



Un Viaje de Amor y Pérdida

Un Viaje de Amor y Pérdida

Gaspar González Jurado-Gutiérrez

LaRanaGaspar.com



Círculo Rojo
EDITORIAL

Primera edición: agosto 2024

Depósito legal: AL 2037-2024

ISBN: 978-84-1082-304-4

Impresión y encuadernación: Editorial Círculo Rojo

© Del texto: Gaspar González Jurado-Gutiérrez

© Maquetación y diseño: Equipo de Editorial Círculo Rojo

Editorial Círculo Rojo

www.editorialcirculo rojo.com

info@editorialcirculo rojo.com

Impreso en España — Printed in Spain

Editorial Círculo Rojo apoya la creación artística y la protección del copyright. Queda totalmente prohibida la reproducción, escaneo o distribución de esta obra por cualquier medio o canal sin permiso expreso tanto de autor como de editor, bajo la sanción establecida por la legislación.

Círculo Rojo no se hace responsable del contenido de la obra y/o de las opiniones que el autor manifieste en ella.

El papel utilizado para imprimir este libro es 100% libre de cloro y por tanto, **ecológico**.

Los beneficios netos de las ventas de la primera edición de *Un Viaje de Amor y Pérdida*, así como de cualquier edición futura, se destinarán a favor de...



F U N D A C I Ó N
menudos corazones

«Para Menudos Corazones cada vivencia de duelo es única y este libro da prueba de ello. Nuestro agradecimiento al autor por su testimonio».

AGRADECIMIENTOS

Un Viaje de Amor y Pérdida no hubiera sido posible sin la colaboración y el apoyo de muchas personas a lo largo de este emotivo viaje. A mis queridos amigos, que revisaron el borrador y me ofrecieron valiosas sugerencias, y a todo el equipo de la editorial Círculo Rojo, gracias por su excelente trabajo y apoyo durante todo el proceso de edición.

Sin embargo, el corazón de mi agradecimiento se dirige a Begoña, mi compañera de vida y la madre de Gasparín. Bego, tu generosidad y apoyo incondicional han permitido que LaRanaGaspar naciera y evolucionara, convirtiéndose en un símbolo de esperanza en medio de la oscuridad. Gracias a ti, he encontrado la manera de recuperar mi pasión por la vida y mantener un vínculo de amor duradero con nuestro hijo Gasparín.

Tu paciencia y comprensión al permitirme dedicar tiempo a LaRanaGaspar, sacrificando momentos contigo y con nuestros hijos, son invaluableles. Has sido y sigues siendo mi pilar de fortaleza, permitiéndome transformar el dolor en un acto profundo de amor y servicio.

Este libro es un testimonio de amor y resiliencia, y se lo debo a la increíble mujer que ha estado y sigue estando a mi lado en este viaje. Bego, gracias por ser la luz en la oscuridad, el apoyo en los momentos difíciles, y la razón por la cual LaRanaGaspar continúa siendo un faro de esperanza para muchos.

Con todo mi amor y gratitud.

Índice

AGRADECIMIENTOS	9
PRÓLOGO	15
INTRODUCCIÓN	17
CAPÍTULO 1 EL DÍA QUE LA VIDA NOS DIO UN GIRO INESPERADO	19
1.1. Un parque, dos emociones y una cita decisiva.....	19
1.2. El impacto de un diagnóstico imprevisto	20
1.º APRENDIZAJE: «UNA INVITACIÓN A REDEFINIR PRIORIDADES».....	22
2.º APRENDIZAJE: «LA DELICADA BÚSQUEDA DE IN- FORMACIÓN MÉDICA EN INTERNET»	23
CAPÍTULO 2 BAJO LAS LUCES DEL HOSPITAL: DÍAS DE INCERTIDUMBRE	25
2.1. Complicidad y esperanza: paseos con Gasparín	26
2.2. El día en que conocimos el futuro de Gasparín.....	27
2.3. Noche de esperanza tras la primera operación.....	28
3.º APRENDIZAJE: «RELATIVIZAR COMO CLAVE PARA SUPERAR OBSTÁCULOS»	29
4.º APRENDIZAJE: «CELEBRANDO EL ÉXITO EN LA AD- VERSIDAD»	30
5.º APRENDIZAJE: «NAVEGANDO ENTRE LAS SOM- BRAS DEL PASADO»	30

CAPÍTULO 3 PREGUNTAS SIN RESPUESTA: EL DOLOR DE PERDER A GASPARÍN	33
3.1. El último suspiro de Gasparín: un adiós en la UCI.....	33
3.2. Rompiendo mitos sobre la edad y la pérdida	35
6.º APRENDIZAJE: «NAVEGANDO SIN BRÚJULA TRAS LA MUERTE DE UN SER QUERIDO».....	36
7.º APRENDIZAJE: «DESAFIANDO PREJUICIOS Y DESCUBRIENDO LA VERDADERA INTENSIDAD DEL DOLOR».....	37
CAPÍTULO 4 ESPERANZA EN LA OSCURIDAD: LA VIDA DESPUÉS DE LA PÉRDIDA.....	39
4.1. Aprendiendo a convivir con la ausencia	40
4.2. La evolución del duelo con el paso del tiempo.....	41
8.º APRENDIZAJE: «INTEGRANDO EL DOLOR EN NUESTRA HISTORIA PARA ENCONTRAR LA FELICIDAD»	42
CAPÍTULO 5 ENFRENTANDO LOS «¿POR QUÉ?» CON EL AMOR DE CARLOTA Y BEGOÑA	45
5.1. Navegando en la búsqueda de respuestas	45
5.2. Bajo el amor de Carlota y Begoña: un refugio en la tormenta....	47
10.º APRENDIZAJE: «LA FORTALEZA DEL ESPÍRITU HUMANO Y LA SANACIÓN A TRAVÉS DEL COMPARTIR»..	48
11.º APRENDIZAJE: «ACEPTACIÓN COMO CAMINO HACIA LA RESILIENCIA»	49
CAPÍTULO 6 DEL «POR QUÉ» AL «PARA QUÉ»: UN CAMBIO DE PERSPECTIVA TRAS LAS PALABRAS SABIAS DE UN AMIGO	51
6.1. Tejiendo el «¿para qué?»: encontrando significado en el dolor....	52
6.2. Descubriendo los «para qué» de Gasparín en mi vida	53
12.º APRENDIZAJE: «LA TRANSFORMACIÓN DEL “¿POR QUÉ?” AL “¿PARA QUÉ?”».....	56

13.º APRENDIZAJE: «LA CONVIVENCIA FELIZ CON LA MEMORIA Y EL LEGADO»	56
CAPÍTULO 7 MIS TRES CLAVES TRANSFORMADORAS DEL «¿POR QUÉ?» AL «¿PARA QUÉ?».....	
7.1. Un legado de amor que trasciende la pérdida.....	59
7.2. Entre dramas y «cositas» a resolver en la vida.....	62
7.3. LaRanaGaspar como puente hacia el renacimiento.....	63
14.º APRENDIZAJE: «GASPARÍN PARTIÓ, PERO SU MENSAJE PERDURA»	66
15.º APRENDIZAJE: «EL PODER TRANSFORMADOR DE LA SERENIDAD EN LAS ADVERSIDADES».....	67
16.º APRENDIZAJE: «CÓMO RELATIVIZAR PREOCUPACIONES PARA UNA VIDA PLENA»	68
17.º APRENDIZAJE: «LARANAGASPAR Y EL IMPACTO PROFUNDO EN MI PROPIA EXISTENCIA»	69
CAPÍTULO 8 LARANAGASPAR: UN FARO DE ALEGRÍA Y COMPROMISO QUE ILUMINA MI PROPÓSITO DE VIDA.....	
8.1. LaRanaGaspar: un compromiso profundo con la vida y un faro de inspiración.....	72
8.2. Tres almas: la magia de LaRanaGaspar.....	73
18.º APRENDIZAJE: «ENCONTRANDO SIGNIFICADO EN NUESTRO PROPÓSITO DE VIDA»	75
CAPÍTULO 9 LARANAGASPAR: DOS MISIONES y UN CORAZÓN INSPIRADO.....	
9.1. La misión personal de LaRanaGaspar hacia la felicidad	77
9.2. LaRanaGaspar y su impacto global.....	78
19.º APRENDIZAJE: «EL PODER DE UN DIARIO DE GRATITUD»	79
20.º APRENDIZAJE: «DESCUBRE EL PODER DE CONTRIBUIR A TU COMUNIDAD»	80

CAPÍTULO 10 TEJIENDO TRANSFORMACIONES: LARANAGASPAR Y SU IMPACTO DUAL EN EL MUNDO REAL Y VIRTUAL	81
10.1. Conectando vidas en el mundo presencial	82
10.2. Difundiendo positivismo en 15 plataformas virtuales	84
CAPÍTULO 11 EL SURGIR SIN PLANIFICACIÓN: LA AUTÉNTICA HISTORIA DE LARANAGASPAR.....	87
11.1. El regalo inesperado del voluntariado	88
11.2. El punto de inflexión en la historia de LaRanaGaspar.....	90
11.3. De la confusión a la claridad	91
11.4. Descubriendo la conexión profunda con las ranas en mi vida.....	92
11.5. La luz de Gasparín en «10 000 Sonrisas Mágicas»	94
11.6. LaRanaGaspar, testimonio en marcha de amor y esperanza	95
21.º APRENDIZAJE: «DETENERSE PARA AVANZAR CON PROPÓSITO».....	96
CAPÍTULO 12 RECAPITULANDO JUNTOS NUESTRO VIAJE	97
12.1 Tejiendo esperanza en el tapiz de la vida	97
12.2. Veinte aprendizajes que iluminan nuestra travesía.....	99
12.3. Un resumen visual de nuestro trayecto compartido	101
UN VIAJE DE ACCIÓN, SIGNIFICADO Y GRATITUD ..	103
EPÍLOGO	105

PRÓLOGO

Este libro te hará mejor persona y que disfrutes más de tu vida. He leído muchos libros, pero muy pocos han logrado dejarme una huella tan positiva en la mente y el corazón como lo ha hecho este manual que estás iniciando. Tal vez su secreto sea ese, que está escrito desde el corazón. Cuando lo leas comprenderás que en sus palabras hay verdad, y no solo conectarás con Gaspar y su historia, sino que sintonizarás con tu esencia, la esencia de la vida, la que ayuda a ver que lo importante de la vida es que lo importante sea lo importante.

Una vez escuché que las personas despertamos en los cementerios y en los hospitales, y lo cierto es que a menudo es así. Pero no es necesario pasar por un drama para despertar, para vivir menos desde la inercia y más desde la consciencia. En este libro, Gaspar ha tenido la enorme generosidad de compartir contigo las reflexiones y aprendizajes que ha extraído de una experiencia muy dura, pero que está destilada para no caer en el dramatismo ni en el victimismo, sino para dejarnos un mensaje bello e inspirador: «Se puede ser feliz a pesar de perder a un hijo».

Lo mejor de todo es que el libro está escrito desde un enfoque constructivo, positivo, cercano, directo y práctico. Cuando leas 20 páginas, verás que es imposible no desear seguir leyendo e ir descubriendo toda la sabiduría que guarda este relato. Con su lectura conseguirás:

- Desarrollar la cualidad que comparten las personas más felices: el agradecimiento.

- Relativizar con facilidad, ya no te perturbarás por problemas poco importantes y serás más fuerte emocionalmente.
- Potenciarás una visión de la vida realista, positiva y constructiva.
- Disfrutarás más del presente, ayudándote a alejarte de una vida rutinaria carente de sentido y conectarás con tu esencia.

En definitiva, serás una persona más sabia, madura y equilibrada.

Estás a punto de iniciar un viaje que marcará un antes y un después en tu vida, ya que conocer a Gaspar y su historia junto a LaRanaGaspar, te aseguro que te dejará una huella muy positiva. Por mi trabajo como conferenciante y formador, conozco a miles de personas, pero Gaspar está en ese selecto grupo de personas de las que es imposible no encariñarte. Humilde, generoso, creativo, comprometido y, sobre todo, un verdadero ejemplo de lo que llamo «Actitud Positiva Inteligente» (API), que nada tiene que ver con un «optimismo naïf» alejado de la realidad. La verdadera API no se trata de pensar que todo va a salir bien, sino de estar preparado para cuando las cosas salen mal. No se trata de pretender que la realidad se adapte a tus deseos, sino de aprender a aceptar y actuar allí donde te corresponde.

Acomódate, desconecta el teléfono móvil, regálate este tiempo, ya que estás a punto de aprender, emocionarte, reflexionar y disfrutar de momentos de inspiración y conexión. Tres, dos, uno: ¡comienza el viaje!

Fabián Villena
CEO del Instituto de Actitudes Positivas
y autor del «best seller» *Despliega tu Actitud Positiva Inteligente*

INTRODUCCIÓN

Este libro va más allá de la narrativa convencional; es la fusión de mi experiencia personal con una invitación universal a la reflexión y la acción. Representa un viaje íntimo a través del amor y la pérdida, una travesía que surge de las sombras más profundas donde uno puede encontrarse: la desgarradora pérdida de un hijo. No se limita a ser un relato; es un faro resplandeciente de esperanza destinado a iluminar el camino para aquellos que, como yo, han enfrentado la abrumadora angustia de perder a un ser querido.

A lo largo de estas páginas, te invito a sumergirte en un viaje emocional donde la inmensidad del dolor se entrelaza con la indestructible fuerza de la resiliencia. En cada capítulo descubrirás un peldaño en mi proceso de curación, una exploración honesta de las emociones que surgen al enfrentar la pérdida de un ser querido.

En este trayecto encontrarás hasta una veintena de reflexiones distribuidas a lo largo de los doce capítulos. Estas reflexiones, nacidas de mi propia experiencia, las comparto contigo con la esperanza de que te aporten luz en tu día a día. Abordan temas como el duelo, el dolor, el tiempo, la gratitud, la solidaridad, la resiliencia, entre otros.

Pero este relato no solo captura la cruda realidad de perder a alguien cercano, sino que también es una llamada a la acción para aquellos que no están enfrentando tales pruebas. Invita a reflexionar sobre la vida, a priorizar, saborear y dedicar el tiempo necesario a las cosas trascendentales, esas que todos conocemos y

que a menudo pasamos por alto en nuestro ajetreo diario. En la rutina cotidiana perdemos de vista lo esencial y no lo disfrutamos como se merece y como merecemos nosotros mismos. Es hora de redirigir nuestra atención hacia lo que realmente importa, encontrando la plenitud en lo genuino y esencial de nuestras vidas.

También junto a LaRanaGaspar, este libro se erige como un poderoso testimonio de que todos tenemos la oportunidad de vivir de manera más plena y de evolucionar como seres humanos, dedicándonos al servicio de los menos afortunados a través de la acción solidaria en todas sus formas. LaRanaGaspar simboliza el espíritu de solidaridad y el compromiso con la comunidad, inspirándonos a encontrar maneras de apoyar y elevar a aquellos que enfrentan dificultades.

Acompáñame en este viaje donde la tristeza y la esperanza bailan juntas, entrelazando susurros de amor en cada página. Juntos, exploraremos las profundidades del dolor y nos sumergiremos en las aguas cristalinas de la esperanza que brotan de un corazón roto. También abriremos una ventana al alma humana, invitándonos a reflexionar profundamente sobre los valores esenciales de la existencia y las posibilidades de una vida más significativa.

CAPÍTULO 1

EL DÍA QUE LA VIDA NOS DIO UN GIRO INESPERADO

La vida, a veces, nos presenta giros inesperados que transforman el curso previsible de nuestra existencia. Este capítulo narra el momento en que la enfermedad de Gasparín se hizo evidente, sumergiéndonos en una realidad desconocida. La normalidad de nuestros días se desvaneció cuando los signos de su fragilidad se manifestaron, como sombras inesperadas en una soleada tarde de verano.

1.1. Un parque, dos emociones y una cita decisiva

En esa tarde bañada por la luz del sol el 26 de agosto de 2007, la cotidianidad transcurría sin mayores sobresaltos. Con la intención de convertir la jornada en un festín de momentos especiales, Begoña y yo decidimos dedicarla al disfrute en el parque en compañía de nuestros pequeños: el tierno Gasparín, con apenas 4 meses de edad, y nuestra encantadora Carlota, de 5 años.

Nos embarcamos en la idea de sumergirnos en la alegría compartida, entregándonos a juegos y risas con los niños. Más tarde, en la noche, Bego y yo aguardábamos con entusiasmo el momento de deleitarnos con una cena en un restaurante, coronando así el día de manera magnífica. No obstante, entre nosotros y esos

planes idílicos se interponía una cita crucial con el cardiólogo para Gasparín.

Apenas unas semanas atrás, durante una consulta rutinaria con su pediatra, se inició un capítulo inesperado en la historia de Gasparín. La pediatra detectó algo aparentemente insignificante en el latir de su corazón. En un primer momento, la observación no generó mayor inquietud, pero siguiendo las indicaciones de esta, decidimos agendar una cita en el Hospital Público para septiembre 2007.

Ante la naturaleza urgente de nuestro deseo de obtener respuestas, Bego, con su experiencia como enfermera y guiada por el instinto protector que caracteriza a las mujeres, optó por anticipar la visita al cardiólogo. Buscábamos tranquilidad en medio de la incertidumbre, y así, esta cita crucial quedó programada para el mismo día que nos propusimos disfrutar en el parque y antes de nuestra cena planeada.

La dualidad de emociones que acompañaba ese día contrastaba notablemente. Por un lado, la expectativa de un día idílico, lleno de risas y momentos familiares, y por otro, la tensión anticipada de lo que podría descubrirse en la cita con el cardiólogo. Enfrentar esa dicotomía se convirtió en un desafío emocional, pero estábamos decididos a abrazar cada momento, buscando equilibrio y respuestas en medio de la incertidumbre que se cernía sobre nosotros.

1.2. El impacto de un diagnóstico imprevisto

Después de disfrutar de una tarde maravillosa en el parque, nos encaminamos hacia el consultorio. La cardióloga, con manos expertas y enfoque profesional, comenzó la exploración que marcaría un antes y un después en nuestras vidas. Mis ojos permanecían clavados en su rostro, tratando de descifrar cada matiz de expresión.

