

Apertura de un solsticio

Stephano Betancourt Valencia

Era un día maravilloso, como todos los días; había llovido y estaba un poco opaco, como si las emociones ocultaran el sol radiante. Me encontraba en un taller sobre trabajo individual, las personas estaban tensas y preocupadas. Recuerdo que comenzamos hablar sobre el papel del médico en nuestra sociedad. Hablamos de la comunicación médico-paciente. Escuchaba lo que decían mis compañeros y pensaba: Esto es lo que especula la mayoría de la población. Prestaba atención y con paciencia analizaba aquellos sonidos que transformaba en un mapa mental: El médico tiene que comportarse de una manera. el médico tiene que actuar de esta forma. el médico tiene que hablar de esta manera. Todos muy ciertos; sin embargo, ese "tiene" me retumbaba en la cabeza. Podríamos cambiar la semántica de aquellas frases e incluir nuevas perspectivas sin hacer sesgos. Estoy muy consciente de lo que eso significa.

Cuando se crean estereotipos o modelos bajo presión, aparece un telón grande y denso, que no nos permite ver más allá. Y fue el momento en que empecé a hablar, me sentía tranquilo y con ganas de exponer mis ideas. Tal como lo pensé, lo dije: lo más pertinente es dejar fluir de una manera armoniosa la comunicación y en primer instante, estar consigo mismo para poder ayudar a los demás; ser guía en ese camino, de tu par; de lo contrario, nos

olvidamos de ese ser interno y no realizamos una buena labor. ¿Y tú, qué opinas lector?

Mientras escribo -a propósito, siempre he pensado que hay que estar abierto a las posibilidades y observar de una manera integral, teniendo en cuenta lo científico, lo espiritual y mental, una medicina holística, que es algo que me apasiona mucho, especialmente la medicina oriental- pienso que, la curación se puede lograr, empezando desde tu ser interno y desde cómo interactúas con tu medio. Una de las razones por las que pienso así, tiene que ver con mi formación, porque tuve la oportunidad de acercarme a esta medicina holística y de algún modo, porque lo decidí así.

Inmediatamente todos cayeron en cuenta de ese detalle, que muchas veces por la historia personal, no nos enseñan. Hermoso cómo un pétalo se abre y abrimos nuestro corazón en armonía con la mente y el cosmos, a las posibilidades: como un sol en su cúspide, en el mejor tiempo posible.

La persona encargada del taller compartía aquella idea, otros compañeros también la aceptaban; sentía de algún modo, cómo otros vivían un proceso similar a una catarsis o transmutación frente a lo que se decía; unos miraban con desdén, ya que de alguna manera, solo conocían una medicina meramente académica.

Para mi sorpresa, proseguimos a ver una película, que de hecho, tenía como foco central, el camino que se había hecho hasta ese momento. Es decir, el trabajo que se hace desde ti mismo. Recordando esos momentos, pienso en la medicina: aplicar esto mismo a los médicos y pacientes, teniendo presente una medicina preventiva.

Todos prestamos atención, como si los péndulos de nuestro rostro se movieran lentamente, solo para contemplar aquella historia. Una vez finalizada la película, dialogamos un momento, esta vez haciendo una retrospectiva hacia nuestras vidas, observándonos desde adentro. Noté que algunos afloraron aquello que sentían. No obstante, cambiaron su expresión frente a cómo llegaron, algo que se nota a simple vista, porque de alguna manera lo que eres por dentro, se refleja.

Un tema importante que tocamos y que logra integrar lo que trabajamos a lo largo de la sesión, es el yo; que tú decides lo que quieres ser y cómo quieres estar, llevándote hacia una integración de cuerpo, mente y espíritu. Mencionaron el estar en el aquí y el ahora; inmediatamente, recordé que ya lo había escuchado. Querido lector, en alguna parte leí algo que llamó mi atención, complementario a lo anterior: se trata de la presencia, es decir, de vivir cada momento siendo consciente de éste.

Al final de la sesión, se notó el cambio gradual de nuestros pensamientos. En tan solo dos horas, pude sentir, (análogamente) todo lo que pasa en el universo, en un instante y en nuestro ser... como un mundo interactivo, capaz de contextualizar e integrar. Solo hace falta recordar lo que alguna vez supimos.

Querido lector, te dejo con un relato corto, que me vino a la mente y corazón a principio de semestre, llamado Cosmos: En el viejo cosmos, aquella nebulosa de amor, ¡se contrae de felicidad!, recordando el instante en donde la vida es tan simple como ser feliz.