

JUAN CALDARONI / DANIELA ELIAS

UN VIAJE INTERIOR

TODO ES QUE PASA ANTES,
DURANTE Y DESPUÉS DE UN VIAJE LARGO



EDITORIAL AUTORES DE ARGENTINA

Un viaje interior / Daniela Paula Elías ; Juan Manuel Caldaroni. - 1a ed. -
Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Autores de Argentina, 2016.

192 p. ; 20 x 14 cm.

ISBN 978-987-711-555-0

1. Autoayuda. I. Viajes. Título

CDD 158.1

EDITORIAL AUTORES DE ARGENTINA

www.autoresdeargentina.com

Mail: info@autoresdeargentina.com

Diseño de portada: Justo Echeverría

Diseño de maquetado: Maximiliano Nuttini

Ilustraciones: Paula Vázquez (www.about.me/paulavazquezDCV)

Un viaje interior, escrito por Juan Caldaroni y Daniela Elías

<http://marcandoelpolo.com>

Primera publicación digital: Diciembre 2014

Primera publicación impresa: Marzo 2016

Editado por Mariana Mutti (<http://bitacora-viajera.com>)

y Juan Carlos Elías

Copyright © Juan Caldaroni y Daniela Elías, 2016.

Queda hecho el depósito que establece la LEY 11.723.

Impreso en Argentina – *Printed in Argentina* – Todos los derechos reservados

*Este libro está dedicado a todo aquel
que sueña con los ojos abiertos...*

AGRADECIMIENTOS

En los últimos siete años nos encontramos diciendo «gracias» más veces que en los primeros veinte de nuestras vidas. Todos los días agradecemos a alguien por cruzarse en nuestro camino y dejarnos su legado, que nos va construyendo como personas. Es la primera palabra que aprendemos de cada idioma y la que, por repetición, nunca olvidamos.

Este gracias es uno especial, porque es para vos, que te volviste parte de este proyecto de vida y nos permitiste a nosotros ser parte del tuyo.

Hemos conocido muchos viajeros de corazón que no pueden desplegar sus alas por oposición familiar y es ahí cuando más notamos la importancia de tener el respaldo de nuestros seres queridos. Por eso les agradecemos a ustedes, nuestros familiares, que nos apoyan desde el primer día con la misma fuerza, para que siempre los sintamos cerca.

Gracias a todos los que se dieron cuenta de que el viaje más importante de nuestras vidas no empieza en un aeropuerto, sino en nuestro interior.

*Gracias a la vida, que me ha dado tanto
Me ha dado la marcha, de mis pies cansados
Con ellos anduve, ciudades y charcos
Playas y desiertos, montañas y llanos
Y la casa tuya, tu calle y tu patio.*

- Violeta Parra

CARTA PARA TODO AQUEL QUE ESTÉ POR EMPRENDER UN VIAJE, UN VIAJE INTERIOR

Querés viajar. Viajás en poesías, viajás con una canción. Leés un libro y te da un empujón, pero todavía no encontrás la fuerza para remontar vuelo. Te invaden miles de preguntas que intentás responder con una guía de viaje, pero seguís sin entender cómo puede ser que no encuentres ahí todas tus respuestas. Tu corazón y tu mente hacen interferencia, así que tratás de ponerlos en la misma sintonía mientras buscás la manera de organizar tu vida para poder salir a la ruta. Las voces interiores te quieren cantar una canción, pero el ruido de los gritos exteriores te impide escucharla. Si tenés este libro en tus manos es porque te diste cuenta de que necesitás un cambio, así que ya diste un gran paso.

Fueron muchos los que durante todo este tiempo nos dijeron que hay que pedir permiso para tomarse vacaciones, y que un título vale más que los conocimientos y las vivencias. Que la vida está hecha para ser disfrutada los fines de semana, mientras que de lunes a viernes tenemos que resignarnos a hacer algo que no nos gusta. Que salirse de la rutina equivale a estar perdido en la vida, sin un rumbo fijo, solo porque intentamos borrar el código de barras que el sistema se encargó de tatuarnos en nuestra piel cuando nacimos. Que los problemas se solucionan con el psicólogo y que las enfermedades son causa de nuestros descuidos, cuando en realidad no nos quieren dejar ver que el cuerpo es sabio y busca la manera de hacernos notar que hay algunos engranajes que no están

permitiendo que la película de nuestra vida se proyecte en todo su esplendor. Que esas enfermedades se curan con medicamentos, cuando la solución la mayoría de las veces es, simplemente, sacar de nuestra vida eso que tanto daño nos hace.

Nos hicieron creer que la apariencia es más importante que la esencia y que las cosas que más felicidad pueden traernos en esta vida son las que tienen el precio más alto.

Y lo peor, es que compramos.

Pero llegó el día en que te cansaste de comprar, en el que te diste cuenta de que si querías un cambio en tu vida tenías que dejar de hacer siempre lo mismo. Esa voz interna fue madurando hasta hoy, tanto que ya no se puede callar. Quizás todavía tiene miedo de salir, pero vos sabés que está ahí porque te habla todos los días, cada vez más seguido y más fuerte. A veces te da miedo escucharla porque cuando empieza, no para. Pero hagamos una cosa, ahora que estamos entre nosotros, dejala que hable. No está mal tener miedo, porque es algo que viene con el cambio; es la alarma que nos da el cuerpo para anunciarnos que estamos dejando nuestra zona de confort.

