

# Contemplar la naturaleza

escrito por Esteban Perez

«The world as i see it is a remarkable place»

Jason Mraz

Esta frase es contiene muchas verdades, que siento que van a lo más profundo de nuestra experiencia como seres humanos y como habitantes de un planeta que ha evolucionado y ha cambiado a lo largo de los años, pero en el que la vida ha estado presente y se ha hecho sentir, incluso bajo las condiciones más adversas o los desastres más grandes.

La verdadera experiencia interior de ver lo maravilloso que es este planeta y todo lo que habita en él es impagable, sobretodo porque, de la manera adecuada, es una experiencia que no termina de crecer y que nunca se agota, pues está basada en el amor y la empatía: nos permite ver y escuchar realmente lo que está afuera de nuestro cuerpo, lo que no somos. Es una experiencia para poder encontrarle el valor que tiene en sí mismo, no el que yo le quiero dar o lo que significa para mí.

Creo que no me voy a cansar de repetir, especialmente a mí mismo, sobre lo mucho que necesitamos aprender a contemplar la naturaleza, a detenernos y respirar conscientemente, a sonreír a los extraños y a romper la resistencia que tenemos a dar la mano a quien lo necesita.

Todo eso nace de lo convencido que estoy de que la relación con la naturaleza y la manera en la que la percibo se nutre y, al mismo tiempo, es causa de una vida más plena y más auténtica, pues me entiendo como parte de algo más grande, experimento la pequeñez ante tanta inmensidad, comprendo que todo ser vivo está conectado y que lo que haga o deje de hacer va a tener alguna repercusión.

Hasta que no comprendamos bien ese lugar que ocupamos y seamos capaces de poner nuestra vida en perspectiva, va a ser muy difícil que podamos vivir en la armonía que este planeta tanto necesita en este momento.

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/esteban-perez/>