En ese instante, la atmósfera en la sala se volvió densa, y todo a mi alrededor pareció desmoronarse. La cardióloga, cuya sonrisa inicial expresaba confianza, transformó su gesto en una mueca seria y preocupada, como si hubiera presenciado la tragedia más insondable.

Bego y yo compartimos una mirada cargada de temor, entendiendo que la cardióloga había descubierto algo significativamente grave. Al concluir la exploración, nos sentamos con ella, esperando ansiosos sus palabras. Aunque su semblante ahora era más calmado, aún reflejaba la preocupación que albergaba.

Con profesionalidad no exenta de empatía, nos comunicó la noticia que cambiaría el rumbo de nuestras vidas: Gasparín tenía una cardiopatía, y era urgente trasladarnos al hospital de inmediato para continuar con las pruebas que determinarían la gravedad de la situación.

La cardióloga explicó la necesidad de realizar una serie de estudios más exhaustivos para obtener un diagnóstico preciso y, con ello, planificar las medidas a seguir. Nos advirtió sobre la complejidad de la situación y nos tranquilizó al asegurarnos que, a pesar de la incertidumbre inicial, estábamos en manos de un equipo médico altamente capacitado.

Abandonamos el consultorio con la mente nublada por la perplejidad y la angustia. El trayecto hacia el hospital transcurrió en silencio, cada uno sumido en sus pensamientos. La tarde que comenzó con planes de alegría y risas en el parque ahora estaba teñida por la sombra de la enfermedad. Nuestro pequeño Gasparín, con apenas cuatro meses de vida, se enfrentaba a una batalla que ni nosotros ni la medicina habíamos anticipado.

Aquella noche, tras recibir el consejo de los médicos para regresar a casa y descansar, nos retiramos con el corazón cargado de preocupación. Gasparín quedó en la Unidad de Cuidados Intensivos a la espera de que al día siguiente le realizaran todas las pruebas necesarias para obtener un diagnóstico definitivo y planificar los

próximos pasos en su tratamiento. Cumplimos con la sugerencia médica de irnos a casa a descansar, pero llevábamos con nosotros todo el peso del dolor que la incertidumbre nos imponía.

Esa noche, tanto Begoña como yo nos vimos incapaces de conciliar el sueño; la angustia nos mantuvo despiertos durante horas, sumergiéndonos en la vorágine de la búsqueda constante en internet sobre las cardiopatías congénitas. Aunque esta travesía virtual estaba motivada por la intención de comprender mejor la situación de nuestro hijo Gasparín, descubrimos que el exceso de información, muchas veces sin garantía de veracidad, contribuía a aumentar nuestra confusión y sufrimiento.

La búsqueda en línea se convirtió en un viaje desgarrador, donde la ansiedad se mezclaba con cada palabra leída. La abundancia de información contradictoria nos llevó por caminos que, en ocasiones, no se asociaban directamente con la situación de Gasparín. A pesar de nuestras buenas intenciones, nos dimos cuenta de que era necesario filtrar y discernir entre la multitud de datos para encontrar respuestas confiables y pertinentes a la realidad de nuestro pequeño.

1.º APRENDIZAJE: «UNA INVITACIÓN A REDEFINIR PRIORIDADES»

La vida, con su complejidad y giros inesperados, nos recuerda constantemente la fragilidad de nuestra existencia. En un instante, puede arrojarnos a las más oscuras tinieblas, recordándonos la importancia de no postergar lo esencial. Este recordatorio, nacido de la experiencia personal de la pérdida de mi hijo Gasparín, lleva consigo un mensaje urgente: no permitas que las distracciones y lo superficial te impidan abrazar y disfrutar plenamente de las cosas realmente importantes.

Es fácil dejarse atrapar por la rutina, por las demandas del trabajo, por las pequeñas preocupaciones que inundan nuestro

día a día. Sin embargo, la realidad es que, con frecuencia, estas distracciones nos impiden darle la atención debida a lo que realmente importa: las relaciones significativas, los momentos compartidos, las expresiones de amor y afecto que construyen el tejido de la vida.

Mi experiencia es un testimonio de cómo la percepción puede cambiar radicalmente cuando nos enfrentamos a la pérdida. Los besos que le di a Gasparín, aunque numerosos, palidecen ante la posibilidad de haber compartido infinitos más. La excusa que me robó esos momentos fue el trabajo, una vorágine diaria que, en retrospectiva, se revela como una distracción de lo esencial.

Te insto a reflexionar sobre tu propia vida y a repriorizar lo que realmente importa. No esperes a que una pérdida te haga consciente de la fragilidad de la existencia. Aprende de mi experiencia y asegúrate de darle prioridad a lo importante, a lo verdaderamente trascendental. Que nunca llegues al punto de lamentar no haberlo hecho antes. La vida es preciosa y efímera; no dejes que las distracciones y lo superficial te impidan abrazar plenamente su esencia.

2.º APRENDIZAJE: «LA DELICADA BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN MÉDICA EN INTERNET»

Con frecuencia, encontramos consuelo y orientación en la inmensidad de internet, buscando respuestas y entendimiento en situaciones delicadas, como aquellas relacionadas con nuestra salud o la de nuestros seres queridos. Sin embargo, es vital reconocer que este recurso puede convertirse en un terreno contradictorio y abrumador. En particular, cuando nos enfrentamos a circunstancias médicas complejas, como en el caso de Gasparín, la prudencia nos insta a considerar la información con cautela.

En estos momentos cruciales, resulta fundamental depositar nuestra confianza en los médicos que están directamente invo-

lucrados en el tratamiento y cuidado de nuestros seres queridos. El conocimiento y la experiencia de los profesionales de la salud son pilares sólidos en los que podemos apoyarnos para obtener información precisa y comprensible. Consultar con ellos no solo nos brinda respuestas basadas en evidencia, sino que también nos permite despejar cualquier duda que pueda surgir en el proceso.

CAPÍTULO 2

BAJO LAS LUCES DEL HOSPITAL: DÍAS DE INCERTIDUMBRE

Al día siguiente, con el corazón cargado de incertidumbre, nos dirigimos al hospital, donde pasamos toda la jornada a la espera de noticias cruciales. Al final de la tarde, nos citaron con el jefe médico de cardiología infantil, quien, con una mezcla de templanza y empatía, nos reveló la magnitud del desafío que enfrentábamos con Gasparín.

Sin adentrarme en detalles médicos complicados, el jefe médico nos comunicó con franqueza que el corazón de Gasparín estaba destrozado, pero una de las malformaciones presentes permitía que se mantuviera con vida. Esta revelación nos sumió en una realidad desconocida y aterradora. Nos explicó con detalle los próximos pasos a seguir: la activación de todos los protocolos médicos disponibles para casos tan excepcionales como el de Gasparín, un caso sin precedentes en el ámbito médico.

El protocolo no admitía demoras: era imperativo contactar con los principales centros médicos especializados en cardiopatías congénitas a nivel mundial. La misión estaba clara y desafiante: trazar el mejor plan de acción posible para enfrentar este caso inédito. La gravedad de la situación se volvía cada vez más tangible, y nos sumergimos en una frenética batalla médica, sin garantías, pero con la firme determinación de luchar por la vida de nuestro pequeño Gasparín.

2.1. Complicidad y esperanza: paseos con Gasparín

Durante este proceso, nos comunicaron que podríamos instalarnos con Gasparín en una habitación del hospital, ya que, afortunadamente, no necesitaba permanecer en la UCI en ese momento. Se nos advirtió que este camino podría extenderse por semanas, y así, con la incertidumbre pesando sobre nosotros, nos acomodamos en una habitación de la planta de oncología infantil. Begoña, Gasparín y yo nos convertimos en compañeros de lucha en ese espacio que, aunque comfortable, estaba impregnado de la tensión y la esperanza que solo un hospital puede albergar.

Los días se sucedían en una mezcla de alegría por compartir momentos con Gasparín y preocupación constante por su futuro incierto. El equipo médico encargado nos brindaba actualizaciones diarias sobre los avances en los protocolos, aunque aún no se había trazado un plan de acción definitivo. Alternábamos estos días entre el hospital y nuestra casa, ya que Carlota, nuestra hija de tan solo 5 años, pero increíblemente perspicaz para su edad, también requería nuestra atención. Ella comprendía de alguna manera que algo inusual estaba sucediendo con su hermanito Gasparín, y su mirada reflejaba la mezcla de confusión y preocupación que envolvía a toda la familia.

Salíamos a dar paseos con Gasparín en su cochecito, explorando los rincones del hospital y sus jardines. Mientras atravesábamos el pasillo de Oncología Infantil, Bego y yo compartíamos una mirada llena de complicidad y nos decíamos mutuamente: «Qué suerte tenemos». Sí, nos lo recordábamos, a pesar de las difíciles circunstancias, frente a todo lo que presenciábamos en esa planta.

Era un reconocimiento de gratitud por la suerte de tener a Gasparín con nosotros, disfrutando de cada momento compartido. Aunque nos enfrentábamos a una situación desafiante, encontrábamos consuelo en la fortaleza de nuestro pequeño y

en los momentos de conexión y amor que vivíamos en medio de la incertidumbre hospitalaria. Esos paseos, aparentemente sencillos, se convertían en pequeñas joyas de felicidad en nuestro día a día.

2.2. El día en que conocimos el futuro de Gasparín

Llegó el esperado día en que todo el equipo médico se congregó para comunicarnos el plan de acción que se implementaría para Gasparín. Se acordó realizar una primera intervención de urgencia, crucial para asegurar la continuidad de su vida. Esta sería seguida por una segunda intervención, probablemente programada después de un año, y una tercera operación al transcurrir otro año. Fue en ese preciso momento cuando dirigí mi mirada al jefe médico del equipo y planteé la pregunta inevitable: «¿Y qué sucede después de esa tercera operación?».

El jefe médico me sostuvo la mirada con una expresión cargada de pesar, pero al mismo tiempo con un destello de esperanza. Su respuesta resonó en la sala: «Confíemos en que en estos tres próximos años avance la medicina». En esas palabras se encapsulaba la incertidumbre del camino por delante y la confianza en los avances médicos futuros. Era un recordatorio de que estábamos embarcados en una travesía sin certezas, confiando en la progresión de la ciencia para garantizar la salud y el bienestar de nuestro amado Gasparín.

En ese momento crucial, Bego y yo, unidos por la fuerza del amor y la determinación, intercambiamos miradas que transmitían no solo la gravedad de la situación, sino también la valentía necesaria para enfrentarla. Nos sosteníamos mutuamente con el corazón en la garganta, conscientes de que este era el camino que nos había tocado recorrer. A pesar de la incertidumbre y el temor, decidimos apostar por la esperanza y confiar en el proceso.

Nos susurramos palabras de aliento, recordándonos que debíamos abrazar el presente sin ambages, sin permitir que el peso del futuro o el dolor del pasado nos abrumara. Cuando hablo del dolor del pasado, es probable que muchos os preguntéis: ¿cómo es posible que el médico que llevó el embarazo de Begoña, el equipo médico que atendió el parto o la pediatra que trató a Gasparín durante los primeros meses no se percataran de la malformación en su corazón?

Estos mismos cuestionamientos nos asaltaron a Begoña y a mí. Sin embargo, en ese momento tuvimos claro que no era el instante adecuado para buscar culpables en el pasado. Ahora, lo esencial consistía en dirigir nuestra mirada hacia el futuro con fortaleza y esperanza, dispuestos a construir nuevos capítulos llenos de amor y superación.

2.3. Noche de esperanza tras la primera operación

Así fue como Gasparín se sometió de inmediato a la primera operación, que duró más de doce horas. El jefe médico salió y nos informó: «Todo salió muy bien, ahora Gasparín descansa en la UCI y debemos observar cómo evoluciona».

Begoña y yo resurgimos como un ave fénix; de repente, nos llenamos de felicidad y gratitud hacia todo el equipo médico y el personal del hospital. Aunque nadie nos decía nada, cada vez que caminábamos por el hospital, percibíamos las miradas de solidaridad y amor de todo el personal, deseándonos fortaleza y una solución positiva.

Esa noche, Begoña y yo decidimos poner en práctica nuestro lema diario: disfrutar de los pequeños éxitos. La operación había sido un triunfo, Gasparín estaba en observación, y ambos optamos por salir a cenar solos, brindando con una copa de vino para celebrar el inicio de este camino con éxito. La cena fue una mezcla de alivio y reflexión sobre los desafíos que aún aguardaban.

Después, regresamos a casa para abrazar a nuestra hija Carlota y, desde la serenidad, explicarle en un lenguaje comprensible lo que le estaba sucediendo a Gasparín.

Después de un día repleto de emociones, nos acostamos con esperanza, conscientes de que al día siguiente debíamos levantarnos temprano para regresar al hospital. Sabíamos que este ciclo de emociones intensas y esperanzas renovadas se convertirían en el ritmo constante de nuestras vidas durante esta etapa crucial. Cada jornada representaría un paso hacia adelante en esta travesía marcada por la fortaleza, el amor y la determinación. Nos enfrentábamos al futuro con valentía, preparados para abrazar lo que viniera y celebrar cada pequeño logro que Gasparín alcanzara.

3.º APRENDIZAJE: «RELATIVIZAR COMO CLAVE PARA SUPERAR OBSTÁCULOS»

En medio de tus propios desafíos, siempre encontrarás personas enfrentando situaciones aún más difíciles que las tuyas. La vida nos presenta una serie de problemas y dramas, y es esencial desarrollar la habilidad de distinguir entre los problemas cotidianos, a los que llamo «cositas a resolver», y los dramas que llevan un peso más significativo. Te animo a que, la próxima vez que te sientas abrumado por alguna preocupación, con el objetivo de que aprendas a poner las cosas en perspectiva, te acerques a la planta de Oncología Infantil de un hospital.

Te aseguro que, tras esa visita, muchas de las inquietudes que te roban el sueño se verán simplemente como pequeñas cosas por las que no necesitas preocuparte, sino ocuparte. Este encuentro con la realidad de otras personas te proporcionará una nueva visión, enseñándote a relativizar la vida y a apreciar las pequeñas bendiciones y los momentos de felicidad que a menudo pasamos por alto. Aprenderás a abordar tus desafíos con una mente más equilibrada y a valorar cada día como un regalo precioso.

4.º APRENDIZAJE: «CELEBRANDO EL ÉXITO EN LA ADVERSIDAD»

Debemos internalizar, incluso forzarnos, a vivir y saborear completamente cada instante que el presente nos regale, evitando que las incertidumbres del futuro nos confundan y nos priven de experimentar plenamente el gozo del momento actual. Aunque enfrentábamos circunstancias extraordinariamente dramáticas, Begoña y yo tomamos la decisión de afrontar este difícil camino paso a paso.

Sí, elegimos conscientemente disfrutar y celebrar cada pequeño logro, sin permitir que el manto del futuro incierto nos arrebatarea esos momentos de alegría, éxito y motivación que nos impulsaban a seguir adelante con valentía y firmeza. En medio de la incertidumbre, encontramos una fortaleza interior que nos permitía abrazar las pequeñas victorias diarias, reconociendo que la vida está hecha de momentos preciosos que merecen ser vividos plenamente.

5.º APRENDIZAJE: «NAVEGANDO ENTRE LAS SOMBRAS DEL PASADO»

Revisar el pasado en busca de culpables es una respuesta natural, aunque no siempre sea la opción más constructiva. Hubo momentos en los que contemplé la posibilidad de demandar a los médicos que atendieron a Gasparín, lamentando su falta de detección de su enfermedad grave. Sin embargo, al final opté por no emprender ninguna acción legal. Mi elección fue dirigir mi enfoque hacia la vida, adoptando una perspectiva optimista, que no ingenua.

Al reflexionar sobre el pasado, me di cuenta de que, hasta que conocimos la enfermedad de Gasparín, vivimos el embarazo y cada día con él de una manera plena. Cada jornada compartida

con nuestro pequeño fue ilusionante y fantástica. Reconocí que, de haber conocido la enfermedad durante el embarazo, la experiencia habría sido diferente, marcada por preocupaciones, tristeza, dolor y angustia, con numerosas consultas médicas. Dadas nuestras convicciones religiosas, también comprendí que nunca habríamos considerado interrumpir el embarazo.

En lugar de sumergirnos en el pesar y las acusaciones, elegimos centrarnos en los momentos preciosos que compartimos con Gasparín y en la esperanza que nos brindaron. A pesar de las dificultades, encontramos fuerza en la gratitud por esos momentos llenos de amor y alegría.

CAPÍTULO 3

PREGUNTAS SIN RESPUESTA: EL DOLOR DE PERDER A GASPARÍN

Preparándonos para dirigirnos al hospital, el sonido del teléfono resonó en la quietud de la casa como un eco inquietante: «Vengan al hospital urgentemente». Begoña y yo, con el corazón latiendo aceleradamente, supimos de inmediato que algo grave estaba sucediendo con Gasparín. Las palabras, cargadas de urgencia, se clavaron en nuestra conciencia, desatando una mezcla abrumadora de temor y anticipación mientras nos apresurábamos a enfrentar lo desconocido en el hospital. Cada paso hacia la puerta estaba impregnado de ansiedad, conscientes de que el destino de nuestro pequeño estaba pendiendo de un hilo y que el camino por delante sería uno de los mayores desafíos que enfrentaríamos como familia.

3.1. El último suspiro de Gasparín: un adiós en la UCI

En el momento en que llegamos al hospital y nos adentramos en la Unidad de Cuidados Intensivos, el panorama que se presentó frente a nosotros estaba lleno de confusión. Observé a mi querido hijo, Gasparín, acunado en su cuna hospitalaria, rodeado de una constelación de aparatos médicos y manos entregadas que se esforzaban incansablemente por preservar su vida. A pesar de

la esperanza latente en el aire y los esfuerzos inquebrantables del equipo médico, el destino cruelmente tenía otros planes.

La realidad nos golpeó con una fuerza devastadora: Gasparín, con su frágil y hermoso cuerpecito, no logró superar la complejidad de la primera intervención. Un silencio abrumador inundó la sala, roto únicamente por el sollozo ahogado de aquellos que, como Begoña y yo, presenciaban impotentes la partida prematura de nuestro amado hijo.

