

Reflexiones en torno al Mensaje de Silo

Estas reflexiones pertenecen a una colección llamada “Reflexión semanal” entre Abril 2020 y Abril 2021 al principio de la pandemia. He extractado todas las reflexiones referidas al Mensaje y temas del Mensaje de Silo.

Fernando Aranguiz - Comunidad del Mensaje de Portland, Oregon

Indice

Cuestionar	4
Formas	5
Acción inmediata	6
Ser guiado	7
Normalidad	8
Autocensura	9
La dieta del sí	11
Pobreza	12
Estructura	13
El hilo dorado	14
Plenitud	16
Sacrificio	17
Aprendizaje	18
Incertidumbre	20
Ilusiones	22
Dificultades	24
Afecto	25
Elegir	26
Hilar Fino	28
Confianza	31
Conversión	35
El Regalo	36
Procesos	38
Ámbito	40

Violencia física	42
Persuasión	44
Venganza	46
Reconciliación	49
Culpabilidad	51
Bondad	54
Expectativas	56
Juicios y prejuicios	57
Conflictos	59
Reciprocidad	61
Identificación	62
Un poema	64

Cuestionar

Me está quedando muy en claro que es necesario cuestionarlo todo. No como un pasatiempo mental o por razones morales o filosóficas, sino más bien como una forma de verdadera meditación dinámica que comienza con un cuestionamiento existencial -- *quién soy y adonde voy* -- y no se detiene ahí pero continua con todo lo que se va presentando en la vida diaria, especialmente mis propias adherencias y rechazos, mis inclinaciones, mis aprensiones, gustos y disgustos. Cuando permanezco en esta situación y sin apuro, empiezo a percibir un espacio interno que en vez de llenarse, se va vaciando...y al vaciarse genera otro tipo de comprensión y comportamiento.

Junio 15, 2020

Formas

En los últimos cinco años hemos venido trabajando en el Parque de Red Bluff con los amigos que vienen cada mes en una forma distinta a la habitual. Es una forma suelta, sin horarios, sin agendas, sin programas específicos. Es una forma vacía de los típicos elementos que se observan cuando la gente de cualquier otra organización se reúnen. Y con esta falta de formalidad también hemos visto una falta de dirigencia. En otras palabras, nadie dirige a otros ni nadie trata de organizar nada en particular. Formamos a veces pequeños grupos donde conversamos, estudiamos e intercambiamos opiniones y experiencias. A veces en relación a un tema específico al cual llegamos por común acuerdo, a veces en relación a algo general. También hay veces en donde hacemos todo esto y estamos todos incluidos en un solo grupo. En esta "forma informal" hay mucho respeto por el otro y mucho deseo de aprender y de intercambiar. Los individualismos casi no prosperan y tácitamente vamos formando una especie de "cuerpo conjunto" en el cual todos somos parte y es propiedad de todos. Nuestras relaciones interpersonales han crecido enormemente y la capacidad de trabajar, de estudiar, de comprender y de compartir también ha crecido proporcionalmente.

Sin duda esta forma viene desde el trabajo en camadas con las Disciplinas y ha seguido como una guía casi perfecta para el trabajo grupal y general.

Casi me atrevería a decir que es una forma futura de relación y de convivencia que va en dirección diametralmente opuesta a como se organiza todo en el sistema.

Junto con todo lo descrito hay ciertos registros que la mayoría de nosotros hemos ido experimentando y que tienen que ver con el desarrollo espiritual y social. Esto es de difícil explicación así que solo me referiré a algo que hemos comúnmente llamado "inspiración". Esta inspiración se ha ido manifestando progresivamente en muchos de nosotros y tiene poéticamente hablando el sabor de la esperanza y más morfológicamente es una forma de esfera incluyente y amable. Esto último prestado de una contribución de Rafael Edwards titulada "Dos espacios, dos paisajes" que estudiamos entre todos y todas en el Parque.

Pienso que en un futuro no muy lejano y en la medida en que el sistema continúa su desestructuración, inevitablemente llegaremos a una situación en que las formas verticales también entrarán en crisis y se producirá un vacío al cual podríamos dar una respuesta coherente. Siempre he tenido la impresión de que nuestros Parques serán referencias futuras pero no me había dado cuenta que el futuro ya está sucediendo y la necesidad social y espiritual ya llegó y está presente en el mundo que nos rodea.

Con todos los desbordes sociales que están ocurriendo, ese futuro ha empezado a manifestarse, mejor dicho, ese "destino humano" se está manifestando y muy pronto vamos a pasar a otro tipo de sociedad en donde las relaciones van a ser muy distintas a lo que hemos conocido. Creo que esa inspiración que hemos encontrado en los Parques y entre nosotros, puede ser la "forma" en que la humanidad se va a relacionar en el futuro y a lo mejor es de utilidad ofrecer estos ámbitos para que la gente que lucha por sociedades más justas y que van a tener la tarea de diseñar nuevos parámetros sociales y económicos puedan hacer sus trabajos e intercambios en nuestros parques que son neutros ideológicamente, políticamente, espiritualmente y económicamente.

Junio 29, 2020

Acción inmediata

"...cuando haces todo como un fin en sí mismo, te liberas". Esta es la segunda parte del principio de la acción inmediata y quizás la más importante porque al menos en mi caso me abrió las puertas a una comprensión inusitada y reveladora.

Cuando empecé a trabajar semanalmente con los principios de acción válida y en particular con este, mis esfuerzos se concentraban en la primera parte que dice "Cuando persigues un fin, te encadenas..." Y por supuesto era claro y evidente que el perseguir cualquier objeto creado por la imaginación o por compensación me llevaba derecho a todo lo que tiene que ver con deseos, frustraciones, falsas esperanzas, escapismos de todo tipo, y el consecuente encadenamiento propio de los actos y objetos materiales e inmateriales.

No era muy interesante la comprensión de algo tan obvio hasta que un día eso cambió. Fue una mañana en donde se rompió finalmente el basurero automático conectado al lavaplatos y sin un peso en el bolsillo y apremiado por las circunstancias, decidimos con mi pareja hacer todo el trabajo de sacarlo y eliminarlo completamente. También eliminar el lavaplatos automático que había dejado de funcionar hacía años. Por alguna razón no muy evidente, acometí el trabajo con una actitud positiva y lleno de curiosidad e interés por algo que en circunstancias normales, no habría merecido más que unos cuantos improperios.

No eran circunstancias normales. Al menos internamente algo estaba observando sin juicio y esa observación se fue extendiendo a todo el proceso de desmantelamiento y ahí llenos de grasa, de comida descompuesta, con una linterna que no alumbraba mucho y con pocas herramientas disponibles fuimos trabajando sin apuro hasta sacar todo, y reemplazar las cañerías y todo el sistema incluyendo el grato descubrimiento que el lavaplatos automático había dejado de funcionar porque estaba conectado al basurero automático.

En el medio de todo este enredo me di cuenta del verdadero significado de hacer las cosas como un fin en sí mismo. No era un asunto moral, ni espiritual, ni culposo, ni nada por el estilo. Era simplemente estar en el presente con todo mi ser. Esa presencia alimentada por la observación había detenido todas las proyecciones a futuro y me dio el registro claro de un-fin-en-sí-mismo.

Contemplé varios actos mentales, pero sin mucha identificación. Casi como viendo una película de mis contenidos mentales. Así, observando todo pero con todo el interés puesto en la tarea del lavaplatos me sentí feliz y libre internamente. Sentí que podía aprender sin límites y que lo único que tenía que hacer era desarrollar esa actitud de que cualquier actividad, sin considerar su aparente importancia era una oportunidad para practicar la presencia en todo mis quehaceres.

En este proceso que lleva un poco más de un año he ido descubriendo muchos detalles conectados a esta actitud de estar en el mundo, pero creo que me he alargado lo suficiente y mejor lo dejo para otra reflexión. Si, quiero mencionar que todo esto lo han experimentado otras personas, entre ellas mi amigo Roberto Verdecchia en Canadá y su comprensión y experiencia me impulsó a escribir la mía... ¡Gracias Roberto!

Julio 6, 2020

Ser guiado

Hay una gran diferencia entre un maestro y un guía. Un guía opera dentro de nosotros e incluso cuando podría ser una representación externa, hay una manera de que también se configure internamente. Si Jesús es mi guía, por ejemplo, cuando me comunico con él, configuro automáticamente esa imagen dentro, en mi espacio de representación. El tema se convierte en una representación interna y, por alguna razón que acabo de descubrir, la imagen funciona de manera diferente. Silo representado como un guía tiene un sabor completamente diferente al representado como un maestro. Al menos para mí..

El guía orienta mientras el Maestro enseña. Los atributos del guía como la sabiduría, la fuerza y la bondad están al alcance y pueden ser internalizados, mientras que en el Maestro esos atributos permanecen como cualidades externas que admiramos.

El Guía de las alturas o el Guía de la montaña o el Guía de los Nuevos Tiempos, como imagen alegórica tiene un fuerte atractivo. Lleva un mensaje desde las alturas que ubicamos en un espacio interno diferente de la vida cotidiana, en las regiones superiores de nuestro espacio de representación. Un mensaje que hace a los seres humanos felices y libres. Un mensaje de esperanza, un mensaje de profundo amor por la humanidad, la naturaleza y el espíritu. Él trae la conexión entre los seres humanos y sus mejores cualidades internas. Él orienta a aquellos que buscan encontrar los objetos deseados en lo más profundo de su propia conciencia y en lo más profundo de sus propios corazones. Lleva un mensaje interno. Él orienta nuestra mirada hacia el reino interno.

El guía no enseña, el guía solo nos orienta hacia nuestras experiencias. El guía nos lleva a nuestros naufragios donde es posible la reconciliación y también a aquellas regiones en las que hacemos contacto con la divinidad existente dentro de nosotros mismos. Los guías existen dentro de nosotros y esa es una imagen poderosa. Nuestra mirada se está desplazando hacia lo interno. Cuando se reconoce el fracaso, es cuando buscamos en esos vastos lugares internos. Cuando nos sentimos fracasados es cuando se revela el mundo interno.

Pedir y recibir puede ser muy unitivo cuando se conecta a los atributos del guía. Agradecer cuando una gran alegría me invade y recordar en ese momento agradecer a mi interior es generar unidad dentro de mí. También es tener y pedir bondad, fortaleza y sabiduría que también se pueden traducir en una actitud diaria de paz, fuerza y alegría.

Hay mucho que decir sobre el guía. Lo más importante es reconocer la necesidad de ser guiado. La necesidad esencial de un camino y una dirección para nuestras vidas. Nací sin una brújula interna y he ansiado una dirección desde que tengo memoria. Me dieron muchas opciones externas, prácticas, rituales y creencias. Todos ellos eran interesantes, pero no fue hasta que encontré el Mensaje del guía del Monte del Aconcagua que supe con una certeza enorme que había encontrado en sus palabras esa resonancia interna de mis búsquedas. Hay mucho más que puedo decir, pero siento que ya he dicho lo suficiente.

Julio 13, 2020

Normalidad

Tengo que confesar que no estoy muy dispuesto a volver a la normalidad. Prefiero esta situación en que nos encontramos. Inestable, precaria, confusa, alarmante y verdadera. Sobre todo verdadera, en donde no puedo proyectar mucho, no puedo esperar mucho, no puedo planear nada, no puedo tampoco sufrir mucho. Es casi como comprender que prácticamente todo es efímero, ilusorio e ineficaz.

La parte que más me atrae es el hecho de que no me produce mucho problema estar en esta suerte de bardo. Me ha servido enormemente para reflexionar, para pensar, para sentir, para vivir a veces momentos plenos de suave alegría que ni siquiera sé de dónde viene, pero viene...

Me ha servido para valorar a los otros, para ver que estamos todos y todas en el planeta en lo mismo. Esto no sucede todos los días y no ha sucedido nunca antes tampoco. Al menos nunca a un nivel mundial y completamente entrelazado como lo es ahora.

No era normal lo que vivíamos antes. Era de una chatura inexplicable. Era de una locura total, de un consumismo desmedido, de una inversión de los valores exacerbada y en esencia, una carrera desbocada al sin sentido total. Esta pausa que el mundo ha tenido la veo como necesaria, pero más que eso, la veo como inevitable y por desgracia, lo inevitable es una consecuencia directa de lo que se ha hecho mal.

Lo construido sin el material adecuado, recortando lo más posible en términos estructurales, termina viniéndose abajo tarde o temprano. Esta vez ha sido temprano y hay mucho que se va a poder hacer si la reflexión a todo nivel es profunda y sin apuro. Por mi parte, en eso estoy y siento que mucha otra gente está en lo mismo en todo el planeta.

