

## LA INSEGURIDAD

Pienso en las ocasiones en que estoy vivo...  
y aquellas otras en que estoy muerto...

Considero atentamente  
los rasgos que adopto  
en unas y en otras ocasiones...

La vida aborrece la seguridad,  
porque la vida significa arriesgarse,  
exponerse al peligro,  
incluso a la muerte.  
Dice Jesús que quien desee salvar su vida,  
la perderá;  
y que quien esté dispuesto a perder su vida,  
la salvará...

Pienso en las veces  
en que he rehusado arriesgarme...  
en que me encontraba cómodo y seguro...  
Momentos en que me he quedado estancado.

Y pienso en aquellas otras veces  
en que me he atrevido a arriesgarme...  
a cometer errores...  
a ser un fracasado...  
y un loco...  
a ser criticado por los demás...  
cuando me he atrevido a correr el riesgo  
de salir lastimado...  
y de lastimar a otros...  
¡Entonces estaba vivo!

La vida es para el que se aventura.  
El cobarde perece.

La vida está reñida con mi manera de percibir  
lo que es bueno y lo que es malo:  
tales cosas son buenas y deben buscarse;  
tales otras son malas y deben evitarse.  
Comer del Arbol de la Ciencia del Bien y del Mal  
significa la exclusión del paraíso.  
He de aprender a aceptar todo cuanto  
la vida pueda traer consigo,  
el placer y el dolor,  
la pena y la alegría.  
Porque, si me cierro al dolor,  
entonces perece mi capacidad de placer  
— me endurezco a mí mismo  
y reprimo lo que considero  
repugnante e indeseable,  
y en esa dureza y en esa represión  
están la rigidez y la muerte.

Por tanto, decido experimentar el momento presente  
en toda su integridad,  
sin llamar buena o mala a ninguna experiencia.  
Pienso en aquellas experiencias  
que me infunden temor...  
y, en la medida de mis posibilidades,  
permito que se produzcan  
y dejo de oponerles resistencia...

La vida va a una con el cambio.  
Lo que no cambia, está muerto.  
Pienso en las personas fosilizadas...  
Pienso en las ocasiones en las que  
yo mismo he estado fosilizado...  
sin cambio alguno, sin novedad:  
siempre los mismos viejos y caducos conceptos  
y normas de comportamiento,  
la misma mentalidad, las mismas neurosis,  
los mismos hábitos y los mismos prejuicios...

Las personas muertas tienen  
un miedo connatural al cambio.  
¿Qué cambios se han producido en mí  
durante los últimos seis meses?  
¿Qué cambios se producirán hoy?...

Concluyo este ejercicio  
observando la naturaleza que me rodea:  
tan flexible,  
tan fluida,  
tan frágil,  
tan insegura,  
tan expuesta a la muerte...  
¡y tan viva!

Observo durante bastantes minutos...