Fue un momento desgarrador, donde las palabras resultaron insuficientes para expresar la mezcla de dolor y desesperación que embargó nuestros corazones. En medio de la UCI, con la mirada perdida en la pequeña cuna que alguna vez albergó risas y esperanzas, tuvimos que enfrentar la dura realidad de despedirnos de Gasparín. La sala, antes llena de actividad frenética, se sumió en un silencio sepulcral, y, en ese instante, la vida nos arrebató el regalo más preciado que jamás podríamos retener.

Con lágrimas en los ojos y un nudo en la garganta, asistimos impotentes al último suspiro de Gasparín, un susurro apenas perceptible que resonó como un eco melancólico en el corredor de la UCI. Fue un adiós prematuro, un cierre abrupto de un capítulo que apenas había comenzado, dejándonos con la carga emocional de aceptar una pérdida que cambiaría nuestras vidas para siempre.

Con la partida de Gasparín, nos sumergimos en las sombras del dolor, explorando cómo la pérdida y la rabia se entrelazan, tejiendo una red de emociones complejas. Agravando la situación, nos dimos cuenta de que las herramientas para enfrentar la muerte, comprender la magnitud de la pérdida y transitar el duelo no forman parte de la enseñanza convencional en nuestra sociedad.

Nos hallamos perdidos, sin un mapa para navegar en este territorio desconocido, sin entender qué pasos tomar ni cómo gestionar este dolor abrumador. Afrontar el duelo sin una brújula emocional, sin un marco claro para procesar la pérdida, hizo que cada día fuera un desafío.

3.2. Rompiendo mitos sobre la edad y la pérdida

Algunos psicólogos piensan que el dolor que unos padres experimentan puede llegar a ser diferente dependiendo de si los padres son jóvenes o no, pues los más jóvenes podrán tener la posibilidad de tener otro en el futuro. También he leído afirmaciones que dicen que el dolor y el drama se acentúan si se ha convivido durante varios años con el hijo fallecido, ya que cuantas más cosas compartidas, mayor es el dolor. Por mi experiencia, no comparto ninguna de las dos afirmaciones.

El impacto de perder a un hijo no se ve condicionado por la edad en que ocurre su fallecimiento. La pérdida de un hijo, sea cual sea su edad, conlleva un dolor profundo y universal. Cada hijo es único y especial, una presencia que deja una marca indeleble en el corazón de sus padres. En mi caso, el nacimiento de Pelayo después del trágico fallecimiento de Gasparín se convirtió en un momento de amor renovado y singular.

Recibimos a Pelayo con los brazos abiertos y el corazón rebosante de afecto, conscientes de que él no vendría a ocupar el lugar de Gasparín. Cada hijo tiene su propia esencia, su identidad única que contribuye a la riqueza y diversidad de la familia. Pelayo, a pesar de ser amado de manera especial, no sustituyó ni sustituirá a Gasparín en nuestro amor y en el rincón especial que guarda en nuestros corazones.

El proceso de aceptar y amar a Pelayo no disminuye la magnitud del vacío dejado por Gasparín; más bien se convierte en una nueva dimensión de amor y crecimiento familiar. Cada hijo es una entidad única, y nuestro amor por ellos se expande de manera ilimitada, abrazando tanto las alegrías como las tristezas que la vida nos presenta. La coexistencia de Pelayo y el recuerdo eterno de Gasparín en nuestra familia refleja la complejidad y la belleza de la experiencia de ser padres, un viaje marcado por la dualidad de la pérdida y la renovación.

La brevedad del tiempo que compartí con Gasparín en este mundo no minimiza en absoluto el dolor que siento en mi corazón. Su llegada, cumplimiento de una misión celestial y partida al cielo con tan solo cinco meses de vida, marcó una huella imborrable en mi ser. Cada momento que viví junto a él se extiende en mi memoria como si fueran años y años de experiencias profundas y significativas.

Aunque la realidad dicta que solo pude disfrutar de la presencia física de Gasparín durante cinco meses, en mi duelo persistente, cada recuerdo y cada pensamiento sobre él evocan una conexión que trasciende las limitaciones temporales. En mi mente imagino las numerosas ocasiones en las que celebraríamos juntos su cumpleaños, lo vería embarcarse en nuevos cursos escolares, participaría en su comunión y contemplaría con orgullo su boda. Todas esas esperanzas, sueños y experiencias que ya nunca podré compartir con Gasparín se convierten en un eco constante en mi corazón.

La pérdida de Gasparín no se mide en el tiempo físico que pasó a nuestro lado, sino en la eternidad de su impacto en nuestras vidas. Su corta existencia dejó un legado de amor, esperanza y sueños inacabados que persistirán en la esencia misma de nuestra familia. Aunque su tiempo entre nosotros fue breve, la intensidad de nuestro vínculo es eterna, y mi corazón guarda cada instante compartido como un tesoro preciado que perdura más allá de las limitaciones terrenales.

6.º APRENDIZAJE: «NAVEGANDO SIN BRÚJULA TRAS LA MUERTE DE UN SER QUERIDO»

Los conocimientos sobre la muerte, la comprensión de la pérdida y el proceso del duelo son aspectos que aún no se abordan suficientemente en nuestra sociedad. Cuando enfrentamos la dolorosa experiencia de perder a un ser querido, nos encontramos

desorientados y carecemos de las herramientas necesarias para sobrellevar el dolor. La sociedad contemporánea no está preparada para afrontar la muerte en general y mucho menos para lidiar con la pérdida de un hijo. Desde mi experiencia personal, creo firmemente que recibir formación y preparación para enfrentar una pérdida habría hecho mi proceso de duelo tras la muerte de mi hijo Gasparín más constructivo y habría proporcionado una ayuda más efectiva.

Es fundamental aprender a entender la muerte como parte natural de la vida y recibir la instrucción adecuada, así como los recursos necesarios para afrontar estas situaciones dramáticas. También es importante reconocer la creencia generalizada de que no seremos capaces de sobrellevar el dolor. Sin embargo, es esencial desafiar esta creencia y aprender a transitar el camino de las pérdidas. Debemos sanar las heridas que se producen cuando las cosas cambian, cuando alguien se va, cuando una situación termina o cuando nos damos cuenta de que lo que esperábamos nunca llegará. Conocer las reglas, pautas y mapas de este sendero seguramente nos ayudará a llegar al final del recorrido de una manera más completa.

7.º APRENDIZAJE: «DESAFIANDO PREJUICIOS Y DESCUBRIENDO LA VERDADERA INTENSIDAD DEL DOLOR»

Vivir la experiencia tan desgarradora con Gasparín me llevó a cuestionar profundamente ciertas creencias previas. Antes de enfrentarme a esta dura realidad, pensaba en el aborto como algo trágico, pero erróneamente creía que el duelo para una madre que aún no había conocido físicamente a su bebé sería menos intenso. No consideraba el sufrimiento del padre y solo centraba mi atención en la madre. También pensaba, de manera equivocada, que perder a un hijo de un año no implicaba el mismo dolor

que perder a uno de treinta años. Pero todas estas percepciones se desvanecieron ante la cruda realidad.

Ahora entiendo que para una madre que lleva a su bebé en su interior, ese ser ya es su hijo, una parte integral de ella misma. El amor que se experimenta hacia ese ser en gestación es tan profundo y real como el que siente una madre al abrazar a su hijo después de dar a luz. La conexión es inmensa, la pérdida se siente en lo más profundo del ser.

Ahora también soy consciente de que cuando se trata de abortos, el padre no solo está ahí para acompañar y apoyar a su pareja en su dolor. Él, como padre, también experimenta su propia angustia. Muchas veces, el sufrimiento del acompañante pasa desapercibido, pero en esta situación, él no solo está presente para acompañar, sino que, como padre, también debe enfrentar su propio dolor. Su carga emocional es tan real y profunda como la de cualquier otro.

Asimismo, comprender la pérdida de un hijo, independientemente de su edad, me hizo darme cuenta de que el dolor y el drama son igualmente intensos. La magnitud del sufrimiento no se mide en años de vida, sino en el amor incondicional que existe entre padres e hijos. La pérdida es una herida que afecta el alma de manera profunda, sin importar cuánto tiempo haya compartido uno con su ser querido.

CAPÍTULO 4

ESPERANZA EN LA OSCURIDAD: LA VIDA DESPUÉS DE LA PÉRDIDA

Nada hay más dramático y contra natura que la muerte de un hijo, este es uno de los mayores dramas a los que unos padres pueden enfrentarse. Ningún padre está preparado para la muerte de un hijo. Se supone que los padres no viven más que sus hijos. Solo las personas que hemos vivido este drama conocemos la dureza de esta situación con la que la vida de forma caprichosa te golpea.

La experiencia de perder a un hijo va más allá de un simple golpe emocional; es como un viaje sin retorno que deja una marca indeleble en el alma de los padres. La herida profunda, esa cicatriz emocional, no se cura por completo, sino que se integra de manera inseparable en el tejido mismo de sus vidas. Cada día se convierte en una travesía marcada por la dualidad del dolor y la necesidad de seguir adelante.

La cicatriz emocional, lejos de ser una señal de debilidad, se transforma en un testimonio silencioso de la resistencia humana. Es un recordatorio constante de la fuerza necesaria para enfrentar la realidad desgarradora de la pérdida. A medida que los padres transitan este camino, aprenden a convivir con el duelo como una compañía inevitable, una sombra que, aunque persistente, también se convierte en un recordatorio amoroso de la presencia perdida.

En este viaje, la cicatriz emocional se entrelaza con la trama misma de la existencia, influyendo en cada elección, cada alegría y cada desafío. La vida después de la pérdida de un hijo se convierte en una danza compleja entre la necesidad de recordar y la búsqueda de la renovación. La cicatriz no se borra, más bien se convierte en un capítulo intrínseco de la historia de los padres, una historia de amor inmutable.

Así, en medio del duelo constante, la cicatriz emocional se vuelve una fuerza que impulsa a honrar la memoria del hijo perdido. Cada lágrima derramada se transforma en un tributo silencioso, cada recuerdo se convierte en un lazo eterno. La cicatriz emocional, lejos de ser un recordatorio doloroso, se convierte en un testimonio de amor eterno y de la capacidad humana para encontrar significado y propósito incluso en la oscuridad más profunda.

4.1. Aprendiendo a convivir con la ausencia

La muerte de un hijo no es algo que se pueda «superar» de manera convencional, más bien es un proceso de adaptación, de aprender a convivir con la ausencia constante de alguien que debería haber sido una parte activa e irremplazable en la historia familiar.

En los primeros momentos, afrontar esta realidad resulta desgarrador y casi insuperable. La sombra de la pérdida se proyecta extensa y densa, envolviendo el corazón en un manto de tristeza. Sin embargo, a medida que el tiempo avanza, se va revelando la posibilidad de divisar destellos de luz en medio de la oscuridad. La felicidad, aunque transformada y teñida por el dolor, tiene la capacidad de resurgir, como un brote de esperanza que se abre paso a través de la pena.

Cada día, cada pequeño paso en el camino del duelo se convierte en un testimonio de la resiliencia humana. La vida, de alguna manera, encuentra su camino de regreso a la alegría, aunque

esta nueva alegría esté impregnada de una profunda comprensión sobre la fragilidad de la existencia. A través de la travesía del dolor, se revela la capacidad del corazón para sanar y encontrar nuevamente razones para sonreír.

Estos destellos de luz no borran el vacío dejado por la pérdida, pero ofrecen una perspectiva diferente, una manera de honrar la memoria del ser querido mientras se avanza en el proceso de reconstruir la vida. La alegría renace, no como una negación del dolor, sino como una afirmación de la fuerza interna que permite seguir adelante, aun llevando consigo la cicatriz de la pérdida.

4.2. La evolución del duelo con el paso del tiempo

Cada persona que ha atravesado la pérdida de un ser querido enfrenta su dolor de manera única y personal. El tiempo, ese compañero silencioso pero poderoso, se convierte en un actor esencial en este viaje hacia la sanación. Cada día y cada experiencia se presentan como una hoja en blanco que se llena con las tintas de la recuperación, haciendo que el dolor sea más manejable a medida que avanzan los días.

En esta travesía, el tiempo actúa como un bálsamo que suaviza las heridas emocionales. Cada momento se convierte en una oportunidad para avanzar en el proceso de curación, transformando el dolor en lecciones de fortaleza y resiliencia. La intensidad del dolor puede disminuir, y aunque el duelo permanece como una presencia constante, se vuelve más manejable con el paso del tiempo. La paciencia, como una aliada silenciosa pero poderosa, permite que el proceso de curación se desarrolle de manera orgánica y gradual.

A medida que el tiempo avanza, la perspectiva cambia. Se empiezan a descubrir destellos de luz entre las sombras del dolor, pequeños momentos de serenidad que indican el comienzo de una nueva etapa. La intensidad inicial cede paso a una aceptación

gradual, permitiendo que la vida se entrelace nuevamente con experiencias significativas. La paz interior, aunque quizás nunca completa, se vuelve alcanzable.

Aunque el duelo nunca desaparece por completo, se puede aprender a convivir con él. El tiempo no borra las cicatrices, pero ofrece la perspectiva necesaria para encontrar significado y renovar la esperanza. La vida, a pesar de las sombras del pasado, continúa tejiendo su tapiz de experiencias, enriqueciendo la existencia con nuevas capas de comprensión y aprecio por la fragilidad de la humanidad.

8.º APRENDIZAJE: «INTEGRANDO EL DOLOR EN NUESTRA HISTORIA PARA ENCONTRAR LA FELICIDAD»

En este ineludible viaje llamado vida nos enfrentaremos a contratiempos inevitables. Para afrontarlos con fortaleza, resulta crucial ajustar nuestras expectativas y comprender que el dolor puede integrarse en nuestras vivencias de una manera que no necesariamente sella la herida, sino que la incorpora como parte esencial de nuestra historia. Al ser conscientes de nuestro propio relato, podemos recobrar el impulso para disfrutar y hallar la felicidad en la trama única de nuestra existencia.

Cada desafío, cada obstáculo, contribuye a tejer la compleja tela de nuestras experiencias. En lugar de resistirnos al dolor, abrazamos la realidad de que nuestras cicatrices son testimonios de nuestra resistencia y capacidad para superar adversidades.

Esta adaptación de perspectiva nos permite explorar nuevas dimensiones de la vida, descubriendo belleza en la vulnerabilidad y sabiduría en la aceptación. Ser conscientes de nuestra historia no implica solo recordar el pasado, sino también entender cómo nuestras experiencias moldean nuestras decisiones presentes y futuras.

A través de este entendimiento, podemos trascender el sufrimiento y transformarlo en una fuente de fortaleza. La vida, con todas sus complejidades, se convierte así en un lienzo en el que cada trazo, incluso los más oscuros, contribuye a la riqueza de nuestra narrativa vital.

Adaptar nuestras expectativas y encontrar significado en el sufrimiento no solo nos ayuda a sobrellevar los desafíos, sino que también nos permite vivir con una profundidad y autenticidad que enriquecen nuestra existencia. Así, en este viaje caprichoso, aprendemos que la vida, con todas sus contradicciones y vicisitudes, es una oportunidad constante para crecer, aprender y descubrir la belleza en cada capítulo, incluso aquellos impregnados de dolor.

En resumen, cada experiencia vivida tiene como finalidad nuestro aprendizaje si así lo tomamos, lo decidimos y lo trabajamos. Cada lágrima derramada, cada risa compartida, cada desafío superado, todo forma parte de un vasto tapiz de lecciones que la vida nos ofrece. En los momentos más oscuros y difíciles, podemos encontrar la luz y el crecimiento si estamos dispuestos a enfrentarlos con valentía y determinación. Cada caída nos enseña a levantarnos con más fuerza, cada error nos muestra el camino hacia la sabiduría. Aceptar estas lecciones con humildad y gratitud nos permite transformarnos, evolucionar y alcanzar la plenitud en nuestro viaje por la existencia.

CAPÍTULO 5

ENFRENTANDO LOS «¿POR QUÉ?» CON EL AMOR DE CARLOTA Y BEGOÑA

Ante lo que podría considerarse un fenómeno «antinatural», esta experiencia desafía las leyes del sentido común y la lógica de la existencia. Me encontré frente a un enigma sin explicación aparente. La carga emocional que acompaña a tales situaciones a menudo parece insuperable, y la superación de un trauma tan profundo se convirtió en un desafío monumental. En estos momentos de desconcierto y desesperación, nos vemos sumidos en un largo túnel oscuro, donde la pérdida y el dolor nos envuelven, dejándonos desorientados y cuestionando el sentido de todo.

5.1. Navegando en la búsqueda de respuestas

En la búsqueda de respuestas que parecían esquivarne, mis emociones se desbordaban en una tormenta de dolor, rabia e ira. Las preguntas resonaban en lo más profundo de mi ser, gritando en el silencio de mi mente: ¿Por qué? ¿Por qué a mí? ¿Por qué yo? ¿Por qué? ¿Por qué a mí? ¿Por qué yo? ¿Por qué? ¿Por qué a mí? ¿Por qué yo? Preguntas que retumban con una fuerza abrumadora, anhelando descubrir un significado en medio de la aparente desaparición de la lógica.

En esos momentos, las interrogantes se convertían en un eco constante, buscando respuestas que parecían esquivas. La búsqueda de sentido se volvía un viaje emocional desgarrador, donde la mente se debatía entre la necesidad imperiosa de comprender y la frustrante sensación de que la lógica se desvanecía ante la magnitud del dolor. Las preguntas se convertían en un clamor, una expresión visceral de la necesidad de hallar un propósito detrás de la tragedia.

La fuerza abrumadora de estas preguntas reflejaba la profunda confusión y desesperación que envolvían mi ser. Cada «¿por qué?» resonaba con la intensidad de una búsqueda incansable, una indagación en busca de respuestas que parecían estar más allá del alcance. La lógica se volvía efímera en un intento desesperado de dar sentido a lo que, en su esencia, parecía carecer de toda lógica.

Este torbellino de preguntas, lejos de disminuir, ganaba fuerza con el tiempo, revelando la persistencia del anhelo de comprender. La mente, en su afán por encontrar respuestas, exploraba los recovecos más profundos de la experiencia, buscando claridad en medio de la confusión abrumadora. Así, el «¿por qué?» se convertía en un mantra, una expresión constante de la necesidad de encontrar consuelo en la comprensión.

