Francisco
Garzón Céspedes

Contraseñas de sabiduría

Lucidez para transformarnos

Aforismos / Criterios
Definiciones / Dichos
Guías

LIBRO INÉDITO

El Mundo

29-07-2018

En esta fecha el influyente diario El Mundo, de Madrid, España, eligió para su encabezamiento, de las incluidas en este libro, la frase o contraseña: **"La lealtad no depende de las circunstancias porque es de la permanencia de los principios."**

Y precisó para presentarla:

Nuestra frase día es de Francisco Garzón Céspedes (Cuba, 1947). Periodista, escritor y hombre de la escena teatral, en 1996 fijó una de sus residencias en España y entró en la Academia de las Artes Escénicas.

Reconocido por impartir talleres para formar a narradores orales artísticos, ha dedicado su vida a la narración oral desde que él mismo la reinventó como oral escénica.

Julio Cortázar dijo de él que era un "narrador oral maravilloso, Garzón entrega el prodigio de cada una de las palabras".

© Francisco Garzón Céspedes
ciinoe@hotmail.com

Libro inscripto en el Registro de la Propiedad Intelectual de España

De este libro: todos los derechos reservados

Toda reproducción impresa de este libro debe contar con permiso escrito previo

Contraseñas de sabiduría
Lucidez para transformarnos

Aforismos / Criterios / Definiciones / Dichos / Guías

Francisco Garzón Céspedes

No se pregunte qué es la vida,
primero pregúntese
qué es su vida.

Lucidez para transformarnos[1]

Confío en que pueda ser una opinión generalizada que los aforismos, los criterios, las definiciones, los dichos, las conceptualizaciones y los lemas en suma, científicos o metafóricos, son de los universos de la lucidez, y constituyen los mejores lentes para condensar y expresar las reflexiones, y para motivar o provocar, para dar origen a nuevas reflexiones de los otros: de cada quien pensante.

Las transformaciones propician la vitalidad de las dinámicas sociales. Las auténticas transformaciones provienen de la lucidez que necesita para ser alcanzada de la reflexión y de los lentes para reflexionar.

Reflexionemos desde unas miradas al entorno:

Quién que trabaja no ha olvidado un aniversario de su vida en pareja, u olvidado la fecha de nacimiento de alguien muy próximo; quién no ha borrado el compromiso de estar presente en un acto o en una consulta médica donde alguien de su afectividad necesitaba y esperaba su presencia; quién no ha arrinconado en su memoria el compromiso de asistir a una reunión familiar o amistosa; quién no ha intentado llegar a tiempo a una cita decisiva, o estar en una celebración, sin conseguirlo.

Quién en su entorno afectivo no ha generado con un olvido suyo o con su imposibilidad de ser puntual o con su ausencia: dolor, enfado, tristeza, amargura, duda, conflicto, en suma: infelicidad.

[1] Una versión diferente, más breve, de este ensayo fue publicado en la revista digital portuguesa TRIPLOV con el título de: *La lucidez supera a la inteligencia*.

El olvido de lo que al otro corresponde, o de lo que corresponde a la calidad de una relación, significa falta de conciencia del otro.

La falta de conciencia del otro no es de la lucidez.

Por qué si somos inteligentes no vemos, por ejemplo, que a veces la realización de una pequeña sorpresa positiva, sencilla, ingenua y rápida aportará una cuota grande de felicidad al otro. Que esa sorpresa creará o dimensionará en la comunicación ese anhelado estar presente; dará forma a una atmósfera cercana, confiada, reconfortante, alejando así olvidos, enojos y desencuentros.

Y es que la realización de cualquier sorpresa (regalar un pájaro en una jaula para de inmediato proponer[2]…) nos mostraría como sensibles y con sentido del humor; nos haría visibles como amorosos o amistosos, y como felices en sí.

La realización de cualquier sorpresa mostraría y demostraría que tenemos genuina conciencia del otro u otra, de ese ser a quien valoramos y reconocemos; todo esto al manifestarnos como seres preocupados y ocupados por compartir tiempo con quienes más habitualmente nos rodean, aquellos a quienes tanto debemos desde el amor o debemos desde la amistad fraterna.

Y, no es posible dudarlo, también en otra esfera entonces saldrían beneficiados el trabajo, las responsabilidades, la institución o empresa o compañía.

Toda la sociedad saldría beneficiada.

---

[2] *PÁJARO Y JAULA. Compre un pájaro encerrado en una jaula. El pájaro debe tener un aire de indefensión y la jaula debe parecer invulnerable. Lleve el pájaro enjaulado a su pareja. Se trata de un regalo. Explique apresuradamente que el regalo no es el pájaro, ni tampoco la jaula, sino la posibilidad de liberar juntos esas alas.* Texto del autor en *Los 1111 pequeños cuentos del hombre que amaba contar*, Ediciones COMOARTES, Madrid, España, 2012.

¿Por qué a veces no somos capaces de una acción tan posible como una sorpresa de carácter humano? ¿Por qué no somos capaces de un detalle, de un gesto, de una palabra?

Reflexionemos más: Una sociedad está más viva cuanto más cambia. Igual que toda institución o empresa. Igual que todo individuo, que toda individualidad humana que es capaz de cambiar para ascender, para construir plenitudes.

Nuestra vida se compone de un conjunto de relaciones y mucho de nuestro tiempo es de trabajo.

La apertura al cambio, al movimiento, a la innovación, a las transformaciones en una institución o empresa, propicia las incorporaciones, las investigaciones, los hallazgos, los retos. Y propicia: la motivación de todos los componentes humanos, la energía de las dinámicas de la esfera laboral, la llegada de nuevos procesos y metas, la relación óptima entre los logros del pasado y las necesidades del presente, la proyección y garantía de futuro; y, por tanto, propicia la posibilidad real de resultados inéditos, así como el alcanzar mayores desarrollos, resultados, éxitos.

También la institución o la empresa, como universo económico y productivo, intensifica hoy poner el acento en ser más humana, en potenciar la desfragmentación del individuo entendiéndolo como un todo que engloba lo personal, lo familiar, lo social y lo laboral, entre otras esferas no siempre comprendidas con talante integrador y muchas veces muy compartimentadas respecto a cada persona.

Como todo lo existente, la esfera laboral está en permanente movimiento, un proceso que puede ser máximo o mínimo. Y el ser cada vez más consciente de ese proceso de cambio, consciente de esa conti-

nua y deseable práctica y exigencia de innovaciones y transformaciones, permite –mucho más de lo que lo permite la inercia o la intuición– encarar movimiento, cambio, innovaciones y transformaciones; desde la razón, la sensibilidad y, mucho, desde la lucidez en pos de rendimientos más positivos.

Para la esfera laboral contemporánea es más obvio cada día que cada ser humano que la compone, ese humano tan fragmentado, es en cada caso una individualidad irrepetible, y una más productiva cuanto más integra sus fragmentos y cuanto menos fragmentada está, y cuanto más completa logra ser cada individualidad, y cuanto más lúcidamente se comporta y más dicha alcanza.

No solo se trata de las priorizaciones de lo humano en lo más personal e íntimo.

Igual cada día es más obvio para la institución o la empresa que el ser humano alcanza mayor productividad cuanto más armónico, saludable y feliz es; feliz tanto en lo personal, familiar y social, como en lo profesional y laboral; y cuanto mejor se integran, enriquecen y complementan su tiempo laboral y su tiempo no laboral. Todo lo que requiere de códigos y normas, de criterios y de lemas, de revelaciones.

Por subrayar: Los departamentos de recursos humanos llegan a afirmar hoy que están a la búsqueda de potenciar en todo sentido la consideración por las personas en el interior de la estructura institucional o empresarial, la individualidad dentro de la deseable diversidad del conjunto, la creatividad de cada quien y el balance entre su vida laboral y personal. Un ser sensible y pensante. Y enfatizan que todo ello deberá ocurrir en un entorno grato y motivador, un entorno que inspire. Que dimensione.

Reconociéndose además, desde ésa y aquella dirección de personal, que el desarrollo integral del equipo –de todos sus componentes humanos– tiene en su lente el que los mejores talentos internos y externos quieran estar, crecer y desarrollarse en “esta” institución o “esta” empresa o “esta” asociación de uno u otro tipo. Y que, para conseguirlo, programará actividades que equilibren lo laboral y lo personal; y que permitan atraer, comprometer, mantener y progresar en su seno a los mejores talentos de la sociedad. Llegando a señalar, en la documentación al respecto, que se pretende promover el bienestar personal, familiar y social de cada miembro, en la certeza de que este propósito fortalece tanto a las personas como a la institución o empresa y sus metas. Por eso éstas hoy dimensionan la creación, justo dentro de sus propios centros o edificios, de condiciones para, en determinados horarios, garantizar relajación, ocio, diversión, pensamiento y cultura a las individualidades que las componen y les dan vida. Lo que constituye un paso más a sumar en un terreno, el de la institución o empresa, que ya había creado antes desde sí, en espacios externos y como parte de sus prestaciones: centros sociales, culturales, deportivos, recreativos en general.

Porque sí, es obvio que se necesitarán, se necesitan, reflexiones, enunciaciones, máximas…

Por eso las instituciones, las empresas y otras comienzan a ir más allá, intensificando sus planes de capacitación, formación, superación profesional y liderazgo con otros seminarios, cursos, talleres, conferencias, distribución y presentaciones de libros cuyos contenidos no están directamente vinculados a la esencia, estructura, objetivos, productos y trayectoria

de esa unidad institucional o empresarial, sino que sus propósitos tienen más que ver, o están directamente enfocados, unos, a completar la formación y a propiciar el desarrollo en términos humanísticos, a la reflexión y comprensión de la existencia, y al mejor conocimiento por cada persona de sí como individuo o conciencia (para todo lo cual aforismos, criterios, definiciones, dichos, conceptualizaciones y lemas en suma, son lentes ideales de entendimiento, indagación, deliberación y crecimiento); y, otros cursos, a la potenciación del poder creador y las capacidades creativas de cada persona, al aprendizaje y la práctica de habilidades manuales o de creación intelectual o artística como factores enriquecedores, y como vías, al estimular la imaginación y las interconexiones necesarias a su ejercicio, para influir en el mayor y mejor surgimiento de innovaciones. En búsqueda de contribuir, desde las acciones de lo laboral y tanto desde una lucidez integradora: al equilibrio, la motivación, el enriquecimiento, la energía y bienestar humanos, porque la institución o la empresa es, en decisiva medida, prioritariamente, quienes la integran y su calidad de vida.

Se ha ido, se ha llegado más allá.

Por citar un ejemplo: no hace tanto una compañía radicada en España invitó a sus ejecutivos, con todos los gastos pagados, a desplazarse durante un fin de semana de una capital a otra, acompañados por sus parejas, justo para asistir a un curso sobre la relación de pareja y su optimización.

Y es que la esfera laboral como entidad toma cada vez más en cuenta que para hombres y mujeres, para mujeres y hombres, su relación amorosa, su vida íntima con otra persona, su construcción de algo tan

complejo como una pareja, es tan fundamental, es tan decisivo hacia y en todo lo que hacen, que es muy aconsejable para las instituciones, las empresas y otras que la existencia afectiva de sus directivos, de sus ejecutivos, de su personal todo, incluido el de base, sea estable, cálida, confortante, amorosa y amistosa en su conjunto, y con los menos conflictos posibles. Y entonces, por cierto, he aquí una de las razones por las que este libro presta tanta atención a la comunicación y la oralidad, al amor de la pareja, la amistad...

Por otra parte, el vertiginoso ritmo actual de la vida, las honduras y complicaciones de las relaciones y la comunicación en el marco de lo laboral, las necesidades, imprevistos y urgencias de la productividad, de las negociaciones y las colaboraciones; y, en lo individual, del deseable mantenerse en la esfera, el cargo o puesto de trabajo; o del más deseable ascender; hacen difícil que, el directivo, el ejecutivo, y, en general, que casi todos los que trabajan, tengan tiempo para los detalles amorosos; tengan tiempo, todo el aconsejable, para no cometer olvidos, para no faltar a encuentros; tengan tiempo, todo el suficiente, para dedicar a su pareja, familia, amigos, relaciones en y con el entorno, dentro de sus no tiempos para reflexionar en profundidad. Y es que los tiempos personales terminan por verse afectados por la pasión en lo laboral, ejecutiva o no, por el compromiso en cuanto al trabajo, por la decisión de hacer horas extras para cumplir, para realizar más y mejor, para enfrentar las dificultades a consecuencia de la crisis económica cuando existe y afecta significativamente, o para ser de mayor utilidad social.

Reiterando la pregunta:

¿Por qué a veces no somos capaces de una acción tan posible como una sorpresa de carácter humano; de un detalle, un gesto, una palabra?

Y añadiendo una nueva indagación:

De igual manera que ¿por qué si somos inteligentes no somos capaces de ver y de realizar esa solución lúcida que está allí al alcance, a la mano, para resolver ese problema surgido en nuestras relaciones afectivas, o ese problema laboral que, justo, tanto nos ha tomado por sorpresa?

Es posible responder:

Porque la inteligencia, por elevado que sea su cociente, puede ser mucho o puede ser poco. Y porque lo cierto es que se hace imprescindible que cada individualidad sepa estar más lúcida en y para lo esencial. Las auténticas transformaciones, la felicidad y el éxito **–**y lo comprenderemos como uno de los resultados más preciados**–,** provienen de la lucidez.

Este pretende ser un libro de la lucidez.

Los aforismos son de la lucidez o no son.

