

Lola Feliu

# El río de la vida

Un viaje iniciático  
al corazón de los Himalayas



EDICIONES OBELISCO

Si este libro le ha interesado y desea que le mantengamos informado de nuestras publicaciones, escríbanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente le complaceremos.

Puede consultar nuestro catálogo en [www.edicionesobelisco.com](http://www.edicionesobelisco.com)

**Colección Espiritualidad y Vida interior**

EL RÍO DE LA VIDA

*Lola Feliu*

1.ª edición: febrero de 2023

Corrección: *TiEdi, Teleservicios Editoriales, S. L.*

Diseño de cubierta: *Enrique Iborra*

© 2023, Lola Feliu

(Reservados los derechos para la presente edición)

© 2023, Ediciones Obelisco, S. L.

(Reservados los derechos para la presente edición)

Edita: Ediciones Obelisco, S. L.

Collita, 23-25. Pol. Ind. Molí de la Bastida

08191 Rubí - Barcelona - España

Tel. 93 309 85 25

E-mail: [info@edicionesobelisco.com](mailto:info@edicionesobelisco.com)

ISBN: 978-84-9111-957-9

Depósito Legal: B-2.260-2023

Impreso en los talleres gráficos de Romanyà/Valls S. A.

Verdaguer, 1 - 08786 Capellades - Barcelona

*Printed in Spain*

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida, almacenada, transmitida o utilizada en manera alguna por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o electrográfico, sin el previo consentimiento por escrito del editor.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org))

si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

# Índice

Acerca de este libro . . . . .	9
Prólogo de la autora . . . . .	11
1. La inesperada propuesta . . . . .	15
2. Comienza la aventura . . . . .	25
3. Iniciamos el viaje. . . . .	31
4. El gran río de la vida . . . . .	37
5. Comienza la expedición . . . . .	47
6. Adentrándonos en los Himalayas . . . . .	53
7. Avistamos las cumbres nevadas . . . . .	61
8. Al encuentro de los maestros. . . . .	71
9. El último enclave habitado . . . . .	81
<i>Enseñanzas día 1: ¿Quién soy yo?... ¿Quién es el ser?</i> . . . . .	87
10. La Boca de la Vaca. . . . .	99
<i>Enseñanzas día 2: ¿Somos energía? ¿Qué cosas o actos «suman»     o «restan» energía en nuestra vida? . . . . .</i>	107
11. Un circo natural de montañas . . . . .	129
<i>Enseñanzas día 3: Nuestro «hijo físico» . . . . .</i>	131
12. Engullidos por la tormenta . . . . .	143
<i>Enseñanzas día 4: Alimentación - primera parte. . . . .</i>	157
13. En las entrañas de la Tierra . . . . .	179
<i>Enseñanzas día 5: La importancia del agua en nuestra vida . . . . .</i>	199
14. Bajando por el río de la vida: va, va . . . . .	213
<i>Enseñanzas día 6: Nuestro «hijo mental» . . . . .</i>	222

15. Escapando de la naturaleza salvaje . . . . .	245
<i>Enseñanzas día 7: Nuestro «hijo emocional»</i> . . . . .	251
16. La transitoriedad del cuerpo humano . . . . .	269
<i>Enseñanzas día 8: Nuestro «hijo energético»</i> . . . . .	276
17. Llegando al final del «viaje» . . . . .	303
<i>Enseñanzas día 9: Nuestro «hijo espiritual» - primera parte</i> . . . . .	306
18. Todo lo que empieza termina . . . . .	325
<i>Enseñanzas día 10: Nuestro «hijo espiritual» - segunda parte</i> . . . . .	325
Agradecimientos. . . . .	333
Acerca de la autora . . . . .	339

A mis padres, Luis y Dolores, que no sólo me han acogido en su seno para ofrecerme la oportunidad de tener esta experiencia de vida, sino que además, con su ejemplo, me han enseñado modelos de vida para copiar y también para cambiar.

A mis hijos, Ugo y Oscar, que siempre creyeron en mí y se convirtieron en mi principal estímulo. Es a ellos a quienes les dedico especialmente este libro. Ahí está todo lo que les hubiera querido enseñar si, cuando nacieron y crecieron, yo lo hubiera podido «recordar».

A mi marido, Peter, que me ha ofrecido una vida llena de desafíos en un país fascinante como la India, donde crecer en la dimensión espiritual ha sido más fácil que en cualquier otro lugar.

A mis hermanas y hermano, que eligieron nacer en la misma familia que yo para compartir las buenas y no tan buenas experiencias mientras vivíamos bajo el mismo techo durante nuestra infancia, adolescencia y parte de nuestra juventud. Les agradezco los muchos entrañables momentos que pasamos juntos, y les pido perdón por no haber sabido, o podido, ahorrarnos las situaciones más difíciles y apoyarles en ellas.

A mis amigos de la vida por todo lo que aprendimos y disfrutamos juntos. Amigos de la infancia, de la adolescencia, de la juventud y de la madurez. Amigos del colegio y amigos de la universidad. Amigos de las vacaciones de verano y amigos del trabajo. Amigos de viajes y amigos de deportes. Amigos de crecimiento y evolución. Amigos que siempre llevo y llevaré en mi corazón.

A mis nietos Loann, Abril, Alan y Nicolás, nacidos durante el proceso de escribir este libro y a los que antepuse por encima de todo para poder formar parte de los trascendentales primeros años de sus vidas. Nunca imaginé lo maravilloso que podía llegar a ser convertirse en abuela.

A todos los lectores que tienen este libro en las manos, les agradezco su confianza por acompañarnos en este «viaje» iniciático hasta el final.  
¡Ojalá que pueda ser una fuente de inspiración para desplegar sus alas y volar tan alto y lejos como deseen!

¡Buen Viaje!

## Acerca de este libro

*(Es importante que leas las siguientes líneas para comprender el funcionamiento de la lectura de este libro)*

El lector que haya adquirido este libro se encontrará inmerso en una fantástica aventura espiritual cuya acción tiene lugar en plena cordillera de los Himalayas en la India. En él se cuenta cómo un grupo de jóvenes acompañan a la autora a realizar un viaje de autodescubrimiento, un viaje iniciático, que podría transformar su vida para siempre. Durante el viaje atravesarán algunos de los lugares más sagrados y recónditos de estas altas y emblemáticas montañas, mientras van recibiendo enseñanzas que les permitirán comprender algunas de las grandes verdades universales, y tal vez realizar su «Despertar», abriendo un nuevo capítulo en sus vidas.

El libro relata la arriesgada travesía en la que los participantes de esta expedición española, partiendo de la ciudad de Delhi, se dirigen al corazón de los Himalayas, allí donde termina la carretera, y donde comienzan su ascenso a pie para dirigirse al nacimiento del río más mítico y místico de la India, el río Ganges, para a continuación atravesar el glaciar que los separa de uno de sus más tumultuosos e importantes afluentes, y descenderlo en barcas de *rafting*, en una expedición sin precedentes que durará diez días.

Durante esta aventura, los participantes deben afrontar un gran número de dificultades caminando sobre mantos de inmaculada nieve, cruzando helados lagos sobre quebradizo hielo, atravesando secretos y sagrados pasajes, y desafiando bravas aguas. En ese caminar por una naturaleza muy virgen, y en algunos casos salvaje, les llega la oportunidad de encontrarse con algunos de esos auténticos maestros que habitan en el corazón de la cordillera, alejados de cualquier influencia externa, respetados como guardianes y perpetuadores

de la sabiduría milenaria, dispuestos siempre a compartir sus conocimientos con todos aquellos auténticos buscadores de la verdad.

Es una obra con un formato especial, ya que entrelaza dos libros en uno solo. Uno es de aventuras, más descriptivo; el otro, más centrado en enseñanzas destinadas a vivir una vida más plena y saludable, ofreciendo herramientas y recomendaciones basadas en el aprendizaje, experiencias e investigaciones que la propia escritora realizó a lo largo de sus doce años de vivir en la India; experiencias que cambiaron su vida y la llevaron a curarse de una enfermedad clasificada como crónica y supuestamente incurable según la medicina moderna occidental.

El formato que se ha empleado permite leer los dos libros por separado, ya que se ha utilizado letra «normal» para la parte de aventura y letra «cursiva» para la parte relacionada con las enseñanzas. Sin embargo, se recomienda leerlo todo seguido desde el principio hasta el final, por lo menos en la primera lectura. Para poder profundizar o repasar la parte de las enseñanzas que más pudiera interesar en cada momento, se ha detallado, en el mismo índice, los temas tratados en las «Enseñanzas».