En estos momentos de profundo desconcierto, nuestras creencias y nuestra personalidad se convierten en puntos de apoyo cruciales. La esencia misma de quiénes somos y en qué creemos se transforma en un faro en la oscuridad, una brújula interna que nos guía en medio de la tormenta emocional. La fe, ya sea en lo espiritual, en la fortaleza del ser humano o en la conexión eterna con aquellos que hemos perdido puede convertirse en un ancla que nos impide ser arrastrados completamente por la marea del dolor.

Aprender a vivir con este drama «antinatural» implica un proceso de aceptación, no de conformidad. Es reconocer que hay experiencias que desafían la explicación lógica y que, a pesar de ello, debemos seguir adelante. La aceptación no implica olvidar ni dejar de sentir el dolor, sino encontrar la manera de coexistir

con él, permitiéndonos avanzar en nuestra vida a pesar de la cicatriz imborrable.

En este proceso, la empatía y el apoyo de quienes nos rodean se vuelven esenciales. Compartir la carga con seres queridos, buscar ayuda profesional si es necesario y permitirnos sentir las emociones sin juicio son pasos cruciales para avanzar en este oscuro túnel hacia la luz eventual. La aceptación y el aprendizaje de vivir con un dolor «antinatural» implica un camino largo y desafiante, pero también puede abrir la puerta a la resiliencia, el crecimiento personal y la posibilidad de encontrar significado incluso en medio de la tragedia.

5.2. Bajo el amor de Carlota y Begoña: un refugio en la tormenta

En el recuerdo de mi hijo Gasparín, encontré un sendero donde el apoyo mutuo entre Begoña y yo se transformaba en un abrazo invisible, pero reconfortante. Tras el fallecimiento de nuestro hijo Gasparín, nuestra complicidad y amor se multiplicaron, brindándonos sosiego y paz para afrontar esta dolorosa pérdida. Descubrimos que juntos éramos más fuertes, que nuestros lazos se fortalecían en medio del dolor y la tristeza. Cada lágrima compartida se convertía en un vínculo indestructible, y cada abrazo era un refugio en el que encontrábamos consuelo y esperanza. Nuestro dolor se transformó en una fuerza que nos unía aún más, como dos almas que se aferran con fuerza en medio de la tormenta. En cada mirada encontrábamos el amor y la fortaleza para seguir adelante, recordando siempre a nuestro amado Gasparín como una luz que sigue brillando en nuestro corazón.

La inmensa fortaleza y, al mismo tiempo, la inocencia radiante de mi pequeña hija Carlota, con sus apenas 5 años, se convirtieron en faros de luz que iluminaban los días oscuros de nuestra familia. Su presencia, llena de alegría y esperanza, nos recordaba que aún en medio de la tormenta hay motivos para sonreír y seguir adelan-

te. Sus abrazos, cargados de ternura, eran bálsamos que aliviaban nuestro dolor y nos recordaban el valor del amor incondicional. En sus ojos brillaba la pureza de un alma que no conoce la amargura ni el desaliento, solo la capacidad de dar y recibir cariño sin reservas. En cada gesto, en cada palabra, Carlota nos enseñaba que la vida sigue adelante, que el amor es más fuerte que la adversidad y que, juntos, podemos superar cualquier obstáculo. Su inocencia nos inspiraba a ver el mundo con nuevos ojos, llenos de esperanza y gratitud por los pequeños milagros que nos rodean cada día.

Sumadas a estas fuentes de consuelo, hubo algo más. Ese algo se manifestaba en pequeños gestos cotidianos, en las sonrisas amables de extraños que cruzaban mi camino y en las palabras de aliento de amigos y familiares. Era como si el universo mismo conspirara para recordarme que no estoy solo, que incluso en medio de la oscuridad más profunda hay destellos de luz que nos guían hacia adelante. Además, descubrí que mi fe, mi conexión con lo trascendental, se fortalecía cada día más, convirtiéndose en un ancla que me mantenía firme en medio de la tempestad. En esos momentos de desesperación y desconsuelo, encontraba consuelo en la certeza de que hay un propósito más elevado que trasciende nuestra comprensión humana, y que, en el gran esquema de las cosas, todo tiene un sentido, incluso el dolor más profundo. Así, mientras navego por las aguas turbulentas del duelo, me aferro a esta fe como a un salvavidas, confiando en que, tarde o temprano, llegaré a tierra firme, aunque la herida de la pérdida de Gasparín siempre permanecerá en mi corazón.

10.º APRENDIZAJE: «LA FORTALEZA DEL ESPÍRITU HUMANO Y LA SANACIÓN A TRAVÉS DEL COMPARTIR»

Abrir nuestro corazón y compartir las experiencias más difíciles se convierte en un acto sanador y liberador. En este viaje de duelo,

donde no existen soluciones universales ni fórmulas mágicas, la sinceridad y la apertura en compartir la travesía personal se erigen como un faro de luz para aquellos que se encuentran inmersos en la oscuridad de la pérdida. La conexión humana y el apoyo mutuo, especialmente dentro de los seres queridos, se revelan como elementos esenciales para encontrar consuelo y renacer en medio de la adversidad.

En un mundo que a menudo prefiere el silencio sobre el dolor, alzar la voz y compartir nuestras experiencias más íntimas se transforma en un acto valiente y empoderado. La vulnerabilidad se convierte en fortaleza, y al revelar nuestras propias luchas creamos un espacio donde otros pueden sentirse comprendidos y acompañados en su propio dolor.

La conexión entre individuos que han experimentado la pérdida se vuelve un bálsamo para las heridas emocionales. La empatía se convierte en un puente que une corazones, permitiendo que el dolor compartido allane el camino hacia la curación.

Asimismo, el acto de compartir no solo beneficia a quienes comparten su historia, sino que también ilumina el camino para aquellos que están en busca de esperanza y comprensión. La autenticidad en la narrativa del duelo rompe el estigma asociado al dolor y permite que la luz de la verdad transforme el sufrimiento en una fuerza impulsora de cambio y solidaridad.

11.º APRENDIZAJE: «ACEPTACIÓN COMO CAMINO HACIA LA RESILIENCIA»

En el complejo camino de la aceptación, es fundamental comprender que hay experiencias que desafían la explicación lógica. Enfrentarse a situaciones de pérdida implica un proceso de aceptación que va más allá de la simple conformidad; se trata de encontrar la capacidad de coexistir con el dolor de una manera que no solo permita la adaptación, sino que también abra la puerta

hacia la resiliencia, el crecimiento personal y la búsqueda de significado en medio de la tragedia.

Aprender a vivir con la realidad de eventos inexplicables o situaciones que desafían la norma social es un viaje retador y transformador. La aceptación, lejos de ser una rendición, se presenta como una poderosa herramienta para construir una base sólida de resiliencia emocional. Al reconocer que la vida puede ser compleja y a veces incomprensible, abrazamos la realidad de manera que nos permite enfrentarla con valentía y determinación.

La aceptación, en este contexto, no implica resignarse pasivamente, sino más bien abrazar la verdad de una realidad que está más allá de nuestro control. Es reconocer la existencia de situaciones que desafían nuestras expectativas y encontrar dentro de nosotros la fuerza para enfrentarlas de manera positiva. La aceptación, entonces, se convierte en una aliada en el proceso de adaptación y crecimiento.

La resiliencia, ese poder intrínseco que nos permite superar adversidades, se nutre de la aceptación. Al aceptar la realidad tal como es, nos liberamos de la lucha constante contra lo inevitable y permitimos que la energía se canalice hacia la construcción de un futuro más saludable y significativo.

CAPÍTULO 6

DEL «POR QUÉ» AL «PARA QUÉ»: UN CAMBIO DE PERSPECTIVA TRAS LAS PALABRAS SABIAS DE UN AMIGO

Junto a Bego, mi hija Carlota y el invaluable apoyo de familiares y amigos, surgió un algo más que irradió luz en ese túnel tan oscuro y desolador, que se aferró a mi existencia, que me ha sostenido y seguirá haciéndolo mientras aprendo a vivir con la ausencia de Gasparín.

En los días que siguieron al adiós de Gasparín, Jorge, un muy buen y querido amigo, con ojos llenos de compasión y corazón melancólico, compartió más que lágrimas, compartió pensamientos profundos que resonaron en lo más íntimo de mi ser: «La muerte de tu hijo ha sido un despertar doloroso que me ha permitido apreciar la inmensa fortuna que poseo al tener a mis tres hijas con vida. Ahora siento la obligación y la maravillosa oportunidad de regalarles más amor, más tiempo, el que merecen, y, por supuesto, el que yo también merezco».

Esas palabras se posaron como una suave brisa en mi alma, desencadenando una revelación profunda que se convertiría en un faro en mi propio proceso de duelo. Como padre, sentí que esas palabras eran más que un relato personal, era una llamada imperiosa a amar con mayor intensidad, a detenerme en el camino de la vida y reconocer las cosas verdaderamente esenciales en mi existencia.

Siempre, siempre estaré agradecido a mi entrañable amigo Jorge, quien, sin siquiera darse cuenta, había avivado la llama interior que tanto necesitaba para emprender mi camino hacia la esperanza. Sus palabras fueron como un rayo de luz en medio de la oscuridad, brindándome el impulso necesario para seguir adelante con renovada fuerza y fe en el mañana; fue un regalo invaluable que siempre llevaré en mi corazón con profunda gratitud.

6.1. Tejiendo el «¿para qué?»: encontrando significado en el dolor

En ese instante, en medio del torbellino emocional del duelo, se encendió en mi interior una chispa de comprensión. Fue como si un destello de claridad emergiera entre las sombras del dolor. Comprendí que la clave para sobrellevar la pérdida no residía únicamente en la búsqueda frenética de respuestas al «¿por qué?» insondable que atormentaba mi mente, sino en la exploración profunda del «¿para qué?» que se ocultaba tras su partida.

Me di cuenta de que, en lugar de sumergirme en la espiral de interrogantes sin respuesta, podía encontrar un sentido, una dirección en medio del desconsuelo. La pérdida, aunque dolorosa e inevitable, podía ser también un catalizador para la reflexión y el crecimiento personal. Así, la búsqueda de significado no se convirtió en una tarea titánica e imposible, sino en un proceso de descubrimiento de la enseñanza valiosa que la ausencia de Gasparín tenía reservada para mí.

A medida que me sumergía en la contemplación del «¿para qué?», encontré la oportunidad de honrar su memoria a través de la apreciación profunda de los momentos compartidos y de las lecciones que su partida dejó en mi camino. Comprendí que el duelo no era simplemente la culminación de una historia, sino el inicio de un nuevo capítulo en el que la resiliencia,

el amor y la aceptación se entrelazaban para formar un tejido resistente.

En este proceso de exploración, aprendí que el significado no siempre surge de respuestas directas, sino de la manera en que integramos las experiencias en nuestra narrativa vital. Aunque la pérdida no pueda desaparecer, la comprensión del «¿para qué?» proporciona un faro de luz en medio de la oscuridad, guiándonos hacia una aceptación más serena y brindándonos la posibilidad de convertir el dolor en una fuerza transformadora.

Este cambio de perspectiva marcó un punto de inflexión en mi proceso de sanación. Los «para qué» comenzaron a emerger como susurros suaves del universo, exigiendo mi esfuerzo y dedicación para ser escuchados. Con paciencia y determinación, estas respuestas empezaron a entretorse como hilos de esperanza y comprensión, desplegando una tenue luz al final del oscuro túnel que envolvía mi corazón.

Aunque la pérdida de Gasparín sigue siendo un eco constante en mi mente, hace tiempo que dejé atrás ese túnel sombrío, comprometiéndome a no regresar nunca más a sus profundidades desoladoras. Desde aquel día hasta hoy, me aventuro en una travesía emocional donde los «para qué» se manifiestan como destellos de propósito y significado. Estos propósitos se entrelazan con mi cotidianidad, actuando como guías que me impulsan a tejer una convivencia feliz con la memoria de mi hijo.

6.2. Descubriendo los «para qué» de Gasparín en mi vida

En esta travesía, los «para qué» se manifiestan como lecciones eternas de amor y resiliencia, actuando como recordatorios constantes de la influencia perdurable de Gasparín en cada rincón de mi vida. Cada día, estos propósitos se revelan en pequeñas y significativas formas, recordándome que, a pesar de la ausencia física, su presencia perdura en el tejido mismo de mi existen-

cia. A través de esta nueva perspectiva, descubro que su partida ha dejado una huella indeleble, y el propósito se despliega como un viaje constante de crecimiento, aprendizaje y conexión con lo trascendental.

Al aceptar y abrazar estos propósitos, encuentro la fuerza necesaria para seguir adelante, honrando la memoria de Gasparín y abrazando la vida con gratitud y amor renovados. La travesía emocional se convierte en una danza de reconciliación, donde la pérdida se entrelaza con el descubrimiento de un significado más profundo, transformando el dolor en una fuente de inspiración y el amor en un lazo que trasciende las dimensiones del tiempo y del espacio.

En cada «para qué», descubro una pieza valiosa del rompecabezas de mi existencia, construyendo un relato de resiliencia, amor eterno y la perpetuidad de la influencia de Gasparín en mi camino. Cada revelación se convierte en un eslabón que conecta los momentos vividos con la esencia perdurable de su memoria. Es como si, al explorar estos «para qué», encontrara pequeños tesoros escondidos en los recovecos de la tristeza, transformando la pérdida en una experiencia profundamente enriquecedora.

Cada pieza del rompecabezas cuenta una historia única, desde la lección de fortaleza que extraigo de su valentía hasta el recordatorio constante de la importancia de valorar cada instante compartido. Encontrar significado en la tristeza se convierte en una especie de homenaje activo, donde cada reflexión alimenta el amor que perdura y fortalece mi conexión con Gasparín más allá de la barrera física.

A medida que añado estas piezas a mi historia, observo cómo la resiliencia se convierte en un hilo conductor que entrelaza los momentos más difíciles con la esperanza. La narrativa se teje con la hebra del amor eterno, recordándome que el afecto compartido no se desvanece con la ausencia física, sino que perdura en la esencia misma de lo que somos.

La perpetuidad de la influencia de Gasparín se manifiesta no solo en las huellas que dejó en mi corazón, sino en cómo esas huellas se extienden a otros aspectos de mi vida y de quienes me rodean. La enseñanza que encontré en sus experiencias se convierte en un legado compartido, una guía que trasciende el tiempo y que continúa inspirando acciones, decisiones y valores.

Cada «para qué» explorado no solo revela la riqueza de su impacto, sino que también revela la capacidad humana de convertir la adversidad en una fuente de crecimiento. Así, el rompecabezas de mi existencia se va completando con un sentido renovado de propósito y una apreciación más profunda por la complejidad y la belleza que la vida aún tiene reservadas.

A medida que avanzo en esta jornada de autodescubrimiento, los propósitos se revelan como faros que iluminan el camino, guiándome hacia una comprensión más profunda de la vida y sus misterios. Cada «para qué» se convierte en un pilar sobre el cual construyo mi camino, transformando la pérdida en una fuerza motriz para la exploración constante de lo que significa ser humano.

En este proceso de aceptación y conexión con los «para qué», la vida se despliega como un lienzo en el cual Gasparín sigue pintando su legado. La trascendencia de su influencia se manifiesta en la capacidad de encontrar significado incluso en la adversidad, convirtiendo cada desafío en una oportunidad para crecer y amar de manera más profunda.

Así, en cada propósito descubierto, celebro la riqueza de la experiencia humana y la capacidad de encontrar luz en la oscuridad. La memoria de Gasparín se convierte en una fuente constante de inspiración, recordándome que, a través de la aceptación y el propósito, puedo tejer un tapiz resiliente que conecta los fragmentos de mi existencia y sostiene la eternidad de su influencia en mi viaje.

12.º APRENDIZAJE: «LA TRANSFORMACIÓN DEL «¿POR QUÉ?» AL «¿PARA QUÉ?»»

La relevancia de transformar la pregunta esencial del dolor de «¿por qué?» a «¿para qué?» implica un cambio de perspectiva que emerge como un punto crucial en el camino hacia la curación. Buscar respuestas al insondable «¿por qué?» puede resultar improductivo y frustrante, mientras que la inmersión profunda en el «¿para qué?» se erige como un faro de comprensión y propósito.

Soy de aquellos que creen que nada sucede por casualidad. Tal vez hayas perdido el empleo, una promoción, un cliente importante, estés enojado con tu pareja, o tu hijo haya suspendido..., quién sabe. Cambiar la pregunta no proporcionará una solución instantánea, pero te aseguro que, al hacerlo, descubrirás esos «para qué» que, con esfuerzo y perseverancia, te ayudarán a aprender, enfrentar y redirigir la situación.

No pretendo ser un gurú; no aspiro a aconsejar a nadie ni me considero un ejemplo a seguir. Soy simplemente una persona común, lo cual en sí mismo es extraordinario, porque si yo he podido, ¿por qué no podrías tú?

13.º APRENDIZAJE: «LA CONVIVENCIA FELIZ CON LA MEMORIA Y EL LEGADO»

Los «para qué» se convierten en una brújula valiosa que, al leer estas palabras, invita a cada persona a reflexionar sobre su propia vida. Estas guías inspiradoras nos muestran cómo construir momentos significativos y felices, incluso en medio del dolor. Cada «para qué» es un recordatorio de que, en nuestras experiencias más desafiantes, encontramos lecciones eternas de amor y resiliencia.

La lección crucial aquí es la capacidad de descubrir, en nuestro propio rompecabezas de la existencia, las piezas valiosas que

nos ayudan a construir una narrativa de fuerza, amor eterno y la perdurable influencia de aquellos que han marcado nuestro camino. Es vital aprender a transformar el dolor en oportunidades de crecimiento, a encontrar sentido en medio de la adversidad y a conectar con lo trascendental en nuestra propia travesía. Este mensaje es un recordatorio de que cada uno de nosotros tiene la capacidad de tejer su propio relato de resiliencia y amor duradero.

CAPÍTULO 7

MIS TRES CLAVES TRANSFORMADORAS DEL «¿POR QUÉ?» AL «¿PARA QUÉ?»

Quiero compartir con más profundidad los principales tres «para qué» que han marcado mi vida, guiándome con sabiduría a través de un cambio crucial de pregunta, transitando del oscuro «¿por qué?» hacia la iluminada perspectiva del «¿para qué?».