La lucidez supera a la inteligencia

De país en país cuando hablo de la lucidez todos se asombran. Sí, en cada uno de los países de tres continentes donde, a lo largo de mis cursos de comunicación y de oralidad, he hablado de la lucidez, todos los participantes, de uno u de otro modo, se han asombrado.

Y lo curioso es que este asombro se ha producido, y se produce, en sectores sociales muy distintos, y a cualquier nivel económico, nivel educacional y nivel cultural.

Ante el tema de la lucidez se asombran, y, lo que es más, se inquietan: profesores y catedráticos universitarios y empresarios; altos dirigentes de diversas esferas y expertos en cooperación internacional; ingenieros informáticos y artistas de las más diversas ramas; psicólogos y filólogos; médicos y economistas; estudiantes de ciencias y tecnología y doctores en humanidades; periodistas y antropólogos; sociólogos e historiadores; directivos de organismos y ejecutivos de finanzas a escala mundial; muchos de ellos de gran prestigio.

Lo primero que ocurre en esos encuentros es que cuando señalo a la lucidez como un valor, y pido una definición de la lucidez a los participantes, el salón se llena de silencio.

¿Dónde está la trampa?, piensan de inmediato sobresaltados. Y el error grave no es el que alguien puede cometer si se arriesga a participar, a opinar, a comunicarse.

La lucidez evidencia que el auténtico error es no arriesgarse a interaccionar.

El silencio tiene en ese instante el mismo peso en América que en Europa o África; se deja sentir muy similar en Madrid y Barcelona y Bilbao y Cádiz y Buenos Aires y San José; en El Cairo y México D. F. y Montevideo; en Ginebra y Oporto; en Helsinki y Tallin; porque frente a un pedido de definición de la lucidez todos sienten que no pueden definirla de inmediato.

Cuando, pasado un tiempo de silencio, y con participantes que van de los veinticinco a los quinientos o más, explico que la calidad de un proceso de comunicación y de oralidad depende de las dos partes interlocutoras y, por tanto; de las intervenciones y respuestas de los participantes; cuando insisto en que arries-

garse es lo que corresponde porque lo grave no es errar sino no interaccionar; si logro por fin obtener una insegura respuesta, quien responde e intenta definir a la lucidez casi siempre la identifica del todo con la inteligencia. Y, de haber una trampa, ésa es.

Porque la lucidez es distinta a la inteligencia, y la supera.

Remarco: La lucidez permite comprender que la calidad de un proceso de comunicación depende tanto de quien está hablando como de la actitud positiva de quien escucha y puede tomar la palabra.

De encuentro en encuentro pues he ido compartiendo numerosos de los pensamientos que ahora reúno en este libro.

Las numerosas definiciones que he escrito y muchas otras de mis afirmaciones conceptuales de distintos moldes, me han acompañado a lo largo de los años, una y otra vez, cuando intento explicarme, y explicar, en conferencias, sesiones docentes, clases magistrales y espectáculos, entrevistas con la prensa y conversaciones, mi visión del mundo.

Una definición como: *El amor es canción para estar vivos, desprendida ternura, rompeolas…* me ha servido y sé que ha servido a otros: como prisma para el amor, o para entenderlo con mayor profundidad, o para defenderlo ante el desamor y la incomunicación, ante la desconfianza y la desesperanza.

Desde siempre los seres humanos hemos requerido definirlo todo, incluso aquello tan difícilmente definible como el amor, o como estas otras realidades y misterios: la soledad, la memoria, el miedo, la mentira… Así como lo más definible, y tan necesariamente definible, como la comunicación, la oralidad… entre más.

Los seres humanos requerimos no únicamente definir, requerimos normar. Las definiciones, normas y otras afirmaciones conceptuales nos permiten entender, como totalidad, el mundo que nos rodea y a sus componentes. Nos dan seguridad, nos inscriben en la realidad y nos acercan a la verdad. Nos permiten relacionar y reflexionar, conocer y conocernos, crear.

Las definiciones poéticas, por su elevado nivel de significaciones, sugerencias, extrapolaciones, amplían considerablemente la comprensión y sus análisis, y sus sentimientos, sensaciones, resonancias.

En mis pensamientos y criterios, mucho de los acentos están en la complejidad de los sentimientos y de los razonamientos, y en las imprescindibles proporciones entre unos y otros que permiten equilibrios para una mayor calidad de vida, así como para una mayor calidad en las relaciones y, tanto, en la relación amorosa de cada pareja; todo en búsqueda de genuina condición humana, congruencia, consistencia y permanencia.

Los aforismos de este libro, estas valoraciones, definiciones, antidefiniciones y otras y disímiles afirmaciones, son una apuesta por la vida, por la hondura múltiple e infinita del amor y del amor de pareja, por la capacidad de la razón para mejorar nuestro universo y el de aquellas y aquellos con quienes lo compartimos.

La lucidez es el talismán

Aforismos, criterios, definiciones, dichos, conceptualizaciones y lemas en suma, son tanto resultados de la lucidez, como lentes valiosos, determinantes y nuevos cauces.

La lucidez es el más portentoso de los talismanes posibles.

No un talismán cualquiera.

La lucidez es un talismán que alcanzado adentro por cada uno de nosotros, y, accionado afuera, nunca falla.

Porque la lucidez es el billete premiado que, con toda seguridad, elegimos.

No es la lucidez un, supuestamente, sobrenatural amuleto.

No es un poder externo sino un estado interno.

No es la lucidez, el talismán de poderío imprede-cible que encontramos por azar o que recibimos de unas manos, supuestamente, tocadas por la gracia.

Tampoco la lucidez es el billete premiado que siempre pertenece a otro, que siempre se agita en otra mano. La lucidez es nuestro billete. Nuestro bille-te de riqueza. Y, a la par, un billete de viaje: el de la decisiones acertadas, las acciones acertadas, la felici-dad. El billete para el viaje de la calidad de vida. Y para el éxito personal, profesional, social.

¿Cómo definir la lucidez?

Una respuesta posible para comenzar a definir la lucidez sería:

La lucidez es ese estado donde todo lo inauténtico se nos descubre.

Es la lucidez ese estado de clarividencia donde descubrimos todo lo falso, incongruente, inconsistente o desacertado.

La lucidez, en suma, es un estado de sabiduría.

Un estado no permanente que siempre debe ser

alcanzado una y otra vez.

Cuidado, la lucidez es aún más.

Y está la lucidez en el interior de la conciencia, de cada conciencia, y al alcance de muchos. Y de quien lee estas páginas. Seguro quien lee ya ha estado lúcido o lúcida. Seguro ya ha accionado con lucidez. Muchas veces. Aunque tal vez no todas las veces posibles. Tal vez no ha accionado con lucidez en todas las ocasiones necesarias para la calidad de vida, la felicidad, y la eficacia y el ascenso profesional. Para de verdad comprender.

Es esencial la comprensión de que, de inicio, la lucidez significa autenticidad, intuición, clarividencia, sabiduría. El recorrido que garantiza alcanzar la lucidez corresponde a la reflexión, la objetividad, el análisis, entre tanto de la experiencia y de lo positivo.

Prácticamente todos podemos ser capaces de estar lúcidos y de accionar con lucidez. Pero muchas veces, confiados en nuestra inteligencia, no nos proponemos como objetivo la lucidez. Como meta y, a la par, pista de inédito despegue.

La lucidez es ser y estar sin máscara

La lucidez indica que los túneles pueden ser solo la parte más oscura del paisaje.

En la página anterior he escrito: “Seguro ya ha accionado con lucidez.” Y lo he hecho, utilizando el término “accionado”, y no así utilizando “actuado”, con toda intención. Por supuesto que no con la intención de ser rebuscado, o artificioso, o de ser un poco más original o menos coloquial. Ni siquiera lo he hecho por algo así como defender la pureza del lenguaje. He

escrito “accionado” como un acto de lucidez. Y es que “accionar” y “actuar” en verdad no son, no deben considerarse, sinónimos.

“Actuar” es un término muy específico. Su definición es y debiera hacerse desde el ámbito al que pertenece, el de la caracterización teatral. El referente del teatro y, en especial hoy en día, del cine y de la televisión, entre otros, es un referente muy fuerte en nuestras sociedades. En esos espacios y medios se crean personajes, se actúa. Y todos solemos tener muy presente lo que es una actuación en un escenario. Por tanto si hubiera escrito: “Seguro ya has actuado con lucidez”, ¿cómo se sabría lo que yo estaba en realidad señalando o intentando señalar? ¿Sería mi intención, en el caso de que hubiera utilizado el verbo “actuar”, la de sugerir que para ser lúcido hay que crear un personaje o máscara?

Cuando de un político se dice que ha “actuado”… ¿Qué se dice? ¿Qué ha accionado? ¿O que no ha sido él sino un personaje que él se ha montado el que ha hecho o dicho eso o aquello?

¿Hay que actuar en la vida? Definitivamente no.

Lo que hay que hacer desde la lucidez es accionar y no actuar. Ser quien se es –siempre en el intento de ser mejor– sin ocultarse detrás de una máscara.

Escribí “accionado” justo como un acto de lucidez, y para que no hubiera dudas.

Porque es uno, la individualidad que cada cual es, quien en un instante determinado está lúcido, y, por tanto, pudiera decirse por extensión que, en ese momento, sólo en ese momento, “es” lúcido, cuando en verdad nunca se es: se está lúcido o lúcida.

No, el lúcido no es un personaje que uno caracteriza teatralmente. Y detrás del que uno se esconde. La

lucidez no es una máscara. Nunca es una farsa. No admite caracterizaciones y por tanto uno no “actúa” lúcidamente. Uno no se vuelve otro para ser lúcido. Uno tiene que ser uno mismo en pos del mejoramiento, y estar en el perfeccionamiento como uno mismo para accionar con lucidez.

La inteligencia no es la lucidez. La inteligencia es algo de lo que se está más o menos dotado. Y, por el contrario, la lucidez se consigue o no a cada paso, cada vez que se trata de algo significativo.

La lucidez involucra a la inteligencia. Pero estar lúcido es más que ser inteligente.

La lucidez debiera estar presente ante y en cada decisión y acción.

Debiera la lucidez constituir un propósito, un reto, una meta, una conquista personal, y un nuevo inicio.

La lucidez es más total que la inteligencia

Hay que tener oído para la música de las palabras. Para su música interior.

Y hablar con exactitud.

Emplear las palabras con lucidez.

Respetar las palabras.

Cumplir con la palabra dada.

Cualquier diccionario dice aproximadamente para definir la inteligencia:

“Entendimiento, potencia intelectiva,
facultad y acción de entender”.

Y cualquier diccionario dice aproximadamente pa-

ra definir la lucidez:

> “Claridad en el razonamiento,
> en el lenguaje, en la acción.
> Calidad de lúcido o lúcida.”

Yo añadiría en cuanto a la lucidez:

> Alcanzar el razonar y sentir,
> pensar, decidir y accionar
> desde lo más alto de la escala humana
> con gran brillantez.

Tomamos poco en cuenta la definición exacta de las palabras, y las utilizamos casi de cualquier manera y con despreocupación, no obstante que el conocimiento exacto del significado de las palabras nos enriquece y, sobre todo, nos permite ser precisos y esperar precisión.

Precisión que, en las relaciones humanas, y en nuestras sociedades de escritura y medios audiovisuales e interactivos, tan complejas y cada vez menos orales, se vuelve cada día más aconsejable y útil, porque ser precisos y esperar precisión facilita el comprender y ser comprendidos, que es más, como concepto de lo comunicacional, que entender y ser entendidos (por aquello tan lúcido de la psicología francesa de que “la auténtica comunicación es comprender y ser comprendido”, y yo añado primero ‘comprenderse’, y no solamente el proceso entre interlocutores de interaccionar).

La lucidez es un estado y una conducta a elegir. Aunque lo acumulado como intuición, valores, saber, vivencias, experiencias, recursos, entre otras sumas

de nuestro paisaje interior, nos puede conducir por excepción a accionar con lucidez de modo instintivo.

Pasar cada vez más de lo intuitivo a lo consciente en el terreno de la lucidez será nuestro talismán: una ganancia deseable.

Ahondando más sobre lucidez e inteligencia

La lucidez es una dimensión, posible al ser humano, más total que su inteligencia.

Pero allí donde pudiera asumirse la inteligencia como una característica permanente en uno u otro grado en cada individuo; por el contrario la lucidez es, en cada individuo y cada vez, fugaz.

Y es que la lucidez, en tanto que no se tiene como si se tiene la inteligencia, puede estar presente en el individuo y sus acciones o no.

Reparar en que el diccionario habla de “claridad”, de “calidad”, y no habla de “cualidad” o de “condición de lúcido” al definir la lucidez.

Se puede haber alcanzado la lucidez o no al analizar, tomar una decisión y ponerla en práctica (toma de conciencia, de decisión y lo decisivo: accionar).

Y si algo hacemos continuamente es tomar decisiones, las más diversas e incidentes decisiones en nuestra vida y su desarrollo. En nuestro trabajo y para el desempeño de nuestras responsabilidades. Y decisiones tomadas a veces en tres segundos cambian de manera significativa en positivo o en negativo nuestra existencia, nuestro presente y futuro social, profesional; y transforman, positiva o negativamente, presente y futuro de quienes dependen en forma directa de cada uno de nosotros.

Y, lo que es más, decisiones tomadas en un tiempo tan breve, tan fugaz como tres segundos, transforman, positiva o negativamente, presente y futuro de aquellos que amamos y a los que deseamos proteger y hacer felices.

Es claro entonces que tres segundos de lucidez pueden ser, y son, con frecuencia, imprescindibles, determinantes, vitales.

