme.
He intentado entenderme.
Y sin embargo, tú siempre me ves igual... como si supieras que la
evolución no se nota en la piel, sino en los temblores que no se ven.
Te miro y me digo:
Has sobrevivido.
A tus propias tormentas.
A tus pensamientos oscuros.
A las veces en que preferiste no sentir.*

Y aún estás aquí.

*Pero también pregunto:
¿Estoy viviendo?
¿O solo evitando tropezar?*

*Es fácil fingir fuerza ante los demás.
Lo difícil es sostenerla cuando el único que puede acusarte de mentira es
tu reflejo.*

*A veces tengo miedo.
De mí.
De no saber si lo que hago tiene sentido.
De si el mundo al que me entrego alguna vez me reconocerá como suyo.*

*Pero luego me recuerdo:
Cada acto oculto.
Cada gesto amable que nadie celebró.
Cada silencio que elegí en vez de gritar.*

*Todo eso es mío.
Y tú lo sabes.
Tú que me miras sin apartar los ojos.
Tú que nunca necesitas explicación.
Tú que me has visto llorar sin sonido.*

*Frente al espejo no soy héroe ni víctima.
Soy simplemente humano.
Con miedo, con deseos, con preguntas que no necesitan respuestas.
Y por un instante... por este pequeño instante... me permito estar bien
con eso.*

*El espejo, entonces, deja de ser frontera y se vuelve puente.
Cruzo.*

Me encuentro.

*No para aprobarme en todo,
sino para acompañarme mientras cambio.*

*No es excavar por castigo, sino por claridad. Preguntar con precisión:
¿qué quise? ¿qué temí? ¿qué elegí? La verdad que sirve no humilla:
orienta.*

- Autocrítica: firmeza con ternura.

Juzgar mis actos, no mi dignidad. Señalar el daño, reparar lo posible, ajustar el rumbo. La culpa es brújula si me mueve a la enmienda; prisión si me inmoviliza.

- Identidad como proceso.

No soy foto, soy película. Contradicciones incluidas. La coherencia auténtica no es rigidez: es lealtad a la verdad que voy alcanzando.

- Saber quién soy: evidencia en lo invisible.

Soy mis decisiones cuando nadie aplaude. Soy lo que priorizo bajo presión. Soy el cuidado que ofrezco cuando no hay retorno.

- Ser mi propio juez, no mi verdugo.

Me corresponde evaluar mis actos antes que exigir cuentas al mundo. Criterios simples: ¿fui verdadero? ¿evité daño? ¿cuidé lo frágil? ¿reparé cuando fallé?

- Encuentro con el yo: integración de luz y sombra.

No se trata de vencerme, sino de integrarme. La parte que temo también guarda recursos. Escucharla sin obedecerla siempre.

- Medida de avance.

No cuántas victorias, sino cuánta honestidad soporta mi mirada. No cuántas máscaras quité, sino cuánta ternura mantuve mientras las quitaba.

- Juramento breve ante el espejo.

Hoy me juzgo para cuidarme, no para castigarme. Hoy me digo la verdad que puedo sostener y actúo en consecuencia. Mañana, lo intentaré de nuevo.

CAPITULO 4 "DONDE FLORECE LA BELLEZA"

*La belleza...
No es un lujo.
No es un privilegio reservado a lo perfecto.
Es una necesidad del alma.
Una sed que no se sacia con diamantes, sino con la luz que se cuela
entre las grietas.*

*La belleza está en cada rincón.
En el temblor de una voz que dice "te extraño".
En las manos que tiemblan al sembrar esperanza en tierra seca.
En los ojos que no se rinden, aunque el paisaje parezca desolado.*

*No son solo las cosas bellas las que nos conmueven.
Es el acto de ver belleza donde otros solo ven polvo.
Es encontrar poesía en el silencio,
color en la sombra,
vida en lo que parecía muerto.*

*Ver belleza en lo árido...
Eso nos hace más bellos.
Porque quien ve belleza en lo roto,
también sabe cómo amar sin condiciones.
También sabe cómo sembrar sin esperar cosecha inmediata.
También sabe cómo quedarse, cuando todo invita a huir.*

*Sembrar belleza no es decorar el mundo.
Es transformarlo.
Es mirar a alguien y decirle: "Tú eres parte de este milagro".
Es dejar una flor en el camino, aunque nadie la vea.
Es escribir un verso en la pared del alma de otro,*

sin firmarlo, sin esperar aplausos.

La belleza no se impone.

Se revela.

*Y cuando la vemos, cuando la elegimos,
cuando la sembramos en los lugares más secos,
algo florece también en nosotros.*

Así que mira a tu alrededor.

No con los ojos del juicio, sino con los del asombro.

*Porque todo —todo— puede ser bello,
si lo miras con el corazón abierto.*

- Atención como acto creador.

No vemos para luego amar; amamos y entonces vemos. La mirada amorosa no inventa belleza, la revela/

- Bello vs. bonito.

Lo bonito agrada; lo bello conmueve y compromete. Lo bonito entretiene el ojo; lo bello despierta la conciencia.

- La belleza como verdad encarnada.

No es maquillaje: es coherencia entre forma y fondo. Bello es lo que es fiel a su esencia, incluso cuando es austero.

- Ética de la belleza.

Lo verdaderamente hermoso hace bien: amplía la compasión, afina la responsabilidad, nos vuelve más cuidadosos con lo frágil.

- Fragilidad y reparación.

Lo roto no deja de ser bello; a veces, la reparación ilumina las grietas y cuenta la historia que la perfección oculta.

- Cotidiano y trascendencia.

La belleza habita lo común: pan compartido, descanso merecido, sombra en la hora exacta. Lo eterno asoma en lo pequeño.

- Temporalidad.

Es fugaz. Por eso importa la presencia: estar ahí cuando pasa, sin capturarla, solo agradecerla.

- Relación y reciprocidad.

La belleza no es propiedad: es vínculo. Se completa cuando es mirada, cuidada, devuelta al mundo en forma de gesto.

- Peligro de la mercancía.

Cuando la belleza se pone precio, pierde espesor. Recuperarla es reaprender el valor sin etiqueta: presencia, verdad, ternura.

- Práctica cotidiana.

Un acto de atención, uno de cuidado, uno de gratitud. Cada día. La belleza crece donde se la cultiva y se la comparte.

CAPÍTULO 5 "EL SUSURRO DE LA ÉTICA"

La ética...

No es una lista de mandamientos.

No es un código tallado en piedra, ni una voz que grita desde lo alto.

La ética es un susurro.

Una pregunta que nos sigue a todas partes:

¿Qué debo hacer?

¿Qué es lo justo?

¿Qué daño estoy dispuesto a evitar, incluso si nadie me obliga?

No vive en los tribunales ni en los libros.

Vive en los momentos pequeños.

En si devuelvo el saludo.

En si escucho cuando alguien necesita hablar.

En si elijo el bien, incluso cuando el mal parece más fácil.

La ética no se impone.

Se elige.

Y esa elección no siempre es cómoda.

A veces exige renuncia.

A veces exige silencio.

A veces exige decir lo que nadie quiere oír.

No siempre es clara.

Se enreda en dilemas,

en zonas grises donde no hay héroes ni villanos,

solo decisiones que nos revelan.

Porque la ética no es perfección.

Es intención.

Es el esfuerzo constante por no traicionarnos,

por no convertirnos en lo que juramos combatir.