En este recorrido emocional exploraré en detalle cómo estos «para qué» han actuado como faros de luz en medio de la oscuridad, revelando lecciones valiosas y transformadoras. Cada uno de ellos ha sido una respuesta significativa a las interrogantes que surgieron en los momentos más desafiantes de mi existencia. Con honestidad y apertura, compartiré cómo estas perspectivas han influido en mi enfoque hacia la vida, guiándome en la búsqueda de sentido y propósito incluso en medio de la adversidad.

7.1. Un legado de amor que trasciende la pérdida

Recordando las palabras de mi amigo Jorge: «La muerte de tu hijo ha sido un despertar doloroso que me ha permitido apreciar la inmensa fortuna que poseo al tener a mis hijas con vida. Ahora siento la obligación y la maravillosa oportunidad de regalarles

más amor, más tiempo, el que merecen, y, por supuesto, el que yo también merezco», imaginé la escena de aquella noche después del funeral de Gasparín. Visualicé a Jorge llegando a su casa y colmando a sus tres hijas con los besos más profundos y conmovedores que un padre puede experimentar. Seguro que sus hijas, sorprendidas, le preguntarían qué sucedía.

Entonces recordé el emotivo funeral de Gasparín, repleto de madres y padres compartiendo su dolor, la certeza se hizo aún más profunda. Pude sentir en el corazón que, en ese día, incontables hijos e hijas fueron bendecidos con los más sinceros y significativos besos provenientes de cada padre y madre presentes en el funeral de Gasparín. Cada gesto, cada abrazo, cada lágrima compartida debió resonar como una muestra tangible del amor incondicional que los padres tienen hacia sus hijos.

La escena que me vino a la mente adquirió una dimensión aún más emotiva al reconocer que, en medio de la tristeza, se manifestó un acto de amor universal que trascendió el dolor individual. Esa noche, los besos compartidos no solo fueron un consuelo para el propio sufrimiento, sino también un regalo de amor a todos aquellos niños que, de alguna manera, sintieron la energía reconfortante de esos padres que, en su dolor compartido, ofrecieron un destello de esperanza y conexión en medio de la oscuridad.

Siguiendo la huella de la reflexión que Jorge compartió conmigo, me sumergí en la experiencia dolorosa, pero esclarecedora de la partida de Gasparín. Comprendí que, así como para Jorge este suceso representó un despertar que le hizo apreciar la enorme fortuna de tener a sus hijas con vida, también se traducía en la responsabilidad y la hermosa oportunidad de ofrecerles a ellas más amor, más tiempo, lo que merecían, y, por supuesto, lo que él, como padre, se merecía. Fue evidente para mí que todos aquellos padres y madres que estuvieron en el funeral experimentaron un sentimiento similar.

En ese proceso, llegué a comprender que, al igual que para Jorge, este suceso no solo marcó un doloroso adiós, sino también un despertar. Fue como si la partida de Gasparín nos invitara a todos a apreciar más plenamente las bendiciones que tenemos, a valorar cada instante de vida compartida con aquellos que amamos. La experiencia de perder a alguien querido se transformaba en un recordatorio de la fragilidad de la existencia y la importancia de expresar nuestro amor y aprecio mientras podemos.

Para Jorge, este despertar se traducía en una nueva conciencia de la responsabilidad y la hermosa oportunidad de ofrecer a sus hijas más amor, más tiempo, y todo lo que merecían. Su dolor se transformaba en un compromiso renovado con el cuidado y la conexión, reconociendo que cada día es una oportunidad para construir memorias significativas.

Este sentido de responsabilidad y oportunidad no se limitaba a Jorge, me quedó patente que resonaba en el corazón de cada padre y madre presentes en el funeral. Cada uno experimentaba de forma única la invitación a abrazar la vida con mayor intensidad, a fortalecer los vínculos familiares y a vivir con una conciencia más profunda de lo fugaz que puede ser la existencia.

Así, en medio del dolor compartido, emergía una comprensión colectiva de la importancia de amar y vivir plenamente. La tristeza se convertía en un catalizador para la reflexión y la acción, recordándonos a todos que el amor y la conexión son los tesoros más preciados que poseemos. La huella de Gasparín, aunque dolorosa, se transformaba en un recordatorio constante de vivir con autenticidad y apreciar la belleza de cada momento.

Estos pensamientos me ofrecieron un consuelo inmenso, marcando el inicio de mi primer «para qué», que se convirtió en un destello de luz al final del túnel oscuro. La partida de Gasparín se reveló como un catalizador poderoso, con la noble misión de sembrar la semilla de un amor más profundo y la atención más plena en el corazón de innumerables niños cada día.

Su ausencia dejó de ser simplemente una pérdida para convertirse en una hermosa luz que guía el camino de los padres. Este destello luminoso los impulsa a elevar sus expresiones de cariño, dedicando tiempo y cuidado con una generosidad renovada. La esencia de Gasparín se convierte en el motor que inspira un cambio positivo en la manera en que los padres se conectan con sus hijos, recordándoles la importancia de cada momento compartido y el valor intrínseco de cada gesto de amor.

Así, el legado de Gasparín trasciende su ausencia física para convertirse en una fuerza transformadora, guiando a las familias hacia una conexión más profunda y significativa. La semilla del amor plantada por su partida florece en actos cotidianos de ternura, paciencia y dedicación parental, creando un impacto duradero en la forma en que se construyen relaciones familiares.

En este camino iluminado por la memoria de Gasparín, la tristeza se transforma en un recordatorio constante de la fragilidad y la belleza de la vida. Cada acción amorosa se convierte en un tributo, tejiendo un entramado de afecto que persiste más allá de la despedida física. En la oscuridad de la pérdida, emerge la luz de un propósito renovado: sembrar amor, cultivar conexiones y recordar que, incluso en la ausencia, el impacto del cariño perdura.

7.2. Entre dramas y «cositas» a resolver en la vida

Para que hoy pueda compartir desde mi paz interior mi experiencia aportando esperanza a personas que estén viviendo un drama, y a los que no, que somos la mayoría, que aprendamos a relativizar nuestros problemas cotidianos o, como yo les llamo, «cositas» a resolver.

De corazón, te invito a sumergirte en la profundidad de tus propios pensamientos y te planteo, con la misma serenidad que me habita, si las preocupaciones que ocupan tu mente actual-

mente, o aquellas que podrían surgir en el futuro, merecen la cantidad considerable de tiempo y energía que quizás les estás dedicando.

Este momento es una ventana de oportunidad para discernir entre lo que podríamos considerar dramas, esos eventos que nos sacuden intensamente y parecen abrumadores, y las «cositas» a resolver, esos desafíos cotidianos que, aunque pudiendo ser exigentes, tal vez no merezcan la magnitud de nuestra preocupación.

Es una invitación a explorar la diferencia entre el peso de las situaciones y la capacidad que todos tenemos para abordarlas con sabiduría y claridad. Con esta experiencia, pretendo ofrecerte un espejo en el que puedas reconocer la importancia de diferenciar entre los momentos que requieren toda nuestra atención y aquellos que, en comparación, pueden abordarse con una perspectiva más equilibrada.

En este compartir, busco no solo iluminar mi propio camino, sino también brindarte la posibilidad de explorar tu propia relación con los desafíos diarios y descubrir la sabiduría que llevas dentro para discernir entre dramas y «cositas» a resolver.

Esta reflexión invita a contemplar cómo la paz interior y la serenidad pueden ser guías poderosas para evaluar nuestras preocupaciones y prioridades. Al aprender a relativizar, no solo aliviamos la carga emocional, sino que también nos capacitamos para enfrentar los desafíos con una perspectiva más calmada y equitativa.

7.3. LaRanaGaspar como puente hacia el renacimiento

Para que descubriera y me sumergiera por completo en el apasionante universo de brindar asistencia a quienes más lo necesitan, en particular a aquellos que se encuentran en situaciones desfavorecidas, y así, finalmente, naciera LaRanaGaspar. Este viaje de autodescubrimiento y compromiso social se convirtió en una

travesía cautivadora, donde la empatía y la solidaridad se entrelazaron para dar forma a una nueva perspectiva de vida.

LaRanaGaspar se erige como un símbolo de esperanza en medio de la oscuridad. En la creación de este proyecto significativo, encuentro una manera conmovedora de convivir con la memoria de mi hijo, transformando el dolor en un acto profundo de amor y servicio.

Cada paso dado en la gestación de LaRanaGaspar se convierte en un encuentro íntimo con la presencia perdurable de mi hijo en mi corazón. La iniciativa se vuelve una expresión viva y tangible de la conexión eterna que compartimos, permitiéndome explorar caminos creativos para honrar su memoria de manera significativa.

LaRanaGaspar se convierte en un santuario, un espacio donde la esencia y el espíritu de mi hijo perduran. Cada decisión, cada acción altruista, se teje con los recuerdos amorosos y las lecciones valiosas que él dejó en mi vida. Aquí, en este proyecto, encuentro la manera de no solo recordar a mi hijo, sino de celebrar su legado de amor y generosidad.

Transformar el dolor en un acto de amor y servicio forma parte de un puente hacia la curación y el crecimiento personal. LaRanaGaspar es un vehículo para canalizar la energía del duelo en acciones positivas, creando una narrativa de esperanza y renacimiento. Cada esfuerzo altruista se asemeja a una pincelada en el lienzo de su memoria, construyendo un legado que trasciende el sufrimiento inicial.

En este proceso encuentro una paz profunda al ver cómo LaRanaGaspar, nacida de la tristeza, emerge en un faro luminoso de inspiración y ayuda para aquellos que enfrentan situaciones difíciles. La convivencia con la memoria de mi hijo a través de este proyecto no deja de ser un acto continuo de amor y una manifestación viva de su impacto duradero en el mundo.

Así, LaRanaGaspar no solo representa un proyecto solidario, sino un testimonio conmovedor de cómo el amor paternal puede

trascender la pérdida, transformando el sufrimiento en una fuerza motivadora para hacer del mundo un lugar mejor.

En el proceso de descubrir la magnitud de las necesidades a su alrededor, LaRanaGaspar se encontró inmersa en historias conmovedoras y desafíos que, hasta entonces, le eran ajenos. Esta inmersión en las realidades de aquellos menos privilegiados no solo le abrió los ojos, sino que también despertó en ella un sentido profundo de responsabilidad y un deseo sincero de contribuir al bienestar de nuestra sociedad.

A medida que avanzaba en su misión de ofrecer ayuda a los demás, LaRanaGaspar comenzó a colaborar con organizaciones benéficas, participando activamente en proyectos que abordaban problemáticas sociales diversas. Este compromiso generó una cadena de impacto positivo, donde cada pequeño gesto se multiplicaba en beneficios significativos para quienes más lo necesitaban.

Este relato va más allá de ser simplemente una historia; se transforma en un testimonio vibrante y profundamente inspirador de cómo el acto altruista de ayudar tiene el poder de trascender, impactando no solo a aquellos que reciben la ayuda, sino también a quienes tienen el privilegio de brindarla. LaRanaGaspar se erige como un faro resplandeciente en la oscuridad de la necesidad, revelando la auténtica magia que yace en el compartir y la construcción colaborativa de un mundo más compasivo.

El legado de LaRanaGaspar no se mide solo en acciones concretas, sino en la transformación palpable de las vidas que toca. Cada sonrisa restaurada es un reflejo de la luz que emana de este proyecto, iluminando los corazones y mostrando que, a través de la solidaridad, podemos superar las adversidades.

El legado de LaRanaGaspar trasciende el tiempo y las circunstancias. No es solo un registro de acciones benéficas, sino un recordatorio persistente de que, al unirnos para ayudar y mostrar

empatía, construimos un futuro donde la colaboración y el apoyo mutuo son los pilares de una sociedad más equitativa.

Cada vida tocada por LaRanaGaspar se convierte en un testimonio vivo de cómo, incluso en medio de la complejidad del mundo, la generosidad puede ser una fuerza transformadora. En estas historias encontramos la evidencia de que, juntos, podemos ser agentes de cambio, construyendo un futuro donde la empatía y la ayuda mutua brillan como las fuerzas motrices que moldean una sociedad más justa y amorosa.

Más adelante descubriréis que LaRanaGaspar, entre otras «cositas» comparte charlas, y una de ellas trata sobre la resiliencia y mi hijo Gasparín. ¿Sabéis? Esta charla va dirigida a todas aquellas personas que, sin tener dramas, pasan por la vida desatendiendo las cosas realmente importantes que tenemos. Y os aseguro que consigo que muchos no solo piensen, sino que actúen, repriorizando y reenfocando las cosas realmente importantes que deberían ser la auténtica brújula de sus vidas. Pero siempre, siempre hay alguien, entre las personas que me escuchan, que se acerca a mí con lágrimas en los ojos y una experiencia de gran pérdida que, al escucharme, le reconforta y le aporta una luz de esperanza. Son personas con las que me brindo para seguir en contacto, aportándoles todo lo que desde mi corazón pueda regalarles para que aprendan a vivir con ese drama. Son contactos genuinos, mágicos, inesperados, que surgen en medio de la tragedia y que, a través de la generosidad, empatía y ayuda mutua, se convierten en fuerzas transformadoras de las vidas con las que voy conectando.

14.º APRENDIZAJE: «GASPARÍN PARTIÓ, PERO SU MENSAJE PERDURA»

Este «para qué» emerge como un faro que ilumina el camino de los padres, conduciéndolos hacia la comprensión profunda de la vital importancia de cada gesto, palabra y momento compartido

con sus seres queridos. La partida de Gasparín no solo se trata de dejar un recuerdo eterno, sino de ser un recordatorio constante de la trascendencia de nutrir las relaciones familiares con amor constante y atención significativa. Este propósito va más allá del presente, construyendo un legado de cariño perdurable que no solo impacta el hoy, sino que resonará de manera significativa a lo largo de las generaciones futuras. La influencia de Gasparín se convierte así en un lazo atemporal que fortalece los vínculos familiares, tejiendo una red de afecto que perdurará a lo largo del tiempo, tocando corazones y enriqueciendo la vida de quienes vendrán después.

15.º APRENDIZAJE: «EL PODER TRANSFORMADOR DE LA SERENIDAD EN LAS ADVERSIDADES»

Tenemos que aprender la valiosa lección de abordar los desafíos con serenidad y calma, reconociendo que la paz interior puede ser un poderoso recurso para enfrentar las adversidades.

En el transitar de nuestras vidas se nos presenta la imperante necesidad de asimilar una enseñanza de incalculable valor: la habilidad de afrontar los desafíos con serenidad y calma, comprendiendo que nuestra paz interior se erige como un recurso formidable para hacer frente a las adversidades.

Esta lección, tan fundamental como trascendental, nos invita a cultivar una actitud de tranquilidad ante las vicisitudes que inevitablemente surgen en nuestro camino. En lugar de dejarnos arrastrar por la marea tumultuosa de las circunstancias difíciles, se nos propone acoger la serenidad como un aliado inquebrantable, un faro que nos guía en medio de la tormenta.

Hay que reconocer que la paz interior no es simplemente un estado efímero, sino un tesoro interno que puede ser cultivado y fortalecido, nos empodera. Se nos insta a comprender que, en la medida en que nutrimos esta paz interna, estamos construyendo

una base sólida desde la cual podemos afrontar los retos con mayor claridad y resiliencia.

16.º APRENDIZAJE: «CÓMO RELATIVIZAR PREOCUPACIONES PARA UNA VIDA PLENA»

De nuevo insisto en que tenemos que darnos cuenta de la importancia de relativizar nuestras preocupaciones diarias, diferenciando entre dramas intensos y desafíos cotidianos. Reflexionando sobre si realmente merecen la cantidad de tiempo y energía que les dedicamos.

En nuestra travesía diaria se nos presenta como imperativo vital la toma de conciencia acerca de la ineludible necesidad de relativizar las inquietudes que pueblan nuestro día a día. Este proceso implica la crucial tarea de discernir entre los dramas intensos que, de vez en cuando, nublan nuestro horizonte y los desafíos cotidianos que constituyen la esencia misma de nuestra existencia.

Es fundamental adentrarnos en un ejercicio de reflexión profunda, cuestionándonos con sinceridad si las preocupaciones que ocupan nuestros pensamientos merecen verdaderamente la cantidad considerable de tiempo y energía que, a menudo de manera automática, les dedicamos. Este acto introspectivo nos insta a explorar la proporcionalidad entre la magnitud de las inquietudes y la inversión emocional que les conferimos, invitándonos a repensar nuestra relación con estas preocupaciones.

En última instancia, la llamada a relativizar nuestras preocupaciones se convierte en una herramienta esencial para forjar una existencia más consciente y plena. Nos brinda la posibilidad de liberarnos de la carga emocional excesiva, priorizando nuestra atención en aquellos aspectos que verdaderamente contribuyen a nuestro crecimiento personal y bienestar general. Este ejercicio reflexivo, más que una tarea ocasional, se presenta como una guía constante para vivir de manera más armoniosa y enriquecedora.

17.º APRENDIZAJE: «LARANAGASPAR Y EL IMPACTO PROFUNDO EN MI PROPIA EXISTENCIA»

El compromiso social y el servicio a los demás se presentan como un camino de autodescubrimiento profundo y transformador, ofreciendo una inspiradora llamada a la acción para quienes buscan darle un nuevo significado a sus vidas. A través de LaRana-Gaspar, se revela la posibilidad de no solo ayudar a quienes más lo necesitan, sino también de encontrar un valioso aprendizaje y una guía ejemplar para aquellos que desean hacer una diferencia tangible en el mundo que les rodea.

Este viaje de servicio altruista no solo tiene un impacto externo, va más allá, desencadenando un proceso íntimo de autodescubrimiento. Cada gesto de solidaridad y esfuerzo por aliviar las cargas ajenas se convierte en una experiencia profundamente enriquecedora, mostrando que la generosidad y la solidaridad son fuerzas transformadoras que operan tanto fuera como dentro de nosotros.

Este proceso continuo de autodescubrimiento a través del servicio no solo invita a replicar actos de bondad, sino que también resalta que cada individuo tiene el poder de contribuir a la construcción de un mundo más compasivo y solidario.