Esta co-incidencia es interesante por un lado por todo lo que pueda significar en el futuro, pero como no tengo el don de la profecía, no puedo decir nada al respecto. Pero si es importante valorar este momento en el presente. Siento que estamos conectados y conectadas por lazos invisibles pero fuertes. Siento que hay una corriente de cariño, de real interés por el otro y siento que el "nosotros" va creciendo en estatura, intensidad e inteligencia.

Estoy agradecido por todo lo que está sucediendo. Espero que compense la tragedia que muchos seres humanos han experimentado y sus más cercanos también al dejar esta existencia abruptamente y en algunos casos innecesariamente. Espero que un nuevo sentido de justicia aparezca en el mundo en donde verdaderamente "mis derechos" comienzan y terminan "en los derechos del próximo". Si, efectivamente muchas esperanzas se están fraguando y muchas más están en el camino. Quizás lo único que tengo claro, es que este nuevo proceso tiene una dirección ascendente y la "normalidad" seguía los pasos de la muerte.

Es necesario apoyar la vida, lo que crece, lo que va hacia adelante y lleva en sí las mejores aspiraciones del ser humano. En eso estamos...

Julio 20, 2020

Autocensura

Cuando escuché por primera vez el concepto de autocensura me llamó enormemente la atención el hecho que nunca antes lo había escuchado de boca de nadie. **La vez primera fue por boca de Silo en 2006 y el contexto era una conversación acerca de cómo el Mensaje se expande en un embate contra la censura y la autocensura** y ese embate contra la autocensura es el desarrollo de la disposición a abandonar este sistema y a crear una visión diferente de cómo son las cosas y cómo se debe actuar respecto a ellas. En ese momento era solo una palabra y 14 años después es algo mucho más que eso y tiene un sentido también más profundo y expansivo.

Me imagino que la palabra se ha usado antes y probablemente Silo mismo la usó antes también, pero el punto importante es que mi reconocimiento empezó ese día. Hablo de un reconocimiento interno de mi autocensura y como bien lo dijo, la censura se ha debilitado enormemente con el paso del tiempo, pero no así la autocensura.

No deja de ser interesante todo este contexto, a pesar de que es un poco redundante, pero a veces una palabra o frase puede modificar todo un comportamiento, o al menos producir un vuelco interno y una observación al principio superficial y luego más interna.

Eso más o menos fue como comenzó mi estudio de la autocensura. Lo más difícil ha sido el esfuerzo en no juzgar, criticar o degradar la autocensura. Si, es claro que no sirve en este momento, pero es más importante comprenderla que juzgarla. Y en ese esfuerzo he podido ver y experimentar que esa es en realidad la mejor forma de ir abriendo esa “disposición” al cambio. Al suspender a veces solo por momentos la tendencia al enjuiciamiento, ya se produce en mí una apertura y pude ver que lo que se reprimía más en el autocensurarse, era la posible intuición y la posible observación desprejuiciada y libre sobre los fenómenos externos e internos. A ver si puedo explicarlo un poco más poéticamente.

“Cafet se abandonó totalmente a la experiencia que estaba teniendo. A miles de miles de kilómetros de donde había partido, en un sueño extraño y maravillosamente real e incomprensible. En un viaje a los anhelos más elevados que no había sido para nada como él se lo había imaginado. Cafet seguía a Graciela conectando con la intuición de que ella lo llevaría donde necesitaba ir. Hay veces que lo absurdo y lo extraordinario se mezclan de una forma imposible de predecir y solo queda seguir ese hilo tenue sin demasiadas preguntas, sin mucha cautela, y con la suficiente confianza de que uno llega donde debe ir.”

Este párrafo es de una historia que escribí a partir de un sueño. Los sueños son absurdos y especiales precisamente porque no hay censura, porque no existe un vigilante de los contenidos que solo fluyen y uno participa de las situaciones más extravagantes, extraordinarias, inmorales, inspiradas, etc. y la autocensura desaparece...

Esto es solo una aproximación al tema y he tomado el sueño solo como un ejemplo. No es posible ni recomendable trasladarlo a la vigilia diaria pero es importante comprender cómo ese mecanismo opera y cómo, poco a poco, sin ser extravagante o extraordinario, o inmoral y/o inspirado, uno puede ir soltando la propia crítica, especialmente sobre los propios contenidos, especialmente sobre las propias concepciones, especialmente porque las intuiciones son más interesantes que los esquemas.

Y al ir soltando todo eso, se producen comprensiones y aperturas internas a cómo los sistemas están armados. Si uno nota la tendencia y sin compulsiones la observa, esta tiende a no ocupar el espacio central de nuestro hacer en el mundo y al no ocupar ese espacio, algo distinto empieza a manifestarse. En el mejor de los casos se produce un vacío y ese vacío es dador de sentido porque viene de lo más profundo del ser humano.

Los embates contra la autocensura no tienen un carácter bélico sino más bien son esfuerzos para acallar grandes compulsiones que nos alejan de eso sagrado dentro y fuera de nosotros. Sin duda vale la pena los esfuerzos en esa dirección.

Julio 27, 2020

La dieta del sí

Hace unos pocos años atrás, mi pareja me dijo una mañana que lo más importante era poder decir a todo que sí. Que al hacer eso, se producía en ella una apertura al mundo bastante extraordinaria y la hacía sentirse feliz. Yo pensaba para mis adentros que tenía toda la razón del mundo y no pude dejar de recordar una de las experiencias más significativas que he tenido en mi vida y que tuvo que ver con esta historia del si.

Pero hoy no voy a aburrirlos con historias del pasado y solamente diré unas pocas palabras al respecto. Llevo algunos años practicando "la dieta del si", diciendo "SÍ" a todo lo que se presenta mientras no vaya en contra de principios básicos y tengo que decir que es una manera muy buena de estar en el mundo, de crear una disposición positiva frente a lo que se presenta y una de las mejores formas de observación de mis resistencias, temores, aprensiones, justificaciones, etc.

En síntesis, todo eso que me paraliza o impide, aparece claro e inmediatamente puedo trabajarlo gracias a que repetidamente al decir SI he ido creando una actitud positiva no sólo con respecto al mundo pero también con respecto a mi mismo. En realidad es un experimento y tiene mucho que ver con el trabajo con los **Principios de acción válida** porque es una actitud que produce coherencia en mi actuar en el mundo.

Digo coherencia porque pensar, sentir y hacer cuando se dice SI es ir en una dirección única, sin contradicciones. El SI es el pegamento que une mis sentimientos, ideas y acciones. Todo lo que hay que hacer es simplemente practicarlo. A veces se experimenta como inestabilidad, pero creo que es una inestabilidad muy bienvenida.

Agosto 3, 2020

Pobreza

Aparentemente, porque últimamente no estoy seguro de nada, hay un momento en la vida de todas las personas en que se preguntan a sí mismas cosas que normalmente están preguntando a otros. Preguntas que tienen que ver con el sentido de nuestras vidas. Uso la palabra "sentido" como dirección, más que nada. O sea, nada muy nebuloso sino **"donde voy?"** y **ocasionalmente "quien soy?"**

Se supone que todo esto no se pregunta porque ya se sabe, pero aparentemente - de nuevo - quizás no se sabe tan bien porque de otro modo no nos sentiríamos "confusos" o "perdidos" o "deprimidos" o "inseguros" o cualquiera de las múltiples expresiones que existen para expresar esta falta de dirección.

En base a lo que he ido observando en mí mismo, tengo la impresión de que cuando busco respuestas fuera de mí, es cuando más me alejo de mi verdadero sentido - o dirección. Inversamente, cuando resisto la tendencia de buscar respuestas y formas de acción afuera, me acerco a mí mismo. Al principio muy torpemente, casi vacilante y luego más cómodo, más seguro y también más humilde. Si continuo resistiendo la tendencia, empiezo a descubrir que tengo varias respuestas internamente, o dicho de otro modo, empiezo a descubrir mis verdaderos motivos, intenciones y dirección.

Me doy cuenta entonces que tengo que afirmar todo esto, en vez de ignorarlo, olvidarlo o degradarlo a pesar de que no es de lo más sofisticado o brillante o extraordinario o cualquiera de los atributos más o menos absurdos con que se nos ha enseñado a describir lo que existe fuera de nosotros. Estar "desaforado" es estar fuera de uno y realmente vale la pena hacer el esfuerzo de aprender a estar con uno mismo y a valorar y depurar lo que tenemos internamente aunque sea "pobre".

Es posible que la pobreza de "espíritu" sea verdaderamente una bienaventuranza y en esa pobreza exista lo mejor de nosotros y esto se traduce en algo que mucha gente ha observado por siglos. Los pobres son los más generosos...el no tener o poseer es en realidad una virtud que no ha sido muy considerada, especialmente cuando esa virtud tiene que ver con posesiones internas.

El fracaso en general nos acerca rápidamente a esta comprensión...así que no hay que evitarlo sino recibirlo con gran disponibilidad porque es un regalo de la divinidad interior.

Agosto 10, 2020

Estructura

Cuando contemplo un cuenco de greda o un vaso de vidrio o cualquier otro objeto que actúa como continente puedo darme cuenta que esa función básica, implica la creación de un vacío dentro del objeto en sí. Cuando contemplo el mismo objeto de nuevo, fijandome en ese espacio vacío, el objeto sin cambiar, es percibido más complejamente porque ahora no puedo dejar de ver lo "externo y lo interno", no necesariamente al mismo tiempo, pero aunque alternadamente, mis sentidos perciben ese objeto ahora desde dos perspectivas.

En realidad, no es así. Mis sentidos sólo perciben lo que "estoy viendo", o sea, un vaso de agua pero mi conciencia "estructura" o conforma ese vaso de agua completo. No sólo desde esas dos perspectivas, sino que además, completa todo lo que mis ojos no ven. Por ejemplo, más del 40% del vaso no lo ven mis ojos, pero mi conciencia "sabe" que es lo que hay detrás gracias a la memoria que ayuda a completar toda percepción.

Volviendo a ese espacio vacío que existe dentro de este tipo de objetos, es significativo que eso que no es realmente considerado, termina siendo lo más importante. Pero siendo rigurosos, no pueden existir separadamente. O sea, continente y contenido son tales porque existen como una sola estructura, variando solo en su funcionalidad. En todo lo que existe están los sentidos y en ellos está siempre la conciencia estructurando con la ayuda de la memoria. Y todo este enredo es otra estructura solo separable para poder entenderla, pero siempre actuando como un todo.

Esa memoria que está siempre enviando información y completando "actos mentales" en todo proceso lo hace así porque existe una tendencia en la estructura de nuestra forma mental de ligar toda representación como acto mental a un objeto mental. Viendo todo esto, se puede decir que esa estructura mental está configurada como la relación de actos y objetos. Lo importante de todo esto es que es inescapable, por lo tanto se puede hablar de encadenamiento.

Toda estructura conformada como acto completando a un objeto, gracias a la tendencia de la memoria, termina encadenando a la conciencia y en última reducción, ese encadenamiento es también estructural. Ese encadenamiento es "permanente".

Esto hay que experimentarlo como uno experimenta con la percepción del vaso de agua, pero lo que quiero compartir, fuera de mis divagaciones mentales, es lo extraordinario que es descubrir esos espacios vacíos dentro de los objetos. Es extra ordinario des cubrir que en nuestro sistema solar hay más vacío que "nada".

Ni hablar del universo...un vacío interminable...un vacío esencial es lo que predomina en la existencia total. Viendo las cosas de este modo es necesario experimentar por lo menos una vez en nuestras vidas un vacío interno que no es negativo sino al contrario, que paradójamente, está "lleno" de significado.

Mi sufrimiento está montado en la posesión y mi liberación está ligada a la capacidad de dejar ir y de comprender que no es "mi liberación" sino la de todos y todas nosotras la que revela todos los significados. Y en ese dejar ir está presente el vacío porque es el indicador de nuestra liberación interior.

Agosto 17, 2020

El hilo dorado

Uno de mis mejores amigos escribió hace unos años atrás sobre "el hilo dorado".

*"Te doy la punta de un hilo dorado,
Solo enrollado en un ovillo
Te llevará a la puerta del cielo,
Construido en el muro de Jerusalén."*

William Blake

Ken escribió además: "El hilo de oro, usado solo una vez en la poesía de Blake, es una imagen que sugiere que una punta del hilo de oro se nos da y debemos hacer más que seguirlo. Debemos enrollarlo activamente en un ovillo. Si no mantenemos la cuerda tensa y si no seguimos enrollando, podemos perder el rumbo y desviarnos hacia el sin sentido."