Para esos tres segundos determinantes, el haber interiorizado aforismos, criterios, definiciones, dichos, conceptualizaciones como condensaciones de la experiencia y del saber, pueden ser vitales.

Ya he afirmado que se puede ser inteligente y no estar lúcido. Y escribo “estar” porque así como la inteligencia que tenemos es parte de lo que intrínsecamente somos y puede comprenderse que, al ser, de hecho está; la lucidez –y no desisto de reiterarlo– no.

Creerse que se es lúcido, constituye un riesgo que puede tener consecuencias negativas. Que puede hacernos acumular fracasos y frustraciones, e impedirnos la decisión de estar lúcidos: de crear dentro de nosotros un estado de lucidez para accionar en consecuencia y con garantías de éxito.

De donde si no es fundamental a cada paso ser conscientes de nuestra inteligencia; sí es fundamental ser conscientes, en cada ocasión relevante, de que necesitamos estar lúcidos.

Y, si aceptamos que la lucidez no es la inteligencia, no obstante el mayor o menor temor o inseguridad que de inicio esta aceptación nos cause…

Si aceptamos que la lucidez no nos pertenece y no forma parte constante de cada uno…

Si lo aceptamos, necesitamos sin excusas definir qué es la lucidez y cómo se consigue. Necesitamos

tener un concepto diáfano de la lucidez, comprender su esencia, evaluar su extraordinaria importancia.

Necesitamos no confiarnos en nuestra inteligencia, ésa que nos ha permitido vivir, estudiar, graduarnos en una carrera universitaria, entender y trabajar, ejecutar o dirigir. Necesitamos tener absolutamente presente a la lucidez. Necesitamos estar lúcidos. Dar forma al estado de lucidez. Necesitamos tener consciente, y no ausente, el peso decisivo de la lucidez para la felicidad y el éxito en todas nuestras relaciones, en nuestra comunicación, en nuestros intercambios, en nuestras negociaciones, en nuestros acuerdos, en nuestros actos.

Nuestra lucidez protege a los que amamos. Nos beneficia y beneficia a quienes deseamos ver felices.

Tres segundos de lucidez pueden permitirnos un éxito que transforme nuestra vida, o que se extienda beneficiosamente a lo largo de nuestra existencia.

La lucidez es sentimiento y sensibilidad

Entre lo primero que se necesita para estar en condiciones de accionar con lucidez están el sentimiento y la sensibilidad. Desde los tiempos más antiguos, la sabiduría de las narraciones, que es la sabiduría de los pueblos, considera casi por igual al sentimiento y a la sensibilidad, y los asume no sólo como sumas sino como necesidades humanas.

Sentir y sensibilizarse diáfana y hondamente son, además de sumas y necesidades, condiciones ineludibles si se desea calidad de vida y salud, felicidad y éxito; si se piensa en términos de continuo desarrollo y avances humanos.

Nuestras sociedades cada vez más están generalizadamente de acuerdo, coinciden, en la necesidad de sentir. Y, coinciden, en la urgencia de expresar y comunicar los sentimientos.

La lucidez no es posible sin sentimiento y sensibilidad. Sin la arriesgada y diáfana expresión y comunicación tanto del sentimiento como de la sensibilidad. Sentimientos y sensibilidad enmarcados por la fortaleza interior y la firmeza de carácter.

Pero la comprensión del legado que representa ser sensible, de la necesidad de ser sensible, y de que no hay calidad de vida ni felicidad ni éxito verdadero sin sensibilidad, no goza en nuestras sociedades contemporáneas de la misma comprensión, difusión, puesta en práctica.

No olvidarlo: La sensibilidad propicia la lucidez.

La lucidez es imaginación y creación

Entre lo primero que se necesita para estar en condiciones de accionar con lucidez está la imaginación. Y es que… La imaginación es camino de futuro.

Lo ha sido desde siempre, desde que los humanos somos humanos. La imaginación, al narrar acerca de las botas de siete leguas de Pulgarcito, preanunció la creación del automóvil.

Pero antes que su capacidad de anticipación, la imaginación tiene otros valores.

Y es que imaginar es relacionar.

Se imagina desde el paisaje interior de cada cual.

Y para imaginar se relacionan vivencias y conocimientos muy diferentes, por lo que imaginar y relacionar son cualidades altamente vinculadas al poder creador.

¿Qué están haciendo en este instante los descubridores del futuro en el campo de la medicina o de la cosmonáutica o de la informática o del arte o la antropología o la economía? Están imaginando y aprendiendo. E intentando estar lúcidos en la mayor cantidad de ocasiones.

Imaginación, reinvención, invención, innovación, creación, son necesarias al talismán que es la lucidez.

Imaginar en muchas ocasiones es un aviso del futuro y un testimonio de las necesidades del presente a solucionar.

Y en efecto: Imaginar es un camino para construir el futuro y para anticiparlo. Imaginar es construir vínculos, interconectar, revelar, construir y, en mucho, es fundar. Relacionar hace factible la creación hecha por el talento, la habilidad del innovador, la destreza del conocedor, la eficacia del ejecutivo, las sugerencias y las decisiones del directivo.

La lucidez no admite el inmovilismo.

Y poco hay tan movible en el universo, poco existe de movimiento tan veloz, como la imaginación.

Nos han hecho creer que la imaginación está circunscripta al terreno de lo literario y artístico, cuando la imaginación tiene que ver con todo y con su más dinámico desarrollo, ascenso, resultados. Nos han hecho avergonzarnos de ser imaginativos. De nuestro imaginario. Nos han llevado a despreciar a la imaginación. Cuando desde siempre son los imaginativos los que producen la materia prima para moldear el futuro y para inaugurarlo con originalidad. Son los imaginativos los que más pronto resuelven los problemas y superan las dificultades.

Imaginación y lucidez aportan seguridad, y son excelentes instrumentos defensivos con los cuales nadie

es pequeño o débil o está indefenso o sin soluciones.

La lucidez no admite el inmovilismo, ni los esquematismos, ni las cuadraturas. La lucidez es del reino del movimiento, de la transformación, de la innovación y de la flexibilidad.

La lucidez es un estado
que elige comunicarse
y estar muy informado

La lucidez es ese estado donde no basta estar en relación con los otros, sino en que uno pretende comunicarse. Estar en relación puede llegar a incluir la interacción entre dos o más humanos, pero la comunicación, que tal como se afirma siempre es humana, y que no debe confundirse con las “técnicas", debe significar y ser más que relacionarse, más que un simple interaccionar sin calidad.

Ya otros teóricos han dicho que la comunicación es una esfera elevada de relación que da forma al comprender y ser comprendido.

Y han insistido en que comunicar, comunicarse, no significa estar necesariamente de acuerdo con los otros, ni forzosamente llegar a acuerdos.

Añado que, comunicarse, comprender y ser comprendido, sólo es posible desde la lucidez.

Aforismos, criterios, definiciones, dichos, conceptualizaciones son instrumentos para la comunicación.

Estoy convencido de que comunicarse desde la lucidez significa elección, honestidad, crecimiento mutuo, intercambio óptimo desde la potenciación de las coincidencias. Comunicarse es resultado de haber dado y recibido, y de, al recibir, haber comprendido y admitido.

Así como la lucidez, entre relación y comunicación elige comunicarse, la comunicación en términos de comprenderse, comprender y ser comprendido, de influir y ser influido, elige la lucidez.

Y es que la comunicación no existe sin la lucidez.

En mucho, comunicarse es el resultado de admitir desde nuestro irrepetible paisaje interior que los otros, con igual derecho desde sus irrepetibles paisajes interiores, pueden tener criterios, intereses, modos y acciones diferentes a los nuestros y también, en muy diversas ocasiones, tener la razón.

Esta comprensión tolerante, que no transigente con lo negativo o inconveniente o desacertado, no implica que no expongamos nuestra manera de ver y entender y, hasta de anhelar, el mundo; ni significa que no la construyamos.

Hablo de lucidez, de convivencia, de tolerancia, de admisión de las diferencias, de propósito de colaboración. No hablo de necesariamente estar de acuerdo o de ser de la misma opinión.

Hablo de dar prioridad a las concordancias desde la aceptación de las diferencias.

Si el nivel educacional puede ser muy determinante para la lucidez y la comunicación; la cultura y la información son importantes a ese deseable estar lúcido y comunicativo, porque el nivel cultural de un ser humano y su nivel de información no sólo le aportan en conocimientos, apertura, amplitud, profundidad y horizontes sin límites, sino que le aportan por una parte en cuanto a sensibilidad, y, por otra, en cuanto a capacidad para valorar de manera óptima lo que posee, utilizarlo e intercambiarlo.

El nivel cultural de un ser humano está relacionado con su sentido de la tolerancia y con su capacidad

creadora y de crecimiento, que, por cierto, tanto dependen de la lucidez.

Mayor educación, información, cultura, suele ser igual a mayor sensibilidad, lucidez y comunicación, y a mayor sentido del humor.

Y muy relacionado, el nivel cultural, con algo de gran relevancia: el sentido del humor.

Sin lucidez y sin comunicación no hay calidad de vida y salud.

La lucidez y la comunicación son imprescindibles para el bienestar, la felicidad, el triunfo, el progreso.

Urge continuamente una reflexión lúcida sobre la complejidad y riqueza de la vida. E insistir en que la lucidez necesita de la congruencia, y, de algo que solemos tener menos consciente, necesita siempre de la consistencia.

Definición total de lucidez

He avanzado a lo largo de estas páginas en la intención de definir la lucidez. Decidido, de una vez y por todas, a definir “lucidez” afirmo:

Lucidez:

Estado de conciencia a alcanzar en que existe un equilibrio, en continua adecuación: entre razón y sentimiento, entre sensibilidad y análisis. Un equilibrio entre lo objetivo y lo subjetivo, lo general y lo particular, lo colectivo y lo individual. Un equilibrio entre los propios criterios, motivos, intereses, modos y acciones y el respeto a los derechos de los otros. Un equilibrio que significa una dimensión que es superior a la inte-

ligencia, y que significa: autenticidad, intuición, clarividencia, sabiduría, originalidad e innovación, poder creador. Todo lo que permite estar lúcido o lúcida: pensar, decidir y accionar con claridad y calidad, con imaginación e invención, con seguridad y eficacia, y con éxito. Todo lo que permite, estando lúcido o lúcida: participar, interaccionar, colaborar y comunicar desde una actitud positiva, con sentido del humor y con optimismo, con ingenio, acierto, desarrollo, brillantez. Todo lo que permite, estando lúcido o lúcida: potenciar los valores y derechos humanos, y potenciar la tolerancia y el amor. Todo lo que posibilita respecto a la individualidad que uno es, en cuanto a cada tema, asunto o suceso, en comunicación con cada persona, en cada circunstancia o contexto, y en cada espacio físico: elegir la mejor de las reflexiones posibles, el mejor de los análisis posibles, el mejor de los criterios posibles, la mejor de la decisiones posibles, la mejor de las acciones posibles, y la mejor de las innovaciones posibles.

La lucidez es una potenciación del consciente.

La permanencia de la lucidez está en el resultado exitoso de sus acciones y en la felicidad que aporte. Está en sus resonancias.

La lucidez es el talismán a encontrar cada vez en nuestra conciencia.

El talismán del éxito personal, profesional, social. Con el talismán de la lucidez somos en ese supremo estado más creadores e innovadores, y más emprendedores.

Con el talismán de la lucidez somos más humanos.

En este libro *Contraseñas de sabiduría / Lucidez para transformarnos* hay cuatrocientas entradas
y muchos más aforismos, definiciones y otros,
tanto porque están los de la Introducción
(no todos los cuales después aparecen de nuevo)
como porque las entradas pueden reunir
más de un aforismo,
como por los de las Guías.
Más de 500 afirmaciones.

Doce contraseñas para comprender la comunicación[3]

1.

Si no hay comunicación no hay ser humano.

2.

El idioma de la comunicación es el de la comprensión humana.

3.

La comunicación se materializa en la comprensión mutua.

4.

La comunicación es un laberinto del nosotros.

[3] Varios de estos textos en libros impresos del autor y en otros de sus espacios; los iniciales, escritos en los años noventa, y alguno en el Siglo XXI e inédito. El primero es citado continuamente, desde en diarios y otras publicaciones hasta en Facebook y Twitter, desde en proyectos educativos o de información y difusión hasta en tesis universitarias.

5.

La comunicación tiene como dimensión de excelencia la oralidad.

6.

La comunicación es un puente entre humanos que se asumen como interlocutores.

7.

La comunicación puede ser el puente donde dos se entrecruzan sobre el desfiladero.

8.

La comunicación es una dimensión donde nos reencontramos. Requiere de una gran seguridad en uno mismo.

9.

La comunicación es río de confluencias.

10.

Si uno no se sitúa en las entrañas de la circunstancia, la comunicación no alcanza su plenitud.

11.

De pupila a pupila el poder de la comunicación puede ser tan intenso como el de una resurrección o el de un cataclismo.

12.

La comunicación es una acción de interacción, no un estandarte.

Trece contraseñas para comprender la oralidad y una salida para el laberinto de la incomunicación[4]

1.

La oralidad es una imagen hablada que establece un proceso de comunicación con uno o más interlocutores presentes físicamente en el mismo aquí y en el mismo ahora. La oralidad no es el simple hablar expresivo en voz alta. Oralidad es comunicación. Es la comunicación por excelencia.

2.

La oralidad es con el otro, no para el otro.
La oralidad no es nunca de una sola persona.
La oralidad es en plural.

3.

La oralidad es la suma de la vida.