CAPÍTULO 8

LARANAGASPAR: UN FARO DE ALEGRÍA Y COMPROMISO QUE ILUMINA MI PROPÓSITO DE VIDA

Mis hijos han sido auténticos agentes de cambio en mi vida, transformándola de maneras inimaginables. Cada uno de ellos ha sido un maestro que me ha guiado y me sigue guiando hacia nuevas dimensiones del amor, ha revelado fuentes inexploradas de alegría y ha modificado mi percepción del mundo que me rodea. Sin embargo, Gasparín ha desempeñado un papel único y extraordinario, sirviendo como una fuente inagotable de inspiración que ha impactado profundamente en mi ser.

La presencia de Gasparín me ha llevado a aspirar a ser una versión más elevada y mejorada de mí mismo. Su influencia ha trascendido los límites de mi vida cotidiana, motivándome a forjar un legado tangible mientras estoy vivo. Este legado no solo está destinado a mis seres queridos, sino también a las personas que entran en mi camino, especialmente aquellas que enfrentan desafíos y dificultades. Gasparín ha encendido en mí una chispa de compasión y dedicación hacia los menos afortunados.

Como podrás apreciar en los siguientes detalles, mi conexión con Gasparín se manifiesta diariamente en un disfrute pleno y en la savia de un amor que no conoce límites. A través de LaRana-Gaspar, hemos construido una relación especial y profunda que

trasciende las barreras físicas y se sumerge en la esencia misma de nuestro vínculo. Este proyecto, concebido con amor y dedicación, se ha convertido en un canal que perpetúa la conexión única que compartimos, ofreciendo inspiración y alegría a quienes lo encuentran.

Gasparín no solo ha dejado una huella imborrable en mi corazón, sino que ha sido la musa que impulsa mis esfuerzos por ser una fuerza positiva en la vida de aquellos que me rodean. Cada día, a través de mi conexión con LaRanaGaspar, celebro y saboreo la riqueza de esta relación única, reconociendo que, aunque su presencia física se haya desvanecido, su influencia perdura y sigue guiándome hacia un camino de amor, compasión y significado duradero.

8.1. LaRanaGaspar: un compromiso profundo con la vida y un faro de inspiración

LaRanaGaspar trasciende la categoría de simple creación o proyecto; es un compromiso arraigado con la esencia misma de la vida y una conexión inquebrantable con mi ser más profundo. En esta travesía compartida, he experimentado que LaRanaGaspar no se limita a ser meramente un personaje en el mundo material, más bien se convierte en una entidad que sobrepasa las fronteras terrenales, transformándose en una fuerza inspiradora que ilumina y guía cada paso de mi camino.

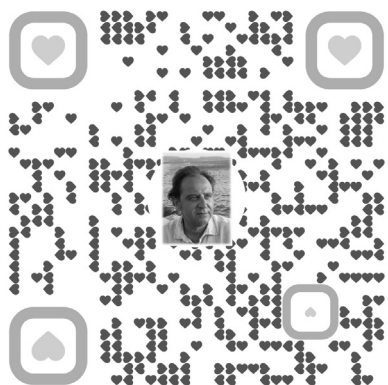
Esta creación singular no solo refleja mi actitud ante la vida, sino que también encarna mi propósito más profundo, un legado en constante construcción que estoy dejando como huella en la existencia de mis seres queridos y en cada conexión que tengo el privilegio de forjar en mi día a día. LaRanaGaspar, en consecuencia, se erige como un testimonio en movimiento de mi compromiso con la solidaridad, el amor y la alegría compartida, manifestándose como un reflejo tangible de mi filosofía de vida que se expande y resuena en cada interacción y en cada gesto de generosidad.

Este proyecto, que lleva consigo la esencia de LaRanaGaspar, va más allá de ser simplemente una manifestación artística; es una vibrante expresión de la conexión entre mi ser y la creación misma. LaRanaGaspar se convierte en un canal a través del cual comparto mis experiencias, valores y la profunda apreciación por la vida. Cada detalle, cada trazo, cada expresión de LaRanaGaspar se convierte en un medio para transmitir no solo mi perspectiva, sino también la riqueza y complejidad de la existencia.

8.2. Tres almas: la magia de LaRanaGaspar

En su esencia única, LaRanaGaspar se convierte en una síntesis de tres almas, cada una tejiendo su propia narrativa en esta historia colectiva. Estas tres almas distintas revelan un universo de complejidades y significados profundos. Comparto con vosotros la esencia viva de LaRanaGaspar, un proyecto nacido del amor y la dedicación de estas tres almas unidas por la creatividad, la pasión y la inspiración. Cada una de estas almas aporta una parte única a esta creación, formando un tejido vibrante y especial que da vida a LaRanaGaspar en su totalidad.

1. Yo, Gaspar, quien doy vida a LaRanaGaspar en este plano terrenal. Me considero una persona común y corriente, que proclama a los cuatro vientos la imperiosa necesidad de saborear y disfrutar las pequeñas



exquisiteces que dan forma y propósito a nuestras vidas cotidianas. En el bullicio diario, es fácil perder de vista estas pequeñas alegrías, olvidando saborearlas y disfrutarlas como merecen.

2. La Rana, el alma ingeniosa y simpática que representa la parte atrevida y divertida que todos llevamos dentro y encarna un alma



rupturista, ingeniosa, graciosa y un tanto descarada, pero siempre respetuosa y amable. Esta faceta es la que busca iluminar los días con humor y alegría, disolviendo tensiones y construyendo puentes de amistad y empatía con todos aquellos que cruzan su camino. Es el vínculo que conecta con la esencia lúdica y amistosa de LaRanaGaspar.

3. Gasparín, fuente de inspiración eterna, quien llegó a este mundo en abril de 2007, cumplió su misión en la tierra y en septiembre 2007 marchó al cielo.



Desde ese rincón celestial, Gasparín no solo nos protege, sino que se erige como la verdadera fuente de inspiración de todo lo que emprende LaRanaGaspar. Su legado persiste en cada gesto generoso, en cada sonrisa compartida, recordándonos la importancia de amar y cuidar a quienes nos rodean.

Gasparín es el lazo eterno que conecta el pasado, el presente y el futuro de LaRanaGaspar, infundiendo cada rincón de esta entidad con un amor eterno y una motivación inagotable. Aunque su partida física fue temprana, Gasparín ha dejado una huella

imborrable en mi vida. Su energía y su amor persisten en el alma de LaRanaGaspar, siendo el estímulo que impulsa cada gesto de solidaridad y cada acto de generosidad.

18.º APRENDIZAJE: «ENCONTRANDO SIGNIFICADO EN NUESTRO PROPÓSITO DE VIDA»

Hallar nuestro propósito de vida es esencial para experimentar una vida plena y significativa. Encontrar aquello que da sentido y dirección a nuestro camino no solo nos brinda satisfacción personal, sino que también nos permite construir un legado valioso para quienes nos rodean. LaRanaGaspar, en mi vida, va más allá de ser simplemente una creación; es un propósito en constante evolución, una manifestación palpable de mi filosofía de vida.

Este personaje representa la importancia de descubrir y abrazar aquello que da forma a nuestra existencia, recordándonos que todos tenemos la capacidad y la responsabilidad de construir un legado significativo. Así como LaRanaGaspar es mi compromiso con la solidaridad, el amor y la alegría compartida, cada individuo debería emprender el viaje de encontrar su propio propósito, contribuyendo así a un mundo donde todos puedan experimentar una vida plena y con un significado profundo.

Encontrar nuestro propósito no solo impacta nuestra propia vida, sino que también tiene el potencial de inspirar y enriquecer la vida de aquellos que nos rodean. Es una invitación a reflexionar sobre la huella que queremos dejar en el mundo y a construir un legado que perdure más allá de nuestras propias experiencias. La importancia de esta búsqueda trasciende lo personal, extendiéndose a cada conexión y privilegio que tenemos de interactuar con otros seres humanos. En definitiva, hallar nuestro propósito de vida es un camino hacia una existencia plena, donde cada acción y elección contribuyen a la construcción de un legado significativo para las generaciones presentes y futuras.

CAPÍTULO 9

LARANAGASPAR: DOS MISIONES y UN CORAZÓN INSPIRADO

LaRanaGaspar se eleva con un propósito dual que trasciende los límites individuales para abrazar una misión tanto personal como globalmente significativa. Este ser singular, cargado de simbolismo y propósito, no solo está destinado a moldear profundamente mi existencia, sino que también conlleva la responsabilidad trascendental de tejer un impacto transformador en el vasto tejido del mundo que compartimos.

9.1. La misión personal de LaRanaGaspar hacia la felicidad

La misión personal de LaRanaGaspar no solo es una elección consciente, sino un profundo compromiso con aprender a vivir de nuevo, recuperando la felicidad en su esencia más pura. Este viaje de autodescubrimiento se entrelaza de manera inseparable con mi deseo de estar siempre al lado de mi hijo Gasparín, convirtiéndose en el faro que ilumina mi día a día.

En medio de los desafíos y altibajos de la vida, LaRanaGaspar se erige como un recordatorio constante de la importancia de enfrentar cada situación con una perspectiva optimista, que no ingenua. Es un faro que guía mi camino a través de la oscuridad, recordándome que, incluso en los momentos difíciles, existe la

oportunidad de encontrar luz y alegría. Esta misión personal se convierte así en un recordatorio diario de apreciar cada instante compartido con mi querido Gasparín.

LaRanaGaspar se convierte en la herramienta que me permite abordar la vida con una actitud positiva y constructiva, invitándome a encontrar la belleza en los pequeños detalles y a disfrutar de la dicha que se encuentra en la simplicidad de los momentos compartidos con mi hijo. Cada sonrisa, cada risa y cada abrazo se vuelven parte integral de esta misión, reforzando la importancia de cultivar una conexión genuina y significativa con Gasparín.

En resumen, la misión personal de LaRanaGaspar es un viaje transformador hacia la felicidad y la plenitud, guiado por la luz de la positividad y la alegría que emana de la relación especial con mi querido Gasparín. Es un compromiso diario de aprender, crecer y encontrar la belleza en cada momento, construyendo así una vida llena de amor, gratitud y optimismo.

9.2. LaRanaGaspar y su impacto global

La misión global de LaRanaGaspar trasciende las fronteras individuales y se convierte en un compromiso que abarca más allá de mi expresión personal. Su propósito es contribuir, aunque sea con un modesto grano de arena, a la edificación de un mundo más optimista, que no ingenuo. En este viaje hacia la construcción de una realidad colectiva más positiva, la conexión emerge como la clave fundamental.

LaRanaGaspar se erige como un catalizador para fomentar la positividad y la humanidad en la sociedad global. Este ser singular se convierte en un medio para compartir, aprender y crecer colectivamente, generando un impacto positivo que se propaga a través de la inspiración y la construcción de puentes emocionales. La conexión con otras personas se vuelve esencial, siendo el hilo conductor que une vidas de distintos lugares y experiencias.

LaRanaGaspar no solo busca ser un canal de inspiración, sino también un agente de cambio que contribuya a tejer una red de positividad y humanidad que trascienda fronteras. En este contexto, cada acción, cada palabra y cada gesto se convierten en piezas fundamentales para construir un tejido social más compasivo y optimista, que no ingenuo. La misión global implica, por tanto, un compromiso activo de compartir experiencias, aprender de otros y crecer juntos, construyendo un mundo donde la conexión y la empatía sean los pilares de una sociedad más unida y solidaria.

19.º APRENDIZAJE: «EL PODER DE UN DIARIO DE GRATITUD»

Desarrollar una práctica diaria de gratitud es una puerta hacia una vida más plena y enriquecedora. Te invito a sumergirte en la riqueza de tu entorno cotidiano, cultivando la habilidad de apreciar los pequeños detalles que a menudo pasan desapercibidos. Día tras día, elige de manera consciente dirigir tu atención a gestos amables, momentos de calma que te reconforten o la asombrosa belleza que la naturaleza despliega a tu alrededor.

Este ejercicio no solo se trata de reconocer estos pequeños tesoros, sino también de registrarlos. Mantener un diario de gratitud te brinda la oportunidad de capturar esos momentos efímeros y plasmarlos en palabras. Puedes expresar en detalle cómo un gesto amable te hizo sentir, la serenidad que experimentaste en un momento de calma o la magnificencia de un atardecer que te dejó sin aliento.

Este diario se convierte en un refugio de positividad y aprecio, permitiéndote volver a esos momentos especiales cuando lo necesites. Es como reunir pequeños destellos de luz que iluminan tu día, recordándote la belleza que está presente en la simplicidad. Además, la práctica constante de esta observación consciente y

agradecida fortalecerá tu perspectiva general, fomentando un enfoque más positivo y optimista ante la vida.

Así que, cada día, toma un instante para observar, apreciar y documentar esos pequeños detalles que hacen tu vida única y valiosa. Tu diario de gratitud será un testimonio tangible de la abundancia que reside en los momentos simples, transformando tu día a día en una experiencia más rica y significativa.

20.º APRENDIZAJE: «DESCUBRE EL PODER DE CONTRIBUIR A TU COMUNIDAD»

Adéntrate en tu comunidad y descubre maneras significativas de contribuir. Ya sea dedicando tiempo, compartiendo tus habilidades o proporcionando recursos a organizaciones locales, cada pequeña acción positiva puede tener un impacto profundo. Al ofrecer tu ayuda, no solo estás generando un cambio tangible en la vida de los demás, sino que también estás cultivando un sentido más profundo de propósito en tu propia vida. La conexión con tu comunidad no solo enriquecerá la calidad de vida de aquellos que reciben tu apoyo, sino que también fortalecerá tu conexión con el entorno que te rodea, creando un lazo de solidaridad y cooperación que beneficia a todos.

CAPÍTULO 10

TEJIENDO TRANSFORMACIONES: LARANAGASPAR Y SU IMPACTO DUAL EN EL MUNDO REAL Y VIRTUAL

LaRanaGaspar, inspirado por un propósito transformador, despliega su misión de manera completa, manifestando su influencia de manera activa y significativa en dos dimensiones fundamentales: el mundo físico y el virtual.

La fusión armoniosa de estas dos dimensiones no solo potencia la capacidad de LaRanaGaspar para inspirar y conectar, sino que también crea un flujo dinámico y bidireccional entre el mundo físico y el virtual. Las interacciones físicas se convierten en cimientos sólidos que fortalecen las experiencias virtuales, nutriendo un intercambio constante de energía creativa y significativa.

Cada encuentro en el mundo físico es una oportunidad para tejer vínculos tangibles, rostros y «abrazotes» (como me gusta decir) que añaden profundidad a las conexiones virtuales. Las experiencias compartidas en persona se convierten en relatos vivos que se intercambian en línea, amplificando el impacto y resonancia de cada encuentro. Los eventos, exposiciones y encuentros en el ámbito físico generan una base concreta para la narrativa virtual de LaRanaGaspar, transformando cada historia en una expresión auténtica y rica en matices.

Del mismo modo, cada conexión virtual se convierte en una semilla que puede germinar en proyectos y eventos en el mundo físico. Las interacciones en línea abren puertas a nuevas posibilidades, invitando a personas de diferentes lugares a sumarse a la travesía de LaRanaGaspar. La creatividad fluye sin restricciones, y lo que comienza como una chispa virtual puede convertirse en un evento, colaboración o proyecto que trasciende lo digital y se materializa en el espacio tangible.

Este intercambio constante entre lo físico y lo virtual no solo enriquece la experiencia de LaRanaGaspar, sino que también crea un ciclo de retroalimentación positiva. La presencia en eventos físicos genera momentos auténticos y vivos que se comparten y resuenan en el ciberespacio. A su vez, las conexiones virtuales se traducen en experiencias que enriquecen y diversifican la travesía en el mundo físico.

10.1. Conectando vidas en el mundo presencial

En el ámbito físico, he tenido el privilegio de involucrarme activamente en más de 40 proyectos sociales, dejando una huella positiva en diversos colectivos. Mi compromiso se extiende más allá de la generación y participación, ya que he dedicado también tiempo y esfuerzo a la mentorización de jóvenes emprendedores que lideran proyectos con un impacto social significativo. Guiarlos en el desafiante camino de las *start-ups* no solo es una labor enriquecedora, sino también una oportunidad para contribuir al crecimiento y desarrollo de iniciativas con un propósito más amplio.

Además, mi participación como juez y mentor en debates y presentaciones de «elevator pitch» con adolescentes, así como ser profesor en ESIC Business & Marketing School, han añadido una capa adicional de enriquecimiento a mi experiencia. Estos roles me han permitido compartir conocimientos, fomentar habilidades de comunicación efectiva y, lo más importante, inspirar

a la próxima generación de líderes y agentes de cambio. Cada interacción en este contexto se convierte en una oportunidad para sembrar semillas de emprendimiento social y liderazgo, contribuyendo así a la construcción de un futuro más prometedor y colaborativo.

Mi labor social se extiende también a compartir momentos valiosos a través de charlas inspiradoras en diversos colectivos, como las lanzaderas de empleo, colegios, empresas y eventos donde mi presencia ha sido solicitada. Estas charlas no solo abordan temas esenciales como la superación personal, el liderazgo y el emprendimiento, sino que también ofrecen un espacio significativo para conectar con audiencias diversas.

La oportunidad de inspirar y motivar a diferentes grupos ha añadido una dimensión adicional a mi compromiso con el desarrollo personal y colectivo. Cada charla se convierte en una plataforma para compartir experiencias, conocimientos y perspectivas que pueden catalizar el cambio y el crecimiento en las vidas de quienes me escuchan. Además, en algunas de estas charlas, he comenzado a recibir honorarios, y todos los ingresos generados se destinan íntegramente a financiar proyectos sociales. Esta dualidad de compartir experiencias transformadoras y reinvertir los beneficios obtenidos en iniciativas sociales refleja mi compromiso integral con el impacto positivo y la creación de un entorno más solidario y equitativo.

Os comparto con gran entusiasmo el resultado del primer proyecto financiado íntegramente por LaRanaGaspar. Agradecimientos especiales a la Consultora Brandty y Alannia Resorts (Grupo Marjal), quienes hicieron posible mi primera charla remunerada y contribuyeron al éxito de un proyecto que, hacía unos meses, no pudo llevarse a cabo debido a depender de una convocatoria específica.