*Es mirar a alguien que no puede defenderse
y decidir no aprovecharse.*

*Es tener poder
y elegir no usarlo para aplastar.
Es saber que podrías mentir
y aún así decir la verdad.*

*Y cada quien la vive distinto.
Para algunos, es proteger la vida.
Para otros, es decir la verdad.
Para otros, es cuidar lo que aman, aunque eso implique romper reglas.*

*Pero hay algo común:
la ética nos humaniza.
Nos recuerda que no estamos solos,
que nuestras acciones dibujan el mundo que heredamos.*

*La ética no es una teoría.
Es una práctica.
Es cómo tratamos al que no puede devolvernos nada.
Es cómo actuamos cuando nadie nos observa.
Es cómo respondemos cuando el dolor ajeno nos toca.*

*Y sí, a veces fallamos.
A veces elegimos mal.
A veces nos justificamos.
Pero la ética no exige pureza.
Exige conciencia.
Exige volver a mirar.
Volver a preguntar.*

Porque lo más ético que podemos hacer

*no es tener todas las respuestas,
sino no dejar de buscarlas.*

*Y quizás lo más ético que podemos hacer...
es preguntarnos cada día:
¿Estoy siendo quien debo ser?
¿Estoy dejando el mundo un poco menos roto que ayer?*

*Porque al final, la ética no es una respuesta.
Es la valentía de seguir preguntando.
Incluso cuando nadie escucha.
Incluso cuando duele.
Incluso cuando el susurro
se convierte en grito.*

*La justicia comienza en la atención.
comienza desde mí , comienza en el yo.*

*Porque mirar de verdad,
escuchar de verdad,
sentir de verdad...
es el primer acto ético.
es el primer paso a lo justo.
es el más difícil.*

*Pero también cabe preguntarse:
¿Dónde comienza lo justo en un mundo que tantas veces premia la
indiferencia?
¿Es justo quien actúa?
¿Es injusto quien observa y calla?*

Lo justo no siempre es lo legal.

Ni lo permitido.

Ni lo fácil.

*Lo justo es lo que sostiene la dignidad de otro,
incluso cuando implica incomodarnos, exponernos, incomprendernos.*

*Es justo quien se involucra,
quien responde al dolor con presencia,
quien elige no voltear la mirada aunque hacerlo le traiga consecuencias.*

*Es injusto quien normaliza el sufrimiento ajeno,
quien se calla para no perder comodidad,
quien dice “no es mi problema” cuando el problema ya ha cruzado su
puerta.*

*La justicia no puede depender solo de los sistemas.
Tiene que tocar el alma.
Tiene que nacer en el gesto mínimo,
en ese momento en que podrías ignorar... y decides no hacerlo.*

*Actuar es una forma de honrar la verdad.
Ignorar, a veces, es otra forma de mentir.*

*Y no se trata de ser héroes,
sino de no ser cómplices.
De no ser parte del paisaje que permite que el dolor se repita.*

*Lo justo es, muchas veces, incómodo.
No busca aplausos.
Busca integridad.*

Y no siempre se nota.

*Hay actos justos que no tendrán testigos,
decisiones silenciosas que marcarán la diferencia en una vida.*

*Por eso, la justicia no se mide en discursos.
Se mide en elecciones.
En los “sí” que dijimos cuando era más fácil decir “no”.
En las veces que defendimos sin garantías.
En los silencios que rompimos por respeto a quienes ya no podían hablar.*

*La pregunta no es solo qué es lo justo.
La pregunta que transforma es:
¿Estoy haciendo algo para acercarlo?*

*Porque al final, en un mundo tantas veces roto,
la justicia es el arte de reparar con lo que tenemos.
Y cada acción, cada gesto,
cada acto que resta dolor,
cuenta.
Y si alguna vez dudas...
mira a quien más sufre.
Si tu decisión disminuye esa carga,
aunque sea un poco,
entonces estás cerca de lo justo.*

*La ética nos susurra.
La justicia nos convoca.
Y el alma...
nos recuerda que no estamos aquí solo para mirar el mundo,
sino para mejorarlo.*

CAPÍTULO 6 "EL VALOR QUE NO SE COMPRA"

Valor...

*Una palabra que usamos para todo.
Para el oro, para el tiempo, para las personas.
Pero ¿qué significa realmente tener valor?*

*El valor monetario es fácil de medir.
Un número, una cifra, una transacción.
Se compra, se vende, se acumula.
Pero no siempre representa lo que importa.
Porque hay cosas que no tienen precio,
y otras que, aunque tengan precio,
no tienen alma.*

*¿Y el valor de los seres humanos?
¿Dónde lo colocamos?
¿En su productividad?
¿En su utilidad?*

¿En lo que pueden ofrecer?

*Demasiadas veces olvidamos que el valor de una persona
no está en lo que hace,
sino en lo que es.
En su capacidad de amar,
de cuidar,
de resistir.
En su historia,
en sus heridas,
en su forma única de mirar el mundo.*

*Y luego está el valor de lo que nos rodea.
Un árbol, una canción, una palabra dicha a tiempo.
Cosas que no cotizan en bolsa,
pero que sostienen la vida.
Cosas que no brillan como el oro,
pero que iluminan como el sol.*

*El problema no es que el mundo no tenga valor.
Es que hemos olvidado cómo verlo.
Cómo sentirlo.
Cómo defenderlo.*

*Y para eso...
hay que tener valor.
Valor para ir contra la corriente.
Valor para decir
Valor para cuidar lo invisible,
para proteger lo frágil,
para honrar lo que no se puede medir.*

"El valor no está en las cosas, sino en la mirada que las descubre."

*Y esa mirada requiere coraje.
Porque en un mundo que premia lo superficial,
ver lo profundo es un acto de rebeldía.*

*Porque solo quien tiene valor,
puede darle valor
a lo que realmente lo tiene.*

*La valentía no siempre es ruido.
A veces es un "no" a tiempo,*

*un “basta” que pone el cuerpo,
un “me quedo” cuando sería más fácil escapar.*

*Valentía es hacerse cargo del daño que hicimos,
y reparar sin excusas.
Es decir la verdad cuando el silencio nos compraría barato.
Es cuidar lo que no da prestigio:
un anciano, un niño difícil, un bosque que no es noticia.*

*Hay valor en los gestos pequeños:
la mano que sostiene otra en la fila del hospital,
la última porción ofrecida sin cálculo,
la llamada a quien no tiene a nadie.*

*El valor de un ser humano no aumenta con sus éxitos
ni disminuye con sus fracasos.
No es acción de bolsa:
es dignidad.
Viene de fábrica.
No se negocia.*

*Pero el valor que aportamos al mundo sí depende de nuestras acciones.
Hay vidas que se vuelven faro,
porque eligieron, una y otra vez,
lo que cuida, lo que salva, lo que repara.*

*¿Cuándo vale más una persona?
Nunca “más” que otra.
La dignidad es plana, indivisible.
Pero podemos valer mejor:
cuando ponemos nuestro poder al servicio de lo frágil,*

*cuando convertimos talento en cuidado,
cuando transformamos dolor en comprensión.*

*El valor de nuestras acciones se mide en consecuencia:
¿disminuyó el sufrimiento?,
¿aumentó la justicia?,
¿se ensanchó la esperanza?*

*Valentía también es paciencia.
La constancia que riega lo que no se ve crecer.
El silencio que no renuncia a la verdad.
La espera que no se rinde.*

*Y, sin embargo, el coraje tiene enemigos:
la prisa que impide pensar,
el cinismo que impide sentir,
la indiferencia que impide actuar.
Luchar contra ellos cada día es una forma de valor civil.*

*Aprendo a preguntarme antes de cada elección:
¿esto que haré reconoce el valor de alguien más o lo reduce a cosa?
¿Honro la vida o la uso?
¿Estoy defendiendo lo que importa o mi comodidad?*

*Porque el valor también es una mirada justa:
ver al otro como fin, nunca como medio.
Mirarlo y decir: “tu vida es tan importante como la mía”,
y actuar en consecuencia.*

*Hay corajes visibles: las marchas, las denuncias, los rescates.
Y corajes invisibles: el perdón que nadie presencia,
el límite que pones para no repetir la violencia que recibiste,*

la ternura que insistes en dar cuando el mundo te pide dureza.

*El mundo cambia con grandes gestos, sí,
pero se sostiene con los pequeños.
Y esos pequeños requieren el valor más difícil:
el de todos los días.*

*Por eso, cuando me preguntan qué es valioso, digo:
lo que conserva la dignidad,
lo que devuelve el nombre,
lo que permite que alguien respire mejor.*

*Y cuando me preguntan quién es valiente, digo:
quien no abandona a la verdad,
quien no deja solo al herido,
quien no quema su conciencia para entrar en una sala.*

*El oro brilla, pero no abraza.
El tiempo corre, pero no cura solo.
Son las personas, con su valor y su valentía,
las que convierten los días en hogar.*

- Valor intrínseco vs. valor instrumental.

