

## SER Y ESTAR



Cristian Alejandro Cepeda - Córdoba

Era una tarde calurosa en mi Chaco, una de esas tardes en que solía charlar con Mary, mi amiga, la guía en mis vuelos interiores.

La lluvia pasó por nuestro encuentro y nos regaló un agradable fresco. El viento jugaba con los árboles y junto al canto de los pájaros componían un paisaje de calma y serenidad.

Ese momento único me permitió sentir que en ese instante había dos mundos que se habían encontrado, dos mundos que habían coincidido en un mismo lugar de paz.

Dos mundos que acompañan nuestra vida, el interior que gira dentro de mí y el exterior que existe más allá de mí.

En el mundo exterior no hay pausa ni descanso, no hay espacio para el silencio. El mundo exterior es necesario para vivir, en él

estamos la mayor parte del tiempo, en él trabajamos, caminamos, comemos, descansamos.

Con la mirada puesta solo aquí es difícil encontrar la pausa necesaria para estar en paz.

Este mundo es la esencia del hacer, nuestro hacer define nuestro ser y éste es la esencia de nuestro mundo interior.

Mi mundo interior tiene la fuerza y la magia que yo le permita tener, la calma que le permita encontrar. Aquí construyo mi presente y encuentro mi silencio, aquí vivo la profundidad de mi ser y siento la alegría que me regala la paz.

Aquí me siento uno en todos y encuentro la sabiduría de la existencia. La paz tiene la profundidad que tiene mi mundo interior.

Somos uno en dos mundos pero sin la sabiduría de estar en los dos a la vez.

Este es el desafío de la vida, aprender a sentirnos uno, aprender a ser en el exterior y estar en el interior.

Matías Andrés Cepeda Monsalvo

Setiembre 2016