

**A MEDIO CAMINO**  
**DONDE COMIENZA EL AUTÉNTICO VIAJE**

**HANI HAJAR**

## A MEDIO CAMINO

### Donde comienza el auténtico viaje

Mis primeras cuatro décadas las pasé inmerso en interminables expediciones espaciales con la misión *En busca de algo especial*. Un sueño, un estilo de vida, la felicidad... No tenía claro mi destino final. Únicamente la fe absoluta en que lo que buscaba tenía que ser auténtico. En estas expediciones yo no era el piloto ni un pasajero: era el propio cohete. Igual de explosivo, lleno de una energía que quemaba hasta casi agotarla. Solo dejaba una pequeña reserva para volver, si fuera necesario.

Un lanzamiento con éxito tiene su mérito. No era mi caso. Coleccionaba, aparentemente, un fracaso tras otro.

Después de cada aterrizaje, tarde o temprano me daba cuenta, por desgracia, de que faltaba algo. Aquello no era lo que había imaginado. No era lo que buscaba ni lo que esperaba. No era auténtico. Por eso iniciaba, una y otra vez, otro lanzamiento, con la esperanza de que ese nuevo viaje fuera el último. En ese destino final me quedaría para siempre, en una hamaca y con los brazos cruzados. Disfrutando de alimentar mi ego a diario con el éxito de mi definitiva expedición.

Después de media vida siguiendo esta filosofía superficial mi voz interior me advirtió:

“Como mucho te queda energía para un par de expediciones. No más. Así que debes elegir tu nuevo rumbo con sabiduría”. Me paralicé. No era capaz de elegir mi siguiente destino por miedo a equivocarme. Pero el tiempo pasa y no espera a nadie... Así que tuve que tomar una decisión.

Hay un proverbio zen que dice: “Cuando el alumno está preparado, aparece el maestro”. Por suerte, mi maestro apareció *a medio camino*.

Mi vida ha sido bendecida con tres caídas significativas en cada una de las cuales sentí la caricia de la muerte.

La primera, una caída emocional, una decepción amorosa.

La segunda estuvo marcada por la pérdida de fe y la adicción.

La tercera fue un fracaso empresarial.

Tras esta última caída, lo tuve claro. Comprendí que, si mi intención era levantarme de nuevo, tendría que hacer un cambio radical en mi vida. No podía permitirme una cuarta caída.

La esencia de este libro se puede resumir en una cita que me guiará durante el resto de mi vida, mi segundo *medio camino*:

“Quién mira hacia afuera, sueña; quien mira hacia adentro, despierta”, (Carl Jung).

Infinitamente agradecido,

*Hani Hajar*

# Índice

## **I. Calentando**

Pág. 1.

Soy especial

La suerte del principiante

Somos especiales

Mi misión

Cantar *versus* tararear

Gratitud

## **II. Autorretrato**

Pág. 5.

Introducción

El antes

*Ser yo mismo*

*Descubrir el mundo*

*Primera Caída: Corazón Partido*

*Segunda Caída: Una adicción*

*Encontrar mi sueño*

*Tirar la toalla*

*Volverse mediocre*

*Tercera Caída: Fracaso Empresarial*

*Colapso total*

**La pausa**

*Mi propio funeral*

**El después**

*Aprender versus actuar*

*Primeros pasos*

*Nuevos hábitos y rituales*

**Dificultades**

*De la Revolución a la Evolución*

*Estaciones personales*

*Siguiente nivel*

*Sentirse estancado*

*La lección más dura*

**Cuatro conocimientos**

*No más fracasos*

*La teoría del camino*  
*La dualidad de la vida*  
*Agujeros interiores*  
**Resumen**

### **III. Mensajes**

Pág. 53.

#### **Introducción**

- 1. Guerra interior*
  - 2. El perdón*
  - 3. Autoaceptación*
  - 4. Amor propio*
  - 5. Gratitud*
  - 6. Asumir la responsabilidad al cien por cien*
  - 7. Florecer es una obligación*
  - 8. Talentos únicos*
  - 9. Encuentra a tus mosqueteros*
  - 10. Hábitos y rituales*
  - 11. Divorciarse de la mediocridad*
  - 12. Claridad*
  - 13. Valores*
  - 14. Objetivos*
  - 15. Planificación*
  - 16. Lo correcto versus lo fácil*
  - 17. Doña Adversidad*
  - 18. Dolor versus sufrimiento*
  - 19. El reto diario*
  - 20. El poder de un paso*
  - 21. La prueba del ego*
  - 22. Un día extraordinario*
  - 23. La felicidad*
- En dos palabras**

### **IV. Trampas**

Pág. 62.