Toda persona posee valor intrínseco por ser fin en sí misma. El valor instrumental (utilidad, rendimiento) nunca debe reinar sobre él. Valentía como práctica ética. No es temer menos, es elegir bien a pesar del miedo. El coraje moral se reconoce por a quién protege.

- Valor de las acciones.

No por su espectáculo, sino por su efecto en el sufrimiento y la justicia.

Una acción silenciosa puede ser más valiosa que mil discursos.

- Cuándo “vale más” una vida.

Nunca en dignidad; siempre igual.

Pero una vida puede volverse más fecunda cuando se orienta a cuidar:

la medida es el bien que hace posible.

- Economía del cuidado.

Invertir valor donde no hay ganancia inmediata (cuidar, educar, sanar, restaurar) es apostar por lo que sostiene la vida.

- Disciplina del corazón.

El valor se entrena: actos pequeños, constantes, coherentes. Lo que repito me esculpe; lo que elijo me nombra.

*En un mundo que etiqueta y descarta,
atreverse a ver y sostener el valor de cada vida
es la forma más alta de valentía.*

CAPÍTULO 7 : "LA SOCIEDAD ACTUAL"

*La sociedad actual...
tan llena de ruido,
tan vacía de escucha.
Nos rodeamos de pantallas,
de opiniones,
de urgencias que no siempre importan.
Y sin embargo,
nos sentimos solos.*

*Vivimos conectados,
pero desconectados.
Sabemos lo que pasa en otro continente,
pero ignoramos lo que siente quien duerme a nuestro lado.
Nos enseñaron a competir,
a destacar,
a tener más.
Pero ¿cuándo nos enseñaron a ser?*

*La sociedad nos empuja a producir,
a mostrar,
a aparentar.
Nos mide en cifras,
nos etiqueta,

nos compara.
Y en ese juego,
muchos pierden sin siquiera haber jugado.*

*Nos dicen que el éxito es tener,
pero nadie habla del valor de sentirse suficiente.*

*Nos dicen que la felicidad está en lo que se compra,
pero nadie menciona lo que se cultiva en silencio.*

*Y sin embargo...
en medio de todo eso,
hay gestos que resisten.
Una mano que ayuda sin pedir nada.
Una palabra que consuela sin adornos.
Una mirada que dice: “Te veo.”*

*El odio se ha vuelto moneda común.
Se disfraza de opinión,
de ideología,
de justicia.
Pero en el fondo,
es miedo.
Miedo a lo distinto,
miedo a perder privilegios,
miedo a mirar al otro como un igual.*

*La violencia ya no sorprende.
Está en las calles,
en las pantallas,
en los discursos.
Nos hemos acostumbrado a verla,
a justificarla,
a consumirla como entretenimiento.
Y cada vez que la ignoramos,
la perpetuamos.*

Las mentiras gobiernan.

*Se repiten tanto que parecen verdad.
Se viralizan, se comparten, se celebran.
Y la verdad...
la verdad se vuelve incómoda,
silenciada,
ridiculizada.*

*La envidia se disfraza de crítica.
Nos enseñan a mirar al otro con resentimiento,
a desear su caída más que nuestro crecimiento.
Y así, nos alejamos de la empatía,
de la colaboración,
de la posibilidad de construir algo juntos.*

*Y lo más triste...
El escándalo vende.
La humillación entretiene.
La destrucción se aplaude.*

*La sociedad actual está rota en muchos sentidos,
pero también está llena de grietas por donde entra la luz.
Porque cada vez que alguien elige la empatía sobre el juicio,
la ternura sobre la indiferencia,
la verdad sobre la apariencia...
algo cambia.*

*Y si queremos un mundo distinto,
tenemos que ser distintos.*

*Y quizás la pregunta no sea:
"¿Qué está mal en la sociedad?"
sino:*

"¿Qué estoy haciendo yo para que sea distinta?"

Sobre la injusticia

*Lo injusto no es solo lo que daña: es también lo que se ignora.
La injusticia se normaliza cuando dejamos de nombrarla,
cuando preferimos la paz del ego a la incomodidad de la verdad.*

Sobre la guerra

*Las guerras no nacen solo en campos de batalla,
nacen en palabras que deshumanizan,
en políticas que excluyen,
en silencios que avalan.
La guerra es el fracaso de la empatía como principio colectivo.*

Sobre los males sociales

*El hambre no es accidente,
la discriminación no es error,
la desigualdad no es destino.
Son decisiones sostenidas,
sistemas que premian a unos a costa de otros.
La sociedad que tolera el sufrimiento ajeno se desintegra lentamente en
su alma.*

Sobre la verdad

*Decir la verdad en tiempos de espectáculo es casi subversivo.
Pero la verdad no grita,
se instala con humildad,
y transforma sin espectáculo.*

- Sobre la responsabilidad individual

*No podemos cambiar el mundo solos,
pero podemos decidir qué mundo no perpetuar.*

*Cada elección, cada gesto, cada palabra...
o abre el mundo,
o lo encierra.*

*- Sobre la esperanza
La esperanza no es esperar milagros,
es construirlos.
A veces, con ternura.
A veces, con resistencia.
Siempre, con conciencia.*

CAPÍTULOS 8 "SOMOS VIDA, SOMOS EXISTENCIA, SOMOS HUMANOS"

La vida...

Ese misterio que nos envuelve desde el primer aliento.

No la pedimos,

no la elegimos,

pero aquí estamos.

Respirando, sintiendo, buscando sentido.

La existencia es el escenario,

la vida es el movimiento,

y el ser humano...

es el actor que no conoce el guion,

pero improvisa con el corazón.

Existir no es solo estar.

Es sentir.

Es dudar.

Es amar.

Es romperse y reconstruirse.

Es mirar al cielo y preguntarse si hay algo más,

aunque no haya respuesta.

Somos criaturas hechas de preguntas.

De contradicciones.

De luz y sombra.

De instantes que parecen eternos

y eternidades que se desvanecen en un segundo.

La vida nos da cuerpo,

*pero la existencia nos da conciencia.
Y ser humano...
es cargar con ambas cosas.
Con el dolor de saber que todo termina,
y con la belleza de saber que todo importa.*

*"Pienso, luego existo," dijo Descartes.
Pero yo diría:*

*"Siento, luego soy."
Porque el pensamiento nos ubica,
pero el sentimiento nos revela.*

*Ser humano es mirar al otro y reconocerse.
Es saber que no estamos solos,
aunque a veces lo parezca.
Es entender que cada gesto,
cada palabra,
cada silencio,
puede cambiar el curso de una vida.*

*La vida no es justa.
La existencia no es fácil.
Y el ser humano no es perfecto.
Pero en medio de todo eso,
hay algo sagrado:
la capacidad de elegir.
De amar.
De crear.
De resistir.*

Y quizás, al final,

*la pregunta no sea ¿por qué existimos?
sino ¿cómo elegimos existir?*

*¿Con qué mirada?
¿Con qué propósito?
¿Con qué huella?*

*La existencia no es una línea recta.
Es un laberinto.
Un juego de espejos.
Un río que cambia de curso sin avisar.
Y nosotros, los humanos,
somos los navegantes que no saben nadar,
pero que se lanzan igual.*

*Pensamos que somos racionales,
pero estamos hechos de emociones.
De recuerdos.
De heridas que no se ven.
De esperanzas que no se apagan.*

*Ser humano es vivir con contradicciones.
Es amar lo que nos hiere.
Es creer en lo que no entendemos.
Es buscar compañía en medio del caos.*

*Y quizás, solo quizás,
eso sea lo que nos salva.
La capacidad de mirar al otro
y decir: “Yo también.”
Yo también tengo miedo.
Yo también he perdido.*

Yo también quiero que esto signifique algo.

- Sobre el alma humana:

Hay en el alma humana una nostalgia de origen, como si supiera que vino de algo más y aún lo busca en cada gesto, en cada abrazo, en cada silencio que se parece a lo divino.

