



La brisa de la mañana

Son las cinco de la mañana y me siento a meditar en el sillón del salón de mi casa en el que leo, escribo, medito y descanso durante el día. Las ventanas de mi balcón están abiertas y una suave y fresca brisa entra por ellas.

Cierro los ojos y, mientras respiro, siento en mi rostro el roce y la caricia agradable de la brisa que lo toca.

Sentir la brisa que no cesa de acariciar mi rostro, me lleva a conectar con mi cuerpo que, anciano y viejo, aún navega sobre las olas.

A veces cruje, otras, bandea y se resiente de los golpes del agua sobre su quilla.

Pero, a pesar de todo, no cesa en seguir avanzando hacia el horizonte, mientras las fuerzas sigan siendo sus compañeras.

Sentir la brisa que no cesa de acariciar mi rostro, suaviza y relaja mis emociones, orienta mis impulsos que, como energía, me mantienen vivo y hacen que me sienta joven y motivado, con proyectos y tareas pendientes, que a mi barco empujan, a pesar de todo.

Siento que la brisa, con su frescor que me despierta, lo convierte en un calor por dentro que me anima y quema.

Sentir la brisa que no cesa de acariciar mi rostro, da alas a mi mente e impulsa las velas de mi inteligencia que, con mayor claridad y certeza, encuentra la verdad del por qué y para qué mi barco navega, y aprovecha cualquier evento, encuentro o circunstancia, para entender la verdad que encierran, aprender de ella y, gracias al apoyo de mi imaginación y pensamiento, dar a luz ideas nuevas de progreso y de mejora para mí y para los que conmigo navegan.

*Sentir la brisa que no cesa de acariciar mi rostro,
abre, ensancha, agranda y llena mi corazón
de ilusión y de ternura hacia mí y hacia los otros,
y el amor que, dentro de mí siento,
se desborda como vaso que se rebosa y, al caer,
humedece y refresca por donde quiera que pasa,
aceptando lo que ocurre,
comprendiendo a los otros y las circunstancias.
Mi amor, gracias a la brisa que no cesa de acariciar mi rostro,
se acrecienta, llega aún más lejos y perdona cualquier ofensa
y cualquier error que cometa yo o cometan los otros.
Sentir la brisa que no cesa de acariciar mi rostro,
llega a mi barco entero, a mi alma, que, empujada
por ella y libre de las olas que lo azotan,
las supera y vuela veloz hacia el horizonte
al que se acerca, y por el que el sol amanece.
Y, aunque aumenten las olas, arrecie el viento
y cruja el barco por la vejez aquejado,
la calma llega a ella, en la serenidad se instala
y nada ni nadie distrae su mirada,
con la que otea, en el horizonte,
la cercanía y presencia del amigo amado,
en cuyo pecho posar mi cansada cabeza,
unir mi corazón al suyo y perdernos juntos
en un abrazo eterno y para siempre.
Sentir la brisa que no cesa de acariciar mi rostro,
absorbe mi ser entero que, quieto y en silencio queda.
No hay cuerpo, no hay emociones, no brotan pensamientos,
amor de plenitud siento y sólo queda mi alma en silencio
y en presencia del espíritu que todo lo inunda,
todo lo llena, todo lo abraza y en él permanece todo.
Y, mientras siento la brisa que no cesa de acariciar mi rostro,
abro los ojos y le doy las gracias.*

Victoriano Martí Gil. 30 de mayo de 2026