



SIEMPRE ES HOY

Recupero un nuevo pensamiento de “El libro de la esperanza”, de Matt Haig, que dice:

“Siempre es hoy. Ayer y mañana también son hoy”.

Me encanta, y en mi interpretación es un pensamiento que va mucho más allá de la idea de vivir el presente, una idea que comparto, que intento practicar, y que desde diversos autores ya se ha explorado brillantemente.

Para mi, la idea de que *ayer también es hoy* implica darse cuenta (y aceptar) que lo vivido hasta hoy está presente en mi vida hoy, porque ha dejado en mi una huella. Y porque me ha moldeado, me ha hecho la persona que soy. Mi vivencia del presente no se explica sin mi pasado, y mi vivencia hoy incluye todas mis vivencias del ayer. Y esto es algo que veo muy claro en mis reacciones y comportamientos, que responden en gran medida a mis experiencias pasadas. Que hoy, por ejemplo, pueda estar disfrutando de una agradable comida con una amiga es porqué vivo el presente de esta situación, pero también porque un ayer nos conectó. Sin ese ayer, hoy simplemente no habría comida.

Y la idea de que *mañana también es hoy* es también cierta para mi, porque lo que tengo por vivir está también presente en mi vida hoy. Mis planes futuros (estoy organizando un fin de semana mano a mano con mi hijo) son también mi hoy, en este caso mi ilusión de hoy. Y no significa que viva en ese futuro, ni que tenga ninguna certeza de que vaya a realizarse. Significa sólo que mi ilusión de hoy es por ese posible futuro.

Es cierta la idea de que sólo el presente existe, y que no debemos perdérselo por vivir en las nostalgias del pasado o en las esperanzas del futuro. Ciertamente, tenemos que vivir el presente. Pero para mi no es menos cierto que ese presente bebe de mi pasado, y está conectado a mi (posible) futuro. El pasado, y el futuro, no como lugares en los que instalarse, pero sí como modeladores de mi experiencia presente tienen una vital importancia. Por eso es verdad, para mi *ayer y mañana también son hoy*.