

Bienvenida

*«El ideal terapéutico es curar en una sesión;
el ideal al escribir es curar en un libro.»*

STEPHEN B. KARPMAN, M.D.

Este libro es el resultado de un camino, de un proceso que me llevó a tomar el lápiz y el papel como herramientas de autoterapia por el plazo de unos siete años.

En ese proceso fui anotando un conjunto de reflexiones que entre la primavera y el otoño de 2002 puse en orden y complementé con aquellos textos extraídos de libros, cuentos, películas e incluso canciones de los autores que más me han impactado a lo largo de mi vida. Por lo tanto, este libro fue escrito para mí: fueron y son cartas a mí mismo.

Contando con el enorme privilegio que supone ser editado y poder compartir estas cartas, no puedo ni quiero evitar expresarte cuál es mi deseo: que las palabras que vas a encontrar en adelante te inviten a pensar, a sentir, a hacer un alto en tu camino y encontrar, revisar o confirmar el rumbo de tu vida.

Este libro ha sido escrito para aquellos buscadores e insatisfechos inteligentes que día a día intensifican la luz del camino por el que andan. Para aquellos que, como el

caballero de la armadura oxidada de la fábula, soltaron o están en camino de soltar el rígido caparazón de antiguas ideas y actitudes cristalizadas y están dispuestos a emprender un trabajo que les ayude a liberarse de miedos, prejuicios, ansiedades, *eso-que-tú-quieres-no-se-puede*, dudas y desaprobaciones interiores y exteriores.

Y, sobre todo, para aquellas personas que ansían dar dirección y sentido a su vida.

En su día, José Luis Sampedro dijo: «El arte de vivir es hacerse quien uno es. Yo, como todos, tengo el deber de ser lo que soy. Pero no soy nadie sin los demás». Hacernos nosotros mismos, sabiendo ser con los demás: probablemente en ello está el sentido último de la vida y el destino de toda buena Dirección.

Para ti, que intuyes que hay una manera diferente de vivir y que deseas encontrar la verdadera Dirección de tu vida.

Nota a esta nueva edición ampliada y revisada

Han pasado ya dos años desde la aparición de *La Brújula Interior* y han sido muchos los lectores de distintos países que han leído el libro. En esta nueva edición se ha incorporado al papel la carta inédita que estaba hasta ahora sólo accesible a través de Internet —La Carta 11 bis—. Así como algunos cambios a la primera edición.

Adicionalmente, el libro añade el más especial de los regalos, una joya de incalculable valor: una carta de Alejandro Jodorowsky.

Con el deseo de que el libro se convierta en el amigo que desea ser, recibe, mi más cálido saludo y mi gratitud.

Álex Rovira

Prólogo

La función clorofílica de los libros

Algunos libros nos ayudan a sentir, a respirar, a ser más y mejor quien uno aspira a ser. Algunos libros están destinados a ser nuestros amigos.

La brújula interior, de Álex Rovira, es una obra que ayuda a mostrar el camino que cada uno merece. Su ecosistema es clorofílico: limpia el aire a nuestro alrededor y lo hace más respirable.

Píndaro decía en su célebre máxima: «Llega a ser el que eres». Álex ha escrito un manual de instrucciones con su alma, como si hubiese recibido el encargo de Píndaro en persona, para ayudarnos a pensar y sentir mejor.

La verdad es que este libro contiene, como mínimo, dos enormes suertes: una, la de su propósito, su mensaje, su opción, que no es otra que la de ayudarnos a ser felices siendo buenas personas, siendo buenos profesionales, siendo buenos ciudadanos. Siendo, en lugar de creyendo ser.

La otra, menos visible, pero no por ello menor: la de descubrir a un tipo que acaba siendo tu amigo: Álex Rovira, un hombre joven cuya inteligencia y potencia se dan la

mano con una ternura y una capacidad analítica inusuales. El libro y la persona van juntos, y muy de la mano, porque han ejercido un camino juntos. El libro se ha ido realizando en el interior de un hombre que, un día, sentado delante del ordenador, ha empezado a poner, palabra por palabra, todo cuanto forma parte de su creencia.

El resultado no puede ser más notable. Porque *La brújula interior* es un mapa para encontrar la salida a esos callejones cerrados en los que tantas personas se encuentran. Es una obra que logra la complicidad inmediata, escrita con el tono de lo cercano, estando siempre cerca de lo profundo.

Pasa fácil, y deja huella, porque es como su autor: potencia, esencia, ternura, entusiasmo y belleza. El alma de Álex resplandece en esta obra. Es un libro que puede leerse con poca luz externa porque ésta ya emerge de sus páginas.

El lector sale de la obra distinto, porque ya no tiene excusas para dejar de ser quien ha sido llamado a ser.

Jordi Nadal
jordi-nadal@telefonica.net

Carta de Alejandro Jodorowsky

«Un sabio debe hablar, no para decir, sino para guiar a los otros a encontrar. El destino del hombre es el de crearse a sí mismo.»