#### **Introducción**

- Enemigo nº1 Tu mente**  
**Enemigo nº2 Tu cama**

Enemigo nº3 La mediocridad  
Enemigo nº4 Tu viejo yo y tus viejos hábitos  
Enemigo nº5 Las distracciones  
Etapa 1: Bucles  
Etapa 2: Atrapado  
Etapa 3: La falta de aplauso  
Resumen

## **V. Kit de supervivencia**

Pág. 68.

Introducción

Citas

*Cita para el miedo*

*Cita para el dolor y el sufrimiento*

*Cita para el arrepentimiento*

*Cita para el amor*

*Cita para la felicidad*

*Cita para los soñadores*

*Mi cita*

Una oración especial

La meditación

*Introducción*

*Mi meditación*

*Tu meditación*

Resumen

## **VI. Despedida**

Pág. 80.

Mi segundo medio camino

Honrar a mis mosqueteros

El regalo inesperado

Últimas palabras

## **Bibliografía y Citas**

Pág. 83.

# I

## Calentando

### Soy especial

Desde mi infancia he tenido la sensación de ser especial, de estar bendecido con unos talentos únicos y una chispa divina. Privilegiado, protegido por un ángel de la guarda, blindado y fortificado con los susurros de las oraciones nocturnas de mis padres. Nada parecía imposible entonces. El único límite era mi propia imaginación.

Al igual que todos los niños, yo era un genio en estado puro, un diamante en bruto, un soñador bohemio, sin ninguna de las barreras que imponen la duda, el miedo, los remordimientos, el resentimiento, la religión, la raza, el sexo, la condición social o la apariencia.

Ignorante del paso del tiempo, viajé a través de la infancia, la adolescencia y, también, la edad adulta, hipnotizado por el afán de conseguir éxito social.

Debería haber escuchado entonces a mi voz interior, que me indicaba el camino hacia la autoaceptación y la paz de espíritu. En cambio, me dediqué a desperdiciar por el camino preciosos talentos y valiosos recursos.

### La suerte del principiante

Durante el paso de la niñez a la adolescencia me inquietaban, sobre todo, tres pensamientos recurrentes.

En primer lugar: “¿Y si este hechizo que me hace tener suerte, ser especial, tiene fecha de caducidad?”. En segundo lugar: “¿Qué pasará con mi escudo protector cuando mis padres ya no estén aquí y los susurros de sus oraciones desaparezcan para siempre con ellos?”.

Por último, me preguntaba si el toque divino que creía tener lo poseía todo el mundo o solo algunos privilegiados. Percibí, por primera vez, la posibilidad que existiera esa desigualdad. Tenía miedo, sentía inquietud por cómo eso podría perturbar mi armonía interior y la conexión con todo lo que

está *más allá*. Estos pensamientos me preocuparon durante muchos años, e hicieron que se desvaneciera gran parte de esa sensación de ser especial que tuve en mi infancia.

## **Somos especiales**

Tardé varias décadas en entender que no formaba parte de unos pocos elegidos que habían sido favorecidos con un toque divino.

Ahora creo —y sé— que todo ser humano recibe un puñado de talentos únicos y una chispa divina en el nacimiento. Solo hace falta un poco de sentido común y algo de fe para aceptar la idea de que pertenecemos a algo mayor que nosotros mismos. Somos parte del Universo y, cada uno de nosotros, tiene dentro una partícula de su magia. Si el Universo se puede expandir, en consecuencia, esa partícula que hay dentro de nosotros también puede expandirse y crecer.

De modo que, una vez asumí que todos somos especiales, mi corazón se sintió en paz: ya podía dejar atrás mi miedo y mi inquietud acerca de esa injusticia.

Paradójicamente, al mismo tiempo aprendí a aceptar el hecho de que la vida no es justa, y que no puedo hacer nada al respecto. Lo único que puedo cambiar es la forma de responder, de actuar, cuando la injusticia se cruza en mi camino. Mi actitud.