- Sobre el ser y el vacío:

Vivimos como si el vacío fuera un enemigo, pero a veces, el vacío es espacio fértil. El lugar donde se gesta la transformación.

- Sobre la libertad existencial:

Ser humano no es sólo respirar, es elegir cómo respirar. Cómo amar. Cómo caer. Cómo levantarse sin rencor.

- Sobre el fin:

La muerte no es una derrota, es el cierre de una pregunta que quizás nunca tuvo respuesta. Pero mientras vivamos, podemos escribir posibilidades, no certezas.

CAPÍTULO 9 : "EL SUSURRO DEL TIEMPO"

El tiempo...

Ese río invisible que nos atraviesa sin pedir permiso.

No lo vemos,

pero lo sentimos en los huesos,

en las palabras que ya no decimos,

en los rostros que cambian sin que lo notemos.

Nos enseñan a medirlo,

a dividirlo en horas, minutos, segundos.

A correr detrás de él como si fuera un premio,

como si al atraparlo pudiéramos detenerlo.

Pero el tiempo no se detiene.

No se deja poseer.

Solo se deja vivir... o perder.

Hay días que se escapan como agua entre los dedos,

y otros que se quedan para siempre,

como cicatrices dulces o amargas.

Porque el tiempo no es igual para todos.

Para algunos es una cárcel,

para otros, un refugio.

Para algunos es castigo,

para otros, redención.

"El tiempo es la imagen móvil de la eternidad," dijo Platón.

Y quizás tenía razón.

Porque hay instantes que parecen eternos,

miradas que duran más que una vida,

silencios que se repiten en cada recuerdo.

*El tiempo nos cambia.
Nos enseña a soltar,
a esperar,
a entender que todo llega... y todo se va.
Nos obliga a elegir qué conservar
y qué dejar ir.*

*Pero también nos engaña.
Nos hace creer que tenemos mucho,
hasta que ya no queda nada.
Nos hace posponer lo urgente,
olvidar lo esencial,
vivir como si fuéramos eternos
cuando somos apenas un parpadeo.*

*"No se puede matar el tiempo sin herir la eternidad," escribió Thoreau.
Y cada segundo que desperdiciamos
es una parte de nosotros que no vuelve.*

*El tiempo es memoria.
Es lo que queda cuando todo lo demás se ha ido.
Es el perfume de una tarde,
el eco de una risa,
la sombra de una promesa.*

*Y quizás lo más humano que podemos hacer
es aprender a habitarlo.
No a dominarlo,
no a temerlo,
sino a escucharlo.*

*Porque el tiempo habla.
Nos susurra en los sueños,
nos grita en las pérdidas,
nos canta en los reencuentros.*

*Y al final,
cuando todo se haya dicho,
cuando todo se haya vivido,
el tiempo será lo único que nos haya acompañado desde el principio.
No como enemigo,
sino como testigo.*

*Entonces dime...
¿qué estás haciendo con el tiempo que te queda?*

- El tiempo no es lo que pasa, es lo que queda.

Todo lo demás se transforma, se olvida, se disuelve...pero el tiempo permanece como arquitectura invisible de lo que fuimos.

- Aprovechar el tiempo no es llenarlo, es honrarlo.

No se trata de correr más, sino de detenerse con propósito. De decir “te quiero” sin prisa, de vivir sin acumulación.

- Todo tiempo perdido es un espejo que ya no se puede mirar.

Lo que no vivimos con atención se convierte en ruido, y la vida merece ser música.

- La eternidad no está al final, sino en los instantes habitados.

No se llega a ella: se la invoca cada vez que se está verdaderamente presente.

- El hombre no posee el tiempo; el tiempo lo revela.

En cómo ama. En cómo recuerda. En cómo dice adiós.

CAPÍTULO 10 : "DONDE DUERMEN LOS SUEÑOS"

Los sueños...

*ese territorio sin mapas donde todo es posible
y nada es seguro.
¿Quién los inventó?
¿Quién decidió que podíamos desear lo que aún no existe?*

*A veces creo que los sueños no nacen de nosotros,
sino que nos eligen.
Nos susurran al oído mientras dormimos,
nos persiguen cuando despertamos,
nos habitan como fantasmas dulces
o como tormentas que no sabemos calmar.*

*Hay sueños que arden,
que nos empujan a caminar cuando ya no quedan fuerzas.
Y hay otros que duelen,
porque sabemos que nunca serán nuestros.
Pero incluso esos...
nos enseñan algo.
Nos revelan quiénes somos
cuando nadie nos está mirando.*

*Dicen que soñar es de valientes.
Pero yo creo que también es de los rotos.
De los que han perdido algo
y buscan reconstruirlo en otro plano.
De los que no se conforman con la realidad
porque intuyen que hay otra más profunda,
más justa, más luminosa.*

*Los sueños son espejos.
Nos muestran lo que deseamos
y lo que tememos.
Nos enfrentan a versiones de nosotros mismos
que aún no hemos conocido.*

*Y sin embargo,
hay quienes renuncian a ellos.*

*Por miedo, por cansancio, por costumbre.
Como si dejar de soñar fuera madurar.
Como si la resignación fuera una virtud.*

*Pero yo no quiero vivir sin sueños.
Prefiero caer mil veces
que caminar con los ojos cerrados.
Prefiero perseguir lo imposible
que conformarme con lo predecible.*

*Porque los sueños son semillas.
Y aunque no todas florecen,
cada una transforma el suelo donde cae.*

*Así que sueño.
Aunque me digan que es inútil.
Aunque el mundo se empeñe en ser gris.
Aunque el tiempo me robe certezas.*

*Sueño porque ahí,
en ese espacio invisible,
soy libre.
Soy más que carne, más que historia, más que destino.*

*Y si alguna vez dejo de soñar,
que sea porque ya estoy viviendo lo que soñé.*

*Y entonces comprendo:
soñar con el mañana es escribirle una carta al tiempo
con tinta que aún no existe.*

*El futuro no llega:
se atreve a pasar por nosotros
cuando abrimos la puerta con un gesto.*

*Hay sueños que piden silencio para crecer,
y otros que piden grito para nacer.
Unos necesitan paciencia,*

*como el pan que leuda;
otros, un salto que desobedezca la gravedad.*

*También hay sueños prestados,
heredados, impuestos:
trajes que no nos quedan.
Si un sueño exige negarte para sostenerse,
no es tuyo.
Devuélvelo con gratitud y sigue.*

*No todo sueño debe cumplirse,
pero todo sueño verdadero debe escucharse.
Algunos son destino,
otros, señal;
algunos son camino,
otros, advertencia.*

*Soñar no es negar la realidad:
es descubrir sus puertas encubiertas.
Y el futuro,
ese animal tímido,
se acerca cuando lo nombramos sin convertirlo en propiedad.*

*Hay noches donde el sueño cura,
y días donde el sueño guía.
A veces, el sueño sólo acompaña:
un faro pequeño,
una brasa en el bolsillo,
una palabra que nos recuerda quiénes somos.*

*Y si despertamos con las manos vacías,
que no lo estén los ojos.
Que el mundo, mirado desde el sueño,
revele sus honduras.
Que el miedo no sea amo,
sino umbral.*

*Soñar también es renunciar:
a la prisa,
al ruido,
al aplauso que no toca el alma.
Porque el futuro que vale
no se fabrica con estruendo,
sino con fidelidad a lo íntimo.*

*Y cuando por fin coincidimos con lo que soñamos,
el tiempo deja de correr
y se sienta a mirarnos,
como un amigo antiguo que al fin entiende.*

CAPÍTULO 11 : "EL PRECIO DEL FUEGO"

Sacrificio...

Una palabra que arde.

No se pronuncia sin dejar cenizas en la lengua.

No se vive sin perder algo en el camino.

Dicen que el sacrificio ennoblece.

Que quien da sin esperar, se eleva.

Pero ¿quién mide el dolor de lo entregado?

¿Quién recoge los pedazos que quedan después?

He dado.

He ofrecido tiempo, cuerpo, alma.