Esa frase de Ken -- mi amigo -- me impactó recientemente, como suele sucederme ahora último, en que todo lo que releo me parece como si lo estuviera leyendo por primera vez. **Me puso de frente en un sendero que me interesa mucho transitar. Es el sendero que va hacia el sentido, que va hacia la felicidad creciente. Es un camino interno en donde me voy apoyando en lo que es más querido, máspreciado internamente. Es una dirección que comenzó hace mucho tiempo atrás pero no me había dado cuenta.**

Tan encandilado he estado con los "objetivos" que me pasó desapercibido el hecho de que las direcciones mentales operan dentro nuestro desde que nos hacemos más o menos conscientes, o sea desde nuestra niñez. Observé que de niño me ha interesado sobremanera todo lo espiritual y también el mundo natural que también es un mundo "espiritual". ¿Por qué?

No tengo idea, o tengo muchas ideas, pero lo importante es que esos mundos conforman una dirección interna que reconozco como fuente de inspiración. Es una forma de entender ese hilo dorado, seguirlo y mantenerlo co-presente.

Corresponde a una creencia de que uno tiene que trabajar con lo que ya existe y que está operando y no necesariamente con lo que hay que "adquirir" ya sea porque no se tiene o porque no se reconoce.

De cualquier forma, cualquier "adquisición" me lleva por otra vía que no me interesa. Hoy por hoy, es un asunto de dejar ir y no de agregar y por eso mismo me interesa descubrir cómo lo formativo tiene que ver con lo más esencial dentro de nosotros.

Y eso esencial lo puedo conectar a un propósito que es lo que me hace ascender. Lo que voy teniendo claro es que ese propósito tiene fuerza emotiva, está impulsado por un gran afecto y todo esto está dentro de mí y no afuera.

Quizás lo más importante es que lo puedo experimentar emotivamente y poéticamente lo siento como impulso, dirección, inspiración, intuición y el sabor de algo grande y a la vez humilde que me pertenece a mí y a todo el género humano.

Agosto 24, 2020

Plenitud

De acuerdo al diccionario el significado de la palabra plenitud es la siguiente: “Estado de una cosa o persona que ha alcanzado su momento de máxima perfección o desarrollo.” Interesante que aquí se hable de un estado y creo que es importante mencionarlo porque indica una meta pero sin explicarlo como algo que hay que obtener sino más bien una experiencia a la que se llega a través de un proceso.

Lo otro que me llama la atención es el hecho de que la plenitud, en general, es una palabra poco usada, casi sin ningún uso práctico y ha ido quedando atrás en el lenguaje habitual, económico y político. De hecho, ni se menciona, pero de todos modos es una palabra que provoca inmediatamente una sensación o imagen positiva que normalmente está ubicada en las alturas de los estados por los cuales transitamos.

La plenitud no parece ser algo transitorio o pasajero sino al contrario, evoca una permanencia insospechada, especialmente en estos tiempos cambiantes y metamorfoseados. Cuando se dice: ***“Aquí se cuenta como el sin sentido de la vida se lo convierte en sentido y plenitud”*** en la primera frase del libro **“La Mirada Interna”** creo que es algo muy importante y vale la pena estudiarlo lo más posible porque es la entrada al nudo esencial de todo ser humano...como convertir el sin sentido, que aparentemente abunda y permea toda actividad humana.

Mucho se ha dicho sobre el sin sentido, probablemente porque lo experimentamos diariamente y poco se ha dicho de la plenitud, probablemente porque no es tan fácil experimentarla. Igual, ahí está, esperándonos como consecuencia invariable de los esfuerzos en la conversión verdadera. Cuando experimento la plenitud, aunque no tan a menudo como quisiera, es cuando me siento “pleno” pero no “lleno”.

Es una distinción importante porque es un estar pleno esencialmente porque estoy vacío de inquietudes, problemas, frustraciones, temores, asuntos no resueltos, etc. Una vez más encuentro la paradoja de que al dejar ir, al irme “vaciano”, me voy acercando a esa sensación de plenitud que la experimento como liviana e inspiradora.

Agosto 31, 2020

Sacrificio

Tengo la impresión de que lo peor del llamado “sacrificio” es que es en vano. Estoy muy claro que lo que digo puede ser considerado como una herejía pero no por ello, deja de ser verdadero. Lo primero que he podido vislumbrar es que el sacrificio como concepto e implementación ha venido cubriendo nuestra historia humana con una sombra oscura, temerosa y cruel. Ni los sacrificios humanos, de animales o psicológicos han podido hacer del sacrificio algo interesante y unitivo.

En el mejor de los casos se lo ha glorificado para poder esconder la estupidez de guerras y confrontaciones de todo tipo en donde el absurdo de la muerte echa mano del sacrificio como método paliativo. En el plano más mental, el sacrificio se ha usado para justificar acciones y pensamientos incoherentes y en el plano espiritual para controlar, manipular y convencer a los incautos de que existe un valor intrínseco en el sacrificio. Y no es para menos si se considera que el “máximo sacrificio” es dar la vida por otros. Está bien. No me interesa en absoluto discutir la veracidad de estas afirmaciones y tampoco pretendo echar a perder la creencia en tales conceptos. Cada cual cree en lo que más le conviene y así estamos todos bien.

Sin embargo, al observar mis propios sacrificios y cómo operan en mi, no puedo dejar de ver lo absurdo de ellos. Para empezar, si acepto un sacrificio me convierto automáticamente en víctima, y es algo que no quiero hacer. Si no acepto el sacrificio, estoy prácticamente obligado a dar una respuesta diferente de la “aceptación” y eso significa un cambio interno y externo que a lo mejor me pone en una situación insospechada.

Una gran posibilidad se abre y es la de “renegar” del sacrificio y eso implica una negación fuerte, no de la “actividad” en que el sacrificio está inmerso, sino en la actitud interna que tengo con respecto de esa actividad sacrificial...En palabras más simples, puedo hacer las mismas cosas que antes hacía como sacrificio, sin “sacrificar nada”. Si alguien cercano me pide ayuda -- y no por primera o tercera vez -- y yo lo veo como un sacrificio, lo más probable es que lo voy a hacer simplemente para no sentirme culpable.

Pero puedo dar esa ayuda desde una perspectiva y actitud diferente. Esa respuesta va a ser igual pero sin el elemento interno básico de todo sacrificio que consiste en la expectativa de que recibiré algo en recompensa o de que “mi esfuerzo” sirve para algo o alguien. Si elimino esa “utilidad ilusoria” en mi hacer, ya sea por no tener expectativas o bien por no aceptar simplemente una situación conflictiva, -- para mí -- me libero de la familia entera, o sea de la familia que incluye el sacrificio y su hermana menor, la culpabilidad.

No estoy muy seguro que el sacrificio y la culpabilidad sean el producto de la educación religiosa, al menos no completamente. Creo que es más profunda la raíz y hay que investigarla en uno mismo, pero no puedo dejar de pensar lo importante que es liberarse de ambas, especialmente del sacrificio mecánico.

Este es un tema complejo y tiene muchos matices. Lo he venido “rumiando” desde hace tiempo cuando caí en cuenta de que en el capítulo I, “La Meditación”, se dice: ***“Aquí se reniega de los sacrificios, del sentimiento de culpa y de las amenazas de ultratumba”***. Y por supuesto que la primera respuesta a esta frase fue: “Obviamente” y luego pude ir viendo más internamente como

el sacrificio, la culpabilidad y el temor a las amenazas de ultratumba necesitan ser iluminadas con la luz de una comprensión más profunda; generadora de una nueva actitud con respecto a esta “histórica familia” que nos pone en una necesidad de verdadera meditación.

21 de Septiembre, 2020

Aprendizaje

“Estar en el camino es decidir que cada día voy a aprender algo de mí, de otros y de la humanidad. Aprender comienza con el reconocimiento hermoso de que no sé.”

Un poco más de un año atrás, me surgió esta frase después de comentar con mi gran amigo Rafael, el “Camino”. Hasta ese momento no había reparado en las indicaciones del camino, solamente lo había visto desde un punto de vista poético y fue una gran sorpresa poder ir más a fondo que la simple belleza estética de lo sugerido y el acuerdo intelectual y emotivo sobre lo sugerido que es sencillo y está explicado en cuatro frases:

Aprende a tratar a los demás del modo en que quieres ser tratado.

Aprende a superar el dolor y el sufrimiento en ti, en tu prójimo y en la sociedad humana.

Aprende a resistir la violencia que hay en ti y fuera de ti.

Aprende a reconocer los signos de lo sagrado en ti y fuera de ti.

Cuatro sugerencias que me parecieron muy buenas, pero mejor fue cuando Rafa indicó que todas ellas comenzaban con la palabra “**Aprende**” y ahí tuve mi primera crisis y también mi primera revelación con este camino.

La crisis - por ponerle un nombre - al darme cuenta de que no se realmente mucho acerca de estas frases y que el aprendizaje es la única forma de hacerlas realidad. No solo estar de acuerdo. No basta con eso. Me di cuenta de que el modo en que quiero ser tratado no estaba claro, que necesitaba aprender y además aprender a tratar a otros de ese modo. Necesito aprender a superar el dolor y el sufrimiento, aprender a resistir la violencia y aprender a reconocer los signos de lo sagrado porque honestamente nunca me lo había planteado como un aprendizaje y al formular esa primera frase entendí un poco más que el aprender es algo de por vida. Es una forma de estar en el mundo y de relacionarme conmigo y otros.

La revelación - también por ponerle un nombre - apareció cuando me dije a mi mismo: Aprende como si fuera una actitud nueva. Como si estuvieras escuchando por primera vez estas frases. Pregúntate a ti mismo por lo sagrado, por la violencia, por el dolor y el sufrimiento, por el trato que quiero. Si lo veo en mí, lo veo en otros. También al revés. Si lo veo en otros lo veo en mí. Y en ese preguntarme a diario comencé a entender mejor que puedo aprender como actitud permanente y no pude dejar de pensar en otra frase que ha sido muy significativa por muchos años y dice lo siguiente *“Te diré cuál es el sentido de tu vida aquí: humanizar la tierra!. Que es humanizar la tierra? Es superar el dolor y el sufrimiento, es aprender sin límite, es amar la realidad que construyes.”*

Aprender sin límite tiene una connotación, al menos para mí, de un futuro abierto y anclado en un vivir que está constantemente en movimiento y requiere un comportamiento activo en donde estoy atento a lo que sucede y al mismo tiempo estoy atento a cómo me afecta lo que sucede. Esa atención permite en mí aprender y aún más, ha ido generando un gusto por el aprender y reconozco que es una buena forma de existir. Tiene una gran similitud con la infancia, en donde ese gusto por aprender está presente todo el tiempo y existe ese deseo que luego se pierde en la

vida y uno empieza a aferrarse a creencias, a verdades que ni uno sabe de donde las encontró y en vez de aprender y reconocer mi ignorancia, uno se va limitando dentro de lo que ya sabe y maneja. Esas limitaciones son las que uno abandona cuando se dedica a aprender...

28 de Septiembre, 2020

Incertidumbre

A pesar de que se puede discutir hasta el cansancio que todo es cierto o que no hay nada cierto y que a lo más, lo predecible es tal cual como se construye la palabra: decir antes de que suceda, pero sin ninguna garantía de que va a suceder, es casi imposible dejar de predecir y casi solamente basado en el hecho de que ha sucedido antes y sigue sucediendo. Así se van construyendo modelos y así se van ajustando las predicciones del futuro, del clima y de todo lo que conocemos como cíclico que curiosamente es TODO. Digo “todo” porque como simple observación, estamos inmersos en una estructura planetaria que se mueve de acuerdo a ciclos y ritmos. Y si nos abstraemos de lo planetario y solamente vemos lo que pasa en la tierra y en nosotros mismos, igual terminamos viendo todo en términos de ciclos y ritmos.

El concepto de ciclo tiene implícito la idea de repetición y todo lo repetido es proyectado en el futuro sin mucho problema o duda. Así nos decimos que mañana existe y también pasado mañana y en unas horas más la noche caerá y luego vendrá el día. Esta tendencia a proyectar nos va dando seguridad porque es relativamente cierta pero de vez en cuando nos encontramos con sorpresas y esas certezas tambalean y aparece la incertidumbre. Por lo general la incertidumbre nos causa problemas porque no encaja en nuestro mundo predecible.

Este año 2020 está lleno de incertidumbre y por supuesto van a haber muchas predicciones de todo tipo explicando el porqué de estas anomalías y los formadores de opinión y los que no creen en ellos se dividirán en partes iguales tratando de explicar y explicarse a sí mismos todo esto que no encaja y produce incertidumbre. Probablemente la consecuencia de todo esto producirá más incertidumbre aún. Después de todo, nadie realmente quiere admitir que no es posible una explicación coherente sobre todos estas transformaciones que están sucediendo en forma desenfadada. A menos que se estudie profundamente como los cambios (de todo tipo) operan en el individuo, la sociedad y el planeta...para empezar.

