

dios

escrito por Valentina Arango

La capacidad de observar y observarse es una virtud que quiero cultivar. Sumada a esa virtud, quiero ser capaz de meditar: de soltar, de desprenderme y de entregarme a mí y a otros. Sobre la meditación se ha dicho que ayuda a comprender que todo es un misterio y que todo es susceptible de originar una actitud genuinamente religiosa[1]. Este ejercicio —que es el acercamiento a lo trascendente— fue la única forma que tuve para salir del pánico. Por eso digo que a dios —sea lo que sea que eso signifique— lo conocí el día en que mi cuerpo conoció el pánico.

Como sociedad no hemos aprendido a observar nuestro dolor ni a revelar el miedo que este puede generar. Aquí no me refiero a reconocer, en un proceso inicial de identificación, el dolor propio y del otro. En este caso, al hablar de la observación, me refiero a la habilidad de comprender, desde el intelecto, la dimensión del pánico (que es la incapacidad de comprender una nueva realidad o pensamiento) y de entender el contenido del dolor que este va forjando. Observar es examinar: cada parte, cada elemento, y el núcleo básico de lo que somos.

¿Cómo logramos, entonces, pasar del pánico a lo trascendente si ambos parten justamente de lo que no se comprende?

Asumiendo una actitud religiosa.

Esto no es solo entender nuestro entorno como sagrado y merecedor de cuidado. Es también un estado meditativo: ser capaces de tomar la decisión consciente de soltar y de entregar eso que nos duele. Observar nuestro propio dolor nos lleva a ser capaces de comprender el dolor que va en el otro. Y así es como se adquiere la perspectiva del camino recorrido y la certeza de que en esto —que puede ser dios, el mundo o la propia vida— somos uno solo.

Creo, por esa razón, en el poder de cultivar en nosotros y en nuestros entornos cercanos dinámicas meditativas de entrega y de confianza con el propósito único de cultivar la observación.

He estado pensando que esto es realmente importante en los contextos corporativos. Las organizaciones —permeadas de entrada por las dinámicas de poder— tienen la posibilidad de transformarse promoviendo liderazgos enfocados en el reconocimiento de la vulnerabilidad, en la habilidad de soltar prejuicios, en la confianza en otros y en la voluntad de examinar nuestras conductas desde la transparencia. Esto es también asumir una conducta religiosa.

Aquí no he hablado de dogmas ni de religiones. La palabra *dios* puede reemplazarse por lo que sea que nos haga caminar y avanzar, y *conducta religiosa* por empatía. Sí he hablado, sin embargo, de la importancia de asumir cada cosa que hacemos —especialmente el relacionamiento con otros— con la altura que solo puede darnos la observación y la meditación. Esta es también una apuesta por soltar el peso que nos ha mantenido, como individuos y al interior de nuestras organizaciones, en un posible estado de pánico.

[1] Pablo d'Ors en su libro "Biografía del Silencio".