He callado cuando quería gritar,

he permanecido cuando todo me pedía huir.

Y cada vez que lo hice,

me dijeron que era por amor,

por deber,

por fe.

Pero el sacrificio no siempre es justo.

A veces es exigido por quienes no entienden su peso.

A veces es impuesto por una causa que ya no nos representa.

Y otras veces...

lo hacemos por nosotros mismos,

por esa necesidad de sentir que nuestra vida tiene sentido.

¿Es egoísta querer que el sacrificio sea visto?

¿Es vanidad esperar que alguien diga: "lo sé, lo vi, lo honro"?

Tal vez.

Pero incluso los mártires tienen nombre.

Incluso los silencios merecen ser escuchados.

*El sacrificio transforma.
Nos rompe,
nos reconstruye,
nos redefine.
No salimos iguales.
A veces salimos más sabios.
O más vacíos.*

*Y sin embargo,
hay belleza en él.
Porque solo quien ha sacrificado algo
entiende el valor de lo que permanece.
Solo quien ha perdido
sabe realmente lo que significa conservar.*

*Yo no me arrepiento.
Aunque duela.
Aunque nadie lo entienda.
Porque en cada acto de entrega
hay una chispa de eternidad.
Una promesa que trasciende el cuerpo,
el tiempo,
la historia.*

*Y si alguna vez me preguntan qué fui,
diré:
fui llama.
Fui ofrenda.
Fui el que eligió arder
para que otros pudieran ver.*

CAPÍTULO 12 : " ENTRE LA VIDA Y LA MUERTE"

*La vida...
esa chispa que aparece sin aviso,
que respira en el primer llanto,
que se aferra al pecho como si el mundo fuera suyo.*

*Y la muerte...
ese silencio que espera sin prisa,
que no interrumpe,
que simplemente llega
cuando todo ha sido dicho... o cuando aún falta tanto por decir.*

*Nos enseñan a temerla.
A verla como final, como castigo, como sombra.
Pero ¿y si la muerte no es enemiga?
¿Y si es solo otra forma de nacer?*

*La vida nos da nombres,
nos da historias,
nos da heridas.
Nos enseña a amar,
a perder,
a buscar sentido en lo que no lo tiene.*

*La muerte, en cambio,
nos desnuda.
Nos quita los títulos, las máscaras, los miedos.
Nos devuelve al origen,
al polvo,
al misterio.*

*Y sin embargo, ambas se necesitan.
La vida sin muerte sería arrogancia.
La muerte sin vida sería vacío.
Juntas forman el ciclo,*

*el pulso,
el ritmo secreto del universo.*

*He visto morir.
He sentido el peso de una ausencia que no se puede nombrar.
Pero también he visto nacer.
He sentido el temblor de una mano que descubre el mundo por primera
vez.*

*Y en ambos momentos,
hay algo sagrado.
Algo que no se puede explicar,
solo sentir.*

*Quizás vivir sea aprender a morir un poco cada día.
Y morir,
sea recordar cómo se vivió.*

*No quiero temerle.
Ni a una ni a la otra.
Quiero caminar entre ellas
como quien conoce el bosque,
como quien sabe que cada hoja caída
nutre la raíz que aún respira.*

*Porque al final,
la vida y la muerte no son opuestas.*

*Son hermanas.
Son puertas.
Son el mismo suspiro,
en dos direcciones.*

*Y sin embargo, la vida insiste.
Se cuela por rendijas de luz,
hace del dolor una vasija,
del miedo, un umbral.*

La muerte escucha.

*No negocia,
no humilla;
ponte la mano en el hombro
y te invita a mirar sin adornos.*

*Entre ambas transcurrimos:
somos puente,
cauce,
nota breve en una música antigua.
Lo que amamos nos define,
lo que soltamos nos revela.*

*Hay despedidas que llegan sin palabras,
y bienvenidas que no caben en el lenguaje.
La cuna y el ataúd están tallados
en la misma madera de tiempo.
Lo que hoy florece,
mañana alimenta la tierra.
Lo que hoy termina,
abre el apetito de otro comienzo.*

*He aprendido a decir gracias
a la herida que me enseñó a cuidar,
al adiós que me enseñó a mirar,
al temblor que me enseñó a vivir despacio.
He aprendido a nombrar por su nombre
la alegría que duele y el dolor que ilumina.*

*Si alguna vez me extravió,
que me encuentren las cosas simples:
un vaso de agua,
un abrazo que no pregunta,
una palabra que acompaña.*

*Y cuando la noche se siente cerca,
camino sin rencor:
la vida me prestó sus colores,
la muerte me pedirá silencio.*

*En el intervalo,
intento ser casa para quien tiene frío,
pan para quien tiene hambre,
tiempo para quien ya no tiene tiempo.*

*Porque amar es aprender a despedirse
sin dejar de pertenecer.
Porque morir es aprender a descansar
en lo que nunca muere.*

- Sobre la finitud y el sentido

La finitud no empobrece la vida: la afina. Como el marco a la pintura, el límite da forma al significado. Sin límite, no hay urgencia; sin urgencia, no hay elección; sin elección, no hay ética.

- Sobre identidad y desnudez

La vida nos viste de historias; la muerte nos las pide de vuelta. Lo que permanece cuando caen los trajes señala de qué estuvimos hechos: de vínculos, de gestos, de presencia.

- Sobre el duelo

El duelo es el eco del amor. No es enfermedad, es el lenguaje con que el amor aprende a vivir sin objeto. Honrarlo es dejar que el dolor haga su trabajo de maestría: recordar sin poseer, agradecer sin retener.

- Sobre vivir bien

Vivir bien no es añadir días a la vida, sino vida a los días: atención, ternura, coherencia. Es practicar la presencia hasta que la presencia nos practique a nosotros.

- Sobre el legado

No dejamos cosas: dejamos maneras de mirar. Un modo de decir el nombre, una forma de estar en la mesa, una disposición a perdonar. Eso cruza la puerta que nosotros no cruzamos.

- Sobre la libertad y la aceptación

Aceptar la muerte no es rendirse: es liberar la vida de la ilusión de control. Entonces la libertad se vuelve lúcida: elegir lo que importa, aunque duela; renunciar a lo que brilla, si no alumbra.

- Sobre el misterio

No todo requiere respuesta; algunas preguntas piden compañía. Vivir filosóficamente es sostener el misterio sin convertirlo en excusa, y dejar que nos humanice.

*¿A quién le darías tu tiempo como si fuera pan?
¿De qué silencio te despedirías para volver a hablar con verdad?*

*Tal vez la vida sea esto:
agradecer la chispa,
honrar la sombra,
y hacer del intervalo
un lugar habitable para otros.*

CAPÍTULO 13 : "LA FUERZA DE LA MANO ABIERTA"

*Benevolencia...
Una palabra suave,
casi olvidada.
No se grita,
no se impone,
no se presume.*

*Es el arte de hacer el bien
cuando nadie lo exige.
Es la decisión de cuidar
cuando el mundo elige herir.*

*Nos enseñan a ser fuertes,
a ser astutos,
a sobrevivir.
Pero ¿quién nos enseña a ser buenos?
¿Quién nos recuerda que la bondad*

*no es debilidad,
sino coraje?*

*Ser benevolente es mirar al otro
y ver más que sus errores.
Es ver su historia,
su dolor,
su humanidad.*

*Es tender la mano
cuando sería más fácil apartarla.
Es ofrecer consuelo*

*sin esperar gratitud.
Es sembrar luz
en tierra que otros han dejado árida.*

*Y sí, a veces duele.
Porque la benevolencia no siempre es correspondida.
A veces es ignorada,
a veces es traicionada.
Pero eso no la hace menos valiosa.
Al contrario.
La hace más pura.*

*He elegido la benevolencia
no porque el mundo la merezca,
sino porque yo la necesito.
Porque quiero ser parte de algo que construye,
no que destruye.
Porque quiero dejar huellas que sanen,
no que hieran.*

*La benevolencia no es ingenuidad.
Es sabiduría.
Es entender que el otro también lucha,
también cae,
también busca.*

*Y si alguna vez me preguntan qué poder elegí,
diré:
elegí el poder de la ternura.
El poder de mirar sin juzgar,
de ayudar sin dominar,
de amar sin poseer.*

*Porque en un mundo que se endurece,
ser benevolente
es un acto de revolución.*

Benevolencia y dignidad

La benevolencia reconoce la dignidad del otro sin negociación. No concede favores: abre espacio. Es un sí a lo humano, incluso cuando lo humano está roto.