Libro dedicado especialmente a los jóvenes del nuevo milenio, pero también pensado para todos aquellos adultos que todavía no han perdido la esperanza de vivir en una sociedad mejor, comprendiendo que cada uno de nosotros debemos ser el cambio que queremos ver en el mundo. Quizá estas páginas puedan ayudar a encontrar respuestas a las eternas preguntas existenciales que consciente o inconscientemente nos acompañan a lo largo de nuestras vidas, y de esa forma hallemos un mayor sentido a nuestra existencia.

¿Realidad o ficción? La autora declara que es una combinación de ambas cosas, ya que los personajes existen aunque ha cambiado sus nombres para proteger sus identidades; la mayoría de experiencias narradas han sido vividas por ella misma, pero no necesariamente en el mismo orden, fecha y lugar, por lo que cualquier parecido con la realidad es pura coincidencia.

## Prólogo de la autora

«Ahora que estás curada de fibromialgia, ¿vuelves a volar en globo?». Ésta es una de las preguntas que más me han hecho durante los últimos años, después de mi sanación y aludiendo a mi *hobby* de la etapa anterior como piloto de globo aerostático tripulado. A ella, mi repetida respuesta es: «¡Nooo! ¡Lo que hago ahora es muchísimo más fascinante que volar en globo!».

Cuando empecé a incorporar en mi vida cotidiana los conocimientos que fui aprendiendo a lo largo de la investigación realizada durante mis doce años de vivir en la India, no sólo pude sanar mi enfermedad en un lapso de tiempo relativamente breve, sino que además pude descubrir algo muy importante: que la vida es mágica, y que todos podemos convertirnos en magos. Para ello, nos hace falta conocer y aplicar las reglas de este juego tan antiguo como es el del «Arte de vivir», y entonces la magia está servida. Magia que nos permite transformar el mundo gris y pesimista en el que nos vamos sumergiendo a lo largo de la vida, en un mundo de colores, llenos de energía y confianza.

Hoy día sabemos que todo es energía, nosotros mismos y todo el universo que nos rodea. Si somos capaces de sintonizar «nuestra emisora personal» a la energía sutil que nos rodea, nos daremos cuenta de que el universo siempre ha estado ahí, inteligentemente, confabulando a favor nuestro; y que todo lo que necesitamos acaba llegando a nuestras vidas en el momento más adecuado para nuestro propio bien y el de los demás.

El conocimiento de las distintas leyes metafísicas que rigen el universo nos puede ayudar a comprender que podemos ser cocreadores conscientes y activos de nuestras vidas, entendiendo la metafísica como todo aquello que va más allá de lo físico, difícil de ver con nuestros ojos y tocar con nuestras manos, pero no por ello menos existente o menos importante.

Algunas personas se pueden preguntar: ¿cómo es que alguien que ha impartido durante más de diez años clases de economía en la universidad cambia

su profesión y comienza a impartir clases de crecimiento personal? Pues entre una cosa y otra, hubo una enfermedad, fibromialgia, la cual acabó resultando ser una oportunidad. Los terribles dolores que mi cuerpo debió soportar durante más de ocho años, llevándome de un médico a otro con la esperanza de terminar con el sufrimiento que me provocaban mis fuertes contracciones musculares, me hicieron salir de mi zona de confort para investigar por mi propia cuenta si era posible obtener una sanación completa, contrariamente a lo que la ciencia médica sentenciaba. Ello me llevó a estudiar Naturopatía, para continuar con un master de medicinas alternativas y salud integral en la India, y finalmente acabar realizando mi propia investigación.

Como por naturaleza siempre había sido una persona muy deportista, me fue muy difícil aceptar el veredicto a cadena perpetua a la que los médicos me habían sentenciado cuando finalmente pudieron poner nombre a mi enfermedad, especialmente por la forma en cómo se me fue anunciado: «Señora, usted tiene fibromialgia, una enfermedad que no tiene cura y por la que deberá medicarse para el resto de su vida. Con el fin de apaciguar sus dolores, deberá ir aumentando la dosis de los medicamentos a medida que el cuerpo se vaya acostumbrando a ellos. No hay otra. Usted deberá aprender a vivir con ello». Todo eso, dicho de forma rápida, escueta, y sin mirarme ni siquiera a los ojos.

Aunque practicaba una gran diversidad de deportes, mis favoritos eran los que implicaban bastante acción y un cierto riesgo, especialmente los que se realizaban al aire libre en plena naturaleza. Cuando la enfermedad me tumbó, yo estaba muy activa como piloto de globo aerostático, viajando por distintos continentes, participando en competiciones internacionales y realizando proyectos de récord en numerosos países. Por ello, cuando finalmente identificaron la enfermedad que me causaba esos insoportables dolores y un grado de minusvalía tan grande que me impedía trabajar, conducir y vivir una vida normal, no pude menos que exclamar: «¡No! ¡No me lo puedo creer! ¡No lo voy a aceptar!».

No podía, ni quería, imaginar cómo sería vivir el resto de mi vida con dicha enfermedad, a la que se le añadió el síndrome de fatiga crónica y depresión, como suele pasar con muchos enfermos de fibromialgia. Lejos quedaban las andaduras que me habían llevado a recorrer un gran número de países, por tierra, mar y aire, desde el inicio de mi juventud.

La depresión, el cansancio y los dolores musculares acabaron por arrastrarme a las profundidades del infierno, donde comencé a jugar al peligroso juego del «¡Pobre de mí!», «¡Por qué me tenía que tocar a mí?!». Si sólo tuve un momento de claridad, éste fue cuando dije: «¡No! ¡No voy a tomar medica-

ción! ¡Mi cuerpo puede chillar lo que quiera! ¡Aguantaré el dolor! ¡Pero mi mente la quiero clara y mi voluntad también!».

Y esa claridad fue la que me permitió caminar con paso firme y decidido hacia la sanación. La salud que disfruto ahora y los niveles de energía que tengo en la actualidad, más de un joven los desearía tener. Cuando estaba enferma, me sentía literalmente como una mujer de 90 años, de cuerpo y de mente. Ahora me siento como una joven de 18 con algunos años más de experiencia, y cuando cumplo años sólo los sumo a los de la experiencia. No fue un camino corto, pero sí un camino fascinante y muy gratificante.

Cuando comprendí que las enfermedades no nos caen del cielo por arte de magia ni de forma aleatoria, sino que las podemos causar nosotros con nuestras acciones u omisiones, con nuestros pensamientos, con nuestras emociones activas o enterradas vivas, con nuestro desconocimiento hacia lo que somos, ignorando y amordazando a nuestro verdadero Ser, comprendí también el enorme potencial que habitaba dentro de nosotros, y que todo lo que necesitábamos para sanar lo llevábamos puesto. Entonces decidí dedicar los siguientes años de mi vida a compartir estos conocimientos para ayudar a otras personas a sanar si así lo deseaban.

Al escribir este libro, mi intención no es sólo ayudar a colocar las piezas del puzle sobre el «Arte de vivir» de una forma ordenada y coherente, sino también que el lector se sienta cautivado por él y desee llegar hasta el final. Os invito, pues, a través de esta lectura, a embarcaros en este fascinante viaje iniciático, acompañando a los protagonistas en esa aventura que nos llevará a adentrarnos en el corazón de los Himalayas y descubrir algunos de los secretos mejor guardados del conocimiento milenario. ¡Quién sabe si en este viaje podréis hallar también respuestas a preguntas tan trascendentales e importantes como ¿quiénes somos? y ¿qué hemos venido a hacer aquí?! Si así fuera, os felicitaría, ya que a eso es a lo que yo llamo el «Despertar», y a partir de éste es cuando realmente comenzamos a vivir.

Por mi parte, no hago más que agradecer cada día el regalo que recibí en forma de enfermedad, pues gracias a ella tuve la oportunidad de crecer y realizar mi propio «Despertar», un despertar que no sólo me permitió recuperar completamente mi salud, sino también descubrir el gran poder que se nos fue otorgado por el simple hecho de ser humanos. Estas líneas, pues, las dedico a todas aquellas personas que en su fuero interno están escuchando una voz que les dice: ¡Sí! Sí, es posible recuperar el poder. Sí, es posible recuperar la salud. Sí, es posible realizar un cambio. Sí, es posible ser feliz. Sí, es posible cumplir nuestros sueños... ¡Sí, es posible «Despertar»! ¿Me acompañas?