En colaboración con la Fundación Iniciativa Social y dentro del marco de su inspirador proyecto «Despertando Sonrisas», en

junio de 2022 regalamos dos tardes mágicas a más de 70 menores



en situación de vulnerabilidad, con edades comprendidas entre los 5 y 8 años. Estos peques estudian en dos colegios de Alicante, donde voluntarios de la fundación se presentan cada semana para brindar su apoyo en el desarrollo educativo y personal de estos niños. Este proyecto representa un paso significativo

hacia la creación de impacto y generación de sonrisas en la vida de quienes más lo necesitan.

10.2. Difundiendo positivismo en 15 plataformas virtuales

En el ámbito virtual, a diario, nos sumergimos en la tarea de difundir mensajes significativos y reflexiones a través de 15 plataformas virtuales. Utilizamos diferentes formatos, como las frases inteligentes (que NO ingenuas). Son frases de mi autoría o de otras personas, conocidas o no, que me han inspirado a pensar, actuar, ser más y mejor persona. Un formato que está ganando mucha aceptación e interés son los videos cortos de menos de 30 segundos, en los que comparto reflexiones ingeniosas y simpáticas que se me ocurren sobre la vida, y siempre termino diciendo: ¿te ha gustado? Pues comparte, así otros le dan una pensadita. Otro tipo de publicación tiene que ver con noticias buenas y positivas que los medios de comunicación tradicionales no nos informan. Todos los días publicamos esas noticias para incentivar una perspectiva más optimista y equilibrada sobre el mundo. También difundimos diariamente a través de un grupo en WhatsApp y otro

en Facebook, ambos accesibles para todos, al menos dos ofertas de trabajo y artículos de gran interés para quienes se encuentran inmersos en la desafiante y compleja tarea de buscar empleo.

Adicionalmente, enriquecemos esta iniciativa mediante la difusión de mis propios artículos y videos, así como contenido de otras personas inspiradoras, con el propósito de servir como fuente constante de inspiración y motivación para elevar la calidad de nuestras vidas.

Además, me dedico a recopilar y preservar información relevante y valiosa para atender las variadas necesidades de distintos colectivos, proporcionando una amplia gama de recursos y perspectivas que pueden ser aprovechados de manera significativa. Este compromiso se traduce en la creación de un banco de datos sólido y accesible en Pinterest, con la intención de ofrecer orientación y apoyo adaptados a las diferentes circunstancias y aspiraciones de quienes buscan enriquecer sus vidas:

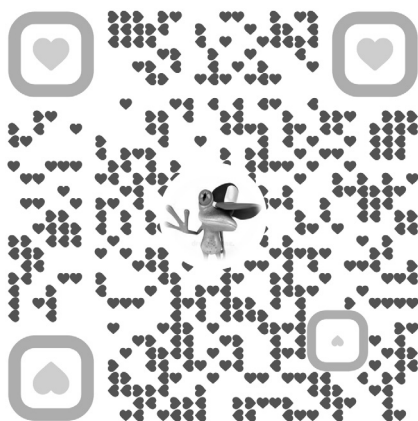
- Formación: formaciones de valor *online* y gratuitas sobre temas variados, como emprendimiento, tecnología, innovación, etc.
- Recursos para emprendedores: fuentes de financiación, más de 1000 ideas de negocio en funcionamiento, salarios de empresas por categoría, estrategias de *marketing* y publicidad disruptivas, creativas e innovadoras, modelos de negocio e información valiosa para nuestras PYMES y autónomos.
- Productividad: recursos útiles y prácticos para ser más productivos y eficientes en el día a día personal y profesional.
- Vida familiar: videos y recomendaciones fáciles de entender y poner en práctica para fortalecer la unión de la familia, crear un ambiente alegre, trucos para mejorar la comunicación, construir relaciones saludables, mejorar la convivencia, fortalecer y fomentar la unidad familiar.

Este esfuerzo sostenido en el tiempo tiene como objetivo principal provocar la reflexión y la acción, instando a la audiencia a

ser más consciente y mejorarse a sí misma en las tres dimensiones fundamentales de la vida: lo familiar, lo relacionado con el ocio y lo profesional. Cada publicación busca resonar en estas áreas de influencia, brindando un enfoque integral que abarca la totalidad de la experiencia humana.

Nuestra misión no se limita a proporcionar información, va más allá, siendo un compromiso activo de empoderar a las personas para que reflexionen sobre sus vidas, tomen medidas positivas y se esfuercen por crecer en todas las facetas importantes. Este viaje diario de compartir conocimiento, perspectivas valiosas y contenido inspirador es una invitación constante a la autorreflexión y al desarrollo personal y profesional continuo.

Te invito a explorar detalladamente todas las plataformas virtuales donde LaRanaGaspar está presente, para que puedas su-



mergirte en este fascinante mundo digital y aprovechar al máximo las publicaciones diarias repletas de contenido positivo, optimista (que no ingenuo) y práctico. Te animo a que te sumerjas en este espacio virtual, donde nuestro propósito es fomentar la positividad, el crecimiento personal y una perspectiva equilibrada sobre el mundo

que nos rodea. Será un auténtico placer contar con tu compañía. ¡Acompáñame en esta travesía digital llena de inspiración y buenas energías!

CAPÍTULO 11

EL SURGIR SIN PLANIFICACIÓN: LA AUTÉNTICA HISTORIA DE LARANAGASPAR

Después de compartir mi vida con LaRanaGaspar durante más de siete años, puedo afirmar con certeza que su origen no siguió ningún plan preconcebido ni una estructura temporal definida. Todo surgió y evolucionó de manera orgánica, sin un orden aparente desde mi perspectiva. No fue sino hasta aproximadamente un año y medio después de sumergirme en actividades de voluntariado que fui plenamente consciente del nacimiento de LaRanaGaspar. En ese momento, comprendí que cada paso que había dado estaba guiado por la influencia silenciosa pero poderosa de mi hijo Gasparín.

La creación de LaRanaGaspar no fue el resultado de una cuidadosa planificación, sino más bien un proceso gradual y natural que se fue desarrollando a medida que exploraba nuevas formas de canalizar mi amor, mi duelo y mi deseo de hacer una diferencia positiva en el mundo. Fue como si Gasparín, desde algún lugar más allá de lo tangible, estuviera tejiendo esta hermosa expresión de conexión, inspiración y alegría que se convertiría en LaRanaGaspar.

11.1. El regalo inesperado del voluntariado

Todo comenzó a finales de 2015, cuando me vi involucrado sin darme cuenta en una actividad de voluntariado que me dejó profundamente impactado. Pensaba que iba a dar de forma altruista, pero, curiosamente, recibí, recibo y sigo recibiendo mucho más y mejores «cositas» de las que imaginé. Estas experiencias cambiaron mi perspectiva de la vida, haciéndome consciente de mi fortuna y reforzando mi compromiso de contribuir a la sociedad, especialmente a aquellos menos afortunados.

Después de diversas actividades, me inspiré (eso pensaba yo) y llevé a cabo una iniciativa monumental llamada «10 000 Sonrisas Mágicas», la cual, sin saberlo aún, se convertiría en un proyecto de vida junto a mi hijo Gasparín. Este proyecto implicó la colaboración de Fundación Telefónica y más de 900 profesionales de Telefónica, dedicando nuestro mejor saber y hacer a cuatro entidades que, año tras año, regalan magia y sonrisas a peques gravemente enfermos. Esta experiencia marcó el camino de La-RanaGaspar en su misión de llevar alegría a los demás, y yo ni era consciente en aquel momento.

Paralelamente, surgieron muchas otras iniciativas y proyectos que puse en marcha, y el apoyo de Fundación Telefónica y un grupo amplio de voluntarios fue fundamental para lograrlo. Continué mi desarrollo como voluntario, participando en diversas acciones sociales, adentrándome en el mundo de las start-ups, mentorizando a jóvenes emprendedores y colaborando con diversas organizaciones y programas, desde la Liga de Debate Escolar hasta las Lanzaderas de Empleo en varias ciudades de España.

Hacia mediados de 2016, tomé la decisión de fusionar mis actividades de voluntariado con una incursión más activa en el mundo virtual. A pesar de tener claras las razones por las cuales no quería utilizar las redes sociales, aún no había descubierto cuál sería su propósito positivo en mi vida. En ese momento experi-

menté una inspiración (al menos eso pensaba en ese momento) y decidí emplear las plataformas digitales para compartir diariamente «cositas» en diversos formatos, siguiendo el lema: «Cositas para Pensar, Actuar, Ser Más y Mejor Persona».

Esta nueva dirección en el mundo virtual marcó el comienzo de una travesía única, donde cada publicación diaria se convirtió en una oportunidad para ofrecer reflexiones, acciones prácticas y perspectivas que pudieran inspirar y contribuir al crecimiento personal. Aunque al principio no tenía una visión completamente definida de hacia dónde me llevaría este proyecto, la intención era clara: utilizar las redes sociales como un medio para difundir mensajes positivos y constructivos.

Con el lema «Cositas para Pensar, Actuar, Ser Más y Mejor Persona», buscaba compartir pequeños fragmentos de sabiduría, motivación y reflexión que pudieran resonar con aquellos que se cruzaran con ellos en la vastedad del mundo digital. Cada «cosita» se convertía en una semilla de pensamiento positivo, una chispa de acción consciente y una invitación a ser una versión mejor de uno mismo.

Este enfoque, aparentemente simple, se convirtió en el núcleo de mi presencia en línea. La idea era ofrecer no solo contenido inspirador, sino también herramientas prácticas que las personas pudieran incorporar en su día a día. A través de estas publicaciones, aspiraba a contribuir a la construcción de una comunidad virtual basada en valores como la positividad, la reflexión y el crecimiento personal.

Así, el uso de las redes sociales dejó de ser solo una plataforma de interacción para transformarse en un medio para cultivar una comunidad digital donde se compartían pensamientos significativos y se fomentaba una perspectiva equilibrada sobre la vida. En esencia, esta etapa marcó el inicio de la expansión de LaRanaGaspar hacia el mundo virtual, donde se seguiría tejiendo un tapiz de inspiración y conexión.

11.2. El punto de inflexión en la historia de LaRanaGaspar

Tras dos años dedicados a una diversidad de actividades tanto en el ámbito virtual como presencial, LaRanaGaspar ganó mayor reconocimiento. En este periodo, Fabián Villena, quien se ha convertido en un gran y querido amigo, me invitó a participar en su programa de televisión «Actitudes Positivas». Esta primera entrevista marcó un punto de inflexión en mi relación con LaRanaGaspar.

Durante la misma, me enfrenté a la revelación de que estaba completamente perdido en relación con todo lo que me había sucedido en los dos últimos años. Cuando Fabián me preguntó: «¿Qué es LaRanaGaspar?», al comenzar a responder, me di cuenta de que mis palabras eran confusas y no lograban reflejar con claridad lo que realmente estaba experimentando.

Fue un momento de introspección impactante, donde la pregunta de Fabián actuó como un espejo que me obligó a confrontar la complejidad de LaRanaGaspar y la conexión profunda que tenía con mi proceso personal. La confusión en mi respuesta no solo señaló la falta de comprensión clara de la magnitud de lo que estaba sucediendo, sino que también fue un catalizador para una mayor reflexión y exploración de la naturaleza evolutiva de LaRanaGaspar en mi vida.

Esta revelación marcó el inicio de un proceso de autoconocimiento más profundo, donde empecé a explorar de manera más consciente y deliberada el significado y propósito de LaRanaGaspar en mi existencia. La confusión inicial se convirtió en un punto de partida para una búsqueda más clara de comprensión y una mayor articulación de la conexión entre mi experiencia personal y la creación que se estaba desarrollando en el mundo virtual y presencial.

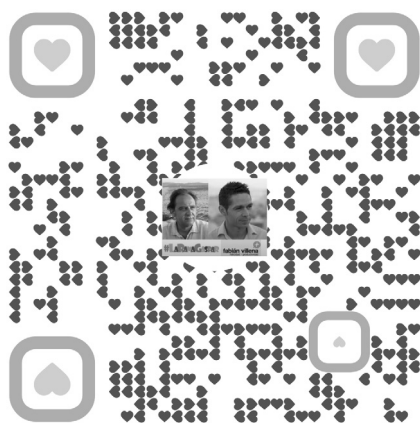
Después de un año desde la primera entrevista, sentí la necesidad de regresar al programa de Fabián. Durante ese tiempo,

mi comprensión sobre LaRanaGaspar había evolucionado, adquiriendo una perspectiva más clara sobre la conexión entre mi experiencia personal, mi hijo Gasparín, la creación de LaRanaGaspar y su impacto en el mundo que me rodeaba.

La solicitud de volver al programa fue impulsada por el deseo de transmitir de manera más precisa y completa la esencia y el propósito detrás de LaRanaGaspar, así como para compartir cómo esta creación única estaba influenciando mi vida y las vidas de aquellos que se habían cruzado con ella. La segunda entrevista se convirtió en una oportunidad para profundizar en la historia y el significado detrás de LaRanaGaspar, llevando a la audiencia a un viaje más profundo de comprensión y conexión.

Comparto con vosotros fragmentos de las dos entrevistas, donde podréis ver y escuchar mis respuestas en distintos momentos a lo largo de este tiempo y contrastar las letras que acabáis de

leer. A través de estas conversaciones, podréis observar de manera palpable la evolución y crecimiento en mi comprensión de LaRanaGaspar. Cada respuesta y cada palabra expresada en estas dos entrevistas reflejan la transformación que he experimentado desde el inicio de esta travesía hasta el momento actual.



11.3. De la confusión a la claridad

Durante ese tiempo crucial entre ambas entrevistas, me di cuenta de que en la primera no era plenamente consciente de la profundidad ni del verdadero significado que LaRanaGaspar tenía para

mí. A medida que respondía a Fabián, surgió la urgente necesidad de hacer una pausa, reflexionar y poner en orden todo lo que estaba experimentando. Fue entonces cuando tomé la decisión de detenerme y realizar un análisis exhaustivo de cada aspecto de esta conmovedora experiencia que compartía con LaRanaGaspar.

En ese período trascendental de reflexión, me sumergí en un análisis profundo con el objetivo de comprender y dar coherencia a cada aspecto de esta experiencia que había tomado un lugar tan significativo en mi vida. Examiné mis motivaciones, mis emociones y las conexiones que se estaban formando tanto en el mundo virtual como en el físico. Descubrí capas de significado que no había considerado anteriormente, revelándose así la riqueza y la complejidad de LaRanaGaspar como una entidad que trasciende lo meramente artístico y se conecta profundamente con mi ser interior.

Durante esta pausa reflexiva, también me enfrenté a preguntas más profundas sobre mi propia evolución personal a lo largo de esta travesía. Exploré cómo LaRanaGaspar no solo estaba influyendo en aquellos que la conocían, sino también en mí mismo, transformándome en el proceso.

Este proceso de introspección y análisis no solo enriqueció mi conexión con LaRanaGaspar, sino que también permitió una comunicación más clara y auténtica sobre su origen, propósito y significado. La segunda entrevista se convirtió en un espacio para compartir de manera más coherente y profunda la historia detrás de LaRanaGaspar, revelando tanto mi crecimiento personal como la evolución continua de esta creación única.

11.4. Descubriendo la conexión profunda con las ranas en mi vida

Fue entonces cuando las piezas del rompecabezas comenzaron a encajar, revelando la conexión única de mi vida con las ranas y el significado que esta asociación tenía para mí.

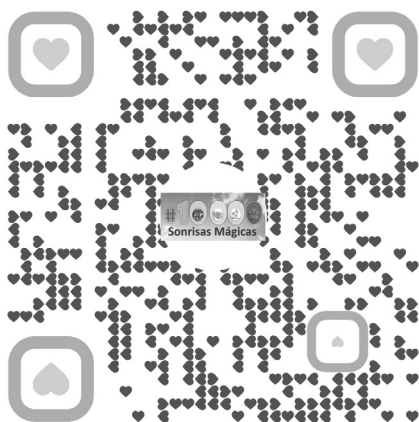
La partida de mi padre, Gaspar, a la temprana edad de 53 años, dejó una huella profunda en mi corazón. Sus últimos días estuvieron marcados por esos momentos tiernos en los que imitaba el distintivo sonido de estos encantadores anfibios. En esos momentos, la conexión emocional con las ranas se volvía más evidente, como si estos pequeños seres fueran mensajeros de un lazo especial entre mi padre Gaspar, Gasparín y yo. En estos momentos que estoy escribiendo este libro, tengo 53 años, la edad en la que mi querido Padre falleció.

En la etapa hospitalaria con Gasparín, Bego adquirió ropita de bebé que se suelen llamar ranas, creando un ritual muy especial. Cada día vestíamos a nuestro pequeño con una ranita diferente, creando no solo recuerdos tangibles, sino también fortaleciendo esa conexión única que parecía trascender lo material.

En ese periodo materialicé una idea que venía gestándose en mi mente. Tomé la decisión consciente de prescindir de prendas con marcas que no aportaban de manera significativa a mi vida. En su lugar, opté por elegir un logo representativo que impregnaría cada rincón de mi vestimenta. Este acto no solo conllevó un cambio tangible en mi estilo, sino que también simbolizó mi firme voluntad de liberarme de las marcas impersonales, abrazando así una identidad más personal. El logo, una rana, que inicialmente pensé que había seleccionado simplemente porque me agradaba, se reveló como un símbolo cargado de significado, conectado de manera más profunda con mi vida.

LaRanaGaspar pasó a convertirse en un faro iluminador a través de su conexión simbólica con las ranas, se erigió como un guía esencial en mi viaje personal. Este singular símbolo, impregnado de significado, no solo aportó luz a mi sendero, sino que también actuó como catalizador para una introspección más profunda sobre mi propia existencia y las conexiones trascendentales que tejemos en el tapiz de la vida.

11.5. La luz de Gasparín en «10 000 Sonrisas Mágicas»



Al seguir sumergiéndome en los recuerdos, resurgieron vivencias relacionadas con el conmovedor proyecto «10 000 Sonrisas Mágicas», una iniciativa que se extendió por Valencia, Alicante, Murcia y Palma de Mallorca. Este proyecto vio la luz con el noble propósito de regalar sonrisas y magia a niños

gravemente enfermos, ofreciéndoles momentos de ilusión y risas. Además, se concibió con la intención de brindar a los padres y al personal sanitario la oportunidad de compartir instantes mágicos con los pequeños, desdramatizando su situación de manera temporal. Asimismo, se gestó para dar visibilidad a estas organizaciones, permitiéndoles llegar a un mayor número de niños y hospitales.