- Benevolencia y justicia

No sustituye a la justicia, la prepara. La justicia ordena; la benevolencia ablanda el terreno donde la justicia puede echar raíces sin volverse venganza.

- Benevolencia y poder

Poder sin benevolencia es control. Benevolencia sin poder es deseo. El equilibrio es amar con límites: ternura con columna vertebral.

- Benevolencia y verdad

Ser benevolente no es mentir para no herir, es decir la verdad con cuidado. La verdad sin cuidado corta; el cuidado sin verdad asfixia. Juntas, curan.

- Benevolencia y reciprocidad

Dar sin esperar no es negar el deseo de ser visto: es no hacerlo condición. Agradecer dignifica al que recibe y honra al que da.

- Benevolencia y coraje

La benevolencia sostiene la mirada cuando el otro cae. No le ahorra la responsabilidad, le ofrece una orilla. Es puente, no atajo.

- Benevolencia y esperanza

No es optimismo ingenuo: es memoria de lo que el amor ha logrado cuando el cálculo dijo “no conviene”. Es testarudez luminosa.

CAPÍTULO 14 “LAS CENIZAS DE TODOS”

*La guerra...
Siempre llega con promesas.
Promesas de gloria, de justicia, de redención.
Pero cuando se va, deja solo cenizas.
Y esas cenizas no distinguen uniforme, idioma ni bandera.*

*En Verdún, 1916, más de 300,000 muertos.
Francia y Alemania se desangraron por 10 kilómetros de tierra.
Diez kilómetros.
¿Vale una vida por cada metro?*

*En Stalingrado, 1942, murieron más de dos millones.
El frío no tenía ideología.
Las ratas no distinguían entre soviéticos y alemanes.
Y los cadáveres se amontonaban como si la historia hubiera olvidado
que eran personas.*

*Pero antes de eso...
Antes de que Europa ardiera, hubo palabras.
Palabras que se disfrazaron de esperanza.
Hitler no llegó con armas.
Llegó con discursos.
Con promesas de orden, de grandeza, de pureza.*

*El fascismo no nace en trincheras.
Nace en corazones heridos, en pueblos humillados, en mentes que
buscan culpables.
Y cuando encuentra eco, se convierte en fuego.*

Alemania, 1933.

*Un país quebrado por la guerra anterior, por la pobreza, por el
resentimiento.*

*Y en medio de ese dolor, se alzó una voz que prometía restaurar el
orgullo.*

Pero esa voz también sembró odio.

*Contra judíos, contra gitanos, contra homosexuales, contra disidentes.
Contra todo lo que no encajaba en su visión de perfección.*

El resultado:

*Más de 60 millones de muertos en la Segunda Guerra Mundial.
Seis millones de judíos exterminados en campos que no eran de batalla,
sino de horror.*

Auschwitz, Treblinka, Sobibor...

Nombres que deberían quemar la lengua cada vez que se pronuncian.

Y mientras tanto, en otros países, otros fascismos crecían.

Italia, España, Japón...

La guerra se volvió ideología.

Y la ideología, máquina de muerte.

En Hiroshima y Nagasaki, 1945, el cielo se volvió fuego.

140,000 muertos en un instante.

No por odio directo, sino por cálculo.

Por estrategia.

Como si la vida pudiera pesarse en balanzas militares.

En Vietnam, los bosques ardieron con napalm.

Niños corrieron desnudos, envueltos en llamas.

*Y mientras tanto, en los despachos, se hablaba de “progreso” y
“contención”.*

¿Contención de qué?

¿Del alma humana?

En Ruanda, 1994, en solo 100 días, casi un millón de muertos.

Vecinos mataron vecinos.

Con machetes.

No por dinero, no por poder.

Por odio sembrado, por propaganda, por miedo.

Y en Siria, en Yemen, en Ucrania...

La historia sigue escribiéndose con sangre.

*Con cada misil, con cada mina, con cada niño que aprende a distinguir el
sonido de un dron antes que el de un pájaro.*

Dicen que la guerra revela lo peor del ser humano.

Yo creo que revela lo más frágil.

La facilidad con la que nos rompemos.

La rapidez con la que olvidamos que el otro también es humano.

Porque en cada bando hay madres que lloran.

Hay cartas que nunca llegan.

Hay soldados que no querían disparar.

Y hay poetas que mueren antes de escribir su primer verso.

La guerra no tiene rostro.

O mejor dicho, tiene demasiados.

Y todos están cubiertos de polvo, de miedo, de silencio.

Cuando todo termina,

*cuando los cañones callan y los himnos se apagan,
queda el silencio.*

Un silencio lleno de tumbas, de ruinas, de arrepentimientos.

*¿Y qué hacemos con ese silencio?
¿Lo llenamos con nuevas armas?
¿O con memoria?*

*Yo elijo recordar.
Recordar que cada guerra es una herida abierta en la historia.
Que no hay victoria cuando el precio es la humanidad.*

*“La paz no es la ausencia de guerra, sino el rechazo a olvidar que todos
sangramos igual.”*

*La guerra, al final, no destruye sólo ciudades.
Destruye relatos, miradas, canciones que no se escribirán.
Deja huérfanos de padre y también de propósito.
Y quienes la promueven
confunden fuerza con legitimidad,
grito con verdad,
muerte con destino.*

*Yo elijo escribir,
como quien ofrece otro camino.
Un poema no detiene un disparo,
pero a veces, detiene un pensamiento.
Y eso, también es resistencia.*

*Que la paz no sea apenas silencio,
sino la promesa renovada de que aún podemos vernos humanos
cuando el mundo nos invita a dejar de serlo.*

CAPÍTULO 15 "LOS ROSTROS DE LA FELICIDAD"

La felicidad...

No es un lugar.

No es una meta.

*Es más bien un instante que se cuela entre los dedos,
como el sol que entra por la ventana sin pedir permiso.*

Hay quienes la buscan en el amor.

*En un abrazo que dura más de lo esperado,
en una mirada que dice "te entiendo" sin palabras.*

Y sí, el amor puede ser felicidad.

Pero no siempre.

*Porque amar también duele, y la felicidad no es ausencia de dolor...
es presencia de sentido.*

Otros la encuentran en la creación.

*En escribir un verso que no existía,
en pintar un cielo que nunca se vio,
en dar forma al caos con las manos.*

*La felicidad ahí es fuego suave,
una llama que no quema, pero ilumina.*

También está la felicidad tranquila.

La que no grita, no salta, no se exhibe.

*La que vive en el café de la mañana,
en el silencio compartido,
en saber que hoy no duele tanto.*

Y está la felicidad intensa.

La que te hace reír hasta que te duele el estómago,

*la que te hace bailar sin música,
la que te hace olvidar el reloj.*

*Pero hay algo que no se dice suficiente:
la felicidad depende.
Depende de cada historia, de cada herida, de cada mente.
Porque no todos tenemos el mismo mapa emocional.
Y no todos llegamos al mismo lugar por el mismo camino.*

*La salud mental...
esa sí que es el suelo donde camina la felicidad.
Sin ella, todo se tambalea.
No importa cuántos logros, cuántos amores, cuántos paisajes.
Si la mente está en guerra, la felicidad se esconde.*

*Por eso, a veces, ser feliz es simplemente estar en paz.
Dormir sin miedo.
Respirar sin culpa.
Sentirse suficiente, aunque sea por un segundo.*

*Y no, no hay una fórmula.
No hay una receta universal.
La felicidad es profundamente personal.
Lo que a ti te llena, a otro le pesa.*

Lo que a mí me salva, a ti te aburre.

*Pero hay algo común:
la felicidad real no se impone.
No se compra.
No se presume.*

Se cultiva.