# 1

## La inesperada propuesta

Sentada en el avión que nos llevaba a Delhi, observaba la alegría de los ocho jóvenes acompañantes que no habían parado de bromear desde que se juntaron en el aeropuerto para comenzar esta misteriosa aventura. Unas semanas antes, ninguno de ellos sabía que iba a embarcarse en el viaje más fascinante de su vida, un viaje que iba a remover sus cimientos, permitiéndoles adentrarse en un mundo de posibilidades que no hubieran podido ni imaginar en el mejor de sus sueños.

Recostada en mi asiento, recordaba con mucha claridad el día que propuse este viaje. Estábamos toda la familia en la casa de campo de mis padres celebrando mi llegada, en la visita anual que cada verano realizaba a España mientras vivía en la India. ¡Cuántas veces, desde la distancia, a lo largo del año, rememoraba este lugar y esos entrañables momentos!

El punto de reunión favorito era bajo el gran pino que había junto a la casa, que con su magnífica y espectacular copa algodonosa de un verde oscuro intenso, nos daba sombra y cobijo al grupo que conformábamos nuestra extensa familia, compuesta de padres, hijos, yernos y nietos. Bajo esa espesa sombra, solíamos sentarnos en corro, adultos y jóvenes, a tomar el aperitivo y ponernos al día de lo acaecido durante nuestras ausencias, mientras los más pequeños, ajenos a nuestro mundo, jugaban cerca de nosotros. Me sentía feliz respirando la fragancia del maravilloso pino que nos acogía. Siempre que olía a pino, estuviera donde estuviera, me transportaba con un sentimiento de profunda nostalgia a este lugar tan bello y amado.

Después de ponernos al día sobre las últimas novedades familiares, me tocó el turno de contarles un poco más sobre nuestra vida en Delhi y de nuestras experiencias en tan fascinante país. Les hablaba del desafío que representaba vivir en esa ciudad, de la pobreza tan visible en cualquier rincón del país,

de los proyectos solidarios que apoyábamos en barrios de chabolas, de lo mucho que esta experiencia nos enriquecía a nivel personal, etc. Entonces fue cuando una de las jóvenes sobrinas comentó que se me veía cambiada.

—¿Cambiada cómo? ¿Cambiada en qué sentido? —le pregunté.

—Pareces más feliz —respondió mientras otros asentían.

Era cierto, me encontraba más sana, completa y feliz. Cuando me preguntaron el motivo, les conté que era fruto de todo lo que había aprendido, y sobre todo comprendido, en mis estudios y experiencias en la India, y que aplicarlo en mi vida me permitió sanar mi enfermedad de forma muy rápida. Y no sólo eso, sino que una vez sanada, entendí que si incorporaba estos buenos hábitos en mi vida cotidiana para el resto de mi vida, cada día me encontraría mejor. Y así ha sido. Y así es.

Indudablemente, la experiencia de vivir doce años en India no sólo me había cambiado a mí, sino también a mi marido y a mis dos hijos. Ahora éramos más conscientes del valor de las cosas y de las personas que nos rodeaban. Aprendimos que la felicidad era sobre todo cuestión de actitud y descubrimos que pobre era aquel que, por tener, sólo tenía una cosa: dinero, pues con el dinero no se podía comprar la felicidad. Les decía que la felicidad sólo podíamos hallarla cuando adoptábamos una actitud de agradecimiento por todo lo que SÍ teníamos, en vez de enfocarnos en lo que NO teníamos. Cuando les dije que el 5 % es lo que pasaba en la vida y el 95 % como nos lo tomábamos, se sorprendieron un poco. Entonces expliqué un poco sobre cuán subjetivamente vivíamos la vida. Los condicionantes que todos teníamos por haber nacido en una familia determinada, haber estudiado en este colegio con esos maestros, haber conocido a estos amigos, haber vivido esas experiencias, e incluso por el simple hecho de haber nacido hombre o mujer, alto o bajo, guapo o feo..., y cómo todo ello iba marcando nuestra vida y nuestra personalidad, creando nuestro propio mundo, como si sólo existiera éste, sin darnos cuenta de que nuestra visión era sólo una visión muy parcial y subjetiva de la realidad.

Les contaba que cuando comencé a profundizar en estos temas, me di cuenta de que en realidad no sabía nada y que ese desconocimiento me impedía vivir plenamente mi vida. Comprendí que si no abría los ojos verdaderamente y despertaba, me arriesgaba a vivir el resto de mi vida como si fuera una zombi, un muerto viviente, sin enterarme de quién era y de lo que había venido a hacer aquí. ¡Cuántas personas no llegan nunca a responderse estas preguntas, así como tampoco a descubrir cuáles son sus dones y sus talentos, sus cualidades, sus puntos fuertes, y mucho menos su don especial para poderse realizar! De hecho, en general, no nos sentimos seres completos capaces

de lidiar con los desafíos que la vida nos ofrece, sino más bien todo lo contrario. Solemos sentirnos disminuidos e infravalorados, pasando la mayor parte de nuestro tiempo intentando inconscientemente comprar el aprecio y la estima de los que nos rodean, pues la forma en que la mayoría de personas crecemos y somos educadas no nos prepara para los desafíos que vamos a encontrarnos a lo largo de la vida, algo que más tarde o más temprano nos hará sentirnos infelices y con falta de herramientas para lidiar con los contratiempos que la vida nos presenta.

Recuerdo que, ante su interés, continuaba explicándoles que lo que nos enseñaban nuestros padres, lo que nos enseñaban en la escuela, lo que nos enseñaba la sociedad... en realidad no nos servía para ser felices. Ellos no tenían la culpa, no podían saberlo todo; o no podían saberlo todo correctamente. Nos habían enseñado o transmitido lo que a ellos les habían enseñado o transmitido, o lo que buenamente habían ido aprendiendo a través de sus propias experiencias y vivencias. Nos habían enseñado mucho, y cosas muy buenas, que debíamos guardar y perpetuar como valiosos tesoros; pero está claro que lo que a ellos les habían enseñado, y lo que ellos a su vez nos habían transmitido, no nos servía para ser felices. Es más, tenemos un gran trabajo para desaprender la mayor parte de lo aprendido, ya que es más fácil aprender cosas nuevas que cambiar las que se han consolidado como hábitos en nuestra vida. Por alguna razón, a los humanos no nos gusta el cambio, y eso se expresa muy bien en la conocida frase: «Más vale malo conocido que bueno por conocer». Esta frase, la cual vamos pasando de generación en generación, no nos ayuda a realizar los cambios que necesitamos para conseguir ser más felices; y si a ella le añadimos la de «Yo soy así y no puedo cambiar», entonces ya estamos perdidos. Todo ello son “programas” que se nos han implantado en nuestro cerebro, los cuales no sólo son obsoletos, sino que además son muy limitantes.

Cuando uno de mis sobrinos me preguntó cómo podían aprender esas enseñanzas, les conté que, con todo lo que había aprendido durante esos años en la India, había hecho una selección de lo que para mí había sido más poderoso y efectivo, y que con ello creé una metodología que compartía en distintos talleres y retiros. Entre todos ellos, destacaba uno que era especialmente completo y profundo; era un retiro de meditación y crecimiento personal de diez días en silencio, llamado «Viaje al Interior».

Al querer conocer con más detalle en qué consistía, les conté que durante los diez días que duraba el retiro, no sólo nos basábamos en la práctica de una de las meditaciones milenarias más poderosas que se conocían, la meditación *Vipassana*, sino que el participante también recibía enseñanzas del «Arte de

vivir» para conocerse mejor y poder aprender herramientas que le permitieran potenciar cada una de las cinco facetas del Ser: la física, la mental, la emocional, la energética y la espiritual. En realidad, lo que yo compartía en estos retiros era un compendio de sabiduría milenaria oriental, conceptos de física cuántica moderna, mi comprensión como resultado de la investigación que realicé, y mi propia experimentación.

Les hablé de que en realidad lo que los participantes hacían a lo largo del retiro era realizar precisamente un Viaje al Interior, iniciando un camino de autodescubrimiento y autorrealización, y a través de ello, empoderarse y comprender que la felicidad la llevamos puesta. Un “viaje” que podría llamarse «iniciático». Lo que en sánscrito, la lengua clásica de la India y una de las más antiguas, se llamaría *Diksha*: iniciar a una persona poniéndole la semilla del conocimiento para ayudarle a realizar su «Despertar».

