



Introspección...

Por Jesús Benítez

Introspección no es una prueba médica, ni un estudio financiero, ni tiene nada que ver con sondeos populares o índices estadísticos. Se trata de algo tan simple, común y habitual como el auto análisis, ese microscopio que nuestra conciencia utiliza para indagar por dentro, en ese lugar que se ubica lejos de la epidermis y próximo al rincón del alma, en el que los sentimientos nos fuerzan o coartan.

La introspección, es un mecanismo unipersonal para reactivar o potenciar las convicciones, para analizar con autocrítica lo que hacemos bien o mal, aquello que nunca llevaremos a cabo, o lo que tememos poner en marcha, o lo que ya no merece la pena seguir masticando, rumiando; lo preciso y lo aleatorio, lo conveniente y lo absurdo.

Se trata, en suma, de un examen concienzudo a nuestra ética, un ejercicio de reciclaje intransferible, privado y comedido, un dialogo interior con uno mismo, cuestionando nuestros pros y contras, buscando defectos y virtudes.

La introspección es la lupa que promueve la autoestima para sacar a relucir todo lo que vamos dejando aparcado y, bruscamente, sale a flote, cual problema latente. Es como una inmersión del cerebro en la probeta del porvenir, en esa incierta autopista de la existencia que no es fruto del destino, por el contrario, la vamos construyendo a fuerza de aciertos y errores. Introspección es el esfuerzo añadido de las neuronas para meditar el camino a escoger en la vida, cuantificando lo recorrido y aquello que, aparentemente, nos deparan los días.

La introspección, es como el preámbulo de la autobiografía que vamos escribiendo, cayendo en la cuenta de lo que cambiaríamos o potenciaríamos. La introspección también suele bucear en las cloacas del pensamiento, allí donde guardamos los secretos impúdicos, el odio, la rebeldía, el rencor, la inmoralidad, las frustraciones, el delito omitido y el que está en ciernes. Si dejamos volar al subconsciente, encontramos una pesadilla que nos acecha o el sueño que creemos posible. Es ahí cuando la introspección regurgita su veredicto: miedos o anhelos.

© Jesús Benítez – Noviembre de 2010

www.jesusbenitez.com



Posdata:

Noche orgánica

**Esta noche se cerró,
como la boca del estómago.**

**No hubo estrellas, ni misterio,
como un cerebro en coma profundo.**

**La luna se ocultó por desánimo,
como los ojos se esconden tras los párpados.**

**Y el sueño llegó tarde y atormentado,
como las lágrimas que caen al suelo.**

© Jesús Benítez

Tras escribir estos versos, recordé a mi admirado Antonin Artaud (Marsella, 1896-1948), que enfatizó aún más lo descrito en *Noche orgánica*:

“...El tiempo donde el hombre era un árbol sin órganos ni función, pero de voluntad, y árbol de voluntad que avanza, volverá. Ha sido y volverá. Pues la gran mentira, ha sido hacer del hombre un organismo”.



Prohibido publicar o el uso de estos contenidos, inscritos en el Registro de la Propiedad Intelectual, sin el previo permiso del autor: www.jesusbenitez.com