Se cuida.

Se elige.

Dicen que Epicuro, aquel filósofo que hablaba de jardines y placeres sencillos,

*creía que la felicidad no está en el exceso,
sino en la ausencia de sufrimiento.*

En el equilibrio.

En el saber cuándo basta.

Él decía: “Nada es suficiente para quien lo suficiente es poco.”

Y yo lo entiendo ahora.

*Porque a veces perseguimos tanto,
que olvidamos que la felicidad no siempre corre...
a veces espera.*

*Es como si la vida nos enseñara a mirar hacia afuera,
cuando lo que más importa está dentro.*

*No en lo que tenemos,
sino en cómo lo sentimos.*

Y entonces pienso...

*¿cuántas veces fui feliz sin saberlo?
¿cuántas veces la felicidad me rozó el alma
y yo estaba demasiado distraída para notarlo?*

Tal vez la verdadera felicidad no se anuncia.

No llega con fanfarria ni con promesas.

*Tal vez simplemente se sienta a nuestro lado,
como una amiga silenciosa,*

esperando que la reconozcamos.

¿Cómo se vive sin perseguirla como presa?

*Porque la felicidad sin salud mental es ilusión.
Una fachada que sonríe mientras el alma se desmorona.*

*La mente también necesita descanso,
necesita ternura,
necesita permiso para no ser fuerte.*

*Hay días donde el equilibrio no es victoria,
sino resistencia.
Donde la paz no es logro,
sino refugio.*

*Y entonces entendemos:
estar bien no siempre es estar feliz,
pero estar en paz...
eso sí que puede salvar.*

*La tranquilidad no tiene prisa.
Se parece al mar cuando no está agitado.
No llega con ruido,
no se impone como meta,
simplemente ocurre
cuando dejamos de luchar contra lo que somos
y empezamos a habitarlos con compasión.*

*La paz no es la ausencia de caos.
Es aprender a sentarse en medio de él
y respirar sin castigo.*

*Es perdonarse.
Es dejar de exigirse.
Es aceptar que estar bien
no siempre significa estar perfecto.*

*La felicidad y la paz se rozan, se buscan, se esperan.
No siempre coinciden,
pero cuando lo hacen,
se parece a un hogar.*

*Y quizás eso es lo que más anhelamos:
no una vida brillante,
sino una vida habitable.*

*Donde cada día no tenga que ser especial,
pero sí soportable.
Donde cada pensamiento no tenga que ser positivo,
pero sí sincero.*

*Donde cada gesto sea un puente,
no una exigencia.*

*Donde vivir no duela tanto,
y donde el alma pueda, al menos por momentos,
descansar sin miedo.*

*Porque al final,
no se trata de tener mucho,
ni de lograr todo,
ni de ser siempre fuerte.*

Se trata de que el corazón encuentre un lugar

*donde pueda decir:
hoy no corro,
hoy no compito,
hoy no me pierdo.*

*Hoy solo soy,
y está bien.*

*Quizás la felicidad no sea una escalera,
sino un río.
Y nosotros,
navegantes imperfectos
con el corazón mojado
y la brújula en el alma.*

CAPÍTULO 16 : "RECUERDAME NO, TE RECUERDO"

"A todos los que han amado y han perdido"

*No sabía cuánto dolía recordar
hasta que esa canción empezó a sonar.*

*"Recuérdame", decía.
Y fue como si me lo dijeras tú,
como si tu voz volviera a temblar en mi pecho
y yo no pudiera contener las lágrimas que llevaban tiempo esperando.*

*A veces no sé si te fuiste del todo.
Porque estás en mí,
en mis gestos,
en mis palabras,
en los silencios que aprendí contigo.*

*No importa cuántos años pasen,
hay cosas que no mueren:
la forma en que me llamabas,
el calor de tu abrazo,
la manera en que convertías cualquier momento
en una lección sin que yo lo notara.*

*Y sí, también te recuerdo jugando conmigo,
escondiéndote tras las cortinas como si fueras eternidad disfrazada de
infancia.*

*Contando cuentos donde el final nunca era triste
porque contigo, todo era posible.*

*Bailando sin música,
como si tus pasos fueran suficientes para sostener el ritmo de la vida.*

A veces me pregunto dónde van los que se van.

Y me respondo:

Van a nosotros.

Nos habitan.

Nos susurran cosas mientras dormimos.

Nos visitan en los recuerdos que llegan sin que los llamemos.

Mi memoria es un altar.

Y tú estás allí.

*Junto con los otros que también partieron,
pero nunca se fueron del todo.*

Cuando río, los honro.

Cuando escribo, los convoco.

Cuando amo, los continúo.

Porque recordar no es solo mirar atrás.

Es traer hacia adelante.

Es resistirse al olvido como forma de renuncia.

*Es construir una casa dentro de uno mismo
para que ellos vivan ahí para siempre.*

Yo te recuerdo.

Te nombro,

*te abrazo en lo invisible,
y te llevo conmigo.*

Como canción que no se apaga.

Como raíz que no se arranca.

Como luz que no se ve,

pero alumbra todo.

*Te reconozco en el vapor del café que sube como una plegaria.
En el hilo y la aguja que recomponen el mundo con puntadas pequeñas.
En el mantel con migas que parecen estrellas,
en la grieta de la pared donde la tarde se queda a escuchar.*

La casa te recuerda cuando abro la ventana:

*entra tu risa con el viento,
tu consejo con olor a pan,
tu paciencia doblada sobre las sillas.*

*He aprendido a hablar en presente de quien no está:
digo “me enseñas”, y no “me enseñaste”;
digo “me acompañas”, y no “me acompañaste”.
Porque la gramática del amor no conjuga en pasado.*

*Y junto a ti, los otros:
amigos que partieron como olas que no vuelven,
amores que ahora son brasa profunda,
nombres que saben regresar cuando el corazón los llama.*

*Los llevo en los bolsillos del alma:
un chiste a destiempo,
una mirada que comprende,
una mano que se ofrece aunque ya no tenga dedos.
Y cuando el miedo me toca la puerta,
les pido que se sienten conmigo,
que me cuenten de nuevo cómo se atraviesa la noche.*

No hay olvido.

Hay capas.

Bajo cada día hay un día antiguo donde nos encontramos.

*Bajo cada herida hay un aprendizaje,
bajo cada despedida un pacto que todavía cumple.*

Las despedidas son formas de decir:

te encontraré de otra manera.

Te encontraré como silencio que me escucha.

Como intuición que me corrige.

Como ternura que me vuelve a empezar.

*Y si alguna vez dudo,
me giro hacia adentro
y te veo encendiendo una lámpara:
es pequeña, pero basta.*

Porque siempre bastó.

*He comprendido que el legado no son objetos:
son hábitos del alma.*

Escuchar antes de responder.

Cuidar sin hacer ruido.

Preparar algo simple cuando alguien está triste.

Dejar la luz encendida por si alguien llega tarde.

Repartir la última porción mirando a los ojos.

He heredado tu manera de mirar lo frágil sin apurarlo.

Tu manera de resolver con calma,

de no humillar el error,

de celebrar lo suficiente sin pedir permiso a nadie.

Así continuó tu vida:

*no en monumentos,
sino en gestos que sostienen el día.
Así canto “Recuérdame” sin abrir la boca:
viviendo como me enseñaste,
amando como me pediste.*

*A veces me pregunto si la muerte tiene un rostro.
Si nos mira desde adentro o desde afuera.
Y entonces me llega esta certeza:
lo que llamamos muerte es un cambio de dirección de la ternura.
La ternura que antes venía hacia mí,
ahora sale desde mí para alcanzarte.*

*Partir es plural:
se va un cuerpo,
se queda el ritmo.
Se va la voz,
se queda la palabra que sembró.
Se van tus pasos,
se queda el camino aprendido por mis pies.*

*La vida, en cambio,

es una cuerda tendida entre lo que ya fue
y lo que todavía puede ser.
Caminamos sobre ella con la balanza de la memoria en las manos.
Si olvido, caigo.
Si recuerdo, avanzo.*

*Soy custodio de nombres.
Soy herencia del abrazo.
Soy, contigo, el después de tu historia.*

Y ese después no sería nada sin tu antes.

