

A black and white photograph of a young boy wearing a baseball cap and a dark t-shirt. He is leaning his arms on a thick wooden railing, looking off to the side. The background shows more wooden structures, suggesting he is on a bridge or a wooden walkway. The overall mood is contemplative and serene.

José María Toro

Mi alegría sobre el puente

DESCLÉE DE BROUWER

Mirando la vida con los ojos del corazón

José María Toro

Mi alegría sobre el puente

Mirando la vida con los ojos
del corazón

Desclée De Brouwer

Índice

Palabras iniciales. Mi alegría sobre el puente	11
Introducción. El puente.	13
"Por mi alegría sobre el puente"	16
Mirando la vida con los ojos del corazón	17
1. Despertar a un nuevo día	21
2. Los dones del Cielo	23
3. El trabajo como obra de amor	25
4. El arte de florecer	27
5. La fragancia de tus acciones	29
6. Para qué sirven dos minutos	33
7. La «novedad» del descanso.	35
8. El arte supremo de lo cotidiano.	37
9. El Niño es el padre del Hombre.	39
10. Palabras sobre las palabras	43
11. Semillas de sabiduría.	45
12. Oda al maestro que aprende.	47

MI ALEGRÍA SOBRE EL PUENTE

13. Una nueva visión y vivencia de las pausas.	49
14. Cerrar los ojos para abrir el corazón	51
15. La entrega amorosa en lo que hacemos	53
16. El arte y la belleza de servir.	55
17. El corazón del servicio	57
18. La belleza del abrazo.	59
19. No hay cosecha sin siembra	63
20. Un ego llamado «salvador del mundo»	65
21. La mirada de la conciencia	67
22. Meditar, un viaje al descanso profundo	69
23. Se hace camino al andar	71
24. El cansancio sutil.	73
25. El secuestro de las pausas	75
26. La alegría de soltar	77
27. El cáliz de la sonrisa	79
28. El tiempo como «hogar habitado»	83
29. Elogio al compañero	85
30. Mirar la mirada	87
31. Maestros y maestras, funcionarios de la Vida	89
32. La maternidad de los hombres	91
33. El descanso como bendición del trabajo	95
34. El trabajo como expresión de amor y agradecimiento	97

ÍNDICE

35. Educar: el arte de hacer danzar la vida en el corazón	99
36. La energía de la ternura	103
37. El cerebro del Co-razón	107
38. La belleza del compromiso	109
39. Reciclar, el arte de mirar con otros ojos	111
40. Cuidar a los maestros	113
41. «Dejarnos caer... como hojas de otoño»	115
42. La casa de las palabras	117
43. La música de tu voz.	121
44. La mirada reevolucionaria	123
45. La liturgia de las estaciones	125
46. Yo soy yo... y lo que yo hago con mis circunstancias	127
47. Construcciones con alma	129
48. El descanso: un viaje para estar aquí.	131
49. La eternidad siempre es breve	133
50. El trabajo como ofrenda	135
51. Vivir es servir.	137
52. La energía misteriosa de las palabras	139
53. Las palabras del acoso	141
54. Los pequeños tiranos.	143
55. La aritmética de las palabras.	147
56. Las interrupciones	149

MI ALEGRÍA SOBRE EL PUENTE

57. Una espiritualidad enraizada	151
58. Ventanas rotas	155
59. La paciencia es energía	157
60. Los problemas	159
61. La fuerza de la ternura	161
62. La alegría de mis manos	163
63. Preguntas para no ser respondidas sino escuchadas	165
64. Leer un libro para escucharnos por dentro.	167
Epílogo. Dinámica de la alegría	169
Sentido y alcance de la alegría	170
"Yo soy Alegría"	173
La expresión de la alegría	179
Índice temático	187

Palabras iniciales.
Mi alegría sobre el puente



Dos amigos están sobre el puente.

Uno de ellos dice:

“¡Contempla la alegría de los peces en el río!”.

Mas el otro le replica:

*“¿Cómo tú, no siendo pez,
sabes de la alegría de los peces?”.*

El primero le responde:

“Por mi alegría sobre el puente”.

Introducción

El puente

El puente es algo más, mucho más que una edificación práctica o utilitaria.

El puente es un “símbolo” que nos permite ahondar en un significado mucho más profundo; es un símbolo que nos habla sobre la “evolución y el crecimiento personal”.

El puente no solo se levanta sobre el río, encauzando sus aguas, enlazando sus orillas y contemplando el devenir de la corriente.

El puente nunca se cansa de mirar el río.

El puente se levanta sobre nuestra vida, encauzando nuestras energías, posibilitando nuestro paso a la otra orilla de la trascendencia, o simplemente, a la ribera del desarrollo plenamente humano, simbolizando el eterno movimiento de todo ser humano buscando lo mejor de sí mismo.