Pude ver que esto les llamaba mucho la atención, y cuando alguno de los jóvenes me preguntó si ellos podrían hacerlo, yo les dije que cualquier persona a partir de los 18 años podría hacerlo siempre y cuando estuvieran dispuestos a cumplir el «noble silencio», la regla básica requerida para viajar con éxito al interior de nuestro Ser. Sabía que este formato chocaba a la gente, y más cuando les decía que este silencio debía ser apoyado por el silencio no verbal; es decir, no saludarse con la cabeza, ni mirarse o sonreírse cuando nos cruzáramos con otro participante, ni tampoco pasarse papelitos con mensajes. Pero debo decir que cuando acabamos los retiros, en el momento de compartir, casi todos los participantes, y en especial aquellos que creían que les sería muy difícil cumplir ese silencio, dijeron que justo éste había sido la clave para viajar muy profundamente a su interior. Y no sólo eso, sino que además coincidían en que era lo más bello que habían hecho en su vida.

El interés de los jóvenes iba en aumento a juzgar por todas las preguntas que me fueron haciendo. Entonces fue cuando se me pasó una idea por la cabeza: ¿por qué no me llevaba a los sobrinos más mayores a la India y les organizaba allí un retiro exclusivamente para ellos? ¿Por qué no ofrecerles la posibilidad de tener la gran experiencia de su vida con un doble viaje: un viaje a la India y un «Viaje al Interior»? Todo en uno. Mis pensamientos se agolpaban rápidamente uno detrás de otro. Cuando expresé este pensamiento en voz alta, menudo revuelo se armó. Recuerdo que mi hermano, sentado junto a mí, me dijo en voz baja: «¡Niña, menuda bomba has soltado! ¿Te das cuenta de en qué lío te acabas de meter? Veremos cómo sales ahora de ésa».

En mi mente se sucedían con rapidez un pensamiento tras otro: ¿qué comportaría para mí organizar este viaje? ¿Era realmente viable? ¿Qué necesitaría para llegar a materializarlo? En realidad, no demasiado. Si nos quedára-

mos los tres o cuatro primeros días en Delhi, mientras ellos visitaban la ciudad y los proyectos solidarios que allí apoyábamos yo podría aprovechar para ultimar los preparativos que debía comenzar en seguida desde España.

Cada vez tomaba más consistencia la idea en mi cabeza. Sentía una excitación interior sólo de imaginar lo especial que podía llegar a ser esta edición exclusiva para los jóvenes de la familia si sus padres se lo permitían. Y comencé a percibir su viabilidad cuando vi cómo los sobrinos que por su edad tenían una cierta posibilidad de participar intentaban convencer a sus padres para que dijeran que sí.

Recuerdo haberles dicho a sus padres: «¿Os dais cuenta lo que este viaje podría representar para ellos? Esto podría ser un complemento fantástico para su formación. ¿No lo veis así?». Estaban todos sorprendidos sin saber cómo tomarse mi sugerencia. Para poner algo de orden en el caos que se había formado, les sugerí que después de la comida nos reuniéramos los padres para hablar más seriamente sobre la viabilidad del viaje. Todos ellos estuvieron de acuerdo en que eso sería lo mejor: hablarlo sin los hijos, con mucha tranquilidad.

Ante la excitación de los sobrinos, y considerando que tal vez no todos los padres estarían de acuerdo, hice prometer a los jóvenes que, fuera cual fuera la decisión que cada familia acordara, debían tomarla con actitud positiva. Aunque era consciente de que a veces no es fácil aceptar un «no» cuando nos apetece mucho hacer algo, les dije que una de las lecciones más importantes que debemos aprender en esta vida, estemos donde estemos, vayamos donde vayamos, hagamos lo que hagamos, es aceptar las cosas como son y no como a nosotros nos gustaría que fueran. Siempre hay una razón por la que las cosas son de una forma y no de otra. Debemos tomar una actitud positiva y de desapego en cada acto de nuestra vida, porque no sabemos lo que el destino nos tiene reservado para el desenlace final de la obra completa.

Les propuse dejarlo ahí por el momento para disfrutar del delicioso aperitivo que acababan de preparar, con la promesa de que los mayores retomaríamos el tema después de la comida. Y así lo hicimos. Después de una alegre sobremesa, nos retiramos todos los hermanos con las respectivas parejas a la sala contigua para estudiar seriamente la viabilidad de mi propuesta.

«¡Me los llevo a los Himalayas!», dije, y ante su sorpresa añadí: «Tranquilizaos, que no vamos a escalar el Everest. Mirad, mientras comíamos, no podía dejar de pensar en este viaje y me venía una y otra vez la siguiente idea a la cabeza: me gustaría llevarlos al nacimiento del río Ganges, haciendo *trekking* en medio de las montañas, y quizá regresar bajando por el río en *rafting*». Y a continuación elaboré un poco más mi propuesta contándoles por qué elegía ese lugar. Les expliqué que el Ganges era el río más emblemático de la

India y el segundo más largo de todo el país. Era considerado el río más sagrado del mundo para los más de mil cien millones de personas que practican la religión hinduista en ese gran subcontinente representando a la diosa Ganga, la diosa de la purificación. Para los hindúes, el Ganges es «el río de la vida», pues creen firmemente que sus aguas pueden redimirles de sus pecados y permitirles pasar a una mejor vida. Ya que íbamos a realizar un «viaje iniciático», qué mejor lugar que éste, donde millones y millones de peregrinos, durante miles y miles de años, dejaban que sus pasos les llevaran hasta allí, con el deseo de convertirse en mejores personas, de ser más felices... de realizar su «Despertar».

Lógicamente, expresaron sorpresa y reticencias. Lo comprendía, ya que lo que les estaba proponiendo no era cualquier viaje, pero les hice ver que todos ellos disfrutaban de buena salud y eran buenos deportistas; estaban acostumbrados a la nieve, pues eran todos esquiadores; y además habían demostrado mucho entusiasmo no sólo por acompañarme a la India, sino también por el retiro de silencio en sí mismo. Y a continuación les expliqué con más detalle el escenario que iba tomando cada vez más forma en mi mente. Les conté que el Ganges tenía su nacimiento en plena cordillera de los Himalayas, en la parte occidental del norte de la India, en la región de Uttarakhand, llamada también «Tierra de belleza celestial» o «El hogar de los dioses» por los impresionantes paisajes, verdes valles, altos picos siempre nevados, eternos glaciares, lagos de aguas cristalinas, ríos sagrados, y una fauna y flora especialmente exótica que no se puede encontrar en ningún otro lugar. Meta de peregrinaje por excelencia desde tiempo inmemorial, atrae a peregrinos de todas partes que, sedientos de conocimiento, van en busca de respuestas con la esperanza de que allí las podrán encontrar. La cordillera de los Himalayas es tierra de mitos y leyendas, dioses y diosas, seres celestiales, sabios y santos... Ir al nacimiento del Ganges es el sueño de la mayoría de habitantes de ese país, aunque desafortunadamente sólo un porcentaje muy pequeño puede llegar a realizarlo.

Habían escuchado atentamente mis palabras, pero sus semblantes mostraban dudas y cierta perplejidad. Me hacían preguntas para asegurarse de que no estaba siendo demasiado soñadora y de que el proyecto era viable. «Siento aquí, en mis tripas, que éste es el viaje. Que el Ganges nos está esperando. No me preguntéis ahora los detalles, pero sé que puede hacerse. He llegado al nacimiento del río en una ocasión, y también he descendido un trecho del río en *rafting*, durmiendo en tiendas de campaña en sus orillas durante varios días. Tenía pendiente realizarlo todo junto, es decir, hacer un bucle: subir montaña arriba hasta el nacimiento del río en la base de un glaciar, cruzar éste hasta el siguiente valle más al este y bajar por otro de los afluentes del río

hasta el lugar de partida. Lo que me ha estado viniendo a la cabeza durante toda la comida es que éste es el viaje que podría hacer con ellos. Será una gran aventura, de eso no cabe duda, pero una aventura controlada», dije intentando tranquilizarlos y diciéndoles que no iríamos solos, que iríamos acompañados por un guía. De hecho, me gustaría que fuera el mismo que tuve en la anterior ocasión, ya que me pareció un excelente profesional y una persona en quien poder confiar. Además, todos los jóvenes estaban sanos y eran muy deportistas, y si yo podía hacerlo, ellos con más razón.