[4] En libros impresos del autor (*Oralidad es comunicación, Cómo aprender a contar… La pasión de contarlo todo*) y en otros de sus espacios, solo algunos de estos textos no impresos y publicados en su página web; varios de los años ochenta, otros de los noventa y del Siglo XXI; algunas afirmaciones, inéditas. Varios muy citados por el mundo.

4.

La oralidad es una dimensión tangible de la comprensión.

5.

La oralidad debe estar sustentada en las convicciones de los interlocutores.
La oralidad es una forma de la identidad y una forma de la lealtad.

6.

La oralidad es el camino natural a la lectura

7.

La oralidad permite que contar oralmente sea inventar y/o reinventar la palabra, la voz y el gesto de los sueños y de las verdades.

8.

La oralidad es una pista desde donde se despega hacia adentro.
Y se despega hacia el otro.
La oralidad es una lupa hacia dentro de cada interlocutor.

9.

La oralidad es la piedra de toque de la comunicación humana, honra, el honrarla.

10.

Las interacciones en la oralidad están hechas de esa espuma que conforta el corazón y engrandece la razón.

11.

La oralidad permite que contar oralmente sea complicidad y comunión. Contar oralmente es compartir la confianza. La oralidad más completa comparte lo que somos. La oralidad es el cauce de lo humano vivencial.

12.

La oralidad como cuento oral y más no es únicamente una historia, es una circunstancia.

(Salida del laberinto)

La oralidad es la clave del futuro. A partir de su surgimiento la oralidad es de todos los tiempos. Es la oralidad, en sí y como formación y primero que la enseñanza oficial, la clave para forjar un mundo mejor de ética y justicia con todas y todos. La oralidad nos hizo los humanos que somos, es comunicación entre interlocutores. La oralidad es hoy, como ha sido desde siempre y será para siempre, nuestro principal y más poderoso medio de comunicación. La oralidad es la llave que definirá la calidad venidera de la condición humana y que medirá la excelencia de los humanos en los tiempos por venir. La oralidad es la salida del laberinto.

Cuatro contraseñas de la imaginación y cuatro advertencias[5]

1.

La imaginación es una cebra que galopa por la pradera de sus infinitos.

2.

La imaginación hace real lo que inventa.

3.

Es real lo que la imaginación reinventa.

4.

La imaginación es un camino de futuro tanto como es un camino del futuro.

[5] El primero inédito. Los textos del 2 al 4 en libros impresos del autor y en otros de sus espacios. Las “Advertencias”: inéditas. Todos del Siglo XXI, excepto el cuarto que es de los años ochenta.

(Advertencias)

Los poderes creadores son ante todo los poderes de la razón tras ser propulsados por la imaginación y su relacionar.

Lo que uno crea es la suma del aire que es siempre una entidad colectiva.

La sociedad debe priorizar la formación ética de un individuo imaginativo con conciencia creadora individual y colectiva.

La construcción de los sueños comienza en los territorios del imaginarlos.

Treinta definiciones y dos talismanes como contraseñas para comprender el amor[6]

1.

El amor es siempre inédito.

2.

El amor es carrera de dos, esplendor que se comparte o muere.

3.

El amor es canción para estar vivos, desprendida ternura, rompeolas.

[6] En libros impresos y digitales del autor y en otros de sus espacios, posiblemente F. G. C. es el autor que más ha definido el amor, la soledad… Definiciones citadas numerosas veces, seleccionadas, reproducidas…Solo en su libro *A mí no habrá vida o muerte que me separe de ti* (COMOARTES, España), y bajo el título de *El amor es la eternidad que nos completa,* las definiciones del amor suman sesenta más una modular. Escritas a partir de los años setenta...

4.

El amor es pródigo como la luz, humilde como la luz, como la luz implacable.

5.

El amor es bandera de triunfo, humildes somos un hilo de su tela, confiados somos sus tejedores.

6.

El amor es una bala de plata.

7.

El amor es un mapa de horizontes.

8.

El amor es de los dioses humanos.

9.

El amor es una manzana que contiene el paraíso.

10.

El amor es arquero de la ternura.

11.

El amor es gaviota del nosotros.

12.

El amor es una botella invisible en la que navega un velero.

13.

El amor es flauta para el asombro.

14.

El amor es trapecio de la esperanza.

15.

El amor es la eternidad que nos completa.

16.

El amor es agua iluminada.

17.

El amor es tan sólido como sus compromisos.

18.

El amor es un rompecabezas que sólo arma y desarma el amor.

19.

El amor es la única posibilidad de alguna plenitud.

20.

El amor es un cruce de equilibristas.

21.

El amor es un galope del corazón y la lucidez.

22.

El amor es de igual a igual.

23.

El amor es una humedad estremecida de sol.

24.

El amor es respuesta que fecunda.

25.

El amor es un escudo contra la mezquindad.

26.

El amor es refugio, no escalón; es bandera, no monumento; es umbral, no patio trasero; es viento, no fantasma.

27.

El amor es una escalera sin último peldaño.

28.

El amor es más definitivo que la muerte porque es la única bengala que no se extingue.

29.

El amor es toda la vida, o la mitad o más de la vida, todo fulgor lo acompaña.

30.

El amor es todopoderoso, no aúlla como lobo al paso de la luna.

(Talismanes)

El amor coloca a la soledad frente a la línea de fuego.

El eco de la eternidad es el amor.

Dos contraseñas de la libertad[7]

1.

La libertad es poder elegir entre una marea de posibilidades.

2.

La libertad de la libertad más que una utopía es una ingenuidad o una falsedad o un despropósito. La libertad no es libre. La única libertad es la de elegir. La libertad debe quedar comprometida con lo que en conciencia elige, tal como principio de la lealtad.

[7] Texto inéditos. Del Siglo XXI.

Contraseña
contra la corrupción[8]

La corrupción solo se neutralizará cuando la sociedad instrumentalice desde la primera infancia la formación de una conciencia ética. El principal canal para esa formación es y deberá ser la oralidad.

[8] Texto inédito. Del Siglo XXI.

Contraseña
contra la incapacidad humana para construir un futuro mejor[9]

La incapacidad humana circunstancial, por el aún insuficiente desarrollo de la especie tanto personal como social, para hacer realidad una idea justa, para construirla en el presente como una dimensión que signifique avance de la condición humana, mejoramiento humano, no puede cuestionar la idea en sí sino su posibilidad circunstancial de materialización positiva. La permanencia en cada quien de una idea justa, cuya construcción ha fracasado en el aquí y en el ahora, no convierte en utópico a quien continúa creyendo en su justeza, no convierte en quimérico al leal. Su estado es de lucidez. Una lucidez sustentada por la razón, la congruencia y la, tan imprescindible para triunfar, consistencia.

[9] Texto inédito. Del Siglo XXI.

Siete contraseñas para ser leal[10]

1.

La materia de la lealtad es el amor.

2.

La lealtad y la ética donde mejor se aprenden y aprehenden es en la infancia, que es el territorio abierto a los descubrimientos de largo recorrido y el mapa desplegado para las inscripciones permanentes.

3.

El ser humano merece crear aquello a lo que es capaz de ser leal.

4.

La lealtad no depende de las circunstancias porque es de la permanencia de los principios.

[10] La mayoría inéditos y del Siglo XXI. El texto 7 es de comienzos de los años noventa.

5.

La integridad es una sustancia de los leales.

6.

El ser humano nunca se excede en su lealtad.

7.

El ser humano que pierde la lealtad pierde la vida.

Tres contraseñas de la dignidad[11]

1.

La dignidad es la unión de principios y convicciones, de decisiones y acciones. La dignidad no es el estandarte sino el mástil.

2.

Sin dignidad no solo se es indigno, se es miserable.

3.

La dignidad tiene que ser un hueso de acero: no apto para roer.

[11] El primer texto y el tercero en espacios de F. G. C. en la Red; el segundo: inédito. Del Siglo XXI.

Cuatro contraseñas de la sabiduría y la lucidez[12]

1.

No hay sabiduría sin lucidez.

2.

La sabiduría es experiencia que alcanza un alto grado de lucidez y lo trasciende.

3.

La sabiduría es un resultado de sumar estados de lucidez.

4.

La sabiduría comienza en la buena intención.
La buena intención es de la lucidez.

[12] Textos en espacios de F. G. C. en la Red. Todos del Siglo XXI.

Doce antidefiniciones del amor y una certidumbre como contraseñas[13]

1.

El amor no es la tierra, es el polvo casi invisible que la hace redonda.

2.

El amor no es acuerdo, es coincidencia.

3.

El amor no es de clones, es de individualidades que se asumen como pareja.

4.

El amor no es una abstracción, es un proceso y la conciencia de ese proceso.

[13] Las cinco primeras solo han sido difundidas en la Red, incluso una casi seguro es inédita; las siete restantes son una selección de las antidefiniciones con el título de “Lo que el amor no es” incluidas en el libro de F. G. C. *A mí no habrá vida o muerte que me separe de ti* (COMOARTES, España, 2017). Todas, unas de los años noventa y otras del Siglo XXI.

5.

El amor no es competencia entre sentimiento y razón.

6.

El amor no es azar, es elección.

7.

El amor no es un hueco sin contornos.

8.

El amor no es exhibición de canes amaestrados.

9.

El amor no es una colección de amores y desamores.

10.

El amor no es un círculo vicioso.

11.

El amor no es un pez migratorio.

12.

El amor no es la circunstancia, es la permanencia.

(Certidumbre)

El amor no es el gran perdedor.

Dieciséis contraseñas y tres piedras de toque del amar, del amor, del desamor[14]

1.

El tiempo es siempre tiempo de amar.

2.

La capacidad de amar se dimensiona cuando mantiene a raya la capacidad de odiar.

3.

Dudo que algún amor sea pecado, en todo caso, no amar es en sí el Infierno.

4.

El amor convoca el amor.

[14] Textos inéditos salvo dos o tres excepciones. De la segunda década del Siglo XXI, excepto unos pocos de los años noventa.

5.

Cada triunfo del desamor extingue nuestra especie.

6.

Más allá de la propia capacidad de amor uno es el que está o no está en el amar de los otros.

7.

El amor confirma la existencia.

8.

El amor nos hace vulnerables.

9.

La impotencia ante el dolor, la desolación o la amargura de quien se ama es una castración.

10.

El amor pasa el hilo por la aguja o la aguja por el hilo.

11.

El amor rechaza los jeroglíficos.

12.

Entre toda ninguna parte y la proximidad, el territorio del amor. Sólo hay o no hay amor que se siente más allá de prueba alguna.

13.

No existe cascada sin agua, tampoco existe amor sin sublimación. El amor tiene el poder de la sublimación: capaz de descubrir, de ver, de crear belleza en lo amado.

14.

El amor emerge como un trébol de cuatro hojas que no debe ser deshojado.

15.

El amor cimienta la condición humana.

16.

El amor todo lo recuerda diferente.

(Piedras de toque)

El ser humano más poderoso
es aquel que tiene en su conciencia
las palabras del amor.

La identidad del amor tiene su origen
en la comunicación.

Es en el amor donde nos encontramos.

Cinco claves de la amistad y una recomendación[15]

1.

La amistad es tiempo compartido, ideas y sentimientos compartidos, acciones compartidas; es comunicación afectiva, y es el placer inmenso de las extensas conversaciones que unen, en interacción, el universo de los recuerdos, el intercambio de lo vivido, el encuentro de los conocimientos, y el análisis y la valoración conjunta de la actualidad más urgente.

2.

La amistad posee como una de sus causas el ser una forma de sobrevivencia.

3.

La amistad es una dimensión que nos hace trascender como mejores.

[15] Textos inéditos en libros y cuadernos; publicados por F. G. C. en la Red. De la segunda década del Siglo XXI.

4.

La amistad compromete de ese modo en que el agua está comprometida con el manantial.

5.

La amistad no es del ámbito más reducido de la intención amistosa o de las acciones en sintonía bienhechora. La amistad es una dimensión del amor, y, por tanto, es de a dos, implica elección en conciencia, construcción común, compromiso en hondura, permanente reciprocidad para lo perdurable.

(Recomendación)

Entre los encantos de hacer nuevas amistades están las historias desconocidas que nos contarán: asegúrese de tener sus historias a punto.

Veinte definiciones y tres secretos como contraseñas para comprender la soledad[16]

Amor, no hay soledad total.

1.

La soledad es un viaje sin límites a la sed.

2.

La soledad es un insobornable corsario de la memoria.

3.

La soledad es la contraseña para que aparezca el espejo.

[16] En libros impresos y digitales del autor y en otros de sus espacios, definiciones escritas desde 1966 hasta hoy; numerosas: musicalizadas más de una vez, pintadas, expuestas en galerías de arte… Las definiciones de la soledad de F. G. C. suman cincuenta, creadas en países de tres continentes, y pueden leerse reunidas en su libro *A mí no habrá vida o muerte que me separe de ti* (COMOARTES, España, 2017). Si en colecciones como las referidas a la comunicación y a la oralidad, que constituyen acciones e interacciones, las definiciones y pensamientos son congruentes entre sí, en otras colecciones, como en esta referida a la soledad y a otros sentimientos y sensaciones, las reflexiones intentan aportar lentes que muy distintos entre sí las aborden desde disímiles ángulos, criterios… La 1 es de 1966, y es otra de las más citadas y difundidas del autor.

4.

La soledad es un caracol que atraviesa por la garganta.

5.

La soledad es el blanco para el tiro ajeno.

6.

La soledad es un toque de queda.

7.

La soledad es imponerle gaviotas al silencio.

8.

La soledad es el naufragio de todos los puentes.

9.