El puente es un elemento de ligación, un espacio que une, que “re-liga”. Puede ser, por tanto, ámbito y ocasión para el “encuentro”.

El puente es camino, espacio de tránsito. Por él no solo se avanza sino que también nos es dado el retroceder: no solo crecemos, a

veces nos estancamos e incluso puede llegar a darse la regresión o una involución a “estados o lugares” anteriores.

El puente es “suspensión”. Un puente es la materialización del equilibrio armónico y dinámico de infinidad de líneas de tensión. Su arquitectura es todo un símbolo, toda una sugerencia para todo ser humano: se apoya firmemente en tierra, pero se levanta “hacia lo Alto”.

El puente es, también, un elemento de “cruce”.

En efecto, el puente es ese vínculo, ese enlace entre esas “dos orillas” que representan dos órdenes o niveles diferentes de la realidad, “dos estados diferentes del Ser”.

Atravesar el puente, por consiguiente, es “pasar de una orilla a la otra”. De aquí que sea un símbolo extraordinario para representar el paso del “Hombre Viejo a la Persona Nueva”.

El puente al que me refiero es ese que permite a cada ser humano ver reflejada en la corriente de agua su más honda y cristalina identidad, ese que invita, a quien mira desde él, a tomar conciencia de su Ser más profundo y auténtico y de su Vocación más íntima.

Atravesar el puente es abandonar la orilla de una “vida instalada”, de la pereza, de la inmovilidad, del estancamiento o de eso que ahora se llama “zona de confort”.

Atravesar el puente implica *arriesgarse*: todo puente, aun el más sólido, entraña siempre cierto peligro, porque el puente es “resistencia”, pero también “inseguridad”.

Atravesar el puente es un arriesgarse y apostar por “la otra orilla”, esa que nos muestra, que nos ofrece una “vida creativa”, de “acción creadora” y de “crecimiento continuo”. No solo son nuestros pies los que recorren el puente; cada paso es un “moverse, crecer y desplegarse” de nuestro espíritu.

INTRODUCCIÓN. EL PUENTE

Estar en el puente y atravesarlo anuncia un cambio de perspectiva, de visión, de estado y de conciencia. Otro *estado de conciencia*. Es una forma de “nacer de nuevo”.

De ahí que podamos acogerlo como símbolo que nos ayude a nacer de nuevo, a hacer de todos y cada uno de nosotros Personas Nuevas y testimonios vivos de que *Es posible Ser y Vivir de Otra Manera*.

Estar en el “centro del puente”, contemplando el arroyo, es algo más que un modo de vivir el espacio (el puente) y el tiempo (el curso del río que fluye).

El puente es ese lugar en el que puedo instalarme como alguien que, al mirarse en la corriente de cuanto vive, ve en su rostro el rastro de un corazón enamorado de la Vida y del Mundo.

Estar en el puente contemplando la corriente que fluye y compartir la alegría de los peces en el arroyo es una actitud creativa y saludable. Es un mirar inteligente, una acción sencilla y simple, pero cargada de una inmensa y profunda sabiduría.

Siempre hay un “centro de gravedad” que sostiene el puente, y que por tanto, sostiene el “mirar” de quienes están en él. ¿Dónde se asienta el centro de gravedad de todo cuanto vivo? El gran reto de mi vida es poder arribar y tomar conciencia de ese centro de gravedad desde el que todo se ajusta, se recoloca, se torna ligero, leve y ágil.

El centro del puente, ese lugar desde el que contemplo los peces en el río, es ese punto que lo contiene todo, de manera que cuando apoyo mi brazo en él, me contengo e irradio a mí mismo y entonces acojo y amo al paisaje en su totalidad. En ese centro las dos orillas se me muestran como equidistantes: comprendemos, entonces, que es posible una forma de síntesis superior, la integración de la polaridad y un acercamiento de lo distante.

“Por mi alegría sobre el puente”

Solo quien coloca sobre el puente “que es el mundo” la alegría “que es él mismo”, ella misma, puede barruntar todas las alegrías que se mueven debajo del puente, es decir, en lo más íntimo de cuanto acontece.

Alegre circula el agua, y llena de alegría se estanca en el meandro. Alegres crecen los juncos de la orilla. Alegres se sienten en comunión las orillas, entrelazadas con los abrazos del agua. Alegres nadan los peces y alegre se expande la onda que provoca la piedra arrojada. Alegre acoge el arroyo la mirada del pájaro y se la devuelve poniéndole alas en la pequeña cascada. Alegre acaricia el grillo la noche y le canta poemas de amor a una luna alegre, aunque mengüe. Y alegre doy yo mi mirada a todo eso, porque con ello no pierdo nada, sino que me recreo y manifiesto como soy: una alegría de la vida que embellece, aún más, el paisaje.