Cuando les dije que probablemente lo más difícil para los jóvenes sería la parte propiamente dicha del «Viaje al Interior», la del retiro en sí misma, se comenzaron a relajar, y ya comencé a notarlos más abiertos y receptivos a considerar la propuesta. Incluso tenía el presentimiento de que a alguno de los padres le hubiera encantado poderse sumar a esa aventura... Pero no, no en ese viaje; éste que estaba pensando lo estaba visualizando sólo para los jóvenes, y en nuestra familia extensa había muchos de ellos.

Recuerdo que cogí un papel y esboqué burdamente un mapa de la India para explicarles con más detalle cómo me imaginaba el viaje. Me centré en la parte noroeste del país, donde se situaba el nacimiento del río, y marqué algunas poblaciones relevantes para que pudieran ubicarse mejor: en Haridwar, cerca de Rishikesh, localidad a la cual accederíamos por tren, haría que nos esperaran los coches con el guía, quien yo deseaba que nos acompañara durante todo el viaje. La primera parte sería llegar hasta Gangotri, la población más cercana al nacimiento del río Ganges, en el interior de los Himalayas, donde se acababa la carretera. A partir de esta pequeña población, ascenderíamos a pie por un sendero colindante al río hasta llegar a su mismo nacimiento a través de su más importante afluente, el Bhagirathi, al pie del glaciar de Gaumukh, situado aproximadamente a unos 4000 metros de altitud. Antes de comenzar la ascensión a pie, sería posible en la misma población de Gangotri alquilar mulas para poder subir todo el material (tiendas de campaña, sacos dormir y demás accesorios de logística). Les comenté que alquilar todo eso sería muy barato, ya que de alguna forma las mulas estaban allí para facilitar los desplazamientos de la gente local; era como su transporte público. Una vez llegados al nacimiento del río, cruzaríamos el glaciar de Gaumukh en dirección al este hasta llegar a la población de Kedarnath, situada en un valle paralelo. Por allí descendía otro afluente principal del río Ganges, el Mandakini, que, al juntarse con el anterior, ya toma el conocido nombre de Ganges. Mi venturosa propuesta era descender por el Mandakini en lanchas de *rafting* para desembarcar en Rishikesh, población desde la cual habríamos partido para realizar toda la expedición. El retiro de silencio lo comenzaríamos al

empezar a caminar por los Himalayas y lo finalizaríamos al regresar a Rishikesh. Estimaba que todo ello podría llevarnos de nueve a diez días, que era lo que necesitábamos para poder completar el retiro de silencio, un retiro caminando como había hecho en otros maravillosos parajes. A partir de ahí, volveríamos en tren a Delhi para que los jóvenes pudieran coger el avión de regreso a España. Calculaba unos quince días en total desde que saliéramos de España hasta que ellos regresaran.

Hicieron muchas preguntas, ahora más detalladas y prácticas, incluyendo algunas relacionadas con el factor económico. Los tranquilicé diciéndoles que aunque *a priori* podían pensar que el coste sería elevado por el tema de contratar guía, personal de logística, alquiler de mulas, etc., debían tener en cuenta que todo esto era muy barato en la India cuando se alquilaba localmente. Los precios nada tenían que ver con los viajes organizados o expediciones comerciales, donde las compañías que los promueven deben tener su propio beneficio para poder vivir de ello. Les pedí que me dieran unos minutos para hacer un cálculo aproximado, y cuando les presenté los números, así por encima, pudieron percatarse de que verdaderamente el coste era poco elevado, y que lo que iba a costar más, en realidad, era el billete de avión de ida y vuelta de España a la India, lo que hizo que algunos estuvieran más predispuestos a considerarlo.

Era necesaria una respuesta urgente, ya que íbamos contra reloj. Yo regresaba a India en tres semanas y la idea era que viajaran conmigo. Les pregunté si creían posible tener una respuesta dentro de los dos días siguientes, pues había que comprar billetes, pedir visados, preparar cuidadosamente el equipaje, etc. Tenía curiosidad por saber quiénes iban a ser los elegidos. Estaba convencida de que se formaría el grupo suficiente para llevar adelante el viaje. Indudablemente, las próximas horas iban a ser muy agitadas para la mayoría de las familias.

Los dos días siguientes fueron días de muchas llamadas para aclarar las dudas que les iban surgiendo. Pero al final de ellos, ya teníamos los nombres de los que finalmente iban a participar. Serían ocho en total: seis sobrinos más mis dos hijos. La parte más difícil fue la de reconfortar a los que se quedaban. Les tuvimos que prometer que intentaríamos repetir una expedición similar al cabo de unos años para que esa vez fueran ellos los verdaderos protagonistas de la aventura. El siguiente paso fue reunirlos en casa y hablar detalladamente sobre las costumbres de la India, de cómo comportarse, de las normas higiénicas y, sobre todo, de qué llevar. El equipaje debía realizarse muy meticulosamente para que incluyera sólo lo justo y necesario, pues cada uno debía responsabilizarse del suyo durante todo el viaje. Les entregué la lista detallada

que había preparado y les pedí que la siguieran al pie de la letra. No debía faltarles nada, pero tampoco debían cargar ni un solo gramo de más.

Volví al momento presente, sentada en el avión, disfrutando del contagioso entusiasmo de los jóvenes acompañantes. El grupo estaba compuesto por: mis sobrinas Eva, Ada y Clara; mis sobrinos Marcos, Alex y Sergio; y mis dos hijos Ugo y Oscar. No pude evitar abstraerme haciendo mentalmente un repaso de cada una de sus características y personalidades, y lo que cada una de ellas podría aportar al viaje. Ahí estaban todos ellos apelotonados, unos sentados y otros de pie, en el pasillo del avión, haciendo constantes bromas y mostrando espontáneamente su entusiasmo por la nueva experiencia que acababa de comenzar. Quizá por sus similares edades, que iban entre los 18 y los 23 años de edad, o por afinidad familiar, todos parecían disfrutar de muy buena relación entre ellos. Pensaba que sus diferentes y particulares personalidades iban a complementarse, así como también que cada uno aportaría algo útil al viaje y al grupo. Estaba convencida de que la expedición que estábamos a punto de comenzar sería un éxito total.

Con un suspiro profundo, exclamé para mis adentros: «¡Bueno, Lola! ¡Ahora ya no hay marcha atrás!».

## 2

### Comienza la aventura

Al bajar del avión en el aeropuerto de Delhi, la India nos recibió con una fuerte bocanada de aire caliente y húmedo que, sumada a una mezcla inidentificable de olores, hizo que en un primer momento sintiéramos que nos echaba para atrás. Era como si este aire cargado nos abofeteara en la cara dando la sensación de faltarnos el oxígeno para respirar, lo cual todavía se agudizaba más si la llegada era en la época de los monzones.

Mientras íbamos sentados en el autobús que nos llevaba del avión a la terminal, pensé en cuán largos eran los veranos en Delhi. Meses difíciles en los que el calor pegajoso hacía transpirar mucho provocando que la ropa se quedara enganchada al cuerpo completamente empapada de sudor. Mis hijos, Ugo y Oscar, veteranos en esas latitudes, sonreían divertidos al escuchar los comentarios de sus primos, mientras les decían que no se preocuparan, que ya se acostumbrarían. Y entre risas, nerviosismo y excitación, salíamos del aeropuerto cargados con nuestras bolsas y batallando con un gran número de personas que pretendían quitárnoslas de nuestras manos para ganarse algunas monedas en caso de que aceptáramos convertirlos en espontáneos porteadores.

—¡No soltéis vuestras mochilas! —les gritaba en medio de aquel gentío mientras intentábamos abrirnos paso entre esa gran multitud de hombres que se arremolinaban a nuestro alrededor viendo una oportunidad de negocio ante un grupo tan novel.

Nunca pasas desapercibido en la India. Por mucho tiempo que lleves viviendo en ese país, por mucho que copies sus costumbres o por mucho que te vistas de su forma, hay algo que se llama piel blanca y pelo claro que te convierte automáticamente en víctima de un gran número de personas que intentan sacarte dinero de una forma u otra, pidiendo, engatusando, engañando... Eres su oportunidad para ganar algún dinero extra, dinero que sin ninguna

duda necesitan, pero que, lejos de solucionar sus problemas, les ata a un sistema de mendicidad como principal fuente de ingresos. El resultado de todo eso es un gran estrés y desconfianza por parte del viajero recién aterrizado en India. En esos casos, sólo puedes ser firme y tajante, mirar al frente e, ignorándolos a todos, repetir incansablemente: «*Nei, nei*» (No, no).