Personalmente me inclino por la idea de que no es ni importante ni acertado dedicarse a explicar lo que sucede en base a lo que ha sucedido porque si me fijo bien, estas predicciones son solo correctas si están enmarcadas en lo general y no en lo particular. Los terremotos en un lugar específico se explican por estudios geológicos, geográficos, etc. pero no por que se entiendan de ese modo, se pueden predecir.

Tampoco se pueden predecir los virus y estos a veces ni se entienden bien. Ni hablar de los “estallidos sociales” y menos de los económicos. Los ritmos de los procesos todavía están en la oscuridad para los que se dedican a predecir. En fin, tengo mis serias dudas sobre como tantos expertos en todo, están constantemente ajustando sus predicciones y olvidando las anteriores.

La incertidumbre no se resuelve con predicciones ni con explicaciones. De hecho, creo que no se resuelve a ese nivel en absoluto. Creo que lo “incierto” puede ser extraordinariamente positivo para empujarnos por caminos no recorridos y en ese proceso vamos ganando en comprensión y en verdaderas certezas que las ubico a nivel interno. Si solo hago siempre el mismo camino, nunca entonces tengo la oportunidad de aprender y de ver lo que no he visto aun. De experimentar nuevas sensaciones e ideas. Me limito y limito a otros.

En cambio si veo a la incertidumbre como posibilitaria, tengo la oportunidad de ver de un modo nuevo todo esto que no siempre encaja dentro de lo predecible. Sin duda pierdo la seguridad y gano en experiencia interna. Es un buen arreglo en un mundo que cada vez más está en crisis y las viejas explicaciones no encuentran mucho eco en los oídos cansados de un mundo que aspira con ansias una renovación completa.

5 de Octubre, 2020

Ilusiones

Es curioso que el sufrimiento humano tiene mucho más que ver con las ilusiones y las creencias que con imágenes sufrientes. El sufrimiento mental y los mejores sufrimientos son los que se producen por las ilusiones que no se cumplen y por las creencias que por lo general no tienen ningún asidero. Y porqué no decirlo también, por la idea de que nos morimos, de que no somos inmortales.

He estado en este tema por un tiempo porque es algo importante de comprender y la mejor manera es verlo en uno mismo. Ver mis propias ilusiones y creencias y ver cómo producen temor cuando no se cumplen. El temor produce violencia interna y eso es sufrimiento. Muchos temores tienen en la base la creencia en algo que no se va a cumplir. Temo la pobreza, temo la enfermedad, temo el rechazo y temo la muerte. Temo la guerra, el hambre, la explosión demográfica, el desastre ecológico, etc.

En síntesis, tengo temor a todo lo que me puede suceder y lo peor es que “puede que suceda”. Puede ser que me enferme, que me empobrezca y que me muera. De hecho lo más probable es que me enferme y me muera porque ya soy cada vez más pobre. Lo “probable” tiende a justificar mis temores y eso es porque no comprendo que mis temores son ilusorios. No es que no existan. Seguro que me voy a morir, pero seguro que no va a ser como me lo imagino y ahí está lo más interesante del sufrimiento.

Cuando pienso en todo lo que me imagino a un nivel bastante bajo, como me imagino que voy a hacer en un rato más, como me imagino otra gente, como me imagino que voy a encontrar cuando voy a un evento, como me imagino a personas que no conozco, casi siempre lo que me he imaginado no tiene nada que ver con lo que sucede. Pero no lo estructuro así, no lo pienso así, no me doy el tiempo a decirme: *“Nada de lo que imagino realmente sucede”* porque si efectivamente lo entendiera así, comprendería más profundamente el mecanismo de la ilusión. A lo más, digo cosas superficiales como “que sorpresa me encontré cuando conocí a tal y cual”, pero en verdad, no hubo tal sorpresa, simplemente lo imaginado no correspondió y a eso lo llamo “sorpresa”, o “una agradable sorpresa” porque la imaginación a veces nos lleva por el camino opuesto, por el de las expectativas positivas y sucede lo mismo pero al revés... “una desagradable sorpresa”. Con certeza, ni lo imaginado negativamente o positivamente sucede en la realidad pero “eso” que no sucede está directamente encadenado a lo imaginado, a las expectativas y a las creencias que tengo sobre “eso”.

Si mis creencias, expectativas y temores fueran iluminadas más a menudo por mi comprensión de ellas, y a veces sucede, entonces puedo ver cómo producen problemas no solo en mi pero en mi alrededor también. También puedo tener la oportunidad de comprenderlas en su estructura ilusoria y aquí es donde es importante entender que no hay que luchar en contra de las creencias y las ilusiones sino ver y descubrir su naturaleza compensatoria. Existen porque tengo carencias. Existen para equilibrar mis deficiencias pero desgraciadamente no son muy eficientes y ahí reside la dificultad.

A pesar de todas las ineficiencias, tenemos una gran capacidad de observar todos estos mecanismos y tendencias. Digo “observar” y no interpretar porque es a la luz de la observación

que mis creencias y mis ilusiones pierden su poder sugestivo. Y es a la luz de esa misma observación que puedo generar un comportamiento distinto y en una dirección coherente.

Los momentos más lúcidos que tengo cuando practico esta observación, se van acumulando y lo voy experimentando como un suave despertar a algo más profundo en mí y en otros que mis ilusiones y creencias no me permitían verlo. O dicho de otra forma, experimento una liberación interna de las ataduras de mis creencias e ilusiones.

19 de Octubre, 2020

Dificultades

“Una dificultad es una oportunidad en ropas de trabajo” así leía la frase del librito que recibí a los veinte años. Lo encontré novedoso al principio y con el pasar del tiempo se transformó en una consigna interna que hasta el día de hoy valoro mucho. Me imagino que esto se ha dicho de varias otras formas, pero al menos para mí, me encaja la imagen. Siempre me he imaginado la dificultad vestida con un overall azul lista para ser “trabajada”. Dejando las imágenes visuales de lado, al detectar las dificultades se produce casi inmediatamente una tensión interna. No son amables las dificultades, no se presentan con buenos modales y pidiendo permiso. Irrumpen en la vida causando todo tipo de molestias y uno responde con resistencias, olvidos, justificaciones y también, todo tipo de respuestas al mismo nivel.

Pienso que casi todas las llamadas dificultades tienen algo en común y es que si son superadas, me hacen crecer internamente -- y también externamente, pero estoy más interesado en el crecimiento interior. Desde hace un tiempo he estado reflexionando al final de cada semana en cómo las dificultades que se presentan en mi vida me han hecho crecer internamente. Para mi sorpresa, me estoy haciendo amigo de estas señoritas, y eso ha cambiado mi relación con ellas y conmigo mismo. Ya no las evito, sino que sonrío, a veces converso con ellas livianamente y definitivamente no las antagonizo o ignoro. Y así comienzo a ver que en general las dificultades se presentan como los verdaderos indicadores de donde debo trabajar. Lo único que piden es que reconozcamos su presencia y existencia y a cambio de ello, nos muestran claramente donde está el “trabajo” que debemos hacer. Si algo no me gusta, puedo indagar. Si alguien me ofende, puedo indagar, si me siento triste, ansioso, temeroso, etc. y no escapo la presencia de estos estados, entonces me acerco a la raíz de esos conflictos que últimamente me permite trabajarlos y hacerlos desaparecer.

No tengo idea de como se ha difundido tanto la idea de que las dificultades hay que evitarlas a toda costa y hay que estar sonriendo todo el tiempo como si estuviéramos en una vitrina pero no por ello uno tiene menos dificultades, así que es importante que se conviertan en lo que realmente son: Excelentes oportunidades en ropas de trabajo.

Y digo excelentes oportunidades porque aparece la opción de elegir que camino seguir cuando aparecen las dificultades y en ese constante elegir más profundamente, vamos afinando la forma en que trabajamos con nosotros mismos. Al elegir trabajar sobre ellas, aparece verdaderamente la posibilidad de liberación que no deja de ser algo muy preciado internamente.

Octubre 10, 2020

Afecto

De pocas palabras y de mucho sentimiento. Si tuviera que elegir entre varias opciones para describir lo mejor de nosotros como humanidad, me quedo con el afecto. Lo extraordinario de este sentimiento es que no necesita explicación alguna. Debería estar a la altura del aire que respiramos en la jerarquía de las necesidades básicas.

He estado trabajando con el Principio de solidaridad que dice: ***“Cuando tratas a los demás como quieres ser tratado, te liberas”*** y específicamente en tratar de realmente descubrir como quiero ser tratado y en este proceso de ir descartando diferentes opciones de trato como “respeto”, “bondad”, “honestidad”, etc., que todas me resonaban como correctas pero sin verdad interior, me di cuenta que el afecto era a prueba de fuego. Así es como quiero ser tratado, sin duda alguna, por lo tanto mejor empiezo a tratar a los demás de esta forma particular.

Y en ese contexto, “el otro ser” aparece cercano, cálido, amable y verdadero cuando ese afecto se expresa y en forma muy simple pero real, puedo experimentar que existo porque el otr@ existe.

Este afecto que siento, o puedo sentir por otros, también tiene la cualidad de ser sentido por mi mismo. Puedo tratarme con afecto y es una de las mejores formas de tratarme y, lo digo nuevamente, tratar a otros.

Octubre 26, 2020

Elegir

Comprender que no he elegido es bastante revolucionario o por lo menos, bastante provocativo, como diría mi amigo Danny. Sin embargo, esta comprensión tiene la mágica e inequívoca cualidad de liberarme internamente. Lo que no deja de ser positivo y reconfortante.

"No importa en que bando te hayan puesto los acontecimientos, lo que importa es comprender que no has elegido ningún bando" es la sugerencia del Principio de acción válida No. 11

Este es un tema complicado por la cantidad enorme de esfuerzo puesto en convencer a la humanidad de que nuestra existencia necesita una "identificación" con una causa, una religión, una etnia, una educación, etc, etc, etc. La lista es interminable y los reproches también si uno decide no hacerlo. Y en este proceso de identificación simplemente quedamos encadenados a creencias que al ser cuestionadas despiertan en nosotros el impulso ciego de defenderlas a toda costa y ahí aparecen los enemigos y los aliados junto con todas las superestructuras de justificación de tales creencias.

En realidad, el problema no está en los bandos sino en el hecho de que no hemos elegido ningún bando. Nadie nace siendo parte de una facción. Es cierto que el medio inmediatamente empieza a operar sobre nosotros y sin siquiera darnos tiempo a reflexionar, nuestra "identidad" está configurada de acuerdo al lugar geográfico en que nacemos y todo lo que eso conlleva; lenguaje, etnia, religión, educación, estrato social, estrato económico, etc. Es muy difícil escapar de toda esta configuración. De hecho, imposible...pero lo que sí es posible es esa reflexión más profunda que me permite ver que no ha habido elección alguna de mi parte.

Entonces, me pregunto a mi mismo: Que hay de malo en todo esto que he recibido y que no tengo control alguno? Me respondo: No hay nada de bueno ni de malo en todo esto que es parte de mi identidad porque lo planteado es simplemente la falta de elección y no en términos de bien o mal. No necesito cuestionar lo recibido...a menos que me cause problemas. A menos que me cause violencia interna o que cause violencia a otros.

Si me siento prisionero de mis creencias, si me siento atacado en lo que deposito mi fe, entonces debo reflexionar sobre esa debilidad que es mía y no del otro. Pero si mi fe está puesta más allá de lo circunstancial, de lo adquirido, de lo "natural", entonces no es tan difícil entender que estos bandos, estas facciones no son tan sólidas como parecen ser. De otro modo no necesitarían tanta defensa y tanta violencia para mantenerlas.

Es complicado todo esto porque la simple idea de no estar adherido a un bando en particular, nos da una sensación de abandono, de estar a la deriva intelectual y emocionalmente. De quedarnos solos y desprotegidos. Es tan fuerte la tendencia al apego en general, que la idea de liberación es un poco atemorizante. Es sinónimo de quedarse sin nada, de estar como una veleta al viento, es falta de compromiso, es incapacidad de "definirse", etc. etc. etc...

Este escrito tiene ya demasiadas etcéteras, pero es testigo de las letanías interminables respecto al tema de la comprensión de no haber elegido ningún bando y por eso mismo no es algo fácil de hacer. Más aún, no es un llamado a abandonar ningún bando y eso es incluso más difícil de integrar. Este es un llamado a la liberación mental y tiene poco que ver con lo externo. Si logro comprender aunque sea por instantes y no tan profundamente como quisiera, que lo "mental" es

lo que me encadena, que es lo que “creo” lo que genera sufrimiento, que es lo que “defiendo” lo que me causa líos, que es lo que “ataco” lo que produce problemas conmigo y con otros, entonces dirijo mis “re-flexiones” hacia esas creencias para poderlas comprender. Sin necesidad de abandonar absolutamente nada...porque mi esfuerzo está puesto en liberarme del sufrimiento causado por esta “identificación” que no es más que ensueños y creencias.

