

Hacer

Tengo que hacer porque no me soporto, lo compulsión de hacer surge de la imposibilidad de hacer. El que no para de hablar no dice nada, el que no para de hacer no hace nada.

Hay quien no para de ayudar o aconsejar a los demás y su vida es una completa calamidad, hay críticos de arte que ni pintan ni esculpen, críticos de cine que no hacen películas, críticos literarios que no han publicado nunca un libro, pero advierten. No son capaces de hacer y con todos sus actos lo intentan pero no pueden, porque hacer requiere un contacto íntimo, con lo más esencial, y toda esa actividad está dirigida a impedir ese contacto primario, sin el cual no hay energía creativa.

Por desgracia hace falta poca energía para destruir, un incendio empieza por un fósforo, y sin embargo hace falta mucha voluntad, planificación y esfuerzo para crear. Cualquiera puede ser crítico, pocos pueden ser artífices de su vida. Destruir produce una sensación eufórica de poder, que poco a poco produce un efecto devastador en el entorno de quien explota este poder y en su mismo autor, es una influencia voraz, consume, es intensamente autodestructiva.

La relajación es no hacer, parar, soltar, aflojar, no acaparar, por un momento replegarse, prestarse al vacío. Una nada activa sin deseo, un explorar que sucede sin sugerir ningún suceso, rastreando el silencio interior con ojos nuevos, sin intención de hallar nada, solo indagar sin preguntas, sin buscar respuestas, solo advertir que sucede sin identificarse con el proceso.

Artículo obtenido en eFisioterapia.net