—¿Taxi?

—¡*Nei, ¡nei!*

—¿Hotel?

—¡*Nei, ¡nei!*

—¿Porter?

—*Nei, nei* —iban repitiendo Sergio y Ada, que se sentían orgullosos de haber aprendido su primera palabra en hindi.

Entre risas y bromas, llegamos finalmente al lugar acordado, donde nos esperaba nuestro conductor. Entre nuestro coche y un taxi, pudimos ubicarnos los nueve.

En la India es bastante usual tener un conductor, no sólo porque los salarios son muchísimo más bajos que los de nuestro país y son asumibles para muchas familias, sino porque el tráfico intenso y caótico de este país lo hace muy recomendable. Conducir por el lado opuesto al que se conduce en Europa, en un lugar donde no se respeta más ley que la ley del más fuerte, puede producir altos niveles de estrés, sobre todo si tenemos en cuenta que sus reglas difieren ligeramente de las reglas internacionales de circulación que nosotros conocemos. Por ejemplo, pocos respetan las luces rojas de los semáforos; para ellos, no es una señal para parar, sino, como mucho, para desacelerar; y si ven un pequeño agujero en el tráfico, por allí se meterán. Teniendo además en cuenta que los indios son poco pacientes y no tienen el hábito de hacer cola para entrar en los sitios, es normal que se apelonen en forma de embudo empujando para ver por dónde se pueden colar; si lo extrapolamos a la conducción, nos encontramos que empujando, empujando, se consiguen colocar en hileras de cinco o seis coches en calles que sólo disponen de dos o tres carriles. Milagrosamente consiguen meterse, separados de los coches adyacentes aunque sólo sea por un centímetro, con la consecuencia de crear tapones monumentales en la mayor parte de la ciudad. Para agravar la situación, es frecuente que el que quiere girar a la derecha esté conduciendo por el carril más extremo de la izquierda, y el que quiere girar a la izquierda esté en el más a la derecha, provocando todavía más bloqueos en medio de ese tráfico infernal. Ello sin contar que los conductores, de la forma más natural y espontánea, realizan cambios de sentido en cualquier momento y lugar dentro del mismo lado de la calzada, haciendo que te encuentres con vehículos que

conducen en sentido contrario dentro de tu mismo carril, apareciendo indiscriminadamente tanto por tu lado derecho como por el izquierdo. El «paso de cebra» queda postergado al sueño de los más inocentes, ya que la preferencia la tiene siempre el vehículo más grande, venga de donde venga. Ello significa que el camión tendrá preferencia sobre el autobús, éste sobre el coche, el coche sobre la moto, la moto sobre la bicicleta, y en el último lugar se halla el peatón. Teniendo en cuenta que el permiso de conducir generalmente se compra por muy poco dinero y que muchas personas conducen sin ni siquiera tener carnet o sin saber leer, no es de extrañar que en las calles y carreteras de la India impere la ley de la jungla donde el más fuerte siempre será el que lleve las de ganar.

De repente tuvimos un fuerte frenazo que nos catapultó a todos hacia delante.

—¿Qué ha sido eso?

—La vaca —respondí.

—¿La vaca?

—Hay que evitar chocar contra una vaca. Os habéis fijado que hay vacas por las aceras, ¿verdad? Pues éstas pueden aparecer repentinamente entre los coches y nunca las debes tocar. La vaca es un animal sagrado en la India, y si tienes un accidente contra ella, ten por seguro que en un momento se formará un buen grupo de personas que con muy malos modos desearán hacértelo pagar.

Ante sus expresiones sorprendidas continué:

—Sí, chicos. Paralelo a este mundo motorizado en las calles y carreteras de la India, existe un mundo animal que interactúa cotidianamente con los viandantes de esta ciudad. Vacas, elefantes, camellos, monos, cuervos, ratas y ardillas son los más comunes. Pero la vaca, sagrada e inmutable, es la que tendrá la preferencia, por lo que se comporta como una reina ante la que todos pararán. La seguirá el elefante, que por su imponente tamaño también es respetado en su paso por la ciudad. Ya veréis que es usual ver elefantes por las calles de Delhi; llama mucho la atención que durante su caminar van arrancando con su trompa ramas enteras de los árboles para ir comiendo las hojas, sin ni siquiera desacelerar. Parejo a todo este caótico tráfico de vehículos y animales, existe una vida paralela en las aceras de las calles que, menos para pasear, sirven para todo lo demás: nacer, vivir, trabajar y morir. En las aceras, como podéis ver, reparan bicicletas, arreglan el calzado, cortan el pelo, arrancan las muelas, planchan la ropa, venden la fruta... y un sinfín de cosas más. Las aceras sirven de hogar a bastantes millones de habitantes que, en su permanente búsqueda de trabajo, cocinan, duermen y viven en ellas, individualmente o

con toda la familia. En las noches de invierno, entre mediados de diciembre y mediados de enero, cuando las temperaturas pueden bajar drásticamente hasta los 5 °C, es muy duro ver a familias enteras echadas sobre la acera, muy pegados unos a otros, tapados con mantas desde la cabeza hasta los pies, lo que recuerda a las imágenes que muestran los informativos después de una gran catástrofe en las que las víctimas son alineadas una junto a la otra en espera de su identificación. Una visión que te encoge el corazón y a la que nunca te puedes, ni te quieres, acostumbrar. Sus pulmones llenos de dióxido de carbono emitidos por el intenso tráfico de los viejos vehículos y su escasez de alimentos hacen de esas personas una presa fácil para todo tipo de enfermedades; eso sin hablar de los niños que han nacido ya en esas aceras y que con mucha probabilidad pasarán a formar parte del gran colectivo de niños que se arremolinan junto a los semáforos, sucios y desharrapados, que apañando una mirada suplicante y llorosa te pedirán algunos céntimos para pan: «*Maam, one rupee... chapati...*» (Señora, una rupia... pan...).

Cuando paramos en un semáforo y en cuestión de segundos, nos vimos rodeados de un enjambre de niños sucios, despeinados, con la ropa hecha jirones, tocando con sus nudillos insistentemente las ventanillas del coche. Les dije a nuestros acompañantes:

—No debemos darles dinero. Si lo hacemos, les anclamos en esa mendicidad para el resto de sus vidas, ya que hacen de ello una profesión. Lo peor de todo es que ese dinero no se lo quedan ellos, se lo dan a un mafioso, en una red bien organizada que los mantiene permanentemente vigilados durante las 24 horas del día. Dándoles dinero no vamos a ayudarlos; ésa no es la fórmula para erradicar la pobreza en este país, pues perpetuaríamos la tiranía de esos mafiosos y la esclavitud de esos pequeños infelices. Pero... no les ignoreis, miradlos a los ojos, guiñadles, sonreídeles, preguntadles cómo están, jugad un poco con ellos con vuestras manos en la ventanilla del coche... Yo suelo llevar frecuentemente algo de fruta y agua en el coche para poderse la ofrecer, por lo menos sé que esto lo van a tomar ellos directamente y no lo van a dar a nadie más.

Bajé la ventanilla y, sonriendo al chico que estaba tocando el cristal, le pregunté:

—*Aap kaise hain?*

—¿Qué le has dicho? —preguntó Ada, que parecía muy dispuesta a aprender más palabras del idioma local.

—Le he preguntado que cómo está. Podéis ver cómo sonríen cuando interactúas con ellos. Les encanta.

Lo que también les llamó mucho la atención a los jóvenes era la modalidad de los taxis-triciclos, *autorickshaws*, *tuc-cuc* o *autos* —como se llaman en Delhi—, de color verde y amarillo, que se mueven ruidosa pero ágilmente por toda la ciudad; este transporte gusta mucho a los extranjeros por su originalidad y practicidad, en especial en la época del año en la que el calor y la humedad aprietan, pues se agradece la brisa del aire que estos vehículos abiertos ofrecen para un alivio temporal del fuerte calor estival. Pero lo que más sorprende a los visitantes es que aunque el asiento trasero esté pensado para dos pasajeros, allí se meterán el número de personas que se vean capaces de entrar, con lo que no es raro ver un montón de hombres, mujeres y niños, apelotonados en ese pequeño espacio, sacando brazos, piernas, cabezas y cuerpos por los laterales abiertos de este pintoresco y práctico transporte. ¡Definitivamente, un transporte muy peculiar!

