KIPAL

LA RESPUESTA

CÓMO APRENDÍ A SER FELIZ

OBERON

PRÓLOGO DE **RAFAEL SANTANDREU**

LA RESPUESTA

Cómo aprendí a ser feliz

LA RESPUESTA

Cómo aprendí a ser feliz

KIPAL

OBERON

Primera edición, febrero 2024

Responsable editorial: Susana Krahe Pérez-Rubín
Diseño de cubierta: Patricia Bataller

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

© Copyright de los textos: Francisco José Pallarés Ferrer

PAPEL DE FIBRA CERTIFICADA

© EDICIONES OBERON (G. A.), 2024
C/ Valentín Beato, 21 - 28037 Madrid
Depósito legal: M-8657-2024
ISBN: 978-84-415-5046-9
Impreso en España

Para Víctor, Paula y Clara

«Vuestros corazones conocen, en silencio,
el secreto de los días y las noches».

Khalil Gibran

ÍNDICE

PRÓLOGO 11

PRIMERA PARTE. CONOCER 13

SEGUNDA PARTE. ENTENDER 105

TERCERA PARTE. COMPRENDER 195

AGRADECIMIENTOS 221

PRÓLOGO

¿Cómo es un venerable maestro? ¿Lleva túnica? ¿La cabeza afeitada? ¿Sonríe beatíficamente?

El que yo conozco, no. Tiene un aspecto muy occidental. Va en moto, está fuerte y tonificado, y dice tacos. Es el autor de este libro, Kiko, el verdadero nombre de Kipal.

Conocí a Kiko hace unos veinte años. Me lo presentó una amiga común, Mireia, una buena practicante de meditación budista. Le dije:

—Me gustaría saber más sobre budismo. ¿Sabes de algún curso o algún buen libro para introducirme?

—Hay muchos materiales y cursos, pero nada como que te enseñe otra persona: un meditador avanzado. Creo que te iría genial hablar con Kiko. Es un crack, ha dirigido a muchos grupos y lleva toda la vida en esto —respondió Mireia.

—¿Pero ese hombre querrá charlar conmigo? No lo conozco de nada —repliqué.

—Kiko está siempre encantado de ayudar. Te doy su teléfono. Llámale. Es gestor de empresas y tiene mucho trabajo, pero encontrará tiempo para quedar contigo. Ya verás.

A los pocos días, quedamos en un bar, cerca de mi casa. Cuando apareció por la puerta, me impuso su aspecto: alto, musculado, bronceado… Debía tener unos cincuenta años y yo apenas treinta. Dejó el casco sobre una silla y preguntó:

—¿Tú qué tomas?

—Una cerveza —respondí.

—Pues yo lo mismo que tú. Siempre bebo lo mismo que la otra persona.

Y en unos minutos empezó la primera lección del que se convertiría en mi maestro budista durante veinte años (y siguiendo). Habló y habló durante una hora o dos y, embobado, empecé a absorber las escurridizas lecciones del Dharma.

Considero que Kiko es un gran maestro. Sin túnica y sin alpargatas. Pero con toda una vida de meditación a sus espaldas. A los dieciocho años, en un viaje, descubrió el mundo del rock, la fiesta y la desinhibición hippie y, al mismo tiempo, el budismo y su intuición le señalaron el camino correcto. Desde entonces, ha hecho de la meditación la causa más importante de su vida.

Kiko ha sido empresario, padre, navegante, deportista y diez mil cosas más, pero, por encima de todo, un buscador de la verdad serio y comprometido. Ha estudiado todas las corrientes de espiritualidad budista, ha participado en los retiros más exigentes, ha peregrinado a templos sagrados y, sobre todo, ha meditado y meditado y ha conseguido descubrir qué se esconde detrás de la locura humana: la mente grande siempre serena, grandiosa, eterna.

En mi opinión, la mejor característica de Kiko es su lógica a prueba de bomba. Eso le permite apuntar a la verdad del Dharma como pocos. Conoce y ha integrado en sus carnes los principios del budismo y mantiene siempre el barco rumbo a puerto. No se despista. No se confunde. Es, una y otra vez, certero.

Kiko es realista, científico, claro, valiente y potente. Tiene un compromiso con la verdad y con el resto de los seres humanos. Su misión es ayudar a otros a hacer el mismo camino que él recorre.

Este libro es una narración con aventuras y desventuras, pero encierra importantísimas lecciones y algunos de los contenidos que he tenido el privilegio de disfrutar a lo largo de los años. Disfrútalo tú también, y que tengas la fortuna de que te señalé el camino del Dharma.

Rafael Santandreu

PRIMERA PARTE

CONOCER

«Señoras y señores pasajeros, en breves minutos aterrizaremos en el aeropuerto de El Prat. Rogamos...» Desperté poco a poco. Qué bien sonaban en mis oídos esas palabras. Barcelona era mi ciudad y yo volvía a sentirme en casa. Me incorporé y eché un vistazo por la ventanilla. La costa de Barcelona se recortaba contra un intenso mar azul que me deslumbró. Apoyé la frente en la ventanilla y busqué con la mirada edificios y torres y campanarios que me resultaran familiares, hipnotizado e impaciente por comprobar cómo aumentaban de tamaño a medida que nos acercábamos. Hasta que perdimos altura y el imponente edificio acristalado de la terminal se alzó ante mis ojos. Cuando aterrizamos, suspiré aliviado. El aeropuerto era la puerta que me devolvía al hogar, a ese espacio familiar donde todo estaba bien. Regresaba a casa después de pasar las vacaciones de verano en casa de mi abuela, en Tailandia.

Mi abuela materna era tailandesa, una mujer fuerte y hermosa, con una melena salpicada de canas que recogía en un moño bajo y unas manos largas y huesudas. Cada verano, mis padres me enviaban a pasar las vacaciones con ella, en la ciudad de Trat cerca de la frontera con Camboya, que se encuentra a unos trescientos veinte kilómetros de Bangkok.

La primera vez que pisé la capital tailandesa me impactó. No puedo decir si para bien o para mal, si me gustó o no, porque la descubrí como un niño descubre las formas, colores y olores de cualquier cosa nueva: sin prejuicios, sin expectativas, agudizando los sentidos y abandonándome a la experiencia de lo extraordinario.

Tailandia es luminosa. La luz del amanecer tiñe la ciudad de un tono rosa anaranjado. Al mediodía, los colores son tan intensos que todo parece más vivo: el cielo, los árboles, las calles, la gente, hasta uno mismo. La capital es puro caos. Bangkok es ciudad en continuo movimiento con una actividad insaciable: riadas de gente, aglomeraciones, tráfico intenso, embotellamientos. Una vibrante mezcla de personas y vehículos que, sin embargo, se mueven a un mismo ritmo.

Marc lleva una vida cómoda,
aunque no del todo satisfecha.

Su intuición le dice que hay algo más:
«¿Cuál es la esencia de la existencia?
¿Existe una mejor manera de vivir?».

No cesa de buscar la RESPUESTA
en todo tipo de maestros y escuelas.

Un viaje a Tailandia le revela
cuál es la RESPUESTA,
una alquimia que transforma todo
lo ordinario en extraordinario.

En esta historia encontraremos
las claves del camino de transformación
más estudiado y practicado
de todos los tiempos:
la meditación.

OBERON
www.oberonlibros.com

ISBN 978-84-415-5046-9
2360550
9 788441 550469