Esta capacidad interna de poder ver y comprender mis mecanismos internos y mis respuestas, es la que me interesa desarrollar. A veces logro sentir que no necesito ni defender ni atacar a nadie ni a nada. Esos son los momentos mejores con respecto al tema porque estoy en paz conmigo mismo y puedo ver que es poco lo que he elegido verdaderamente y esta es la comprensión que necesito si verdaderamente mi acción es válida.

Algo importante de aclarar con esta actitud, es que no necesita en absoluto una explicación por las acciones incoherentes de otros, no necesito aclarar que el otro tuvo una infancia difícil o cualquiera de las explicaciones psicológicas de moda. No, no es necesario decir ni aclarar nada. El punto de comprensión es conmigo mismo y ahí comienza y termina mi reflexión.

Noviembre 9, 2020

Hilar Fino

Hay una expresión en español: "Hilar fino". No estoy seguro de cómo se traduce en inglés, pero significa tejer con un hilo muy fino. Lo usamos cuando estamos hablando de algo en lo que necesitamos profundizar más de lo que parece en la superficie. Esto es casi siempre cierto cuando hablamos de **los Principios (de acción válida) y el Mensaje**.

En una de nuestras reuniones semanales discutimos el principio de las facciones y la discusión terminó de alguna manera en la frase del libro *"La crueldad me horroriza, pero en sí misma no es mejor ni peor que la bondad"*.

Esta es una frase monumental, al menos para mí, especialmente considerando el contexto. Aparece en el tercer capítulo del libro, "El sin sentido". La aparente afirmación de dos valores conocidos que se oponen entre sí, en los que esa oposición desaparece o se cuestiona en su validez fundamental, no se hace a la ligera. Al contrario, creo que es una afirmación seria y profunda y nos obliga a usar un "hilo fino", y aquí está el comienzo de un tapiz delicado que necesita estudio y reflexión.

En mi opinión, cuando alguien afirma *"la vida no tiene sentido si todo termina en la muerte"* y escribe extensamente sobre el tema, el lector debe ejercitar la debida diligencia para tratar de entender de dónde viene esta afirmación, porque este es el problema más importante en nuestra existencia humana. Podemos ignorar esta frase, podemos descartarla, podemos afirmarla, o podemos negarla interna y externamente, pero la verdad del asunto es que permanece: si la muerte borra todo lo que sabemos y experimentamos, ¿por qué entonces vivimos? Obviamente, no tiene sentido vivir a menos que ese no sea el caso, y la vida tiene un sentido, a pesar del aparente absurdo que los seres humanos experimentamos desde el momento en que nacemos hasta que morimos. El absurdo de la muerte es un tema importante, probablemente el más importante de nuestra fugaz existencia, y no es de extrañar que el esfuerzo por encontrarle una respuesta haya dado lugar a religiones, filosofías, ocultismo, moral, creencias, etc., etc.

Una pregunta sin respuesta es extremadamente insatisfactoria, especialmente en el tipo de sociedad en la que, accidentalmente, no elegimos nacer, un evento accidental e injusto que, desafortunadamente o no, no tenemos opción de cambiar. Solo tenemos dos opciones: ignorar la pregunta o sumergirnos en ella. En el proceso podemos encontrar algo que ilumine este absurdo y tal vez vaya un poco más allá ...

Pero no me gustan las falsas expectativas, así que básicamente podemos concentrarnos en el concepto de "sin sentido de la vida", y si se revela algo más, también podemos darle la bienvenida.

En este estado de "absurdo", lo más evidente es la fusión del cuerpo con el "ser". En otras palabras, decimos "somos" o "existimos" porque nos reconocemos con un cuerpo, un rostro, un corazón que late, un nombre que nos fue dado y muchas otras formas "concretas" de identificarnos con nuestra existencia. Es muy difícil separar estas realidades de otros fenómenos más sutiles como los sentimientos, las intuiciones y los pensamientos, aunque también los reconocemos como parte de nuestra identidad.

Esta capacidad de reconocer quiénes somos y dónde estamos nos da una perspectiva única. Nos damos cuenta del tiempo y el espacio, y también nos damos cuenta de que la parte física, al menos, es temporal, que existe en un espacio dado durante un período de tiempo.

Este condicionamiento básico es tal sólo porque somos "conscientes" de él. Realmente no tenemos idea de si otras especies tienen este reconocimiento aparentemente absurdo de que no importa lo que hagamos, terminamos muriendo, así que sólo hablaré sobre lo que sabemos. Frente a este hecho ineludible, a este futuro predecible, a este estado esencialmente contradictorio en el que cada célula de nuestro ser lucha por mantenerse viva para siempre o al menos "el mayor tiempo posible", experimentamos una angustia existencial que se desarrolla con el paso del tiempo. Pero eventualmente, no importa lo que hagamos, llega la muerte y dejamos de existir.

Esta es nuestra condición humana, nos guste o no. Esta realidad tan incómoda pero absoluta es parte de nuestra propia esencia. Realmente no importa en términos "objetivos" cómo lo manejemos. Podemos aceptarlo o negarlo; podemos intentar olvidarnos de eso; podemos hacer todo tipo de cosas para lidiar con eso y en el "gran esquema de las cosas" es difícil ver si eso cambia o no la realidad. Podemos arrojarle creencias de todo tipo, podemos aceptarlo estoicamente, podemos imaginar lo que queramos al respecto, pero nada parece cambiar los hechos.

Esta es mi propia versión del "sin sentido". Estoy seguro de que hay uno para cada individuo del planeta. El reconocimiento de nuestra propia mortalidad es una experiencia humana común independientemente de la forma en que la estructuramos y respondamos a ella. Este reconocimiento es tan importante como reconocer el azul del cielo o una hermosa melodía o la fragancia de las flores primaverales o el sabor del amor y la pasión. También es el reconocimiento de la brutalidad, la crueldad, la injusticia y la oscuridad. Está en la estructura de nuestro ser poder "diferenciar", conocer un objeto por "lo que no es". Conocemos la bondad porque conocemos la crueldad. Sabemos alto por bajo, oscuro por luminoso, y así sucesivamente. Estructuramos nuestra visión del mundo de esta manera porque es la forma en que funciona nuestra conciencia. Vida y muerte, sentido y sin sentido ...

Sin cognición y reconocimiento no podemos realmente comprender la realidad externa, ni podemos comprender mucho de nada.

Todo ser humano nace en esta situación, por lo que es importante abordarla de una manera que esté libre de culpa, miedo y falsas expectativas. En otras palabras, de hechos.

Es igualmente importante seguir leyendo lo que el autor explica en el libro sobre **"Dependencia" y la "Sospecha del sentido"**.

He llegado a ver que no es en los llamados "hechos" donde crece la comprensión de algo, sino más bien en la comprensión de la estructura de los hechos. No entiendo un automóvil por su apariencia o su desempeño. Lo entiendo cuando veo toda una estructura en funcionamiento en la que el motor, las ruedas, la transmisión, el gas, el encendido, etc. hacen que el automóvil se mueva. Esta asombrosa capacidad de la conciencia para integrar información es lo que nos permite ir más allá en la comprensión de nosotros mismos y del mundo en el que vivimos.

Cuando vemos que el “carro del deseo”, como señaló Laura, se mueve gracias a las ruedas del placer y el dolor, porque están conectadas por un mismo eje, entonces comenzamos a comprender cómo los opuestos se estructuran realmente en uno. Ir más allá de los opuestos y verlos como una estructura inseparable nos permite una comprensión absolutamente necesaria si queremos ir más allá del sinsentido en la vida. No avanzamos mucho cuando simplemente damos "valores" a los fenómenos: buenos y malos, bonitos y feos, etc., etc. Vamos más lejos cuando vemos más allá de los valores como parte de nuestra comprensión de un fenómeno. Después de todo, realmente conocemos todos estos "objetos valiosos" porque podemos reconocerlos en nosotros mismos. Somos capaces de la crueldad y la bondad, y si lo somos, será mejor que intentemos comprender cómo es posible. De lo contrario simplemente negamos lo innegable, y eso es un pobre error de juicio, no en sí mismo sino porque en general conduce a la hipocresía o al fanatismo.

El autor dedica un capítulo entero a la noción de que los opuestos son, en esencia, irrelevantes cuando se enfrentan a una falta de significado. Lo hace precisamente porque en general no pensamos en términos estructurales. Simplemente enfatizamos una perspectiva, y la opuesta es por defecto la "incorrecta". Esta forma dual de pensar no es lo que se necesita cuando intentamos comprender lo que se dice en la Mirada Interna.

Es relevante notar que al trabajar con opuestos que se integran en una estructura, se genera un vacío, un vacío que tenderá a llenarse tarde o temprano. Este vacío puede hacer que nuestro pensamiento se estire y nos permita comprender que los opuestos de cualquier cosa simplemente revelan una estructura completa con valores positivos y negativos, pero una corriente, un solo objeto. Este esfuerzo de pensar estructuralmente es lo que se necesita si queremos entender lo que se propone en este capítulo. Nos permite, en cierto modo, "hilar fino".

Noviembre 16, 2020

Confianza

Cuando las instituciones que son los pilares de una sociedad no son percibidas como tal, entonces es el principio de la desintegración de esa sociedad. La ciencia ya no es creíble, la educación es dudosa, la religión no es inspiradora, la justicia no es más ciega, los políticos no son más representantes de ninguna verdad.

La confianza es uno de los ingredientes claves para que una sociedad funcione correctamente. En general esta confianza se pierde cuando aquellos depositarios de esta confianza fallan en su accionar. Normalmente esa confianza jamás es recuperada cuando falla. La duda y la desconfianza envenenan todo lo que tocan y desgraciadamente no se ha encontrado aún el antídoto para este enorme problema. Cuando hay confianza, hay tolerancia y respeto porque se comprende que pueden haber errores subsanables, pero no es el caso cuando esa confianza se esfuma. Toda la tolerancia y el respeto desaparecen en un torbellino de mutuas recriminaciones y últimamente dan paso a la violencia y a la desintegración total. Sucede en las relaciones humanas y sucede en las sociedades humanas.

Uno se pregunta entonces, ¿que se puede hacer? ¿Cómo podemos salir de esta situación?

¿Depositaremos nuevamente nuestra confianza en aquellos que nos han traicionado? ¿Perdonaremos todos los errores cometidos? ¿Cambiaremos unos por otros pero sin ninguna certeza de que las cosas puedan mejorar? ¿Escucharemos nuevas promesas sin convicción alguna? Ninguna de estas alternativas parecen producir lo que se ha perdido. No inspiran confianza por más esfuerzo que hacemos y por más esfuerzo que los otros hacen. No suenan sinceras porque no lo son.

La sinceridad que necesitamos está íntimamente ligada al reconocimiento de que esta sociedad ha fracasado y es un fracaso a todo nivel. No se puede arreglar con promesas ni con declaraciones, ni con mano dura o mano blanda. No importa quien o quienes son los que se declaran "salvadores", porque no inspiran confianza y a lo mejor estamos todos hartos de lo que ya conocemos por miles de años.

El verdadero reconocimiento de este fracaso social nos pondría en una situación extraordinaria, enormemente penosa para algunos pocos y liberadora para el resto. Este reconocimiento implica poder expresar nuestra ignorancia a todo nivel. Implica poder ver todos los errores sin prejuicio, sin cobardía y sin culpables. No ganamos nada encontrando culpables porque si hay verdadera sinceridad, mejor nos repartimos las culpas, pero no creo que es lo mejor ni a lo que se aspira tampoco. La verdadera justicia poco tiene que ver con la culpabilidad.

Si pudiésemos como sociedad experimentar este fracaso, quizás podríamos pasar a otra etapa en donde una nueva forma de organizarnos y de mirar las cosas es posible.

Inevitablemente en este estado de reconocimiento, el temor es lo primero que necesitamos aceptar, ver y abandonar. Es precisamente el temor lo que nos impide como sociedad avanzar a una forma más coherente de relación y de gobierno.

El temor a perder lo que no tenemos o lo que creemos tener, el temor a no alcanzar lo que creemos necesitar, el temor a lo que recordamos haber tenido o creíamos tener nos ha llevado

siempre a la destrucción y a la violencia como individuos y como sociedades. Este temor está en todos los niveles de nuestras vidas y por consiguiente nuestras estructuras sociales están en decadencia y en desintegración. "Cada uno aferrado a sus dioses..." como dice una famosa y verdadera canción. Sin darnos ni siquiera cuenta que esos "dioses" que nos adjudicamos son los mismos que los enemigos que hemos ido creando, se adjudican.

La verdad es que es una triste situación para toda la humanidad y nos guste o no, estamos todos inmersos en este sistema que ahora es global y sin ninguna posibilidad de escapar esta realidad.