A pesar de nuestra prolongada estancia en el hospital, tanto Gasparín como el personal médico, Bego y yo no tuvimos la fortuna de conocer a esos maravillosos magos y payasos dedicados a tan noble labor. Fue entonces cuando comprendí que mi empeño en lanzar este proyecto, al que dedicamos tiempo, esfuerzo y, sobre todo, corazón, estaba impulsado por la inspiración de Gasparín.

En ese momento no era plenamente consciente de que detrás de esta iniciativa solidaria estaba la presencia constante y orientadora de mi querido hijo Gasparín, quien, desde el más allá, seguía guiando mi camino.

11.6. LaRanaGaspar, testimonio en marcha de amor y esperanza

Aunque muchas veces he dedicado tiempo a planificar la evolución de LaRanaGaspar, es Gasparín quien hace que todo suceda en su momento adecuado. Así, de manera inesperada, me encuentro realizando «cositas» que no estaban en mi planificación inicial. Cada acción que emprendo está imbuida de su espíritu y su inspiración.

LaRanaGaspar no es solo una marca digital, es una conexión emocional profunda con mi hijo. Es mi forma de honrar su memoria y de mantener vivo su legado de amor y servicio. A través de esta iniciativa, cada proyecto, video y reflexión que comparto tiene un propósito mayor: transmitir los valores que Gasparín encarnaba y que siguen guiando mi camino.

LaRanaGaspar es un reflejo de nuestra relación, un testimonio de cómo el amor puede trascender el tiempo y el espacio. Es una manifestación de la resiliencia y la capacidad de transformar el dolor en algo hermoso y significativo. Cada vez que me desvío del plan original para seguir una nueva idea inspirada por Gasparín, siento que estoy exactamente donde necesito estar, haciendo lo que necesito hacer.

Esta conexión con mi hijo me impulsa a seguir adelante, a buscar nuevas formas de impactar positivamente en la vida de los demás. LaRanaGaspar es mucho más que un proyecto, es una misión de vida, un compromiso con la bondad, la empatía y la solidaridad. Es un faro de esperanza para quienes lo necesitan y una constante fuente de motivación para mí. Gasparín, con su amor y su luz, continúa guiando cada uno de mis pasos, asegurándose de que LaRanaGaspar no solo evolucione, sino que lo haga con un propósito y un corazón lleno de amor.

21.º APRENDIZAJE: «DETENERSE PARA AVANZAR CON PROPÓSITO»

Afirman que la vida es como una bicicleta, y que, si te detienes, inevitablemente caerás. Sin embargo, considero que esta percepción es un error significativo. En la travesía de la vida, al igual que me ocurrió a mí, existen momentos cruciales en los que necesitamos detenernos, apartarnos del bullicio cotidiano y dedicar tiempo a la reflexión profunda sobre nuestra existencia.

Es esencial cuestionarnos acerca de la dirección que estamos tomando, evaluar la manera en que avanzamos y, sobre todo, analizar si nuestras acciones diarias están alineadas de manera coherente con nuestros objetivos y valores más profundos. Estos períodos de pausa y reflexión no solo son necesarios, sino que también son constructivos, ya que nos permiten ajustar el rumbo, corregir desviaciones y tomar decisiones más informadas.

Al detenernos, no estamos renunciando al avance, sino que estamos fortaleciendo nuestro viaje. Es como ajustar el timón de la bicicleta para asegurarnos de seguir la ruta correcta. La pausa no es una debilidad, sino una estrategia sabia para asegurarnos de que cada pedalada nos lleve hacia donde realmente queremos estar.

En estos momentos de introspección, descubrimos la importancia de la coherencia en nuestras acciones diarias con respecto a nuestros valores fundamentales. ¿Estamos viviendo de acuerdo con lo que realmente valoramos? ¿Estamos construyendo el camino que queremos recorrer? Estas preguntas, aunque a veces desafiantes, son esenciales para cultivar una vida auténtica y significativa.

En lugar de temer a la pausa, abracémosla como una aliada en nuestro viaje. Al hacerlo, encontraremos que esos momentos de reflexión se convierten en oportunidades para el crecimiento personal, la autoconciencia y la reafirmación de nuestro propósito en la vida. La bicicleta de la vida no solo nos lleva a través de caminos, sino que también nos brinda la posibilidad de elegir conscientemente la dirección que tomamos y el ritmo al que avanzamos.

CAPÍTULO 12

RECAPITULANDO JUNTOS NUESTRO VIAJE

Antes de sellar este libro, deseo hacer una pausa reflexiva para recapitular las esencias que he compartido a lo largo de este viaje como faros luminosos que han iluminado la travesía que compartimos. Acompáñame en esta breve retrospectiva, donde las ideas y aprendizajes convergen para formar un todo significativo, resonando desde lo más profundo de mi corazón al tuyo.

12.1 Tejiendo esperanza en el tapiz de la vida

En la compleja red de la vida, la partida de Gasparín no solo dejó un vacío, también una huella imborrable. Este viaje, marcado por las sombras del dolor y la oscuridad, se convirtió en una travesía de resiliencia, amor eterno y descubrimientos profundos. A través de las páginas de este relato, hemos explorado los recovecos del duelo, desentrañando aprendizajes que actúan como destellos de luz en la penumbra.

El tapiz de la existencia, tejido con hilos de pérdida y superación, se vio alterado irremediablemente por la ausencia de Gasparín. Sin embargo, en este recorrido desgarrador, emergieron patrones de resiliencia, demostrando que, incluso en la más densa oscuridad, la fuerza interior puede brillar intensamente.

Cada página de esta travesía revela capas profundas de emoción, desafiando la desolación con descubrimientos que despiertan la esperanza.

El duelo, lejos de ser un camino lineal, se asemeja a un laberinto de emociones complejas y desafíos inesperados. A medida que exploramos las profundidades de esta experiencia, desvelamos aprendizajes que no solo sirven como faros para iluminar el sendero, sino también como anclas que dan solidez en medio de las tormentas emocionales. Cada revelación se convierte en un rayo de luz que corta la penumbra, ofreciendo perspectivas valiosas sobre la naturaleza humana y la capacidad de encontrar significado incluso en la adversidad.

A lo largo de estas páginas, hemos contemplado el viaje desde la pérdida hasta la creación, desde la tristeza hasta la resiliencia, y desde la pregunta dolorosa del «¿por qué?» hacia la poderosa transformación del «¿para qué?». La historia de Gasparín, deseo se haya convertido en un testimonio de amor inquebrantable, superación y la capacidad innata de la humanidad para encontrar luz en los momentos más oscuros.

Este relato, más que una crónica de pesares, se erige como un monumento a la fortaleza del espíritu humano y un tributo a la perenne influencia del amor. Las páginas, impregnadas de dolor y esperanza, se entrelazan para formar un tapiz que no solo conmemora la memoria de Gasparín, sino que también sirve como guía para aquellos que transitan por caminos similares. En cada palabra se halla una invitación a abrazar la vida con gratitud, a encontrar significado en los pequeños momentos y a tejer nuestro propio tapiz de resiliencia y amor eterno.

En la culminación de esta travesía nos queda la certeza de que, si bien la pérdida puede oscurecer el horizonte, también puede ser el catalizador para una transformación profunda. De corazón deseo que cada lector haya encontrado en estas páginas no solo un relato, sino un eco que resuene en sus propias experiencias,

inspirándolos a abrazar la vida con renovada intensidad y a descubrir su propio camino hacia la luz.

12.2. Veinte aprendizajes que iluminan nuestra travesía

A lo largo de este relato, hemos explorado las intrincadas capas del duelo, desentrañando lecciones que actúan como destellos de luz en medio de la penumbra. Desde los primeros momentos oscuros hasta la creación de LaRanaGaspar como un símbolo vibrante de esperanza, cada capítulo, deseo haya sido una enseñanza valiosa.

He insistido varias veces a lo largo de estas páginas en el hecho de que la vida está llena de complejidades y giros inesperados que nos enseñan la fragilidad de nuestra existencia. La experiencia personal de la pérdida de mi hijo Gasparín nos ha dejado un mensaje urgente: no postergar lo esencial.

A menudo, la vorágine diaria y las distracciones nos alejan de lo verdaderamente trascendental, como las relaciones significativas y los momentos compartidos. Es crucial no permitir que la rutina y las preocupaciones cotidianas nos hagan perder de vista lo que realmente importa: las expresiones de amor y afecto que construyen el tejido de la vida.

Es esencial reflexionar sobre la importancia de relativizar nuestras preocupaciones diarias, distinguiendo entre dramas intensos y desafíos cotidianos. Debemos cuestionarnos si realmente merecen la cantidad de tiempo y energía que les dedicamos. En nuestra travesía diaria, la toma de conciencia sobre la necesidad de relativizar estas inquietudes se presenta como un imperativo vital. Este proceso implica discernir entre los dramas intensos que ocasionalmente nublan nuestro horizonte y los desafíos cotidianos que constituyen la esencia misma de nuestra existencia.

Descubrimos que el acto de dar no solo beneficia a los demás, sino que también desencadena nuestra propia transformación interna. Al comprometernos con el servicio desinteresado,

experimentamos cómo el simple hecho de dar se convierte en un sendero introspectivo que va más allá de las acciones tangibles; se erige como un catalizador que impulsa cambios fundamentales en nuestra percepción, valores y crecimiento personal. El servicio desinteresado, por tanto, no solo se traduce en impacto positivo para la comunidad, sino que también se revela como un viaje de autodescubrimiento y evolución constante.

Hemos aprendido a comprender la naturaleza dinámica del dolor. A reconocer que el dolor no es estático, sino un flujo constante que cambia con el tiempo, y que nos permite adaptarnos y encontrar maneras saludables de convivir con él.

Más allá de la práctica diaria, comprendimos que la gratitud no es solo un acto, sino un proceso continuo. Cada día ofrece nuevas oportunidades para apreciar lo que tenemos y nutrir una perspectiva agradecida, consolidando así el aprendizaje continuo de la gratitud en nuestra jornada.

La experiencia nos ha demostrado la importancia crucial de la adaptabilidad. Enfrentar las inevitables vicisitudes de la vida requiere la capacidad de ajustarse a nuevas circunstancias y abrazar cambios inesperados. La adaptabilidad se revela como una herramienta esencial en el proceso de recuperación, mostrándonos la fuerza inherente que surge de la capacidad de adaptación.

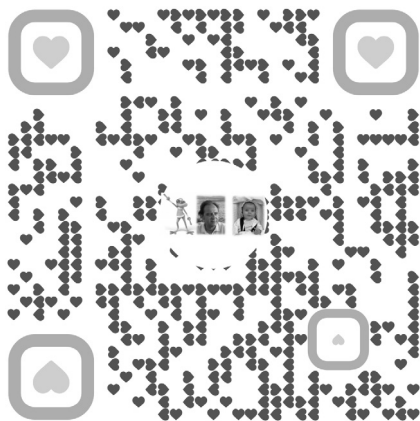
Exploramos la resonancia del legado personal a través de la creación de LaRanaGaspar. Nos dimos cuenta de que cada individuo tiene el poder de construir un legado personal significativo, y este impacto duradero se convierte en una manifestación de nuestro propósito y contribución única al mundo.

A través de historias compartidas, descubrimos el poder transformador de la empatía. Ponerse en los zapatos del otro no solo conecta a las personas, sino que también alivia el peso emocional del dolor compartido, revelándose como una fuerza curativa.

La creatividad se presenta como una herramienta poderosa para transformar el dolor en amor y servicio. La creación de

LaRanaGaspar como símbolo y la participación en proyectos sociales han demostrado el rol transformador de la creatividad, generando un impacto positivo tanto a nivel personal como comunitario.

12.3. Un resumen visual de nuestro trayecto compartido



Os comparto un video de tres minutos y cincuenta y dos segundos que resume nuestro viaje a través de las páginas de este libro. Este material visual captura las historias, desafíos y lecciones que hemos compartido, ofreciendo una mirada emotiva a nuestra travesía colectiva. Este video no solo resume nuestro viaje

literario, sino que también celebra la conexión que hemos construido. Así que os invito a sumergeros en este relato visual, a dejaros llevar por la emotividad de nuestras experiencias compartidas y a celebrar, junto conmigo, la magia que reside en este video. ¡Espero sinceramente que lo disfrutéis tanto como yo al compartirlo con vosotros!

UN VIAJE DE ACCIÓN, SIGNIFICADO Y GRATITUD

Queridos lectores, al cerrar este libro y contemplar el viaje que juntos emprendimos a través de estas páginas, no puedo más que expresar mi profundo agradecimiento por el regalo de vuestro tiempo y compañía. Vuestra presencia ha enriquecido cada palabra, otorgándole significado y profundidad a esta experiencia compartida. De corazón, os agradezco por ser parte fundamental de este recorrido.

La vida, en su esencia, nos convoca a participar activamente, a comprometernos con nuestras aspiraciones y a dejar una huella significativa en el tejido del mundo que compartimos. Cada día nos brinda la oportunidad de contribuir, de tejer una trama positiva y de forjar un impacto que trascienda más allá de los límites de nuestras vidas individuales.

LaRanaGaspar, con sus besos de esperanza, instantes de serenidad y el continuo viaje, deseo no solo encarne un propósito personal, sino que sea un faro de inspiración para cada uno de vosotros, queridos lectores. Su presencia en la narrativa de la vida no solo narra una historia, os invita a vivirla con mayor profundidad y significado, a ser protagonistas activos en este relato único.

Cada beso de esperanza es un recordatorio tangible de la capacidad transformadora del amor. Este desafío nos impulsa a amar de manera más completa, a nutrir nuestras relaciones y a regalar afecto de manera generosa. En cada gesto de amor, en cada abrazo

compartido, estamos sembrando semillas de esperanza destinadas a germinar en el corazón de quienes nos rodean.

Los instantes de serenidad que LaRanaGaspar nos regala deseo sean como oasis en medio de la vorágine cotidiana. Nos invitan a detenernos, a respirar profundamente y a encontrar calma en medio del caos. Esta serenidad no solo es un regalo para nosotros mismos, sino también una herramienta poderosa para inspirar tranquilidad en aquellos que comparten nuestro camino.

El viaje continuo de LaRanaGaspar representa la evolución constante, la búsqueda de crecimiento y el compromiso con la autenticidad. Nos anima a seguir explorando, aprendiendo y adaptándonos a las cambiantes circunstancias de la vida. Este viaje no tiene un destino fijo, se trata de la travesía misma, llena de descubrimientos y oportunidades para ser mejores.

Con todo el afecto que alberga mi corazón, os hago una sincera invitación: tomar la iniciativa, transformaros en agentes de cambio y forjar un legado impregnado de positividad y generosidad. No subestiméis la repercusión de vuestras acciones diarias, ya que incluso los gestos más pequeños tienen el poder de desencadenar una cascada de bienestar.

Gracias por formar parte activa de esta aventura extraordinaria y por compartir este camino de descubrimiento y crecimiento. Vuestra participación ha sido el tesoro más valioso en este viaje literario, y espero que las «cositas» de LaRanaGaspar sigan resonando en vuestros corazones mucho después de cerrar estas páginas.

¡Gracias de todo corazón, y adelante, emprendamos juntos este viaje de acción y construyamos un mundo más vibrante, lleno de significado y más optimista, que NO ingenuo!

EPÍLOGO

Un 13 de junio recibí un whatsapp de mi querido Gaspar: «Tienes un email», como la película. Era la segunda vez que me ponía en aviso, así que intuí que podía ser sobre sus escrituras acerca de su experiencia con Gasparín y LaRanaGaspar.

Cuando pude leerlo, descubrí que no solo era eso, había un regalo extra: quería que escribiera el epílogo.

Sin haber hablado aún con él, hice dos cosas, primero emocionarme y pensar ¿cómo he llegado a escribir un epílogo de Gaspar? La respuesta cayó a plomo: dos experiencias que había transitado me regalaron este momento.

Por un lado, dejar un trabajo estable por crear algo en un camino lleno de incertidumbre, miedos y dudas..., algo nada fácil, pero que permite conocer a personas maravillosas como Gaspar.

Y por otro, haberle dicho a Gaspar que este libro no solo es para quien ha vivido la pérdida de un hijo, sino para cualquiera que quiera ser más feliz al aprender sobre el amor, la pérdida y la aceptación como camino para superar los retos de la vida. En mi caso, yo lo aprendí tras el dolor de la pérdida de varios embarazos.

Por eso te invito a pensar en la aceptación como primer paso para vivir la vida con plenitud y reducir el sufrimiento. No aceptación a modo rendición, sino aceptar y desde ahí ver cómo lo gestionas.

También quiero proponerte que tomes perspectiva para entender que lo que vivimos nos ayuda a aprender y a veces a sacar en nosotros algo que no imaginábamos. ¿Habría sido Gaspar ca-

paz de trasladar estas ideas si no hubiera vivido esta experiencia? Seguro que no.

¿Habría escrito un libro o creado publicaciones en redes sociales impactando positivamente a otras personas? Tampoco.

Este Gaspar que leemos es más sabio y su huella positiva en otras personas es infinitamente mayor.

Para que un trozo de carbono se convierta en diamante, este deberá sufrir presiones enormes. La vida a veces nos trae experiencias duras de las que podemos elegir aprender y crecer para convertirnos en un diamante o resistirnos y decir que la vida es injusta.

Gaspar es una persona especial, llena de amor y que ha puesto todo su corazón en transmitir lo que aprendió para que tú puedas ser más feliz. Me siento afortunado de tener a alguien como él cerca.

Me encantaría que tengas en mente este libro para que, cuando un familiar o amigo necesite entender mejor la aceptación, se lo regales. Recuerda que da igual que haya perdido a un hijo o que le haya sucedido otra cosa. Si notas que no acepta, si ves que no tiene perspectiva de cómo de esta experiencia puede ocurrir algo bueno, se lo envías a su casa y le habrás hecho un regalo transformador.

Javier Millán

Cofundador de la Escuela de Inspiración, dedicado a mejorar la vida en las empresas a través de formaciones en habilidades diversas. Apasionado del desarrollo personal y espiritual, comparte sus conocimientos en LinkedIn (<https://www.linkedin.com/in/javiermillan/>).

Persona agradecida por vivir y aprender, con el propósito de evolucionar y dejar una huella positiva en otros.