Y un día te fuiste de viaje. Atrás quedaron las dudas que te aferraban a la seguridad que brindaba el muelle. Se cortaron las amarras y quizás sientas que estás en una balsa en medio de una tormenta, pero creémos, ya diste el paso más importante.

Viajar puede ser glamoroso, divertido, exótico, y hasta curativo... pero lo más importante es que cada viaje largo es una pequeña revolución. No, el mundo no va a cambiar porque vos viajes, pero vos sí lo vas a hacer. De esa experiencia volverá una persona más culta, tolerante, abierta y hospitalaria, con argumentos de sobra para influenciar a los que, como vos hasta hace un tiempo, quieren dejar de comprar lo que les están vendiendo pero no saben con

qué reemplazarlo. Y gracias a vos esa persona viaja, se revoluciona y vuelve. Y cada vez somos más haciendo un cambio, pequeño tal vez, pero indispensable.

Solo perdiendo de vista la costa se descubren nuevas tierras. Empezá hoy tu revolución. Da el primer paso en tu viaje interior.

ADVERTENCIA

A lo largo de «Un viaje interior» te daremos todos nuestros consejos y palabras motivadoras para ayudarte en el viaje que decidiste emprender o para tomar la decisión que tanto te cuesta.

Si tenés este libro en tus manos es porque querés viajar. Lo que leas podrá inspirarte, pero ninguna frase y ningún consejo serán suficientes si el cambio no empieza en vos mismo. Algo tiene que nacer desde adentro tuyo para complementar las palabras, porque la inspiración no alcanza cuando no lleva a la acción.

«Un viaje interior» podrá ayudarte a despejar dudas, a superar miedos y hasta a elegir un destino, pero no esperes que le ponga fecha de comienzo a tu aventura porque es ahí donde ya no podrá acompañarte. Tu futuro tiene un solo piloto y ése sos vos, no desaproveches la oportunidad.

Todo lo que viene a continuación puede cambiar el rumbo de tu vida. No digas que no te avisamos...

CONTENIDOS

Agradecimientos	9
Carta para todo aquel que esté por emprender un viaje, un viaje interior	11
Advertencia	15
Contenidos	17

CAPÍTULO 1 - UN VIAJE AL CENTRO DE TI MISMO

¿Vivir o sobrevivir?	21
Acción y reacción	28
Tu trabajo y vos	31
¿Cuánto vale tu libertad?	32
Tan arriesgado como trabajar en Ford	34
El modelo japonés (¿Hasta cuándo te vas a preparar?)	36
La pregunta del millón: ¿Le harías esto a tu sueño?	37
¿Por qué y para qué trabajás?	39
Salir del «Factory mode»	42
¿Tu vida o la de los demás?	43
Aprendiendo a nadar en una oficina	48
Él es mejor que yo	50
La diferencia entre los que pueden y los que no	51
¿Tu cerebro ya aprendió este truco?	53
Los miedos y los viajes: enemigos íntimos	55
Ser mujer, ser viajera, ser mochilera	68
¿Por qué viajar?	75

CAPÍTULO 2 - LA DECISIÓN ESTÁ TOMADA (JUNTANDO FUERZA PARA REMONTAR VUELO)

Comunicar tu idea a los demás	83
Renunciando a tu trabajo	86
¿Por dónde empiezo?	90

Encontrando tu destino	93
¿Cuánta plata necesito?.....	95
Cómo ahorrar para viajar.....	98
Visados (o esos malditos papeles que traban nuestro camino)...	100
Alojamiento.....	103
Transporte	112
¿Cuántos idiomas tengo que hablar para viajar?	118
Mi casa en una mochila	121
Cómo lidiar con las dudas de último minuto.....	128

CAPÍTULO 3 - EN VIAJE

(O ESE PUNTO INTERMEDIO ENTRE LA LOCURA Y LA REALIDAD)

Shock cultural: esperando el impacto	133
Mindfulness (o la dura tarea de concentrarnos en el presente)..	137
La insuficiencia de lo suficiente	140
El viajero misionero	143
El guía de tu viaje sos vos, no ella.....	145
El atractivo más valioso de un país: su gente	148
¿Qué te llevás (y qué les llevás) de cada país?	151
Cuando los caminos se cruzan (es por algo).....	153
Lo que nadie quiere contar acerca de los viajes.....	157
¿Te podés cansar de viajar?	163
Cuando el viaje pierde sentido	166
¿De qué material estás hecho?	169
¿Es posible vivir viajando?	171
El viaje de tu vida	176

CAPÍTULO 4 - VOLVER A LAS RAÍCES (PERO CON OTRAS RAMAS)

Puntos suspensivos.....	187
Acerca de los autores.....	189

- CAPÍTULO 1 -

UN VIAJE AL CENTRO DE TI MISMO