Desde el puente no es preciso mirar hacia arriba porque todo el cielo baja, se posa y se alegra, también, en el reflejo del río. Se alegra el azul al ceder su colorido y condensarlo en los remansos del agua, se alegran las nubes de pintar la corriente líquida como nieve blanca. Se alegra el sol de poder hacer crecer el agua y hacerla ascender, como vapor sin alas. Se alegran las estrellas de iluminarlo todo, sin cobrar apenas nada; solo tímidos reflejos que viajan con la corriente y que ya son suficiente paga. Y se alegra la Vida misma porque mi alma, con todo ello, se regocija.

Mi alegría sobre el puente es siempre un canto de esperanza, como el canto de la chicharra. Porque la alegría es insistente, mas nunca cansa, ni se cansa. Mi alegría sobrevuela el arroyo, le da colorido y pone palabras a los sonidos, le pone silencio a lo visto y guarda en secreto lo escuchado.

“Mi alegría sobre el puente” es *mi alegría en el mundo*, esa que manifiesto como parte de mí y esa que quiero regalar a la

creación toda. “Mi alegría sobre el puente” es una invitación a extender la alegría a todos y a todo, como única manera de que Dios vuelva a sonreír, para siempre. “Mi alegría sobre el puente” es la alegría del Dios de la Vida en mi corazón. Por eso, “mi alegría sobre el puente” es un compromiso conmigo mismo, con mis hermanos y con el mundo. Porque la alegría, al ser contagiosa, compromete. La alegría siempre conlleva la necesidad de compartirla y de extenderla. Y al “partirla-con” se hace más grande a sí misma.

El puente es ese “espacio de Gracia permanente” en el que la Persona Nueva toma plena conciencia de su Alegría, es decir, de Lo Que Realmente Es. En su centro, puede recostarse sobre la barandilla y contemplar, escuchar y amar. El “puente” es un “puente” a la utopía, pero que ya forma parte de ella. Por eso, quien se instala y vive “la alegría sobre el puente”, se instala, vive y comunica “la alegría de un Mundo Nuevo”, la dicha de ser y vivir como una Persona Nueva, como un Ser de Luz. Ese puente no es sino tu propio Corazón.

Mirando la vida con los ojos del corazón

Solemos mirar a través de nuestros ojos, pero pocas veces detenemos nuestra mirada en la presencia o conciencia que se asoma al mundo a través de ellos.

Mirar desde el corazón transforma el gesto de mirar en una experiencia de presencia. Supone una acción revolucionaria porque cuando miro desde el corazón aquello que veo se transforma.

Sobre el puente que representa nuestra vida cotidiana, los ojos del corazón aparecen como reto y la mirada alegre se muestra como una posibilidad. Se trata de sentir los ojos como “regalos” y la mirada como “presente”, es decir, como presencia que irrumpe

en los ojos para, desde ellos, acercarnos y contemplar la corriente del cotidiano y los acontecimientos que, como peces, se mueven en ella.

Mirar con los ojos del corazón crea un vínculo amistoso con aquello que se mira, traza un espacio de respeto hacia lo que se dirige la mirada y favorece el descanso de quien mira.

Mirar con los ojos del corazón es volcar sobre el panorama de lo que se ve unas pupilas luminosas y empapadas por la ternura.

Quien mira desde el corazón, en el acto de ver, reconoce y permite que cada cosa sea lo que es y esté donde está y se apresta a tocar con sus ojos el alma de aquello que ve. En ese mismo instante, el corazón de quien mira de esta manera, es tocado y afectado, de algún modo, por lo que ha visto.

Con los ojos del corazón damos forma a una mirada en la que podemos observarnos mirando al mundo y dejándonos mirar por él.

Hay que ser muy valientes y decididos para dejar que el corazón nos cuente lo que ve a través de los ojos. Es un estar dispuesto a que sea el alma quien se asome al cuerpo del mundo a través de la ventana de nuestros ojos y consentir que sea el corazón quien nos diga cómo situarnos y qué hacer ante aquello que estamos mirando.

Hay quien solo ve peces moviéndose en el agua. El corazón ve en ello un mundo, un cosmos, un significado.

Solo desde los ojos del corazón sentiremos, de nuevo, el “alma del mundo”: los peces y arroyos de nuestra vida dejarán de ser solo “paisaje”, meros telones de fondo o parte de un decorado en el que ya no nos sentimos partícipes. Todo se mostrará con un rostro, es decir, siendo rastro de algo más profundo y sutil y que solo podrá ser visto por quien presta sus ojos al corazón.

En este sentido, la mirada del corazón es hoy una necesidad epistemológica y una urgencia política. Una mirada comprometida, salvífica, redentora y cargada de belleza.