La soledad es el límite de la recta.

10.

La soledad es una red de anzuelos en el viento.

11.

La soledad es una encrucijada de arenas movedizas.

12.

La soledad es una transparencia del desierto.

13.

La soledad es el graznido del desamparo.

14.

La soledad es un dado de la tristeza.

15.

La soledad es un eco desolado.

16.

La soledad es un cántico de sirenas decapitadas.

17.

La soledad es un paréntesis de la comunicación.

18.

La soledad es la circunferencia de un tiempo sin abrazos.

19.

La soledad es un corazón famélico.

20.

La soledad es un umbral.

(Secretos)

Detrás de cada soledad hay por lo menos una frustración.

La soledad siempre tiene un comprador
que no advierte lo que realmente adquiere.

No invites a la soledad más allá del vestíbulo.

Diez contraseñas para comprender y enfrentar el miedo, y una oscuridad[17]

1.

El miedo es imán de un agujero.

2.

El miedo es resaca de soledades.

3.

El miedo es un cadalso que se reproduce.

4.

El miedo es un cincel del desamor.

5.

El miedo es un intrépido guerrero de la amargura.

[17] Textos inéditos en libros y cuadernos, casi todos han sido incluidos en el volumen de F. G. C. *A mí no habrá vida o muerte que me separe de ti* (COMOARTES, España, 2017). Escritos desde los años noventa.

6.

El miedo es un luchador que requiere ser vencido, una y otra y otra vez.

7.

El miedo es un vencedor que nos hace peligrosos perdedores.

8.

El miedo es un espejismo, el temor es su oasis.[18]

9.

El miedo es una visita de la muerte.

10.

El miedo detiene los latidos, feroz los amordaza para desaparecerlos.[19]

(Oscuridad)

El miedo reproduce interminable su sombra.

[18] Texto totalmente inédito.

[19] Ídem.

Cinco contraseñas y dos avisos para conjurar la mentira[20]

1.

La mentira lo es en su intención.

2.

La mentira es un cepo que apresa la conciencia.

3.

La mentira es una guillotina para el porvenir.

4.

La mentira es un arcoíris de nubes.

5.

La mentira es un barril sin fondo que se reproduce.

[20] Textos 3 y 4 incluidos en el libro de F. G. C. *A mí no habrá vida o muerte que me separe de ti* (COMOARTES, España, 2017); los restantes: inéditos. De los años noventa al Siglo XXI.

(Avisos)

Mentir es un camino adoquinado de erizos.

La verdad no puede convertirse en cazadora de la mentira.

Cuarteto de contraseñas de la memoria, y dos conclusiones[21]

1.

La memoria es punto de partida y de retorno.

2.

La memoria es tamiz del tiempo.

3.

La memoria es una esfera sin eje.

4.

La memoria es un molino de viento en las entrañas de un túnel.

[21] Los cuatro primeros textos, inéditos en libros y cuadernos, incluidos muy recientemente en el volumen de F. G. C. *A mí no habrá vida o muerte que me separe de ti* (COMOARTES, España, 2017). Escritos desde los noventa.

(Conclusiones)

La memoria ejerce su independencia
desde su impredecible capacidad de olvido.[22]

La memoria a veces se trasmuta
en un perro de presa:
hay que enseñarla a obedecer.[23]

[22] Texto totalmente inédito.

[23] Ídem.

Dieciséis dichos como contraseñas[24]

1.

Del amor / 1:

Decir amor como decir aliento.

2.

Del amor / 2:

Amor es amor más de lo que fútbol es fútbol.

3

Del amor / 3:

En el amor como en el fútbol no hay nada dicho.

4.

Del amor / 4:

En el amor hay que jugar siempre dentro del campo.

[24] Textos publicados en algunos libros del autor y sobre todo en sus espacios digitales. Alguno inédito. Del Siglo XXI.

5.

Del amor / 5:

Los goles del amor son para la Historia.

6.

Del amor / 6:

Donde amor alienta deslealtad no alienta.

7.

De la soledad:

Desterrar la soledad para que la soledad no nos destierre.

8.

Del ser y del estar / 1:

Quien está, pero no es, no está.

9.

De la iluminación:

Si se ilumina la sombra hasta la sombra es claridad.

10.

Del ser y del estar / 2:

Si sol dentro, sol fuera.

11.

Nunca amanece para no anochecer.

12.

Del reciclar / 1:

Reciclar es reinaugurar.

13.

Del reciclar / 2:

Quien recicla, reinaugura.

14.

Del reciclar / 3:

Reciclar como respirar.

15.

Del ser humano / 1:

Reinventarse es rehacerse de adentro hacia afuera.

16.

Del ser humano / 2:

El capital humano es la conciencia ética.

Contraseñas
para la creación de epitafios
desde tres autoepitafios[25]

1.

Fue tan leal a la bahía de donde procedía su barco como al puerto en que lo ancló.

2.

Imaginó hasta que desaparecieron los contornos de su sombra.

3.

La creación era su texto.

[25] Como “Epitafios” en el libro de su autor, digital e impreso: *Microficción / Micro-textos: 50 formas literarias* (COMOARTES, 2011, México D. F. y Madrid, y 2014, Madrid, respectivamente. El 3 originalmente como: La creación era su partitura. Del Siglo XXI.

Catorce contraseñas de pimienta para que estornuden los defectos[26]

1.

De la depredación:

Los depredadores no sólo están alertas a la caza de trofeos que no les pertenecen para exhibirlos como propios sino que están a la espera de que los moribundos desprotejan sus hazañas.

2.

De las deformaciones 1:

La negligencia, la superficialidad, la falta de conciencia acerca de la existencia del otro, son para ser juzgadas en sus efectos al margen de si hubo o no intencionalidad manifiesta.

3.

De las deformaciones 2:

La indiferencia es un ataúd sin fondo hacia la nada.

[26] Textos inéditos en libros y cuadernos; varios difundidos en la Red. Del Siglo XXI.

4.

Del desamor:

El perdón de los pecados no incluye perdonar el desamor.

5.

Del egoísmo:

El egoísmo sale de uno hacia los otros hasta por las rendijas de los poros.

6.

De la falsedad 1:

Si alguien resulta encantador todo el tiempo urge desconfiar.

7.

De la falsedad 2:

Sonreír de más es tan negativo como no sonreír: y con razón.

8.

De la ira 1:

La ira es un tren sin rieles descarrilado.

9.

De la soberbia 2:

La ira carece de comprensión, como carece de corazón el volcán.

10.

De la soberbia:

La soberbia tiene entrañas de lodo.

11.

De la visceralidad 1:

La visceralidad es de fosos sin puentes levadizos.

12.

De la visceralidad 2:

La visceralidad, tan poco identificada en sí por los viscerales, es una serpiente: inocula veneno en la calidad de vida.

13.

De la violencia 1:

La violencia clausura la conciencia.

14.

De la violencia 2:

Los ojos cerrados de la violencia son ciegos.

Sesenta y cinco contraseñas y dos recados en no más de diez palabras: *Dichos, proverbios, refranes…*[27]

1.

El destino va por delante como una anguila.

2.

No es el cielo, es la tierra la gran protagonista.

3.

Más trascendente que la tierra, el polvo que la forma.

4.

Un mito proyecta sus significaciones fundacionales y devela.

[27] Textos inéditos en libros y cuadernos; numerosos no editados. Del Siglo XXI.

5.

La diferencia es clave para la individualidad.

6.

Un detalle, de la insignificancia, también puede identificarnos.

7.

La integridad de conciencia depende de la capacidad de justicia.

8.

La comprensión requiere de seguridad propia.

9.

La confianza debe anclarse dentro de uno.

10.

La confianza es un arroz bien cocido.

11.

Hay que soldar la confianza a nuestra creencia.

12.

La confianza como certeza anticipada a cualquier expectativa.

13.

La vulnerabilidad es la indefensión suprema.

14.

No es la lágrima, es su procedencia, es su cualidad.

15.

La tristeza es un espejo que nos desdibuja.

16.

Las cicatrices interiores por más cerradas no van a desaparecer.

17.

La precaución es sentido de responsabilidad.

18.

Vanidad no es la reivindicación de lo que nos corresponde.

19.

La austeridad, como el despojamiento, es una forma de libertad.

20.

La austeridad es otra forma de lealtad.

21.

La austeridad es lealtad a los desposeídos.

22.

Conflicto no puede ser la austeridad sino la carencia.

23.

Uno está consigo cada día, necesita respetarse para soportarlo.

24.

Uno se formará como contemporáneo de uno mismo.

25.

El aire está dentro de uno y puede ser bienhechor.

26.

La felicidad es silvestre: renace como la buena hierba.

27.

Los abrazos son círculos que abarcan la humanidad del mundo.

28.

El mundo tiene mancos que conservan sus dos manos.

29.

Las trampas desgastantes del convivir son territorios de alucinaciones.

30.

El cero es un vocero de la incertidumbre.

31.

El pesimismo es del pabellón de las infecciones.

32.

La melancolía es un océano reclamándonos desde sus concavidades.

33.

Uno siempre tiene dentro algo inédito.

34.

El escritor imaginará a la hoja en blanco su alumbramiento.

35.

La locura permite como la lucidez construir nuevas dimensiones.

36.

Hay sueños tan nítidos que resultan ofensivos para la realidad.

37.

Ideas mueven ideas.

38.

Los juglares comunican sortilegios.

39.

Es más importante el ser humano que la noticia.

40.

Editar libros es alumbrar mundos.

41.

Libertad es poder elegir para comprometernos.

42.

Los mercaderes más peligrosos son los de expectativas.

43.

El deslumbramiento es pasajero allí donde el alumbramiento es definitivo.

44.

Uno primero ama en su conciencia.

45.

La construcción del amor es de conciencia.

46.

La felicidad no es efímera: lo parece en su indefensión.

47.

Lo que no se pierde dentro realmente no se pierde.

48.

Somos el hogar que nos construimos en el interior.

49.

Hogar no es hotel, es refugio de cohabitaciones.

50.

Las paredes no deberían existir sin puertas que abrir.

51.

La envidia posee el solapado hedor de la mezquindad.

52.

La ancianidad es un valor, no un descrédito.

53.

La ancianidad tendría que ostentarse como una condecoración.

54.

La lástima distorsiona la solidaridad.

55.

La solidaridad es capaz de calentar un manto de nieve.

56.

La dignidad no necesita ser salvada: es la salvadora.

57.

Renacer de las cenizas requiere no haber dispersado los rescoldos.

58.

Las sumas no se restan.

59.

Los soles merecen recibir toda la luz.

60.

La rosa nunca es la punzante realidad de sus espinas.

61.

Necesitamos la hoja tanto como el tronco.

62.

Uno no escapa a su suerte: la construye.

63.

Valorar completa a quien valora.

64.

El ser humano contiene su horizonte.

65.

Las cometas deben volar solas.

(Recados)

Hay quien colecciona las espinas de la rosa.

Haz del abrazo el círculo perfecto de la amistad

Setenta y siete contraseñas para todo tipo de cajas de caudales[28]

1.

El afán por convencer y la obsesión por estar de acuerdo olvidan que somos, cada uno, individuos distintos de los otros, y que los auténticos puntos de partida son las coincidencias.

2.

La mirada que descubre no es necesariamente la mirada que funda, y la que funda no es imprescindiblemente la que construye, así el universo del mirar, del hacer.

3.

Si no abrimos los ojos hacia adentro jamás podremos ser objetivos hacia afuera.

[28] Textos inéditos. De la segunda década del Siglo XXI.

4.

Uno debe valorar sus errores observándose en un espejo de aumento y en los espejos que son los otros.

5.

No existe el fracaso sino la clave para descifrar cuánto de lo no logrado corresponde a nuestra propia responsabilidad. Somos responsables ante todo.

6.

La buena voluntad debe tener como aliados el sentido común y la capacidad de análisis, para no resultar tan demencial y dañina como la mala intención.

7.

El rigor no existe sin la formalidad. La formalidad no es el formalismo, corresponde al ámbito de las formas que son fórmulas y no formularios.

8.

Cuando el perro muerde su propia cola completa un círculo de negación, como cuando nos mordemos a nosotros mismos desasidos de la cordura, como cuando mordemos a quien amamos.

9.

Los fantasmas son los ecos de nuestros errores que vueltos pasado se niegan a no continuar presentes y claman.

10.

La conciencia del futuro no puede constituirse en la negación del pasado.

11.

La mirada que descubre no es necesariamente la mirada que funda, y la que funda no es la que construye, así el universo del mirar, del hacer.

12.

La negligencia, la superficialidad, la falta de conciencia acerca de la existencia del otro, son para ser juzgadas en sus efectos al margen de si hubo o no intencionalidad manifiesta.

13.

En efecto, uno no es responsable de sus sentimientos negativos, de lo que es responsable es de de conver-

tirlos o no en instrumentos de autodestrucción y de materializarlos en acciones.

14.

La bondad no debe transparentar debilidad, a riesgo de que los depredadores devoren a dentelladas al bondadoso. La bondad requiere capacidad para auto-afirmarse, y fortaleza.

15.

Si el ser humano no nos conmueve en sus ilusiones y esperanzas, en sus temores y vulnerabilidades, en sus errores y caídas, en sus sobrevivencias y torpezas, no podemos esperar que el mundo en nuestros entornos reaccione conmovido a nuestras presencias e indefensiones.

16.

La firmeza debe ser en consonancia social, en conciencia simultánea de los derechos de uno y de la existencia del otro y de su diferencia.

17.

La disciplina nos entrena para las carreras de fondo de lo infinito.

18.

