

7

HISTORIAS DEL  
FARERO DE  
CAVALLERIA  
SERIE 5

FERRAN  
RAMON-  
CORTÉS



ó

# ATENCIÓN SELECTIVA

UN VIAJE POR LA COMUNICACIÓN PERSONAL

© 2024 TODOS  
LOS DERECHOS  
RESERVADOS

Con la euforia de la productiva mañana que había pasado, y cargado de buena intención, hice la comida. El resultado, la verdad, no fue muy bueno. Pero creo que el Farero valoró la intención. Tras una siesta de sofá, pasé un buen rato vagando por el faro, y a media tarde el Farero me dijo:

- Vamos, haremos una excursión que te gustará. Coge una chaqueta que a la vuelta hará más fresco. Y nos llevamos un par de bocatas que nos servirán de cena.

Salimos por el camino del Faro y llegamos al puerto de Sa Nitja. Desde allí nos metimos por un camino interior que nos llevó al otro lado del cabo y allí tomamos un camino que se llama “camí de cavalls”, que bordea el mar en dirección a la playa de Cala Tirant (todo esto lo aprendí de sus explicaciones, claro).

Ya de vuelta, paramos en una pequeña cala (Viola de Llevant, según me explicó también) y allí de repente me preguntó:

- Cuéntame, ¿en qué te has fijado durante la excursión?

No entendía la pregunta. Se lo dije, y él simplemente insistió:

- Te pregunto qué te ha llamado la atención durante el paseo: un paisaje, unas rocas, la textura de la tierra, los muros de piedra seca, el color y el estado del mar, o la arena o las piedras de las playas...

Muerto de vergüenza le tuve que reconocer:



- Pues nada de todo esto, la verdad. He estado leyendo algunos mensajes, y estaba con la cabeza en mi mundo...

Se hizo un denso silencio. El Farero, medio sonriendo supongo que para quitarle hierro a lo que iba a decirme, me dijo:

- Pues todo eso que has dejado de vivir...

Yo le debí de poner una cara rara, porque enseguida añadió:

- Luís, la vida no es más ni menos que la suma de todo aquello a lo que prestas atención. Y es algo que tú puedes decidir en cada momento. Si lo haces, estarás construyendo tu vida. Si no lo haces, si no decides por ti mismo a lo que prestas atención, vivirás secuestrados por ti mismo o por el exterior.
- ¡Uf!, espera porque no acabo de pillarlo ¿por qué dices que viviré secuestrado por mí mismo? No entiendo la idea.
- Te lo ciento: cuando andamos por la vida pensando en nuestras cosas, nuestro pensamiento a menudo se vuelve obsesivo, y ese pensamiento obsesivo anestesia nuestros sentidos, así que dejamos de captar todo lo que hay y todo lo que sucede a nuestro alrededor. Desconectamos la vista, el oído, el tacto... lo desconectamos todo, y no percibimos nada. Ese es nuestro propio secuestro.
- Vale, captado. Pero ¿Y por qué hablas de decidir a qué prestamos atención? ¿No se trata de prestar atención o no y punto?



- Verás, lo cierto es que no podemos prestar atención a todo, y por tanto necesitamos elegir. Ahora, en este instante, puede que estés eligiendo escucharme a mi. Y te pasa desapercibido el cambio de color del cielo que está ocurriendo en este momento. Pero puedes decidir no perderte el espectáculo del cielo, y sin darte cuenta dejarás de escucharme.

Hice la prueba: me concentré en el movimiento de las olas del mar, y no podría decir qué había hecho él mientras tanto. Podría haber desaparecido que no me hubiera dado cuenta. Tras unos instantes continuó con su explicación:



- No somos muy conscientes de ello, pero lo cierto es que elegimos la vida que vivimos decidiendo a qué prestamos atención. Y aquí es donde entran también los secuestradores externos.
- ¿O sea?
- Todos los estímulos que tenemos a cada instante, la mayoría de ellos provenientes de este pequeño artilugio que llevamos todos encima.
- ¿Los móviles?
- Los móviles. Que mientras decidamos para qué y cuándo les prestamos atención están perfectos, pero cuando nos despistamos, nos secuestran, y andamos por la vida sin percibir nada de nada. Nuestra atención es nuestra y nosotros elegimos. No la entreguemos a los que se ganan la vida gracias a nuestra equivocada atención.

Tuve la tentación de rebelarme y quejarme de la poca comprensión que tenían los adultos de cómo funcionaba nuestra vida, y de cómo gestionábamos los móviles. Pero me di cuenta de que el Farero me hablaba de algo mucho más profundo. Del control de mi vida. De la decisión de qué hacía con ella en cada momento.

Me senté en una plataforma de hormigón que había en la cala, y me quedé un largo rato concentrado en el cambio de color del cielo, y en las rachas de viento que me llegaban a la cara, simplemente sintiendo esas sensaciones. Simplemente viviéndolas. El Farero no dijo nada más. Sabía que el mensaje estaba dado. Ahora era cosa mía si me lo hacía mío o no.



El sol se había puesto hacía un buen rato, y llegamos de vuelta al puerto de Sa Nitja que ya había oscurecido. Por fortuna desde allí el Faro nos iluminaba cada medio minuto el camino. La noche era cerrada, no había luna, y las estrellas brillaban con inusual potencia. El Farero comentó:

- Una gran noche para ver estrellas fugaces.
- Creo que no he visto ninguna en mi vida. Tiene que ser mucha casualidad verlas.
- No, para nada, sólo es cuestión de atención.

Nos buscamos una zona de arena, y nos estiramos mirando al cielo. Me concentré en la ventana de cielo que tenía justo encima, y le dediqué toda mi atención. No sé cuánto rato estuvimos así, pero sé que vi cinco estrellas fugaces brutales.

Caminando de vuelta al faro lo comenté con el Farero. Y su pregunta fue:

- ¿Y te ha gustado vivir este momento?
- Claro, ¡Me ha encantado!
- Pues esta es la historia. Este es un pedazo de tu vida que tú has decidido. De forma personal y autónoma. Y tú puedes valorar cuánto has disfrutado. Así se construye una vida, con todos estos pedazos que nosotros -y sólo notros- decidimos.

Llegué agotado al Faro. El día había sido largo. Intenso, sobre todo. No tenía ni idea de si tenía mensajes en el móvil ni me apetecía salir de esa burbuja de naturaleza en ese momento. Así que disfrutando de una última visión de aquel extraordinario cielo me fui a dormir. Así terminó mi cuarto día en el faro.





WWW.LAISLADELOS5FAROS.COM

© 2024 TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS

DISEÑO GRAFICO JÚLIA RUIZ