Las continuas observaciones de los chicos por todo lo que sorprendidos veían al pasar me hicieron recordar mis propias impresiones la primera vez que pisé este país. Eso me permitía comprenderlos y sentir empatía por las distintas emociones que todo ello les debía provocar. Las calles de Delhi, tierra de nadie y de todos, aglutinan tal variedad de personas y acontecimientos que falta capacidad en la vista y en la mente para poderlo asimilar.

La India no es un país fácil, y Delhi, su capital, aún lo es menos. Con una población de más de 26 millones, 16 de ellos censados y unos 10 millones más sin hogar, viviendo en las calles o en sobrecongestionados barrios de chabolas en medio de la ciudad, Delhi resulta un lugar caótico y contaminado donde lo mejor y lo peor, lo más rico y lo más pobre, lo más avaricioso y lo más generoso, lo más primitivo y lo más avanzado, todo mezclado está muy presente en cada metro cuadrado de esta difícil ciudad. Un país de grandes contrastes. Mansiones de lujo opulento... y los sirvientes durmiendo en primitivos camastros dentro de un pequeño cuartucho, o echados en el mismo suelo del garaje de la propia casa.

Durante la cena, les expuse el programa que podrían seguir durante los tres días siguientes mientras me ocupaba de los preparativos del viaje. Para comenzar suave, les sugerí para el primer día que visitaran la parte más fácil, Nueva Delhi, con sus monumentos y avenidas. Para el segundo día, les propuse visitar la parte antigua, *Old Delhi*, una experiencia algo dura pero a la vez fascinante, que además les prepararía para las visitas a los proyectos que apoyamos en Delhi a través de la asociación que creamos llamada «Corazones de India» ([www.corazonesdeindia.org](http://www.corazonesdeindia.org)), las cuales estaban programadas para el tercer día. Era consciente de que este último día les podría impactar de forma profunda. Tenía previsto que visitaran la escuela del barrio de chabolas

*Kalakar Trust*, barrio donde se aglutinaban unos cinco mil artistas de calle, entre ellos músicos, magos, bailarines, acróbatas, confeccionadores de marionetas, titiriteros, etc. El espacio donde habitan todos ellos no es mayor que el de un campo de fútbol, agrupados por familias en pequeñísimas chabolas construidas con plásticos y uralitas, en un entramado de estrechísimas y laberínticas calles. Después visitarían el hogar de acogida para los más desfavorecidos, *Antyodaya*, creado y dirigido por el Padre Ravindra Jein al más puro estilo de la Madre Teresa de Calcuta, de quien fue discípulo durante muchos años. En ese “hogar”, el padre Ravindra acoge a los niños más pobres perdidos en las calles, también a los mendigos enfermos física o mentalmente, así como a los repudiados leprosos, a los que aloja en una dependencia aparte. Visitas que serían duras y les tocaría el corazón, pero a la vez muy transformadoras. Sacudidas que nos sacan de nuestra zona de confort para comprender que hay otra realidad paralela para muchos millones de personas en ese país.

Esa primera noche, echada en la cama después de un ligero tentempié, les escuchaba hablar en la sobremesa. Les oía hacer muchas preguntas a mis hijos, quienes con gusto les respondían a todo lo que podían. Por mi parte, sabiendo que necesitaba mi descanso, decidí desconectar y comenzar mi relajación realizando mis habituales respiraciones lentas y profundas mientras enviaba un mensaje claro a las células de mi cuerpo para que éstas se renovaran sanas y completas, permitiéndome sentirme fresca y descansada al despertar por la mañana. Inspiro... Espiro... Y con las manos colocadas sobre el plexo solar, canalizando energía universal a través de ellas, no tardé en quedarme placenteramente dormida.

### 3

## Iniciamos el viaje

Llegó el día de la salida hacia las montañas. A las 5:45 estábamos todos sentados en los coches, después de un ligero desayuno, camino de la estación. Nuestra aventura acababa de comenzar. Los días anteriores fueron días intensos en los que el ritmo se iba incrementando y las impresiones de nuestros jóvenes también. Los encuentros por la noche en casa habían sido muy enriquecedores y nuestras sobremesas se alargaban deliciosamente hasta la hora de acostarnos.

«No intentéis comprender este país», les había dicho la noche anterior. «No con nuestros estándares de vida y nuestra cultura. Lo que debéis hacer es sumergiros en él sin comparaciones de ningún tipo, abiertos de mente y aceptando lo que vais viendo y viviendo como una experiencia de vida nueva, como un aprendizaje. Ése es un buen ejercicio para vivir la vida sin enjuiciamientos o expectativas... y, aunque todos sabemos que eso no es fácil y no se consigue en dos días, hay que tenerlo presente en todo momento, y repetirse mentalmente que todo está bien. Vivir aquí en la India es una buena oportunidad para trabajar algo tan importante como es la aceptación. Los viajes nos sirven para eso, para ver que hay muchas formas distintas de vivir la vida, aunque nosotros pensemos que la nuestra es la única o la mejor».

Ahora nos esperaba un nuevo choque cultural: vivir la experiencia de viajar en tren en este país. Las estaciones de trenes en la India, y principalmente las de las grandes ciudades, son un mundo aparte en sí mismas. Los andenes están siempre llenos de gente: riadas de personas que se mueven de una plataforma a otra, agolpándose, empujándose, sorteando a las multitudes que están sentadas o echadas en el suelo esperando la llegada de otros trenes, o esperando a quién sabe qué. Por las noches, los suelos están tan abarrotados de personas durmiendo que es difícil saber a ciencia cierta si están a la espera

del tren que les ha de llevar a su destino o si han hecho de esos andenes su habitual lugar de residencia, solos o con toda la familia al completo.

—¡No es fácil viajar en tren por la India, ¿verdad?! —afirmaba, más que preguntaba, al ver algunas expresiones angustiadas de nuestros jóvenes antes de sumergirnos en esa marea humana. Con las miles y miles de energías pesadas que se entremezclaban en esas estaciones a lo largo del día, llenas de apremios, pesares, angustias, miedos, frustraciones... se tenía la sensación de que una invisible barrera frenaba al caminar.

Habíamos llegado a una de las largas pasarelas que pasaban por encima de varias vías de tren tratando de seguir a nuestro mozo de estación (*coolie*), que caminaba deprisa y con habilidad, traspasando esa marea humana que siempre parecía venir como una fuerte ola contra nosotros. Lo podíamos distinguir por llevar el uniforme de los mozos de estación: camisa naranja y un turbante del mismo color que consistía en una tela larga que enrollaban sobre la cabeza para acomodar una o varias maletas o bolsas de viaje sobre ella. No debíamos perderlo de vista, no sólo porque llevaba algo de nuestro equipaje, sino, más importante todavía, porque era muy útil para guiarnos por un laberinto de pasillos, escaleras y largas pasarelas, a través de esa gran aglomeración humana, dejándonos directamente en el asiento del vagón apropiado en el tren correcto. Un gran ahorro de tiempo y energía.

Pero no era tan fácil seguir al *coolie*. Debíamos hacer un verdadero esfuerzo para que la distancia entre él y nosotros no se agrandara demasiado a cada metro que avanzábamos. Si le perdíamos de vista, tendríamos verdaderas dificultades en volverle a localizar en medio de toda la masa humana que empujaba por ambas direcciones. No le vimos girar la cabeza ni un momento para ver si le seguíamos, ni tampoco desacelerar su paso. Ugo iba el primero de todos intentando seguirle. Cuando la distancia aumentó, le grité a Oscar que se adelantara y le pidiera disminuir el paso. Mirando a los más noveles, pude notar su estrés y ansiedad. Ahora ninguno bromeaba. Me coloqué la última, empujándoles o estirándoles con determinación cuando eran arrastrados hacia atrás por la masa que venía en contra. No podía permitir que nadie se quedara rezagado. Ugo y Oscar, más avanzados, se iban girando para apremiarnos con los gestos de sus brazos. De repente una mujer que se acababa de cruzar conmigo, cayó desmayada al suelo. Cuando la vi, allí tendida, se me encogió el corazón. Era muy frágil y menuda, y se la veía muy debilitada. En seguida vi a un hombre —supuse que era su marido, pequeño y delgado también— intentando levantarla con mucho esfuerzo mientras aguantaba la maleta que llevaba sobre su hombro tratando de resistir a los continuos empujones. Me quedé paralizada. Si miraba hacia delante veía al grupo perderse entre