Es sabio extraer de dentro de uno lo óptimo de la condición humana en el proceso permanente de ser mejor. El saber no es una enciclopedia sino las resonancias interiores y exteriores de la experiencia personal y de sus sumas.

19.

La perfección es de la mitomanía individual o colectiva, de la hipérbole y la magnificación; el perfeccionamiento es de lo humano que, frente al conformismo, la apatía, la inercia, la insolidaridad y la cuota diaria de morir, elige el ser mejor.

20.

La pureza es como la perfección, de la especie más que de lo inaudito de lo imposible, y si ocurre sucederá por el tiempo infinito de un instante.

21.

Tener en cuenta que las decisiones y acciones del presente formarán parte inamovible del pasado y seguirán siendo parte de cada presente que vivamos.

22.

Compartir nuestra desnudez interior es en exclusiva para un momento de la verdad.

23.

La indefensión no es inherente a la mariposa.

24.

Comprender es una proeza que requiere entrenamiento y experiencia. Comprender requiere decidirlo. Comprender requiere ser responsable por uno y con el otro. Comprender requiere adecuaciones. Comprender significa humanidad, respeto, lucidez.

25.

Los distintos modos de comprender deben convocar la tolerancia sin debilitar su propia identidad.

26.

La precaución no se corresponde en absoluto con la cobardía. La precaución suele ser cualidad de quien además de valiente es pensante.

27.

La visceralidad y la irracionalidad juegan en el mismo equipo.

28.

Los pies pueden estar en el mismo cauce aunque el río en su fluir no tenga la misma agua.

29.

Cortar un árbol no es una proeza, la proeza es plantarlo aún inexistente.

30.

Ceniza al viento y alma en las memorias, las tumbas son espacios para el olvido.

31.

El invierno cae como la piedra desde una catapulta; el otoño se desliza como una hoja en danza de reposar.

32.

La punta de la torre no deja de tener conciencia de los cimientos.

33.

Si bien el cielo cubre tanto la tierra como el mar, los humanos habitamos la tierra: la tierra protectora.

34.

El maltrato a un animal es un signo, una advertencia, un testimonio del grado de bestialidad a los que llega y podrá llegar quien maltrata.

35.

La casa no comienza con el techo ni culmina cuando toca el cielo; la casa primero es en sus cimientos, columnas y paredes, en el aire que alienta dentro y fuera, y, sobre todo, es la casa en los resplandores de humanidad que la habitan.

36.

Mientras en humanidad no seamos los humanos ideales la autoridad constituirá un valor, y el autoritarismo devendrá su peor negación.

37.

El autoengaño es un hongo alucinógeno.

38.

La modestia no es una virtud, es una dimensión de la hipocresía, y la falsa modestia, su exaltación.

39.

La autoexigencia tendría que ser constatada antes de que se otorguen elevadas responsabilidades sociales.

40.

La envidia es potencialmente destructiva para quien envidia y para quien es envidiado; si quien envidia no puede evitarlo, enfrentarla y rechazarla deberá ser su proeza personal de lucidez.

41.

Ser bueno por naturaleza es un valor pero no una hazaña; la cuesta arriba es ser intencionadamente bueno por elección.

42.

El amor guía la aspereza de los tímidos por el desfiladero de la ternura.

43.

En la relación amorosa el deseo no debe ser el garabato dibujado por la fiebre.

44.

La pasión puede ser o no un pórtico de la demencia, lo que dependerá de su "por qué", su "para qué", su "cómo".

45.

El paisaje interior de cada quien prevalece sobre el paisaje que mira; vemos dentro de nosotros y debemos verificar que percibimos de modos lo más cercanos posibles a lo real con la mayor objetividad y sin el predominio de nuestros prejuicios.

46.

Los prejuicios son lentes de aumento deformados y, lo que es muy riesgoso, deformantes. Nuestros prejuicios afectan nuestra legitimidad y la validez de nuestras valoraciones.

47.

La capacidad bienhechora existe paralela a la posibilidad de maldad, ignorarlo es inconsciencia o deshonestidad, ingenuidad o irresponsabilidad, negarse a hablar de ello es pasar del temor al miedo, y el miedo es un vencedor que nos hace peligrosos perdedores.

48.

Los anhelos son del territorio vulnerable de la necesidad los sueñe quien los sueñe.

49.

La esperanza es una luz que no debería reposar en un ataúd.

50.

Para que las golondrinas vuelen fuera no se pueden morir dentro.

51.

El ser humano es tan insuficiente que puede rechazar la crítica constructiva sin percibirlo desde un yo que no es el yo que cree ser.

52.

El ejercicio ético de la individualidad es de principios y no de las circunstancias: su trompeta nos convoca enteros.

53.

La ética no es un almohadón sobre el que uno pueda acomodarse.

54.

No lo olvidemos, uno puede transformar su realidad y contribuir a transformar la realidad toda, pero solo el otro en su conciencia y desde su individualidad puede transformar sus percepciones de la realidad.

55.

Se puede utilizar a las personas para el bien y sin manipularlas, lo que no se debe es usarlas y tirarlas.

56.

No se fracasa cuando se obtiene menos de lo que se merece, sino cuando se hace menos de lo que se puede.

57.

Accionar como un ser humano bueno es acceder a la omnipotencia.

58.

Lo sagrado adquiere su mayor dimensión sacra cuando palpita al servicio de la condición humana.

59.

Educar más que instruir es formar, más que enseñar es fecundar.

60.

La tristeza es tan valiosa como la alegría: solo no hay que permitirle, a cualquier coste, el dilatarse.

61.

La fuerza no está en el impacto, ni tampoco en su resultado; la fuerza está en la ética del golpe.

62.

La notoriedad no es el éxito así como el anonimato no es el fracaso.

63.

El dilema no es el ser o no ser considerado como una abstracción, es ser o no ser como una dimensión de: estar o no estar, analizar o no analizar, decidir o no decidir, la acción o la inacción.

64.

La humanidad no será mejor hasta que no respete a los protagonistas de cada etapa de la existencia, hasta que no los respete en su edad.

65.

La incomunicación es un proceso de oxidación.

66.

La discriminación por la edad, por cualquier edad, es inadmisible: representa una de las formas de suicidio de lo social.

67.

Al paso de los años habría que poder afirmar que no se es de otro tiempo, sino de otra calidad.

68.

Aún no determina demasiado la razón: predominan los intereses creados, el no reconocer errores, los egocentrismos y los sociocentrismos de la insolidaridad, la desigualdad, la injusticia, la ambición, la depredación y la soberbia.

69.

El odio al injusto hay que canalizarlo como respuesta social.

70.

Uno termina por comprender que sus ídolos están hechos de fango o de metal, y no de humanidad suprema.

71.

Entre el precio y el valor puede haber una cuerda de equilibrista.

72.

Cualquiera podría dar la vida para salvarnos de un peligro, pero difícilmente lo creeremos si en el día a día somos incapaces de proteger a quienes amamos.

73.

Los testimonios del supuesto querer, sus pertenencias, tendrían que tornarse material de desecho cuando la relación de pareja deja de existir, para uno quedar abierto a la posibilidad de amor como un territorio sin rastros ni fardos.

74.

Los mayas afirmaron "toda sangre llega al lugar de su quietud" refiriéndose a la muerte, a la par hay que creer que la sangre llega al lugar de su quietud cuando adquiere certeza de amar.

75.

El amor de la pareja tiene tantas, inconmensurables definiciones; su esencia es la capacidad individual de amar, la conjunción de dos capacidades decididas a afrontar unidas absolutamente todo lo que lleguen a ser y pueda ocurrirles.

76.

Los sentimientos deben quedar protegidos en la habitación de las experiencias.

77.

Hasta con arena se puede amasar la metáfora de un pan.

Una contraseña del júbilo[29]

El júbilo es un elefante naranja que salta a la cuerda.

[29] Texto inédito. Del Siglo XXI.

Dos contraseñas de la belleza[30]

1.

La belleza es plenitud de la luz. La belleza es en la valoración de cada quien. La existencia de la belleza es la que alguien le otorga como gradación del amor o de lo bienhechor o de la perfección o de la hermosura o de la metáfora. La belleza como dimensión tiene una única magnitud en sí misma, a la par que desde su singularidad son sus dimensionamientos pluralmente multifacéticos, disímiles, fugaces, y aún en su fugacidad cada vez de un valor y de una permanencia infinita.

2.

La belleza es conmovedora en sus imperfecciones que la hacen vulnerable.

[30] Textos inéditos. Del Siglo XXI.

Seis contraseñas de las palabras[31]

1.

Las palabras son no sólo la identidad del mensaje y del mensajero, son su guardián.

2.

Que las palabras sean voces creadoras de eternidad.

3.

Las mejores palabras son eternas. Eternas las palabras transparentan sustancia de humanidad.

4.

Las palabras nunca protegen a quienes las desprecian.

5.

Las palabras respetan a quienes las respetan: y dimensionan su paisaje interior.

[31] Textos inéditos. Del Siglo XXI.

6.

Las palabras son vigilantes y embajadoras de nuestra conciencia, si perdemos palabras perdemos defensas y conductos.

Diez contraseñas de la poesía, del poeta, del poema[32]

1.

La poesía es el aliento vaticinador de la palabra. La poesía es un potro y su galopar. Percibimos el corcel de la poesía e intentamos acompañarlo, su galope resuena en la certeza de que no desistiremos. Algunas veces conseguiremos ser el potro de la poesía, y algunas otras seremos si acaso su vulnerable galope.

2.

La poesía aporta su riqueza de lenguaje frente al empobrecimiento del lenguaje cuando cada vez más predomina la esterilidad al decir.

3.

La poesía de lo auténtico sólo hace ahondar su nido de permanencias.

[32] Textos inéditos en libros y cuadernos; no impresos. Del Siglo XXI.

4.

La poesía: una galaxia tan hermosa como necesaria, nos resuena por dentro y nos expande.

5.

El poeta tendría que ser uno de los dioses de la verdad. Por momentos el poeta tendría que ser el dios por excelencia de la verdad.

6.

El poema es un universo en sí mismo, en sus proyecciones, en sus posibilidades.

7.

El poema es un cosmos cierto y del sentir, simultáneamente indescifrable e infinito.

8.

La poesía es la resonancia de la luz.

9.

El poema es una aurora boreal.

10.

La poesía es ideal para presentarse y ser, presentarse y sentir, presentarse y comprometerse, presentarse y arriesgarse, presentarse y evocar, sugerir, convocar, desvelar, fluir, irradiarse, lo que no excluye razonar y definir poéticamente por vías inéditas, e inapresables como totalidad en su misterio y resonancia.

Nueve preguntas con su propia contraseña[33]

1.

¿Un enigma lo es por su rabiosa imposibilidad de ser comprendido?

2.

¿La desnudez constituirá otra dimensión del pudor?

3.

¿La moda es una presencia de la fugacidad?

4.

¿La orquídea alcanzará la incandescencia?

5.

¿La hazaña de transformarse para comprender transforma la vida?

[33] Textos inéditos. Del Siglo XXI.

6.

¿Un faro lo es porque antes de iluminar se ilumina a sí mismo?

7.

¿Los caminos son de tierra así como la tierra es de polvo?

8.

¿No hay tierra hostil? ¿Hostil el cielo?

9.

¿Una tragedia apocalíptica es siempre social?

Diez contraseñas para retrasar la muerte, una certeza, una conclusión y una meta[34]

1.

Mientras más nos acercamos a la muerte: no hay que hacer menos, hay que hacer más.

2.

No hacer nada es más peligroso que hacer algo. La nada es un acercamiento de la muerte.

3.

Uno al hacer constata que sigue vivo.
El no hacer es una "acción" durante la que la muerte nos toma las medidas.

4.

La muerte es verdad solo para quienes han vivido sobreviviendo.

[34] Textos inéditos en libros y cuadernos; no impresos. Del Siglo XXI.

5.

La muerte tiene la desolación como uno de sus exploradores. La desolación hay que descubrirla, enviarla de vuelta.

6.

Uno no percibe suficientemente que se tiene conciencia de estar vivo pero no conciencia de estar muerto, y que, cuando se halle muerto, estarlo no le será problema alguno.

7.

La muerte de aquellos a quienes amamos no puede ser un ancla sino una marea impulsora.

8.

Mientras más vivos nosotros: más vivos nuestros muertos y más vivificante el aire compartido.

9.

Frente a la muerte vivir es una responsabilidad, vivir es inexcusablemente una responsabilidad.

10.

Uno muere si se le mueren las palabras en la conciencia.

(Certeza)

No hay paz en la muerte.
Hay paz en la vida.

(Conclusión)

Si es verdad que "hay más tiempo que vida"
tenemos que ser capaces de crear
más vida que tiempo.
Hay que crear tiempo dentro del tiempo.
El tiempo es de la vida, no de la muerte.

(Meta)

La muerte,
como culminación de la vida,
hay que merecerla.

Doce contraseñas para convocar la vida y tres confidencias[35]

1.

No se pregunte qué es la vida, pregúntese qué es su vida.

2.

Quien no tiene conciencia de la muerte no tiene completa conciencia de la vida.

3.

La vida en su final es un despropósito, sin esa aceptación no hay serenidad ni regocijo posibles.

4.

La calidad de vida está en la calidad de conciencia.

[35] Textos casi todos totalmente inéditos. Del Siglo XXI.

5.

Tenemos que ser testigos a la vez que protagonistas de nuestras vidas.

6.

La vida es un caracol, podemos elegir cuándo llevar la casa a cuestas, y elegir cuándo quedarnos fuera: del todo desprotegidos.

7.