*La muerte no es lo contrario de la vida,
es su forma más secreta de seguir:
continúa en lo que transforma,
en lo que nos obliga a mirar con más verdad.*

*La partida no es una desaparición,
es un traslado de presencia:
del afuera al adentro,
de la piel a la conciencia,
del ruido a la raíz.*

*La vida es un préstamo sin garantía:
se nos entrega para multiplicarla en otros.
Es un tejido de gestos,
un coro de voces que nos preceden y nos empujan.*

*El legado no es una herencia de cosas,
sino de modos de estar:
la ética de la ternura,
la disciplina de la esperanza,
la valentía de volver a intentar.
Es lo que hacemos con lo que hicieron de nosotros,
y lo que elegimos hacer con lo que amamos.*

*Recordar es un acto de hospitalidad:
abrir la casa del corazón para que entren los que se han ido*

*y nos enseñen a vivir con la puerta entreabierta.
Es también un acto de resistencia:
contra la prisa que desalma,*

*contra la niebla que desdibuja,
contra la mentira de que estamos solos.*

*El duelo no es un túnel sin salida,
es una escuela de ritmo nuevo:
aprender a caminar con una música distinta
sin traicionar la coreografía de la memoria.*

*Por eso te digo :
mientras te recuerde, me seguirás cambiando.
Y mientras me cambies, seguirás viviendo.
Yo soy tu después,
tu carta abierta en el mundo,
tu semilla terca en la estación que venga.*

*Aquí, ahora,
te vuelvo a nacer:
en cada gesto que salva,
en cada palabra que cuida,
en cada silencio que sostiene.
Y cuando vuelva a sonar “Recuérdame”,
no será un ruego,
será la certeza de lo que siempre supimos:
que el amor no se va,
se queda aprendiendo nuevos nombres para quedarse.*

CAPÍTULO 17 “ODA EL LENGUAJE DEL SILENCIO”

Tu silencio me dijo lo que tu boca nunca se atrevió.

Y no lo culpo.

Las palabras son torpes a veces.

*Se tropiezan, se disfrazan, se esconden detrás de lo que creemos que el
otro quiere oír.*

Pero el silencio...

el silencio no miente.

El silencio es honesto.

Es brutal.

Es puro.

En tu silencio escuché tu miedo.

Tu duda.

Tu deseo contenido.

Tu amor que no sabía cómo ser amor sin herir.

Y también escuché el mío.

Mi necesidad de que dijeras algo,

cualquier cosa,

aunque fuera mentira.

*Porque a veces preferimos una palabra rota
antes que un silencio entero.*

Pero ahora lo entiendo.

El silencio no es vacío.

Es espacio.

Es pausa.

Es posibilidad.

*Es el lugar donde los sentimientos se acomodan
cuando aún no saben cómo vestirse de sonido.*

*Aprendí a escucharte en lo que no decías.
A leerte en tus gestos,
en tus ausencias,
en tus respiraciones contenidas.*

*Y aprendí a hablar sin hablar.
A decir “te entiendo” con una mirada.
A decir “te espero” con una presencia.
A decir “te amo” con un silencio que no exige,
pero que permanece.*

Porque el cuerpo también habla.

*Tus manos temblaban cuando querías acercarte.
Tus ojos se detenían en mí más tiempo del que permitía tu orgullo.
Tu espalda se alejaba,
pero tus pasos eran lentos,
como si esperaran que yo te llamara.*

*Y yo...
yo también fui silencio.
Silencio por miedo.
Silencio por respeto.
Silencio por no saber si mi voz sería bienvenida.*

*Hay silencios que duelen.
Silencios que gritan.
Silencios que se clavan como agujas en la piel.*

*Pero también hay silencios que sanan.
Que envuelven.
Que acompañan.*

*A veces, el silencio es la forma más sincera de estar.
Porque no interrumpe.
No invade.
No exige.*

*Y en ese silencio,
en ese espacio sin palabras,
te sentí más cerca que nunca.*

*Quizás el amor verdadero no siempre se dice.
Quizás se intuye.
Se respira.
Se espera.*

*Y quizás, algún día,
cuando el miedo se haya dormido,
cuando las palabras ya no sean amenaza,
cuando el corazón haya aprendido a hablar sin temblar...
quizás entonces,*

nuestros silencios se conviertan en diálogo.

*Porque a veces, el silencio no es distancia.
Es respeto.
Es amor que no quiere invadir.
Es verdad que aún no ha encontrado su forma.
Y yo... yo sigo escuchándote,
aunque no digas nada.*

CAPÍTULO 18 “ODA : ARDER SIN EXTINGUIRSE”

*No quiero poseerte.
No quiero encerrarte en mis manos como quien teme perder lo que ama.
No quiero que seas mío.
Quiero que seas libre...
y que aún así, elijas arder conmigo.*

*Porque el deseo no es hambre.
No es carencia.
Es fuego.
Y el fuego, si se respeta, ilumina.
Pero si se exige, consume.*

*Yo te deseo como se desea el mar:
no para beberlo,
sino para contemplarlo,
para dejarse arrastrar por su oleaje sin naufragar.*

*Te deseo sin urgencia,
sin prisa,
sin miedo.
Te deseo como quien sabe que el cuerpo es solo una puerta,
y que lo que importa es lo que cruza al otro lado.*

No quiero que me pertenezcas.

*Quiero que me habites.
Que tu presencia me incendie sin destruirme.
Que tu ausencia no me apague.*

Porque aprendí que el deseo no es tener.

*Es sentir.
Es saber que algo vibra dentro,
que algo se despierta,
que algo arde...
y que aún así, uno puede seguir siendo uno mismo.*

*Hay deseos que devoran.
Que exigen.
Que imponen.
Pero el mío no quiere devorarte.
Quiere danzar contigo.
Sin cadenas.
Sin promesas que pesen más que el presente.*

*Te deseo como se desea lo imposible:
con la certeza de que no es mío,
pero con la esperanza de que, por un instante,
pueda ser compartido.*

*Porque el deseo no siempre busca consumación.
A veces basta con saber que existe.
Que hay algo en ti que despierta algo en mí.
Que hay una chispa que no necesita convertirse en incendio.*

*Y si alguna vez vienes a mí,
que sea porque el fuego te llama,
no porque el frío te obliga.
Y si alguna vez te vas,
que el fuego siga ardiendo,
pero no te queme.*

Porque el deseo verdadero no exige.

No encierra.

No condiciona.

El deseo verdadero respeta.

Es presencia sin posesión.

Es llama sin ceniza.

Es amor sin contrato.

Y yo... yo te deseo así.

*Como quien sabe que el fuego puede ser hogar,
si se aprende a cuidarlo.*

*Como quien arde,
pero no se quema.*

*Como quien ama,
pero no se pierde.*

EPÍLOGO

A quienes llegaron hasta aquí, gracias.

Gracias por abrir estas páginas como se abre una ventana en plena tormenta, esperando que algo de luz, aunque tenue, se filtre entre las sombras. Este libro no pretende ofrecer certezas, sino acompañamiento. Cada capítulo fue escrito como quien enciende una vela sabiendo que no puede disipar toda la oscuridad, pero sí calentar el alma que la contempla.

"Breviarios de Luz en tiempos de Oscuridad" nació del deseo de nombrar lo innombrable, de transformar el dolor en ritual, la duda en plegaria, la belleza en testimonio. Si alguna palabra aquí te tocó como un susurro necesario, si alguna imagen despertó en ti una emoción olvidada o una pregunta nueva, entonces este camino compartido ha valido la pena.

A quienes transitan noches largas, este libro es para ustedes. A quienes han amado, perdido, creído, caído, buscado... este libro les pertenece. No como objeto, sino como latido.

Que estas páginas sirvan como faroles en tu travesía. Que te recuerden que incluso en los días más grises, hay una luz que resiste: la tuya.

*Con profunda gratitud
Por ser parte de estos Breviarios de Luz*