



El canto del pájaro en "Escritos esenciales" (Sal Terrae)
Anthony de Mello

El sannyasi rebuscó en su bolsa y extrajo una piedra...
 "La encontré en un sendero del bosque hace unos días.
 Por supuesto que puedes quedarte con ella".
 El hombre se quedó mirando la piedra con asombro.
 ¡Era un diamante! Tal vez el mayor diamante del mundo,
 pues era tan grande como la mano de un hombre. Tomó
 el diamante y se marchó.
 Pasó la noche dando vueltas en la cama, totalmente
 incapaz de dormir. Al día siguiente, al amanecer, fue a
 despertar al sannyasi y le dijo: "Dame la riqueza que te
 permite desprenderte con tanta facilidad de este
 diamante".

**Todo lo que realmente
 necesito lo aprendí en el
 parvulario**

en "Tómate un respiro"
 (Océano Ámbar)

Robert Fulghum

Todo lo que realmente necesito
 saber lo aprendí en el parvulario.
 Todo lo que realmente necesito
 saber sobre cómo vivir, qué hacer y
 cómo ser lo aprendí en el parvulario.
 La sabiduría no estaba en la cima de
 la escuela para graduados, sino en el
 montoncito de arena del jardín de in-
 fancia. Éstas son las cosas que
 aprendí:
 Compártelo todo.
 Juega limpio.
 No pegues a los demás.
 Devuelve las cosas donde las encon-
 traste. Limpia lo que hayas ensu-
 ciado.
 No cojas lo que no es tuyo.
 Di que lo sientes cuando hagas daño
 a alguien.
 Lávate las manos antes de comer.
 Creo que la imaginación es más
 fuerte que el conocimiento, que el
 mito es más potente que la historia,
 creo que los sueños son más podero-
 sos que los sueños, que la esperanza
 siempre triunfa sobre la experiencia,
 que la risa es la única cura para el
 dolor.
 Y creo que el amor es más fuerte que
 la muerte.



Diario 1932-1987

(Círculo de lectores, 1998 p.30)

Miguel Torga

Un bello día de sol, y yo sin paisaje en mi interior parar recibirlo. ¡Qué destino éste! ¡Que uno no tenga fuerza dentro de sí para aceptar estas dádivas puras de la naturaleza! Nos pasamos los días al margen de lo que verdaderamente es vida. Los pasamos leyendo en el periódico cosas tristes, ambiciones desmesuradas, hipocresías, guerras, y recalando en nuestro interior la amargura de todo esto. Y de aquí a unos años nos moriremos para siempre, y adiós sol, adiós luna, adiós todo lo que en el mundo había que ver, y que no vimos.

¿Quién puede hacer que amanezca?

en "Escritos Esenciales" (Sal Terrae)

Anthony de Mello

“¿En qué podría ayudarle la espiritualidad a un hombre de mundo como yo?”, preguntaba un hombre de negocios.

“Te ayudará a tener más”, respondió el Maestro.

“¿De qué manera?”.

“Enseñándote a desear menos”.

Haiku

*Los apagones
permiten que uno trate
consigo mismo*

Mario Benedetti, *Rincón de Haikus* (Visor)

Qué es un haiku. Son brevísimos poemas –tres versos de 17 sílabas, organizadas en 3 versos (5-7-5)– que expresan la esencia de un sentimiento poético; en ellos se refleja aquello que nos es propio como humanos, desde la pura sensación hasta la espiritualidad. De origen japonés, han tenido extraordinarios seguidores en la literatura latinoamericana, como Benedetti o Borges.

Pepitas de oro (Palmyra)

Osho

Todo el mundo está sufriendo tanto que necesita encontrar una razón cualquiera para explicarse a sí mismo el porqué de su sufrimiento. Y la sociedad te ha dado una buena estrategia: juzga.

Primero, naturalmente, te juzgas a ti mismo en todo. No hay hombre perfecto y no lo puede haber –la perfección no existe–, así que juzgar es muy fácil. Eres imperfecto, por tanto hay cosas que lo demuestran.

Y entonces te enfadas, te enfadas contigo y con el mundo entero. ¿Por qué no soy perfecto? Y entonces miras con una única idea: buscar en los demás las imperfecciones.

Y entonces quieres abrir tu corazón, naturalmente, pues a menos que abras tu corazón no puede haber celebración en tu vida, ésta estará casi muerta. Pero no puedes hacerlo directamente. Tienes que arrancar tus condicionamientos de raíz.

Así pues, la primera cosa es dejar de juzgarse uno mismo. En lugar de juzgarte, empieza a celebrarte con todas tus imperfecciones, tus fragilidades, errores, fallas. No te exijas ser perfecto. Eso es simplemente pedir lo imposible, y luego te sentirás frustrado.

Después de todo, eres un ser humano.