

## Buenos Hábitos

### El principio amoroso

L.N. Judith Jiménez López

Todo lo que hacemos tiene un principio amoroso, consciente o inconsciente. El punto interesante a analizar es, que como un río, la idea surge en el manantial de la mente inspirada y en su camino a la realización se topa con piedras, caídas, represas que cambian su ritmo y muchas, lamentablemente muchas veces, su objetivo original. Intentar definir el principio amoroso es algo complejo, debido a que si usted como yo, busca la definición en el diccionario, no logrará encontrarla como tal.

El principio amoroso se entiende como la energía primaria, el impulso que crea las ideas, la inspiración que llega en el instante en que se busca una solución, un rumbo, una acción determinada. Por tanto, el objetivo puede ser de protección, de cura, de respuesta, etc. a una necesidad en un espacio -tiempo; gracias a la capacidad de parar y observar.

Quizá necesitamos ejemplos de este principio amoroso. Le daré algunos desde mi perspectiva. ¿Sabía usted que el origen de la sopa instantánea tan famosa por la rapidez con que podemos prepararla (y que los nutriólogos aconsejamos no incluirla en nuestro plan de alimentación porque consideramos que es una comida insana, riesgosa, con exceso en el contenido de sodio y glutamato monosódico) fue en un inicio la respuesta de un hombre al hambre después de la segunda guerra mundial? En 1958 Japón, Momofuku Ando vio una gran fila de gente esperando para conseguir una sopa de fideos recién hecha; esa imagen hizo que pensara: “sólo habrá paz en el mundo cuando la gente tenga comida suficiente”. Y creó... fideos instantáneos. Una idea amorosa: paz y comida, que usada en otro sitio puede no ser una respuesta. Un principio amoroso que pierde el rumbo, el objetivo.

En una clase, hace algunas semanas un alumno me compartió el siguiente dato sobre la margarina. La margarina es una grasa de origen vegetal transformada molecularmente para parecer mantequilla, inadecuada nutricionalmente y que se usó en un tiempo en Estados Unidos para enviar a los soldados “un poco de sabor a casa”. No era posible enviar mantequilla debido a que se enranciaba, lo que no sucede con la margarina. Así que este “alimento” encontró un sitio amoroso donde ser usado, pese a su estructura. Una mente pensó en sanar un poco a los hijos ausentes. Existe la necesidad... se crea la respuesta.

Conozco de primera mano la historia de un hombre cuya idea de nutrir a los niños de la periferia de su ciudad, las rancherías y pueblos pequeños, despertó la capacidad de crear una golosina nutritiva. Helado a base de leche fresca, huevo, fruta de temporada y azúcar. Él quería no sólo que disfrutaran de un “dulce”, sino que se nutrieran con él. Lo diseñó al alcance de los niños, ante la necesidad, el hambre y, quizá también, como la sanación de un evento que estuvo presente en su vida cuando él era niño, y ahora podía corregir como portador del principio amoroso.

Leche, huevo y carne eran los 3 pilares de la nutrición hace décadas, el helado y la jericalla responden a este orden. Se dice que la jericalla - postre a base de leche, huevo, vainilla, canela y azúcar - fue la respuesta de las monjas ante la necesidad de crear un alimento atractivo y nutritivo para los niños del Hospicio Cabañas. Cuentan que, por el exceso de trabajo se les quemó, y así lo ofrecieron a los niños y gustó tanto que este postre conserva

esta peculiar característica actualmente. Observe el principio amoroso de nutrir. Ahora, saboree la misma jericalla después de una comida copiosa y abundante. ¿Qué encuentra? Aquello que funciona en un momento determinado no es necesariamente lo adecuado en otro. Todo cambia, la necesidad cambia, las respuestas deberían cambiar también.

Puede usted ahora imaginar el principio amoroso en otras muchas “recetas” de la vida cotidiana. A mí me gusta pensar... cuál sería el principio amoroso de los detalles que me encuentro durante el día. En otras muchas situaciones, no sólo en la comida... en el joven que decide crear unas tiras para diagnosticar el cáncer porque su tía no fue diagnosticada a tiempo y murió; en un hombre que encuentra la relación de su cáncer de testículo con la pérdida de su hijo varón y aporta una nueva forma de entendernos como una totalidad y con ello sanar; en el adolescente que crea una prótesis de productos reciclados para su padre porque les era demasiado costosa. Y puedo continuar y continuar, las redes sociales han hecho posible enterarnos de los principios amorosos despiertos en este momento y que quizá nos inspiran... un punto interesante.

Imagino a las personas perfeccionando sus recetas, sus diseños, su música, etc., queriendo que otros disfruten de las emociones que logran con los productos terminados, cuyo origen fue sólo una idea. El principio amoroso nos nutre no sólo el cuerpo: el caldo de pollo que se lleva a la cama del enfermo nutre también el alma. Nos vuelve parte del flujo de la vida, donde dar es igual a recibir.