Solo de eso soy responsable.

## **Mi misión**

Una vez que cerré la puerta a mis dudas y temores y recuperé ese sentido olvidado de la infancia con su genio nato, talentos y potencial ilimitados, se abrió ante mí una puerta con un cartel que rezaba: “Ahora que soy consciente de mi propia grandeza tengo la responsabilidad de entregar esta excelencia al mundo”.

Al ver esta señal imaginaria me aterroricé. En mis momentos de debilidad, deseé no haber llegado nunca tan lejos en mi viaje hacia el autodescubrimiento. Mi vida era más sencilla cuando estaba hipnotizado por

la mediocridad. Instalado cómodamente en ella, nunca tuve que hacer frente a tal decisión y llevar el enorme peso de esa responsabilidad.

Pero ya no había marcha atrás. Ya había abierto la puerta y me enfrentaba a dos opciones: cruzarla y llevar a cabo mi auténtica misión o dar la vuelta y volver a mi viejo yo.

La elección y la responsabilidad, de nuevo, eran solo mías.

## **Cantar *versus* tararear**

Ahora que he llegado a mi cuarta década, mi *medio camino*, continuamente pienso, escribo y reescribo una declaración de una página que expresa el significado de mi existencia.

Mi reto es trabajar, hasta mi último suspiro, para lograr la mejor versión de mí mismo, superando todas mis expectativas y limitaciones.

Ese día me iré con una sonrisa de oreja a oreja, sabiendo que a lo largo de mi vida he cantado, bien alto, todo lo que tenía dentro. Habré dejado de tararear. Habré cantado mi canción. Me habré vaciado por completo.

## **Gratitud**

Mi primer agradecimiento es para ti. Sin ti nunca podría haber logrado este viaje interior. Me has ayudado a continuar cuando tenía tentaciones de rendirme. La idea de un posible impacto positivo, por pequeño que fuera, de una frase o una lección de vida que te pudiera inspirar o motivar, fue lo que me llenó de energía infinita para seguir escribiendo lo mejor que pude. Gracias anticipadas y de todo corazón por tu tiempo y disposición para compartir mi experiencia. Espero que esta historia te sirva como una inspiración para iniciar o seguir en el maravilloso camino del autodescubrimiento y el crecimiento personal.

Gracias, gracias, gracias.

En segundo lugar, gracias a todas aquellas personas inspiradoras que se cruzaron en mi camino. Gracias, de antemano, a los que me inspirarán mientras avanzo por la vida. Gracias a los que no me han inspirado, incluso a los que me han herido. Ellos también son parte de la dualidad de mi vida.



Un agradecimiento especial a mis *mosqueteros*, mis principales mentores en mi viaje hacia el autodescubrimiento: Robin Sharma, Darren Hardy, Dr. Wayne W. Dyer y Jim Rohn.

La deuda que he adquirido con estos maestros la estoy devolviendo a través de mi compromiso personal en la difusión de las enseñanzas que ellos, sin saberlo, me han regalado. Este libro es el primer paso hacia mi legado personal.

Gracias a Blanca Fernández-Sacristán Garrido y Carol Marín, las terapeutas con quienes he iniciado este viaje; a Chema Flores Delcan, el coach que también ha sido parte de mi transformación; a Sandi Goodwin, profesora de inglés, porque con ella se despertó la idea de escribir este libro; a Margaret Flaws, mi writing coach, que me acompañó en la fase de escribir el libro en inglés; a Ana Martín, que me ayudó a escribir el libro en español y a trabajar mi relato personal.

Gracias a mi familia. A mi madre por enseñarme lo que es ser inasequible al desaliento. A mi padre, por enseñarme a aceptar las adversidades de la vida con el corazón abierto, a estar siempre agradecido y nunca darme por vencido. A mi hermana, por enseñarme a amar y a mi hermano por mostrarme cómo perdonar.

Gracias a Yulia, mi maravillosa compañera, que se mantuvo firme a mi lado durante mi Tercera Caída. Gracias a Leonardo, mi primer hijo y mi héroe, que me salvó la vida durante mi última adversidad. Gracias a Adam, mi segundo hijo, por inspirarme para continuar en el buen camino.

Por último, gracias a mis amigos por su amor, comprensión y aceptación.