Como todas las "realidades" solo queda comenzar a verla por lo que es y mientras más pronto mejor. Si existe una posibilidad de cambio es ahora y no mañana y ese cambio sólo va a ser posible si existe en cada uno de nosotros ese deseo fuerte de cambiar. Este cambio tiene que empezar por el individuo que toma cabal conciencia de la situación de fracaso a nivel individual y a nivel social. Si creemos ingenuamente que esto está separado y que es la sociedad la que está mal y nosotros bien, bueno, no iremos a ningún lado muy interesante. La postura opuesta en donde la sociedad está bien y el individuo no, es igual de errada.

Esto que escribo es una de las cosas más difíciles de hacer y a la vez la más eficaz posible. Cuando el cambio comienza en el individuo es porque ese reconocimiento interno lo pone en una situación de "verdad" que no se puede llegar de otra manera. Como quisiera tomarme una pastilla y que todo esté bien al despertarme, o un vaso de algo que me haga sentirme mejor. O a lo mejor una dosis pequeña de drogas. Nada muy concentrado, pero suficiente para hacerme olvidar de esta realidad que no he creado y que no tiene nada que ver conmigo. O también me puedo rodear de personas como yo y así no siento mis errores de cálculo ni mi fracaso interno y puedo tranquilamente echarle la culpa al resto. Hay que admitir que a veces funciona por un rato pero inexorablemente ese momento pasa y algo sucede que esa artificialidad se rompe y estoy nuevamente internamente violentado por los hechos y por lo que no quiero admitir internamente.

Las falsas puertas para acabar con la violencia interna y la desintegración social y personal que conllevan, son numerosas pero lo único importante es que son falsas. Lo verdadero siempre es sentido como tal y tiene la característica principal de no llevar violencia en sí. Estamos hablando de violencia física, racial, de género, religiosa, económica, etc...todas las formas de violencia conocida.

Uno siente lo que es verdadero como liberación interna, expansión, suave alegría, tranquilidad y la certeza de que el otro es tan importante como uno mismo. Si lo que llamamos "verdadero" necesitamos justificarlo y explicarlo porque no lo podemos sentir, entonces todas esas explicaciones no sirven mucho porque no llegan al corazón humano que es de donde parte la posibilidad real de transformación.

A lo mejor no siento todo el tiempo esto que lleva verdad, pero solo basta sentirlo unas pocas veces para orientar nuestras vidas en esa dirección humana y porque no decirlo, trascendente ya que verdaderamente trasciende lo personal, las pequeñeces individuales y nos pone en resonancia con la vida misma que se va construyendo de realidades internas y no de slogans y grandes tratados económicos, políticos y morales.

Esta dirección ascendente me lleva a una situación de confianza con el otro y conmigo mismo que se puede experimentar sin duda alguna porque puedo sentir en el otro lo mismo que puedo

sentir en mí. Cuando eso sucede, cuando puedo ponerme en el lugar del otro, es cuando mi posición en el mundo cambia y por consiguiente todo cambia. Poder y querer tratar al otro como yo quisiera ser tratado es la regla de oro para una sociedad real. Es el pilar fundamental para construir algo verdadero.

Cuando se divorcia el ser humano de sus sentimientos más profundos, es cuando el sentido se pierde o se esfuma. Cuando me separo de lo verdadero en mí, es cuando esa sociedad a la que pertenezco ya no es el reflejo de una dirección significativa. Ahí aparecen todos los "enemigos". Todos dispuestos a arrebatarme lo que creo tener. Ahí aparece lo indefensible y se enarbolan todas las banderas que sirven para señalar que lo más importante es el individuo, la familia, la propiedad, la religión y la patria. Y puede ser que así sea, pero todo eso aparece teñido de temor y de violencia. No inspira confianza sino al contrario. Desintegra internamente y me obliga a traicionar lo que creo creer.

Por un lado estoy dispuesto a hacer lo imposible por mis seres queridos y al mismo tiempo todo aquel que no pertenece a ese reducido círculo, es mi enemigo. Y por supuesto lo voy a justificar de mil maneras diferentes. Esa justificación se va a ir ampliando cada vez más y súbitamente me voy a encontrar con que la guerra, el asesinato, el control a través del temor es "necesario" porque son los enemigos de "mi patria" de mis "creencias" y de todo lo que existe.

Y si alguien se atreve a preguntarme cómo es posible que todo lo justifique y que esa religión que me adjudico es de "amor y no de odio" o cualquier otra pregunta que ponga en evidencia mi contradicción profunda, le responderé con insultos y más violencia.

Curiosamente no hay religión en el planeta que promueva el odio en sus enseñanzas originales, sin embargo aquí nos encontramos, con los defensores de la fe, armados hasta los dientes para proteger lo que nunca se dijo.

Se podría decir que es todo una absurdidad y por supuesto que lo es, pero hemos pasado el límite de lo que se puede decir y lo que tenemos enfrente es una desintegración que no responde a lo que se puede decir y analizar. Algo que crece como el cáncer y que va debilitando al cuerpo social hasta destruirlo. No estoy exagerando en absoluto. El resquebrajamiento social comenzó varias décadas atrás y en este momento estamos en una de las crisis más grandes que la humanidad ha enfrentado.

Están sonando todas las alarmas que nuestra corta memoria tiene de la historia y hasta los más cínicos y optimistas, en silencio saben que vamos en una dirección equivocada.

No creo que nadie realmente pueda estar muy contento con este análisis medio brutal y aparentemente negativo, pero desgraciadamente nos encontramos en una encrucijada histórica de proporciones. No es el momento de las palabras dulces y de la negación de lo que existe y adonde nos va llevando. Tampoco es el momento de las estadísticas y justificaciones intelectuales. Es necesario observar y entender que este medio en que vivimos llamado sociedad tiene mucho que ver con nosotros. En realidad, es casi imposible separar al individuo de la sociedad. Son una estructura y se comprenden estructuralmente. Es en la estructura misma en donde se va generando el problema de la falta de verdad, de la falta de fe, de la falta de confianza. El individuo y su medio se retroalimentan y no son concebibles separadamente por más que lo podamos imaginar.

Pienso y también quiero creer que podemos transformarnos y transformar nuestro medio. Pienso y creo que es posible ir en una dirección unitiva y totalizadora. He tenido chispazos internos de reconocimiento que me empujan fuertemente a creer que es posible no solo vivir con unidad interna pero también actuar en el mundo como fuerza transformadora.

Aprender a tratar a otros como quisiera ser tratado es la forma más coherente de estar en el mundo. Es algo que nos da sentido y dirección ascendente.

Luego, **aprender a superar el sufrimiento en uno, en los otros más cercanos y en la sociedad.**

Aprender a resistir la violencia que está dentro de mí y fuera de mi.

Finalmente, **aprender a reconocer los signos de lo sagrado dentro de mi y en mi alrededor.**

Entonces, se puede estar en el mundo, en la sociedad y aprendiendo a desarrollarnos internamente. Es importante entender que es necesario "aprender". No es solo una palabra sino que lleva consigo una forma de estar en el mundo en donde el aprendizaje es clave, en donde cada día me pregunto por lo que es importante, en donde cada día trato de aprender lo más posible sobre mi y los que me rodean y de alguna manera creo que es un "camino" que nos llevará a una sociedad distinta, humana, profunda y muchísimo mas verdadera.

La confianza está en la base de todas las relaciones humanas. Si se pierde, es como perder las puertas y ventanas en una casa. Si se afirma, entonces el futuro se abre de par en par.

Noviembre 23, 2020

Conversión

El proceso de cambiar o hacer que algo cambie de una forma a otra, se lo llama genéricamente “conversión”. En cualquier tipo de conversión, ya sea en términos científicos, económicos, cotidianos o espirituales, hay una transformación que opera y que en general no es lo que se considera importante, sino el objeto final de esa transformación. En otras palabras, el proceso de conversión pasa a segundo plano. Estoy más interesado en el proceso de la conversión que en el producto final porque así puedo comprender en mi mismo cómo opera y cómo esa transformación se desarrolla.

“Aquí se cuenta como el sinsentido de la vida se lo convierte en sentido y plenitud”. Esta es la primera frase que aparece en el libro “La Mirada Interna” de Silo. La frase en sí explica que se habla de un proceso de conversión y es ese proceso el que se relata en el libro. Por supuesto que cuando lo leí por primera vez, ni siquiera me di cuenta de esa primera frase y con el pasar de los años, más el estudio y las comprensiones tenidas, he ido profundizando en los detalles extraordinarios de ese escrito.

Al principio todo me parecía estático porque así era mi comprensión y mi visión del mundo interno y externo. Desde el sinsentido al sentido, desde un lugar a otro lugar, desde una relación a otra relación, y por supuesto todo estaba encaminado a “obtener” ese sentido, sin reparar en que ese objetivo comenzaba en su opuesto y era el punto de origen o nacimiento de esa posibilidad. Para decirlo más simplemente, no hay forma de llegar al sentido sin partir del sinsentido. Pero lo que es más importante, es el proceso de conversión de uno al otro.

En ese proceso se va descubriendo lo significativo del fracaso, la actitud correcta, la sospecha del sentido, la fuerza interna y la comprensión a través de los principios de acción válida del proceso de liberación interior.

“Yo no te hablo de libertad. Te hablo de liberación, de movimiento, de proceso.” explica en la introducción a los Principios y es importante tenerlo claro porque es precisamente en el comportamiento diario en el que voy a tener que ir transformando mis respuestas y mi acción en el mundo. Si mi actuar en el mundo no es coherente, no hay sentido posible que aparezca.

Pero en el esfuerzo de sentir, pensar y actuar en una dirección, mi accionar se va unificando y siento que ahí comienza el camino hacia el sentido en un trabajo cuidadoso de ir generando una nueva forma de existir. Importante es comprender que uno trabaja con lo que tiene, con el sinsentido del cual vengo y es esa materia prima la que se va transformando, se va convirtiendo en una dirección ascendente.

Todas las conversiones tienen un punto de origen, un proceso y una finalidad pero es ese proceso de **“meditación cuidadosa en humilde búsqueda”** el que va revelando internamente el sentido y ese es el proceso de conversión al cual aspiro.

Noviembre 2, 2020

El Regalo

Cuando recibimos este regalo hace algunos años atrás para la inauguración de la sala sudamericana, me sorprendió la sencillez y profundidad de tal regalo. Me gusto tanto que por casi un año entero trate de hacerlo diariamente como un ejercicio para centrarme internamente y externamente.

Todavía es una práctica significativa y comienza así: ***“...En algún momento del día o de la noche, aspira una bocanada de aire e imagina que llevas ese aire a tu corazón.”***

Primero que nada, no hay horarios, ni posturas especiales, ni lugares adecuados, ni siquiera sugerencias; simplemente cuando y como le quede mejor a cada cual. Al aspirar y llevar ese aire al corazón, puedo sentir casi automáticamente que “me elevo” internamente. Es una sensación y no tiene importancia su explicación porque siempre lo he sentido y pensado como “adecuado”.

Y aquí uno pide: ***“Entonces, pide con fuerza por ti y por tus seres más queridos.”***

Pido con fuerza y eso significa que estoy haciendo algo con mucho interés, con dedicación y a la vez humildemente. Primero por mi y esto es importante porque al principio no tenía idea de como pedir por mi, nunca había pedido por mi antes y solo sabía hacerlo cuando el pedido era por otros. Tuve que aprender a preguntarme a mí mismo por lo que realmente necesito. No es tan simple como parece pero tampoco demasiado complicado. Tuve que “mirarme” en forma distinta. Tuve que ver internamente mis debilidades, mis deseos, mis necesidades, mis anhelos, mis ensueños, mis fracasos y todo eso que constituye nuestro mundo interno pero por sobretodo, mis necesidades.

Y luego por mis seres más queridos. Esto aparece bastante más fácil y luego fui entendiendo que hay niveles de profundidad en lo que otros necesitan también. Quizás lo más significativo de la frase es la palabra “más”. Mis seres más queridos. O sea aquellos en donde existe mucho afecto de mi parte hacia ellos. Escribí hace poco acerca del afecto y lo importante que es. En este simple pedido, ese afecto es lo que define la palabra “más” y al pedir por ellos, ese afecto reforzaba mi pedido por mis seres más queridos.

Descubrí que pedir con afecto por otros y por mi mismo es algo muy especial porque me conecta de una forma fácil para el corazón y profunda a la vez.