ÉLIPHAS LÉVI, *Ritual de la Alta Magia*

Cuando huí de México, llevándome en la cajuela del automóvil todo el material de mi película *La Montaña Sagrada*, (las autoridades me amenazaban con quemar los negativos si no accedía a cortar más del 40% de las imágenes), y me refugié en Nueva York —donde realicé el montaje—, comencé, por la angustia, cada noche a sudar de tal modo que empapaba unas ocho camisetas. Esto me impedía dormir... Un amigo me dio la dirección de un médico, en el barrio chino. Era un sabio que no sólo ejercía la medicina, sino también la música, la poesía y las artes marciales... Sus consultaciones eran gratuitas... Me senté frente a él, me observó un largo momento con sus ojos rasgados y, de pronto, me preguntó: «¿Cuál es su finalidad en la vida?»... Me sorprendí. «No vengo a tener una conversación filosófica. Vengo a que usted me cure de esta incesante transpiración.» El anciano insistió: «Si usted no tiene una finalidad en la vida, no lo puedo curar»... Había tal claridad, tal bondad, tal desprendimiento en ese ser, que estuve a punto de llorar. Me oí responder: «Mi verdadera finalidad no es triunfar en el arte, sino en mí mismo: quiero llegar a crear-

me un alma, quiero obtener la conciencia suprema»... «¿Para qué?», me interrogó, sonriendo. «Para transmitirla. Nada para mí que no sea para los otros.» Sólo entonces accedió a tomarme el pulso, a darme una lista de plantas chinas, frutas secas y semillas, que tuve que comprar en la farmacia del barrio. Debía dejarlas hervir y luego beber la infusión. Cesé de transpirar, cesaron mis angustias, supe que desde ese momento trataría de llegar a un arte capaz de curar.

Si el mundo va mal, no solo debemos hacer un arte que cure, sino también negocios que curen, edificios que curen, políticas que curen, periódicos que curen, filosofías que curen...

Mi finalidad temporal debe sumirse en la finalidad general, la de la raza humana.

Conoceremos todo el Universo. Viviremos tantos años como vive el Universo. Nos convertiremos en la conciencia del Universo. Lo mejoraremos...

Alejandro Jodorowsky

Carta 1

Una frase perversa: «Hay que ganarse la vida»

«Me ganaba la vida... pero no la vivía.»

Una de las frases más frecuentemente citadas por los enfermos terminales, según Elisabeth Kübler-Ross, la principal autoridad mundial sobre el acompañamiento a enfermos terminales.

«El hecho de que una opinión la comparta mucha gente no es prueba concluyente de que no sea completamente absurda.»

BERTRAND RUSSELL

Querido jefe:

Hace un buen rato que intento acabar el informe que me has pedido, pero no puedo concentrarme. Ya sabes que suelo responder con eficacia a tus indicaciones, pero algo en mi interior se niega hoy a seguir redactando fríos y descorazonados memorándums. Por contra, cuando me he puesto a escribirte esta carta, mi pulso se ha acelerado y mis dedos han empezado a danzar livianamente sobre el teclado del ordenador.

Seguro que te preguntará por qué te escribo una carta en lugar de enviarte un e-mail o simplemente llamarte al móvil. No estoy seguro, pero creo que tiene que ver con la distancia y la ausencia de prisas. Dicho de otra manera, la carta me da la posibilidad de escribir pensando, de volver atrás y rectificar, de explicarme sin la incómoda sensación de que tengo que ser breve para no hacer perder el tiempo a mi interlocutor. Sin la premura de otros medios, en definitiva. Y lo que te quiero explicar, como verás, no admite prisas.

El caso es que hay una cosa que me tiene preocupado, a ratos estupefacto y a ratos cabreado, y que no me deja conciliar el sueño desde hace semanas. Es algo sencillo y fácil de entender, pero a la vez terriblemente profundo. Quizá te parezca banal a simple vista, pero tengo razones para pensar que es esencial para nuestro futuro como personas y como sociedad.

Te lo diré sin rodeos: la gente no es feliz. Por supuesto, es una generalización, pero más extendida de lo que muchos creen.

Desde hace algún tiempo, cuando pregunto a mis amigos y compañeros algo tan simple como «¿qué tal?», obtengo respuestas como éstas:

«Pse, tirando» (del carro, evidentemente, con lo que la identificación con un animal de tracción es obvia).

«Ya ves» (que en realidad quiere decir: «Decídelo tú, por que yo ni me veo»).

«Vamos haciendo» (en un gerundio sin fin). Fíjate, «vamos» y no «voy», porque en esta situación es mejor sentirse acompañado.

«Luchando» (como si la vida fuera una guerra).

Carta 1

«Pasando» (¿por el tubo?).

«No me puedo quejar» o su versión extendida «No nos podemos quejar», donde el que responde asume, en un alarde de masoquismo, que podría estar peor.