La vida es una ruleta a la que es imposible dejar de jugar; se puede sí elegir qué jugar, por qué, dónde, cuándo, cuánto y, exigentemente: cómo jugar.

8.

La vida no es una apuesta, es el resultado de nuestras apuestas.

9.

Hay que evitar la silla de ruedas si aún se puede ir con muletas; las muletas si aún se puede ir con bastón; el bastón si aún se puede andar apoyándose en las paredes y los muebles; y evitar apoyarse en lo inanimado cuando uno tiene la suerte de poder apoyarse en otros brazos.

10.

La vida es la primera de las maravillas, las otras siete, y la percepción de todas, su consecuencia.

11.

La culminación de la vida no son el polvo o las cenizas, son las repercusiones infinitas de lo compartido.

12.

Cuando pierdas la vida, salva el amor.

(Confidencias)

De vida, al fervor de los propósitos
corresponde el milagro de los resultados.

La música del silencio
no es la de la muerte,
es la del sosiego de la vida.

La inmensidad de las nubes
es celebración de la vida,
no fugacidad.

Guía para la calidad de vida[36]

· La calidad de vida radica esencialmente en la armonía de la "conversación" del ser humano con su conciencia. Y en la transparencia de esa "conversación". La realidad es que, siendo objetivos, mientras más vivimos más sabemos que el "diálogo" con nosotros mismos constituye la base, el fundamento principal.

· El resultado de esa suerte de "conversación" en valores éticos que el ser humano sostiene con su conciencia debe ser la tranquilidad de conciencia. Una tranquilidad consigo mismo alcanzada por cada cual, continuamente, desde el amor, la honestidad, la confianza, el optimismo, la libertad, la justicia, la solidaridad, y desde las acciones e interacciones personales que realiza. Una tranquilidad que habrá que lograr y recuperar en muchas ocasiones y circunstancias a lo largo de la existencia, puesto que una cosa son los términos y propósitos ideales, y, otra, la posibilidad cierta de lograrlos y mantenerlos. Somos seres humanos, no divinidades.

· El resultado de la relación positiva, profunda, amplia y sistemática del ser humano con su conciencia, debe ser, en suma, esa sensación, ese convencimiento, esa serenidad que conocemos como "tener la conciencia limpia", como "no tener cargos de conciencia", como "tener la conciencia sin culpas". Un resultado de coherencia y consistencia a obtener desde el

[36] Texto inédito.

ser uno mismo, desde el ser la persona que uno es desde esa existencia que ha vivido y vive, ser esa individualidad que uno es y serlo en continuo crecimiento personal. Un resultado, el de la relación entre individualidad y conciencia, que se traduzca en calidad de vida y salud, en felicidad y éxito.

· El resultado de la relación, de esa suerte de "conversación" del ser humano con su conciencia en términos de tener la conciencia en paz desde el mayor análisis y objetividad posibles, debe abarcar tanto a lo individual como a lo social, tanto a lo personal como a lo profesional; existir tanto respecto a lo cotidiano como a lo excepcional.

· La relación como calidad de vida y salud del ser humano con su conciencia debe alcanzarse desde el convencimiento de que el primer sentido de la vida es el amor, el amar con humanidad. Y que el amor, la realización del amor, el amar con calidad humana, es el mejor cauce para ese otro sentido de la vida que es la utilidad social, que es la interacción y el intercambio enriquecedor entre los humanos para confiar y entregar, descubrir y crear, formar y crecer, consolidar y extender, ahondar e irradiar.

· La relación como calidad de vida y salud del ser humano con su conciencia debe alcanzarse desde la búsqueda de equilibrios entre lo emocional y lo racional. Y desde el no permitirse cada persona tanto la visceralidad y la histeria como la racionalidad extrema que excluya los sentimientos.

· La relación como calidad de vida y salud del ser humano con su conciencia debe alcanzarse desde el potenciar lo positivo cerrándole el paso terminantemente a lo negativo, desde el optimismo cerrándole el paso al pesimismo, desde la vitalidad cerrándole el paso a la depresión; y desde el tener en cuenta la intuición, como real sexto sentido; y potenciar el del humor como irrenunciable séptimo sentido.

· La relación como calidad de vida y salud del ser humano con su conciencia debe alcanzarse desde la aceptación personal y la autoestima, oponiéndolos con convicción y firmeza al conformismo y a la inercia.

· La relación como calidad de vida y salud del ser humano con su conciencia debe alcanzarse desde el ejercicio cotidiano de la autocrítica, oponiéndola al perfeccionismo limitante.

· La calidad de vida y salud radica también esencialmente en que esa relación, esa suerte de "conversación" de cada ser humano con su conciencia se extienda hasta transformarse en oralidad y comunicación; radica en que, desde los valores, desde las actitudes positivas, desde el compromiso, desde la responsabilidad, desde la aceptación de las diferencias, desde la tolerancia, desde la amistad, y siempre desde la propia visión del mundo, esa suerte de "conversación" interna se dimensione hasta convertirse en conversación con los otros seres humanos como interlocutores. Y en acciones e interacciones consecuentes.

· La "conversación" interna como calidad de vida y salud del ser humano con su conciencia y la conver-

sación con los otros seres humanos en tanto que interlocutores debe alcanzarse desde el ejercicio cotidiano de la crítica, oponiéndola al hipercriticismo, y utilizando la oralidad y la comunicación como vehículos de crecimiento y desarrollo social.

· La conversación del ser humano como calidad de vida y salud con los otros seres humanos debe alcanzarse ejerciendo la crítica, primero, desde el reconocimiento expreso a lo positivo de cada cual, para sólo después señalar y argumentar lo que desde el criterio personal de quien critica debe ser objeto de atención y revisión por los otros. Se trata de ejercer la crítica constructiva para contribuir a edificar un mundo mejor: De ejercer la crítica desde el reconocimiento a los valores de los otros, y de no permitirse nunca ejercer la crítica destructiva.

· La conversación del ser humano como calidad de vida y salud con los otros seres humanos debe alcanzarse desde el amor al ser humano como constante, desde la amistad, desde la grandeza y la generosidad, desde la capacidad para comunicar el elogio merecido por los otros. No comunicar el elogio justo puede constituirse en injusticia y mezquindad, o evidenciar y tener que ver con la inseguridad personal de quien no elogia, o con su inexperiencia, o con su envidia, o con una competitividad dañina que malentiende al ser humano como un caballo participando cada día en una interminable carrera.

· La conversación del ser humano como calidad de vida y salud con los otros humanos debe tener el propósito de estimular y de propiciar todo lo que impli-

que desarrollo personal y social; y, desde el influir y ser influido, tener el propósito de contribuir a abrir caminos, trazar o recorrer rutas, clarificar metas y potenciar anhelos. Cada persona debe construir su vida, y contribuir a la construcción de vida, desde la convicción de que el éxito, el éxito definitivo y trascendente, es el que cada quien alcanza de nuevo cada día aprendiendo paso a paso a ser mejor, profundizando y ensanchando, y potenciando lo mejor de sí mismo hacia todos los ámbitos de su existir; y requiere creencia, certeza, compromiso, pasión, trabajo, utilidad; requiere integridad, firmeza, congruencia, consistencia, disciplina; requiere sentido del humor, lucidez, comunicación; requiere en suma el alcanzar el éxito: conciencia, valores, contenidos, esfuerzos, sistematización, caminos, esperanzas.

· La conversación del ser humano como calidad de vida y salud tanto consigo mismo como con los otros seres humanos debe partir del mayor conocimiento posible propio y de los otros, y de la clarificación de que la individualidad, que diferencia a cada persona como única, distinta, irrepetible, insustituible y necesaria no es el individualismo, ése siempre insolidario; de que la libertad no es el libertinaje, ése siempre superficial, irresponsable y agresivo; de que la igualdad en lo humano y ante lo esencial humano no es el igualitarismo, ése tantas veces ramplón o desconocedor o desvalorizador; y de que la amistad no es el amiguismo, ése que viola normas que deben ser para todos por igual y que crea dañinos privilegios.

· La conversación del ser humano como calidad de vida y salud tanto consigo mismo como con los otros debe comprometerse a no dar menos de lo que

es posible, menos de lo que merecen los otros, y, a la par, partir de la no aceptación de menos de lo que cada cual merece. Partir de no admitir desvalorizaciones ni indiferencias. De no admitir ni violencias ni injusticias. De no admitir la enemistad. De no admitir el desamor. Porque admitir en negativo es también faltar a la responsabilidad social, es también hacerse cómplice, es también contribuir a que lo negativo siga existiendo, crezca, se reproduzca. El amor, la acción de amor es múltiple e infinita. El odio, lamentablemente, también. Y sólo el amor, y sus tantas dimensiones, como las de justicia, solidaridad, amistad y tantas otras verdaderas, sólo el amor puede detener el odio.

· La conversación del ser humano como calidad de vida y salud tanto consigo mismo como con los otros debe tener conciencia de que cada acción positiva, pequeña o grande, cotidiana o excepcional, espera, merece, necesita una reacción positiva.

· La conversación del ser humano como calidad de vida y salud tanto consigo mismo como con los otros debe partir de la convicción de que no basta tomar conciencia del problema o conciencia de la carencia o conciencia del error, de que tampoco basta tomar la decisión de hallarle solución; de que lo único que tiene la posibilidad de ser suficiente es el compromiso y la acción de solucionar, sin culpabilidad; la acción específica de solucionar con responsabilidad amorosa, con determinación amorosa, con voluntad amorosa, con hechos de amor. El amor no es azar, es elección. El amor no es circunstancia, es permanencia. El amor no es el gran perdedor.

Guía del optimista[37]

· Si la calidad de vida radica en la armonía de esa suerte de "conversación" entre el ser humano y su conciencia; si la calidad de vida de cada ser humano radica en la tranquilidad de conciencia; si la calidad de vida de un ser humano se completa y dimensiona en su comunicación, en su conversación con los otros seres humanos; y si salud es el "buen estado físico y mental de un ser vivo o de una colectividad"; entonces el optimismo, como "propensión a ver o esperar lo mejor de las cosas" es esencial tanto para la calidad de vida como para la salud, tanto para la felicidad como para el éxito.

· El optimismo debe constituir para cada ser humano uno de los ejes permanentes de su existencia, y no un recurso a buscar cada vez que se le necesita así como se busca desesperado a tientas un tesoro escondido.

· El optimismo debe ser un lente fundamental para ver y sentir en armonía nuestro paisaje interior, e igual para desde nuestro paisaje interior ver y sentir tanto la existencia cotidiana como sus tantas excepciones.

· El optimismo, que espera, ve, siente, presiente, de modo tanto racional como intuitivo, lo mejor en cada circunstancia, es salud mental que influye de manera decisiva en la salud física. Como actitud constante de vida nos aporta más energía que la más sistemática y

[37] Texto inédito.

sustancial dieta alimenticia, que el entrenamiento físico más adecuado, que el más completo medicamento.

· El optimismo, en tanto que actitud amorosa, en tanto que actitud de amistad, suma, no resta, y lo que mejor suma son personas bienhechoras, seres humanos que aman y que nos aman.

· El optimismo encauza hacia los otros la energía positiva contribuyendo a mejorar en valores nuestro entorno más inmediato, a la par que desde sus infinitas irradiaciones, influencias y regeneraciones hace verdad la felicidad y el éxito, el mejoramiento en valores éticos del mundo.

· El optimismo potencia el sentido del humor y el buen humor, del mismo modo que el pesimismo genera ausencia de sentido del humor y mal humor. Permite el optimismo ver y sentir con auténtico buen humor no sólo lo evidentemente positivo, sino lo positivo contenido en nuestras más disímiles y raras situaciones; eso que, a veces ocultándose, si no provoca las carcajadas, sí despierta, bienhechora, la sonrisa.

· El optimismo debe ser un prisma con el que ver y sentir nuestras capacidades, logros y paisajes de luz, teniéndolos como caudal para enfrentar lo negativo.

· El optimismo debe ser la balanza para valorar nuestras dificultades y para encontrar nuestras propias soluciones.

· El optimismo, desde una racionalidad sensible que nunca desde la visceralidad, desde la disciplina

autoconstruida y el tesón elegido, cree en la individualidad y cree en la colectividad. Cree que puede solo y que puede acompañado. No sobrevalora, pero sí valora en positivo lo que nos pertenece por haberlo compartido; o lo que nos pertenece por estar dispuestos siempre a compartirlo; nos posibilita obtener, con solidaridad y respeto, el máximo de aquello que tenemos y de nuestras interacciones e intercambios.

· El optimismo considera los problemas como etapas de desarrollo, como cimas alcanzables o como jornadas a superar en el trayecto hacia una meta humana enriquecedora. Considera cualquier dificultad un reto; cualquier insatisfacción una etapa a inscribir en el pasado; cualquier esfuerzo un aprendizaje.

· El optimismo engendra confianza tanto como la confianza engendra optimismo; los dos juntos cierran el paso a la desconfianza y hacen que los temores no se conviertan en miedos sino en estímulos.

· El optimismo debe tener como aliada la sencillez; si únicamente poseemos lo necesario a nuestras circunstancias, nuestro paso se aligera, nuestro disfrute se ensancha y nuestro buen humor se expande.

· El optimismo debe insertarse en la naturalidad sin impedirnos sentir nostalgias o tristezas, sin trivializar la complejidad de la existencia, sin rechazar la trascendencia de las ideas, las sensaciones y sentimientos, de las dudas y tensiones, de los recuerdos y anhelos, pero asumiéndolos como racionalidad, sensibilidad y crecimiento, como islas de un archipiélago sin límites.