la gente. Miraba a esa pareja y veía que necesitaban ayuda. Nadie les prestaba atención. Deseaba quedarme a ayudar, pero eso significaba perder unos minutos que no tenía, y mucho menos poder acompañarles hasta la entrada deshaciendo el camino recorrido. Una segunda mirada hacia delante me convenció de que no tenía otra alternativa que seguir adelante. No podíamos perder el tren. ¡Qué momento más difícil y cuántas veces me he acordado de él! He visto muchas cosas en la India, pero ésta, por alguna razón, se ha quedado bien grabada en mi corazón. Tomada la única decisión posible, aceleré el paso. Caminando sola era más fácil ganar terreno y no tardé mucho en alcanzar a los sobrinos. Su alivio era evidente. Tomamos nuevos bríos y comenzamos a acortar la distancia. Seguramente habían conseguido que el mozo aminorara su marcha para permitirnos llegar hasta ellos. Nos estaban esperando en una de las escaleras que bajaban a uno de los andenes. A partir de aquí todo sería más fácil; habíamos salido de la riada principal y ahora podíamos distinguir a nuestro *coolie* entre la gente sin tanta dificultad. Después de un largo recorrido por el andén, finalmente llegamos a nuestro vagón y a nuestros asientos con gran alivio para todos. Habíamos reservado un compartimiento donde podíamos estar solos nosotros, lo que nos iba a permitir conversar tranquila y privadamente. El viaje en tren que nos llevaría a nuestro punto de partida, Haridwar, a unos 250 kilómetros al norte de Delhi, cerca de la población de Rishikesh al pie de los Himalayas, duraría aproximadamente unas siete horas; y durante este trayecto tendríamos ocasión de hablar de muchas cosas.

—¿Qué os ha parecido la experiencia de llegar hasta el tren? No ha estado mal para empezar el viaje ¿verdad? —pregunté sonriendo para tratar de relajar los ánimos y quitar importancia a la situación.

—¡Nunca podía imaginar algo así! —exclamó Alex angustiado mientras los demás lo corroboraban.

Ugo y Oscar los animaban diciendo:

—¡Ya hemos pasado lo peor! ¡Esto es lo que llamamos la prueba de fuego!

Y las bromas que siguieron ayudaron a dejar atrás las fuertes impresiones de atravesar ese mar humano que se movía en todas direcciones y que hacía el efecto de nadar contra corriente en un cauce de río fuerte y tumultuoso. No importaba en qué dirección camináramos, siempre parecía que la corriente iba contra nosotros.

El estrés que había provocado abrirse paso entre el tumulto de personas, la visión de los pobres y desharrapados, la suciedad, el ruido, los empujones, el miedo a separarse del grupo... se iba disipando ahora lentamente. Cansados por los días intensos que acababan de vivir, con pocas horas de sueño y arras-

trando todavía el desfase horario que había con nuestro país, poco a poco, arrullados por el traqueteo del tren y acunados por su vaivén, no tardaron en quedarse todos dormidos. Me hubiera gustado seguir su ejemplo, pero, aunque me sentía relajada, mi mente se mantenía muy activa. Me trasladé al pasado, concretamente al día que mantuve la conversación telefónica desde España con Raju Kumar, el guía que conocía y que había elegido como acompañante para liderar la expedición. Recordaba perfectamente nuestra conversación:

—¿Te das cuenta de lo que me estás proponiendo?!

—Creo... que sí.

—¿Lo que me estás sugiriendo es una aventura múltiple!

—Sí, ya lo sé —contesté muy tranquila en contraste a su exaltación—. Sólo dime una cosa, ¿puede hacerse?

—Mira, he hecho *trekking* por los Himalayas, y específicamente el que va de Gangotri a Gaumukh varias veces. En alguna ocasión he cruzado el glaciar, pero siempre ha sido con grupos muy reducidos de personas que tenían experiencia y se hallaban muy bien preparadas. También he descendido muchas veces por el Ganges en lanchas de *rafting*, como tú bien sabes, pero nunca desde tan arriba ni tampoco un tramo tan largo. Cada una de esas experiencias ya son un desafío en sí mismas... ¿y tú me pides que las sume todas y las ponga en una?

—¿Se ha hecho con anterioridad?

—Que yo sepa no. Yo por lo menos no conozco a nadie que lo haya hecho.

—¿Te gustaría ser el primero?

—¡Por Dios, Lola! ¿Es que nunca te das por vencida?

—¿Es posible hacerlo? —le volví a insistir.

—Técnicamente es posible hacerlo, sí, pero...

—¿Tú te animarías a llevarnos?

—En caso de que estés decidida a llevar adelante este proyecto, la verdad es que creo que debería ser yo quien os acompañara. No quisiera que fuerais con alguien de menor experiencia, porque si os sucediera algo, nunca me lo perdonaría. Además, a nivel personal me gustan mucho los desafíos, y éste, en verdad, promete ser uno de los buenos.

—¡Pues ya está hecho!

—Espera Lola, no te precipites. Todavía no he dicho un sí definitivo, simplemente había sido un condicional, en caso de que... Pero ¿te das cuenta de que es una gran responsabilidad para mí? ¿Sois todos suficientemente aventureros para llevar a buen término este viaje? —preguntó midiéndome con su mirada.

—Por mí no debes preocuparte —contesté divertida—. Estoy acostumbrada a hacer deportes de alto riesgo, y aunque con la edad he perdido un poco de fondo, tenemos suficientes días para hacer el viaje tranquilamente. Los demás son todos jóvenes y sanos, acostumbrados a hacer distintos deportes en la naturaleza. Yo he hablado con ellos sobre esta idea y son totalmente conscientes de las dificultades que esta travesía puede comportar, especialmente el cruce del glaciar, pero todos, a excepción de una de las chicas, están muy entusiasmados con la idea.

—¿Y qué pasa con ella?

—Pues... que tendremos que ayudarla. Dice que no le gusta pasar frío... y creo que además se desvaloriza un poco. Sin embargo, pienso que, a pesar de su aparente fragilidad física, esconde un espíritu muy fuerte; de hecho, no me extrañaría nada que si en algún momento de la travesía nos halláramos todos desfalleciendo, ella sacara fuerzas de quién sabe dónde para mantenerse en pie y confortarnos a todos. Si la mimamos, especialmente cuando crucemos el glaciar, y sobre todo si nos aseguramos de que no pase frío ni de día ni de noche, entonces estará bien.

—Bueno, por lo del frío no hay que preocuparse. De eso ya me encargaré yo proveyéndoos del material adecuado.

—Entonces ¿esto es un sí, Raju? ¿Significa que aceptas ser nuestro guía?

—Sí, Lola. Seré vuestro guía. Y me aseguraré de que todos estéis bien. Traeré plumones extras para que os los pongáis sobre vuestros anoraks y... también calzado adecuado, que podréis probar cuando estéis en nuestro campamento base en Rishikesh. Las tiendas de campaña que llevaremos son especiales para este tipo de temperaturas, así como sacos de dormir térmicos para que os metáis con los vuestros dentro de ellos. También estoy de acuerdo en que alquilemos mulas para la parte de la travesía que realizaremos a pie; éstas serán muy útiles para cargar todo el material que vamos a necesitar, de forma que vosotros sólo tengáis que llevar una pequeña mochila para lo que necesitéis durante el día.

—¡Fantástico! Y para tu mayor tranquilidad, debería decirte que... ¡venimos de familia de aventureros! —exclamé riendo—. Algunos somos pilotos de globo, todos sin excepción somos esquiadores y la mayoría hemos hecho *rafting*.

—De acuerdo. Eso me tranquiliza. Y para que te quedes tú también tranquila, voy a responderte a la pregunta que tan insistentemente me has planteado: ¡Sí! ¡Puede hacerse! ¡Y además debo admitir que estaré encantado de acompañaros!

Después de hablar largo y tendido sobre los detalles, le expliqué mi idea sobre cómo implementar este retiro caminando. Parecía que ambos comprendíamos muy bien lo que le correspondería hacer a cada uno.

—Ahora déjalo todo en mis manos. Yo me ocuparé de toda la logística desde este momento y hasta que termine el viaje. Éste es mi trabajo. Tú sólo deberás responsabilizarte de que los chicos estén bien y de preparar lo que necesites para tu retiro.

Volviendo al momento presente sentada en el tren y viéndolos a todos cómo descansaban, me permití también soltar todo el estrés de los días pasados y dejar que una paz profunda me envolviera. Tenía la tranquilidad y la certeza de que todo iba a funcionar muy bien..., y con el traqueteo y el vaivén del tren, yo también me quedé dormida.