O el ya frecuente «jodido, pero contento», en el que se manifiesta que el estado natural de uno es estar jodido.

Son muy pocos los que contestan «¡bien!» y casos aisladísimos los que espetan un asertivo, sincero y convencido «¡muy bien!». Así que está claro que alguna cosa falla.

La realidad, la de hoy, la que percibo a mi alrededor, es que millones de personas van cada día a trabajar con tristeza y resignación, sin otra esperanza para salir de su desgraciada circunstancia que acertar en la lotería y llegar por un atajo a la felicidad.

Son muchos los que trabajan en oficios que no les realizan, que andan estresadísimos, que sienten profunda y tristemente que cobran menos de lo que valen y que, en definitiva, se sienten mercenarios de una hipoteca. Y dicen...

... «No puedo cambiar.»

... «Tengo una hipoteca a treinta años.»

... «Tengo una familia a la que sacar adelante.»

... «Soy un profesional con unos compromisos muy fuertes que debo mantener, ¿qué otra cosa podría hacer?»

Llevo tiempo dándole vueltas y creo que esta infelicidad tiene mucho que ver con una frasecita perversa que todos conocemos bien. Yo la he oído a lo largo de toda mi vida, desde que era un crío. Es una expresión que forma parte de nuestro lenguaje aceptado y compartido. Está en

el centro de nuestra vida y, probablemente por eso mismo, nunca reflexionamos sobre sus implicaciones.

Tiene apariencia inofensiva, la muy puñetera, pero no hay que fiarse. Si la escuchas sin prestar mucha atención, dices: «Vale, ¿y qué?». Pero si te paras a pensarla, a rebuscar entre las palabras, sacas conclusiones escalofriantes.

Voy directo al grano. La frase en cuestión es corta, sólo tiene cinco palabras y es: «Hay que ganarse la vida».

¿Qué, cómo la ves? ¿Alguna reacción a bote pronto?

¿Te dice algo? ¿Se activa alguna alerta en tu mente?

Lo cierto es que a mí no me decía nada hasta que hace un par de semanas, en una reunión con unos clientes, se la oí decir resignadamente a uno de ellos. Entonces, de pronto, me vino a la cabeza el siguiente pensamiento:

DECIR QUE NOS TENEMOS QUE GANAR LA VIDA
IMPLICA PARTIR DE LA PREMISA DE QUE LA VIDA
ESTÁ PERDIDA.

Has leído bien, sí, ¡perdida! ¡Y esto es fuerte, muy fuerte! Y, sin embargo, todos o casi todos lo tenemos asumido como normal, como lo que toca, como lo que es, como lo que hay.

Y si asumimos la perversión de esta frase tan socialmente aceptada y muy escasamente pensada, lo mejor que podemos esperar de nuestra existencia, el mejor de los futuros imaginables, es recuperar algo que, en realidad, nos es consustancial. Para no vivir como muertos, nos pasaremos la vida intentando «ganárnosla». Con resignación y,

Carta 1

según el carácter de cada uno, con un poso de mala leche en el fondo.

¡Y todo porque nos han hecho creer que la vida, aquello que está en el origen de la existencia, de la conciencia, de la felicidad, de la creatividad, del amor, de la intimidad, nos la tenemos que ir ganando! ¡Que cuando nacimos el tema estaba perdido!

Y desde pequeñitos nos lo tragamos, ¡zas!, sin rechistar, ¡directo al inconsciente!

Tenemos que hacer algo al respecto, jefe, y cuanto antes mejor, si queremos una vida feliz y que éste sea un mundo mejor. Y, de paso, si queremos conseguir que nuestra empresa prospere, porque seguro que no se te escapa que una cosa va ligada a la otra.

¿Cómo podemos cambiar esta manera de pensar...? Yo no soy psicólogo ni filósofo, pero tengo mis ideas, como cualquiera. Así que te propongo una cosa: demos un nuevo significado y una nueva forma de expresión a esta frase y logremos así que las personas establezcan un nuevo punto de partida, reasignen el valor de la vida en su cerebro y definan una nueva «posición existencial de partida», más sana y menos sometida y resignada.

¿Qué te parece? Mi propuesta es que abramos los ojos y nos olvidemos de esta frase, ya que...

... LA VIDA NO TIENE QUE SER GANADA PORQUE ESTÁ GANADA DESDE QUE NACEMOS.

Tú eres una persona razonable, por lo que confío en que sabrás entender estas inquietudes que te transmito. Es más, estoy seguro de que estos pensamientos han debido

rondar ya por tu cabeza y has llegado a conclusiones que a mí se me escapan (por algo eres el jefe).

Así que espero con ansia tu respuesta a estas líneas.

Con un afectuoso abrazo,

Álex

P. D. Ya lo decía el sabio escritor estadounidense Henry David Thoreau... ¡en el siglo XIX!: «No hay nadie tan equivocado como aquel que pasa la mayor parte de su vida ganándose la vida».