· El optimismo favorece analizar en justicia cualquier aspecto o problema, aporta equilibrio a nuestra cotidianeidad, ayuda a que consigamos compensar emociones y razonamientos, todo con una sonrisa. Rechaza la culpa sin eximirnos de nuestras responsabilidades, dona serenidad a nuestra conciencia. No es irresponsable, exige desde la responsabilidad. Tampoco es permisivo; sí tolerante desde la sonrisa. Y no confunde la solidaridad de la tolerancia con la irresponsabilidad o la cobardía de la transigencia.

· El optimismo acrecienta las cualidades del presente, atesora el pasado como acumulación integradora, y entiende el futuro como lo nuevo a descubrir, lo nuevo a aprehender y disfrutar, prediciéndolo con objetividad, esperanza, ilusiones y alegría.

· El optimismo genera acciones, y, desde sí, reúne posibles, y detecta lo posible de lo imposible.

· El optimismo implica calidad en todo, contiene la satisfacción de lo bien hecho.

· El optimismo nos sirve de espejo interior para vernos como la totalidad insustituible que somos, como la individualidad irrepetible que constituimos, propiciando que nos aceptemos, respetemos y valoremos; propiciando que nos asumamos como engendradores de pensamientos y propuestas, de ternura, generosidad, amistad y amor.

· El optimismo es constructivo, y, en tanto que autoconstruye y construye, es autocrítico y crítico, pero nunca hipercrítico. Nos permite estar vivos a plenitud.

Nos convierte en creadores de vida capaces de múltiples hazañas cotidianas.

El optimismo es comunicador, es un estado de apertura, uno desde donde logramos comprometernos y comprometer, aprender y compartir, accionar y reaccionar, dar y recibir, contar y comunicar, amar y fundar.

Guía y elogio del sentido del humor[38]

· Tener sentido del humor es mucho más que estar de buen humor. El buen humor puede ser sólo momentáneo o circunstancial. Tener sentido del humor posee otra permanencia, pues más allá de que se manifieste o no en un determinado instante, se tiene o no se tiene sentido del humor.

· Tener sentido del humor es cómo tener un séptimo sentido. Es como añadir a los cinco sentidos de todo ser humano, y, al sexto, a ése sentido tangible de la intuición, a ése que todos debemos desarrollar suficientemente, un sentido por igual esencial que los otros seis para la calidad de vida y para la salud. Un sentido prodigioso, el del humor, que, si bien necesita de los otros seis sentidos para existir a plenitud, y para percibir, accionar e interaccionar en las más diversas situaciones con eficacia, a la vez es fundamental a los otros sentidos para un mejor, que puede llegar a lo óptimo, disfrute de la existencia.

· Tener sentido del humor es algo muy valorado socialmente, y que casi todo el mundo se lo atribuye a sí mismo. La valoración, consciente o no, que cada ser humano en general suele otorgar al sentido del humor es muy elevada. De hecho, investigaciones científicas han demostrado que las personas tienden a creer que su propio sentido del humor es superior al

[38] Texto inédito.

de la media de la población. Creencia que, según las estadísticas, es la de un 97% de las personas en los más diversos países del mundo occidental. Hasta el punto de que es más probable que una persona reconozca no ser muy talentosa o hábil, e incluso admita no ser muy inteligente, que probable que una persona reconozca no tener sentido del humor, lo que, en las investigaciones realizadas únicamente ha admitido un 3% de los seres humanos entrevistados.

· Tener sentido del humor es una cualidad que todo el mundo tiende a desear para sí. El humor es algo que los seres humanos comenzamos a conocer de manera intuitiva desde la infancia más temprana. Y aunque el humor es mucho más que la risa, se afirma que el niño o niña se convierte en ser humano cuando ríe por primera vez. Si el sentido del humor comienza a desarrollarse desde muy temprano en el ser humano, su percepción y proyección, su conocimiento, progreso y magnitud en cada persona son distintos de acuerdo a la personalidad y al carácter, a la individualidad que es cada cual, y, aunque se tiene o no se tiene sentido del humor, éste se manifiesta según diversos factores, y, entre los más significativos, el estado de ánimo y la circunstancia.

· Tener sentido del humor es uno de los rasgos de la individualidad. Al hacer referencia al sentido del humor es muy evidente que hay que profundizar en el conocimiento del humor mismo. Que hay que tener en cuenta que la misma situación o acción humorística puede provocar muy diversas reacciones a unas u otras personas, u obtener muy diversos resultados de unos a otros seres. En cuanto a los resultados de una

situación o acción humorística, unas personas podrán reír a carcajadas, otras sonreír, otras sólo sonreír en su interior, otras permanecer indiferentes, mientras que otras podrán considerar la situación o acción de humor una pesadez, o llegar al rechazo expreso, o hasta a enfadarse. A lo que, entre otras particularidades o reacciones, pueden añadirse los sentimientos y las apreciaciones internas de cada cual respecto a la situación o acción humorística, y las sensaciones e intenciones que estén o entren en juego. Además de, entre otros factores, las intensidades y su duración. Las situaciones y acciones humorísticas pueden tener muy diferentes orígenes, responder a muy diferentes naturalezas, estimaciones, principios y propósitos, y enmarcarse en personalidades e idiosincrasias disímiles, a la par que enmarcarse en muy diversos contextos o asumir muy diversos procesos y formas.

· Tener sentido del humor conlleva la conciencia implícita de lo esencial que es el buen humor para las relaciones y la comunicación. Desde hace mucho, dada su presencia, relevancia, complejidad, diversidad, influencia, el humor ha interesado a filósofos y artistas, a escritores y científicos, y cada vez más desde el siglo pasado a psicólogos y sociólogos, a catedráticos de diversas disciplinas y a comunicólogos. El interés siempre creciente por el humor se ha traducido y traduce, entre otros, en investigaciones y libros, estudios, teorías y cátedras universitarias. Si se analizan sólo las conversaciones entre las personas, se verá que la gama de lo humorístico es amplia. Y se verá que, aún evaluándolo sólo en ese plano, el humor es muy poderoso tanto en positivo como en negativo. Que el humor es muy influyente. Y que los poderes autocríticos y

críticos del humor pueden ser, son, muy decisivos en lo personal y en lo social. Sin pretender agotar la gama posible, al analizar se logrará ver que la gama de situaciones humorísticas de, por ejemplo, la oralidad, va del comentario humorístico bienintencionado al malintencionado, del juego inocente de palabras a la verbalidad del juego de poder o del juego sexual, de la burla de uno mismo desde uno mismo a la burla de que es blanco el interlocutor; que la gama de situaciones humorísticas va de lo gracioso a lo cómico, de lo divertido a lo hilarante, de lo burdo a lo ingenioso, de lo inocente a lo irónico, de lo plácido a lo excitante, de lo tierno a lo agresivo, de lo recto a lo retorcido, de lo sencillo a lo sarcástico, de lo sutil a lo caricaturesco; sin olvidar todas las posibles sumas y combinaciones, por lo que la enumeración respecto a lo humorístico, en éste u otros órdenes, parece interminable. El humor es infinito en sus características y posibilidades, en sus situaciones, acciones y reacciones. Es, el humor, inabarcable e inconmensurable como el sentido del humor. Pero mientras que el humor puede tener que ver tanto con lo positivo como con lo negativo, propongo accionar para que el sentido del humor tenga únicamente que ver con lo positivo.

· Tener sentido del humor es algo a lo que propongo asociar, en relación a uno mismo como ser humano, con la autoestima y el desarrollo personal. Propongo asociar el sentido del humor, en relación con el otro u otros, con la solidaridad y el respeto hacia nuestros semejantes. Y propongo que el percibir, accionar e interaccionar desde el sentido del humor como constante se traduzca para cada ser humano en eficacia al comunicarse y en oralidad óptima, en felicidad y dis-

frute pleno de la vida, en salud y éxito, para lo que será necesario que, antes, la “conversación” interna del ser humano con su conciencia esté enmarcada por este sentido elegido conscientemente como el séptimo. Estoy seguro de que todos podemos reír y de que todos podemos hacer reír en la vida de cada día. Es esencial que en el humor esté presente la lucidez. La lucidez, esa emprendedora.

· Tener sentido del humor es una cualidad que podemos aprender a potenciar y a refinar. Uno de los aspectos menos abordados en lo teórico, pero sobre todo en lo docente, son los mecanismos y las técnicas del humor, tanto respecto al humor interpersonal como al humor escénico. Del universo escénico, donde probablemente más se ha insistido y avanzado en la docencia artística es en lo que concierne al arte del payaso. En cuanto a lo oral artístico, en el campo de la narración también se ha avanzado considerablemente en cuanto al punto de vista y a la docencia práctica. Sobre un escenario, no obstante, hacer reír al público con un humor lúcido es uno de los retos más difíciles. Y, cuando se produce este hallazgo, hay que saber reconocerlo y analizarlo, para aprender y aprehender. Cuando hablo de un humor lúcido, me refiero al humor de la cultura. Y cuando hablo del humor de la cultura aludo al que, desde cualquier fuente (desde las más populares de la tradición oral o desde las más elaboradas e intelectuales de lo escrito, desde la propia vida o desde las informaciones de la prensa), es capaz de hacer reír con calidad artística y primero humana, capaz de hacer reír de modo crítico, pero también solidario, de manera ingeniosa y honda pero también en mucho tierna y amorosa y amistosa. Cuando hablo del

humor de la cultura no hablo del humor fácil del espectáculo de mal gusto. No hablo del humor que en aras de entretener apela a lo discriminatorio y a lo insolidario, a lo superficial y a lo vulgar. No hablo del facilismo y de la potenciación de la estupidez. Ni hablo de hacer reír a cualquier precio. Hablo de un humor quizás algo más complejo, pero siempre comprensible de inmediato, menos fácil de seleccionar, más definitivo y más riesgoso en su comunicación, pero, seguro, tanto o más divertido, y más divertido también, en especial, porque nadie tendrá que avergonzarse de eso que escucha, que comparte, que le hace reír en su interior o con enormes carcajadas. Los recursos de la comicidad sobre escenario son muchísimos, entre tantos y tantos otros: un argumento de enredos o de absurdos; la exageración y la caricaturización, la reiteración desmedida o la disociación entre los diferentes lenguajes, el elemento sorpresa o lo agudo o grave desmedido de un tono, la mayor o menor velocidad al decir, o una intención inesperada o insólita. Recursos que son primero recursos humanos de comicidad presentes en la conversación interpersonal. Recursos accesibles. Recursos de todos. No lo olvidemos. Todo para alegrar el sentimiento y la razón.

· Tener sentido del humor y evidenciarlo tiene la complejidad del vivir.

· Tener sentido del humor y que se manifieste adecuadamente merece siempre ser elogiado. Y hablando de elogios, con este elogio del sentido del humor hago un llamado de atención a todos para que, mientras los investigadores y especialistas avanzan en el estudio y en el conocimiento más profundo del humor y de sus

mecanismos y técnicas, en lo personal potenciemos al máximo posible, cada día y a toda hora, como factor de calidad de vida y salud, nuestro personal sentido del humor. Y es que el séptimo sentido, el sentido del humor, es comparable a la octava maravilla del mundo. Una maravilla que, al contrario de otras, por fortuna no desaparecerá de la faz del planeta. Como tampoco desaparecerá la posibilidad de alcanzar una y otra vez la lucidez.

Tarea[39]

Había un hacer, habrá un hacer,
hay un hacer la vida.

[39] Texto inédito en esta versión, más completa.

Índice[40]

Lucidez para transformarnos

Doce contraseñas para comprender la comunicación

Trece contraseñas para comprender la oralidad
y una salida para el laberinto de la incomunicación

Cuatro contraseñas de la imaginación
y cuatro advertencias

Treinta definiciones y dos talismanes
como contraseñas para comprender el amor

Dos contraseñas de la libertad.

Contraseña contra la corrupción

Contraseña contra la incapacidad humana
para construir un futuro mejor

Siete contraseñas para ser leal

Tres contraseñas de la dignidad

Cuatro contraseñas de la sabiduría y la lucidez

[40] Francisco Garzón Céspedes ha escrito cientos de definiciones y pensamientos además de los incluidos en este volumen: están dentro de sus libros de cuento y de poesía, de sus libros de teoría y técnica y de sus novelas, de sus ensayos… están en sus espacios en la Red y en sus carpetas de arte.

Doce antidefiniciones del amor
y una certidumbre como contraseñas

Dieciséis contraseñas y tres piedras de toque
del amar, del amor, del desamor

Cinco claves de la amistad y una recomendación

Veinte definiciones y tres secretos como contraseñas
para comprender la soledad

Diez contraseñas para comprender
y enfrentar el miedo, y una oscuridad

Cinco contraseñas y dos avisos
para conjurar la mentira

Cuarteto de contraseñas de la memoria,
y dos conclusiones

Dieciséis dichos como contraseñas

Contraseñas para la creación de epitafios
desde tres autoepitafios

Catorce contraseñas de pimienta
para que estornuden los defectos

Sesenta y cinco contraseñas y dos recados
en no más de diez palabras:
Dichos, proverbios, refranes…

Setenta y siete contraseñas
para todo tipo de cajas de caudales

Una contraseña del júbilo

Dos contraseñas de la belleza

Seis contraseñas de las palabras.

Diez contraseñas de la poesía, del poeta,
del poema

Nueve preguntas
con su propia contraseña

Diez contraseñas para retrasar la muerte,
una certeza, una conclusión y una meta

Doce contraseñas para convocar la vida
y tres confidencias

Guía para la calidad de vida

Guía del optimismo

Guía y elogio del sentido del humor

Tarea