Y el resto del pedido es una vuelta a mi mismo: ***“Pide con fuerza para alejarte de todo aquello que te trae contradicción; pide porque tu vida tenga unidad.”***

Y por si acaso, hay una breve pero exacta explicación del significado de “alejarse de la contradicción”: ***“Alejar la contradicción es lo mismo que superar el odio, el resentimiento, el deseo de venganza. Alejar la contradicción es cultivar el deseo de reconciliación con otros y con uno mismo. Alejar la contradicción es perdonar y reparar dos veces cada mal que se haya infligido a otros.”***

Alejarse es tomar distancia, es separarse de la situación conflictiva y para poder hacer todo esto es necesario un reconocimiento no superficial de que el odio, el resentimiento y el deseo de venganza existe en mí.

Cuando me siento “unitivo” es cuando no estoy dividido internamente y lo siento como estar bien conmigo mismo, estar “centrado” y produce una suave alegría y un verdadero interés por todo lo que me rodea, especialmente los seres humanos a mi alrededor. A todo este “sentir” lo identifico como cultivar el deseo de reconciliación con otros y conmigo. En otras palabras, se lo que significa la reconciliación con otros, pero tengo que admitir que no siempre se como es la reconciliación conmigo mismo. Tengo experiencias claras de reconciliación con otros, pero no tan claras conmigo mismo. Aquí es donde puedo ver mejor mis contradicciones. En esa intransigencia conmigo mismo, en ese discutir internamente, en el afán de proteger y defender “quien soy”, puedo ver que el trabajo de reconciliación más importante, en mi caso, es conmigo mismo.

He descubierto que reconciliarme conmigo mismo no es un acto sino un proceso más o menos largo. No es algo que porque me digo a mi mismo o porque lo reconozco, puedo hacerlo y estoy reconciliado para siempre. No es mi caso y puedo ver que tiene niveles de profundidad y es a través del tiempo que noto algunos avances.

Y por supuesto también están “los otros” y a pesar de reconocer más fácilmente mi reconciliación con ellos, no deja de ser importante reflexionar en lo importante que es reparar doblemente los males hechos a otros.

No estoy seguro cómo exactamente se reparan los errores doblemente pero si se que hay que hacer un esfuerzo que va más allá de simplemente pedir perdón y reconocer el error. Creo que cada cual tiene que decidir dependiendo de la situación y de la severidad del mal hecho.

En todo caso, la reconciliación es el tema importante de este simple pedido por alejarme de la contradicción y es en el esfuerzo de “cultivar el deseo” de reconciliación con otros y conmigo mismo, que voy avanzando en este proceso.

Noviembre 30, 2020

Procesos

“Es difícil comprender lo que es un proceso. Los procesos son fenómenos que pasan por dentro, no es posible comprenderlo desde afuera. La historia es el proceso de las creencias humanas que van manifestándose en conductas y transformaciones en el mundo. Estamos en un momento de cambio histórico, de cambio de creencias y seguiremos diciendo que lo que vemos es increíble. Lo increíble es no darse cuenta de la profundidad del cambio que se vive.”

Silo, 1992

Siempre me ha gustado esta frase porque explica claramente por lo menos un par de cosas. Una sobre los procesos y la otra sobre las creencias. Me interesa sobremanera comprender los procesos y más específicamente el proceso de nuestra historia humana.

El contexto de esta frase sobre un proceso tiene que ver con las explicaciones del porqué cuando se expone un pensamiento (desde mi perspectiva) sumamente coherente y de gran riqueza, siempre hay alguno que pregunta sobre cuáles son las ideas expuestas. El equivalente de esta extrañeza es después de un concierto preguntar al músico si hay música en su producción.

Claro, uno escucha esto y dice que es algo absurdo preguntar de ese modo y como puede ser que alguien con un mínimo de neuronas puede hacer tal pregunta. Pero resulta que es mucho más frecuente de lo que pensamos y revela algo mucho más interesante. La persona no escuchó la música a pesar de ser un concierto. Y eso sucede porque lo estructurado en la conciencia no corresponde al presente y tiene más que ver con las famosas creencias que se tienen y estas son creencias epocales que tienen una influencia enorme sobre nosotros.

Mas de cincuenta años atrás, un grupo de científicos decidieron estudiar la posibilidad de fusión nuclear y por supuesto el mundo científico y no científico le dijeron que eran unos soñadores y además, la fusión necesita mas energía entrando, que produciendo, debido a la alta temperatura en que ese fenómeno sucede, por lo tanto es una tarea imposible...

Todo esto fue dicho mientras nuestro sol y millones de otros soles en el universo están operando con una fusión nuclear que agradecidos estamos, nos da la posibilidad de existencia en nuestro planeta.

Entonces, a pesar de toda esta evidencia y de todo el estudio hecho por estas mentes privilegiadas, esa creencia básica epocal, sin conocimiento expandido sobre la física cuántica o la inteligencia artificial, se limitaba a “pensar” que solo se puede producir una reacción nuclear a través de la fisión y que si la fusión era posible, entonces no era viable económicamente. En otras palabras, es “prácticamente imposible”.

Hoy, tenemos reactores nucleares que operan por fusión y producen temperaturas más altas que las registradas en nuestro sol. Es el comienzo solamente y lo importante es que esta realidad es ahora parte de las creencias epocales y poco tiene que ver con la capacidad neuronal de las personas.

Claro, ha sido todo un proceso para llegar a este punto y por eso es importante estructurar lo que sabemos en términos de proceso. A todos nos queda claro que nuestras vidas son un proceso,

especialmente si hacemos un pequeño esfuerzo en ver las distintas etapas biográficas y el tipo de creencias que existían alrededor nuestro.

Las palabras “imposible” e “increíble” son parte intrínseca del tejido de estos procesos y ambas revelan lo que se cree epocalmente y dicho nuevamente, no importa si la evidencia está en frente nuestro porque todavía no se ha “estructurado” como tal en la conciencia epocal.

Siempre me ha gustado mucho la historia de Newton (y no sospecho si es real o no) pero la imagen de un señor observando un árbol y una manzana cae al suelo, es muy querida para mí. Quizás cuantas manzanas no han caído por miles de años y lo más probable es que todas esas manzanas no produjeron ningún pensamiento en todos aquellos que las vieron caer. Pero no fue el caso de Newton, que probablemente su pasatiempo preferido era estructurar fenómenos, y por consiguiente termina formulando la ley de gravedad. Ahora, la ley de gravedad no es ninguna “cosa del otro mundo” y gracias a la comprensión de ella, la humanidad ha avanzado mucho. Es parte de nuestras creencias epocales.

Todo esto es válido para los procesos históricos y de la misma forma en que es válido para los “des-cubrimientos” de todo tipo.

Cuando las creencias epocales empiezan a tambalearse por el mismo proceso histórico que va avanzando en una forma no lineal, sino más bien espiralada y ascendente, entonces es cuando podemos intuir que lo que viene es un proceso de desestructuración en donde lo mejor del momento histórico sigue avanzando y lo que no sirve mucho, se derrumba, decae y se olvida. Estos son momentos “increíbles” no porque no sean creíbles sino porque nuestras creencias epocales interfieren en la correcta estructuración del fenómeno. Después de todo, Newton solo estructuró el fenómeno de manera diferente. El fenómeno de la caída de objetos había estado presente por miles de años en nuestra historia pero no se hizo evidente hasta que esa conciencia fue capaz de estructurar ese fenómeno desde una nueva perspectiva.

Creo que es muy adecuado en estos momentos, hacer un esfuerzo por entender que lo que estamos presenciando históricamente no es muy diferente a entender que muchas de las estrellas que vemos en las noches, ya desaparecieron hace bastante tiempo, pero recién las podemos ver porque la luz después de miles de años viajando, las ha hecho presente. El futuro de la humanidad ya está aquí y lo que “vemos” es lo que ya se fue...

Quien sabe que es lo que viene - o ya está -, pero viene...o está.

Portland, 5 de Enero, 2021

Ámbito

De todas las palabras que existen - y son muchas - la palabra “ámbito” es una de las menos usadas y una de las más importantes. Digo todo esto porque la traducción de esta palabra en Inglés es “ambit” pero pocas personas lo saben y casi nadie la usa. No es algo significativo en términos de lenguaje en sí, pero cuando se considera su significado y su amplitud, no deja de ser por lo menos inquietante, su ausencia en el lenguaje común.

Cada vez que alguien quiere expresarse usando la palabra ámbito no hay líos en español. Se puede decir que estuve en un ámbito muy reducido. Se puede decir que el ámbito en que surgen las ideas...Se puede decir que este es un ámbito formal o exclusivo o incluyente.

Uno puede hablar de ámbitos como el medio físico y también como el medio social o el medio ideológico, espiritual, psicológico y científico.

Ámbito y medio son equivalentes, y ámbito también puede usarse como un espacio tangible o intangible. Viene Del latín “ambitus” que está relacionado con movimiento circular, contorno, circuito o rodeo. Y no podemos dejar de lado el “ambiente”, espacio, esfera, círculo, área, campo, terreno, dominio, reino y mundo. Todos equivalentes o sinónimos para la palabra ámbito...

Sin duda es importante porque implica una definición en relación espacial con el objeto observado. No he podido encontrar la existencia de ningún objeto (material o mental) que no tenga un ámbito o un medio en donde esté inserto. Al parecer, la existencia en sí solo se puede dar en un ámbito dado.

Sin embargo en Inglés, no hay una buena traducción. Lo que no es un problema muy grande porque igual se entiende y aunque con muchas menos palabras la idea de ámbito se comprende perfectamente.

Creo que soy yo el que tiene el problema y al escribirlo, lo voy también solucionando, lo que es muy conveniente porque no creo en que un idioma particular sea el “mejor” vehículo de expresión universal. Viéndolo así, es mucho menos inquietante y me permite ver más allá de las palabras. Eso significa que existe una comprensión casi intrínseca de que los ámbitos y los objetos dentro de esos ámbitos tienen una relación de interdependencia y por lo tanto estructural. Y esa estructuralidad no está dada solo por el lenguaje sino por la conciencia misma y es esa conciencia la que estructura los objetos en un ámbito determinado. Y es esa conciencia la que da universalidad a todo.

Aquí estoy yo, en mi casa escribiendo. Mi casa es el ámbito. Mi laptop está en la mesa y ese es su ámbito. Alrededor de la casa están los vecinos y más allá los límites del barrio. Y ese barrio está en una ciudad y así seguimos hasta la vía láctea y más allá todavía. Todo esto en un ámbito espacial. Es difícil abstraer el medio en que la existencia fluye y por eso mismo creo que esta palabrita es importante porque fuera de ser el continente de lo que existe, también tiene la capacidad de ofrecer un “medio” en donde la existencia se puede manifestar.

Cuando era niño, tuve que hacer un experimento en donde en un frasco de vidrio puse unas lentejas y sobre esas lentejas puse capas de algodón que mantuve húmedo por una semana y al final de la semana, levante el algodón y todas las lentejas tenían un brote verde y hermoso. Es algo que nunca pude olvidar. La magia del crecimiento y la transformación porque el ámbito era el adecuado.

Muchas veces nos obsesionamos con el crecimiento no solo externo pero también interno y esto me ha llevado a reflexionar sobre el ámbito y simplemente porque ese crecimiento puede ser sumamente eficaz si se considera el entorno humano, el medio o ámbito humano, en donde ese proceso tiene la posibilidad de desarrollarse y de la mejor forma posible.

He llegado a la conclusión de que la amabilidad, el buen trato, la suavidad y la perseverancia son los elementos más idóneos para el crecimiento interno cuando lo vemos desde la perspectiva de ese ámbito adecuado. Y esto es algo intencional, es algo que no brota de la naturalidad del medio. Es algo creado, re-creado y necesita ser mantenido por todos y todas esas personas que valoran el ámbito en que surgen las relaciones humanas y todo crecimiento interno. Quizás, es el mejor esfuerzo que podemos hacer por nosotros y la humanidad.

Portland Enero 25, 2021

Violencia física

El 14 de Junio del 2017, cincuenta personas fueron asesinadas en un Club en Orlando, Florida y otras 58 en Las Vegas la semana anterior a esa. Un par de semanas atrás, el 6 de Enero del 2021 un grupo de personas asaltaron el capitolio y 4 personas más fueron muertas. Las cosas están tan mal que ahora es una ocurrencia semanal o diaria.

Más allá de la horrorosa realidad de que todos estos seres humanos murieron sin razón y el inexplicable sufrimiento que rodea a estos asesinatos, tuve que reflexionar sobre este tema triste y oscuro.

Todas las acciones son movidas por imágenes, son movidas por ideas y creencias. Todas las ideas, creencias e imágenes son mentales. Lo que es mental está dentro de nosotros y a menudo se va conformando con fuentes externas. Supongo que casi siempre es el caso. Podemos inspirarnos en fuentes externas y también podemos desanimarnos, odiar, confundirnos, violentarnos y muchos otros estados negativos y positivos pueden influir en nuestras mentes. Estoy aprendiendo que en la raíz de todos los actos de violencia está el deseo. El deseo genera frustración de la misma manera que un espejismo lo hace en el desierto. Nunca alcanzamos el espejismo y nunca podemos saciar nuestros deseos y, en caso de que cumplamos un deseo, se forma uno nuevo de inmediato. La frustración engendra agresividad y a su vez crea violencia. La ilusión del deseo y su raíz posesiva nos mueven en la dirección de lograr el ensueño y la imposibilidad o el fracaso en lograr el objeto querido o soñado genera frustración y violencia. Toda esa violencia es interna en ese momento. Si no se hace nada, entonces se manifestará exteriormente en actos violentos.

Debido a todo esto y la dificultad de entender verdaderamente la raíz de la violencia y manejar verdaderamente esa violencia dentro de nosotros, es importante que comprendamos claramente y sin más rodeos o superestructuras intelectuales, de que “no hay falsas puertas para escapar este afán de violencia engeguedo.” Lo mejor que podemos hacer es trabajar todos los días internamente para resistir la violencia dentro de nosotros y ayudar a otros a hacer lo mismo.

Estoy seguro de que en un día no muy lejano en el futuro, reconoceremos que todos nuestros derechos comienzan en el individuo, pero terminan en el "otro" individuo también. Cuando el "otro" es tan importante como lo soy yo, nos hemos vuelto verdaderamente humanos y nos hemos transformado internamente. Entonces, no puedo dejar de reflexionar sobre una parte de "El Camino" en el mensaje de Silo:

"Aprende a tratar a los demás como quieres que te traten.

Aprende a superar el dolor y el sufrimiento en ti mismo, en las personas que te rodean y en la sociedad humana.

Aprende a resistir la violencia que está dentro de ti y fuera de ti.

Aprende a reconocer los signos de lo sagrado dentro de ti y alrededor de ti "

Mucho aprendizaje por delante... y no es para menos. Aprender es precisamente la fórmula más importante para dejar de sufrir, para resistir la violencia, para transformarnos internamente. Y en verdad, no hay ninguna otra forma, no hay ninguna varita mágica o partido político o religión que pueda hacer el trabajo de superar la violencia interna.

Cuando escuche estas frases 50 años atrás por boca de Silo no me pareció tan importante el tema, pero ahora es quizás lo más relevante del momento histórico en que vivimos y en algún momento es también relevante decirlo con todas sus letras. No hay otra forma de acabar con la violencia que la de aprender, meditar y acrecentar la fe interna. Todos los días...

Febrero 1, 2021

Persuasión

La persuasión tiene mala fama pero no es culpa de ella. En realidad no es culpa de nadie y los sentidos negativos o positivos que algunas palabras despiertan en uno, poco tiene que ver con las palabras en sí, sino más bien con el significado que se va construyendo - a veces por siglos - en ciertas palabras. Desgraciadamente o felizmente la Persuasión tiene una prima muy parecida y se llama Manipulación, pero hay que aclarar que son parientes muy distantes y que en realidad el parecido es solo en apariencia.

Probablemente lo más significativo de la persuasión radica en el hecho de que no es necesaria para conseguir algo para quien la usa. Dicho de otro modo, la persuasión cuando es usada, poco tiene que ver con beneficios para quien la usa. La persuasión es la capacidad de empatizar con los otros y requiere ponerse en la situación del otro no solo para comprenderlo pero también para poder - en algunos casos - ayudarlo.

Por el contrario, su prima, la manipulación no requiere nada fuera del interés personal de quien la usa. Es importante notar que en general, la manipulación de todo tipo comienza y termina en el individuo o grupo que decide manipular. No hay beneficios para otros excepto los imaginarios, que en realidad, no existen como tales. La manipulación por lo general opera cuando quiero algo que no puedo obtenerlo sino a través de otros y esto me habla de posesión, de deseo, de temores, de violencia psicológica.

Es común y aceptado que para imponer algo en otros se recurre a la manipulación y esta puede ser groseramente o sutilmente expresada. Alguien puede simplemente recurrir a un temor infundado - que son la mayoría de los temores - para manipular a conjuntos de personas. Otros recurren a las amenazas, a las promesas, a las mentiras, etc. Parece no importar a que se recurre para producir en el otro la duda, la esperanza, la afirmación o la negación necesaria para obtener beneficios. Es también común y aceptado que cuando quiero convencer a otro de algo que me beneficia directa o indirectamente, recorro a la manipulación.

El sentimiento de culpa, el temor, las inseguridades de todo tipo, son las herramientas perfectas para quien quiere obtener algo de los otros. Las mejores manipulaciones son las que apelan al “bien común”, a las “necesidades del conjunto”, a “nuestra patria”, “barrio”, “comunidad”, etc y que velada o expresamente se apela a la culpabilidad para producir u obtener algo de ese grupo.

Felizmente, o desgraciadamente - una vez más - porque no estoy seguro, la persuasión no tiene nada que ver con la manipulación porque verdaderamente es una aspiración del ser humano. Una aspiración que tiene que ver con lo mejor de nosotros y de los otros. Una aspiración en donde no hay motivos ulteriores sino más bien respeto, reconocimiento y capacidad de ponerse en el lugar del otro. Si los temores y resentimientos se unen en la manipulación, ellos desaparecen por completo en la persuasión.

Es bueno no confundir estas dos señoritas. La persuasión es alegre, cálida, sin dobleces, generosa y perceptiva. La otra es lo contrario pero ambas usan el mismo vestido cuando son presentadas. Uno las reconoce por lo que ellas producen internamente. La persuasión siempre apela a lo mejor de los otros. Casi nunca me dice lo que debo o tengo que hacer. Simplemente me pregunta: ¿Y que harías tú? Siempre me conecta con lo mejor de mí y por eso mismo voy descubriendo lo

distintas que son y se me hace cada vez más aparente el sentido más profundo de la siguiente frase: *“Aspiramos a persuadir y a reconciliar.”*

Portland, 8 de Febrero, 2021

Venganza

“Salvemos al hombre de la venganza, preparando el camino de la nueva humanidad que ya se acerca.”

Esta frase me ha quedado en la memoria para siempre desde la primera vez que la leí más de cincuenta años atrás. Todavía la recuerdo con todas sus letras y todavía es un tema de reflexión de esos que no me abandonan.

La impresión que me produjo sigue trabajando sobre mí hasta el día de hoy porque no pude comprender cabalmente lo que se decía, y sigo sin comprenderlo hoy día.

A ver si puedo explicarlo...

Salvar al ser humano de la venganza es una tarea monumental considerando nuestra historia. Es impresionante que todo nuestro armamento jurídico esté montado sobre la venganza y no es fácil de digerir o de justificar pero no conocemos otra forma. Lo que llamamos justicia es simplemente venganza y cada vez que un crimen es cometido lo resolvemos vengativamente.

Digo todo esto que suena acusatorio sin la mínima intención de acusar a nadie y menos de juzgar a nadie. Lo veo como un hecho consumado. Es lo que hacemos y nuestras sociedades funcionan gracias a los mecanismos judiciales en donde se castigan los crímenes cometidos pero nadie realmente sabe porqué, fuera de que se hace “justicia” de ese modo y casi siempre hay un acuerdo tácito internamente. Si, es cierto, apelamos a la justicia, encontramos al culpable y aplicamos el castigo merecido. No es posible justificar un “crimen” y no es para menos ya que nadie quiere o puede decir que la “impunidad” es una posibilidad. No me puedo imaginar una sociedad que no considere castigar a los “criminales”. Se armaría inmediatamente un lío tan complicado como una guerra civil.

No me puedo imaginar que alguien asesine a otro ser humano y nadie haga nada por “castigar” a esa persona. El deseo de venganza es mucho más fuerte de lo que creemos y queremos admitir. Lo llamamos “justicia” y está bien. Algún nombre más aceptable tenemos que usar pero el problema persiste.

No se exactamente como ha sucedido este enredo pero entiendo que el código de Hammurabi tiene mucho que ver con este problema que ya lleva por lo menos unos 4,000 años. Para no extenderme demasiado, es uno de los primeros esfuerzos en codificar leyes de protección y retribución. Proteger a las personas damnificadas por los actos de otros y castigar a los que dañan a otros aplicando una acción similar como retribución o justicia de represalia. Si alguien le rompe un hueso a otro, ese alguien es castigado rompiéndole un hueso también. Dicho de otro modo, “ojo por ojo, diente por diente” y como alguien dijo hace tiempo atrás, “nos quedamos todos ciegos y sin dientes”. Es una forma interesante de igualdad pero poco convincente.

Dos mil años después del código atribuido al rey Hammurabi en Babilonia, o sea dos mil años atrás de nuestro presente, aparecen enseñanzas opuestas a este código que se expresan inequívocamente en el documento cristiano conocido como “El sermón de la montaña”. En esta suerte de discurso público se explica, desde mi punto de vista, la esencia más pura del cristianismo original. Si hubiese una forma de sintetizar la doctrina cristiana, el sermón de la

montaña lo hace y además sienta las bases para una forma de comportamiento completamente diferente a lo conocido hasta entonces. Comienza con las bienaventuranzas, continúa con la ofrenda de la “otra mejilla” en frente de la violencia y la venganza - lo que es una novedad para ese momento histórico - explica que no hay que juzgar a otros y que no hagas a los demás lo que no quieras que te hagan a ti (la ley de oro en negativo). Da muchas pautas de comportamiento y termina con una explicación sobre el amor a los semejantes y a los enemigos también.

Este sermón, más algunas otras intervenciones inusitadas como cuando es aprehendido por los soldados y uno de los discípulos le corta la oreja a un servidor del sumo sacerdote y se explica la frase en latín “Qui gladio occidit, gladio occisus erit” Quien toma la espada, a espada morirá o también dicho de otra forma: “el que a hierro mata, a hierro muere”, es una enseñanza escrita, re-escrita, multiplicada en todos los idiomas conocidos, sin embargo, no se practica y es verdaderamente extraordinario que lo esencial, lo más puro y claramente expresado, no se practica.

Casi 1900 años después de estas “recomendaciones” un ruso escribe un libro que es censurado en su propio país hasta 1894 cuando se imprime por primera vez en Alemania el libro de Leon Tolstoi titulado “El reino de dios está en vosotros” basado en lo dicho en el famoso sermón comentado anteriormente. Tolstoi pone nuevamente en relevancia la idea de “resistencia pacífica a la violencia” y sin duda es uno de los precursores más importantes del pacifismo de hoy día, sin embargo a pesar de todos los esfuerzos en mostrar otro camino, las sociedades humanas no logran practicar las enseñanzas más importantes impartidas a través de milenios.

Mohandas Gandhi probablemente inspirado en Tolstoi sacude a India del imperio británico a través de la protesta no violenta y el pacifismo. Martin L King en Estados Unidos también inspirado por ideas similares hace lo mismo y crea el movimiento para los derechos civiles de la población americana-africana. Desgraciadamente él es asesinado el 4 de Abril de 1968.

Un año y un mes después de esta violenta tragedia, en un lugar desconocido por el mundo, un joven de 31 años lanza una arenga en otra montaña ubicada en el sur del continente americano llamada “La curación del sufrimiento” y una vez más en nuestra corta historia humana llena de tragedias, violencia, venganza, guerras, opresión, intolerancia y demases, alguien propone una salida a este encierro con una propuesta de fe, esperanza, amor, etc., pero sobretodo de superar la violencia interna en uno y en el medio en donde uno vive.

Al parecer, la única salvación posible de la venganza por parte de los seres humanos es a través de la conquista del sufrimiento interno provocado por la falta de armonía entre lo que se piensa, lo que se siente y lo que se hace. Esto es mucho más que simplemente ser “bueno”. Es efectivamente lograr paz interna y llevarla a otros. Esa paz interna aparece cuando la contradicción desaparece y cuando las vidas humanas cobran un sentido trascendental. Pero no sucede sin trabajo interno o simplemente porque está planteado correctamente. Como la raíz del problema del desquite, de hacer sufrir al otro como yo he sufrido, es tan profunda en nuestra forma mental occidental, no parece ser posible una transformación a menos que se haga una transferencia profunda de valores en la sociedad, empezando con uno mismo.

Y aquí me detengo porque reconozco, como dije al principio, que no comprendo cabalmente el problema. Necesito estudiarlo en mí, necesito ver cómo se produce en mí ese deseo de venganza y en eso estoy.

Hasta ahora he encontrado solo dos situaciones en mi vida en que vi claramente como la venganza me tomaba internamente y fui capaz de resistirla. En ambas situaciones tuve un registro energético y de comprensión que no he encontrado todavía las palabras para expresarlo o integrarlo bien. Pero sin duda han sido fuente de reflexión y de intuición de que hay otro camino para superar la venganza...y por consiguiente es posible una futura humanidad que verdaderamente encuentre la reconciliación necesaria para salvarnos de la venganza.

Febrero 15, 2021

Reconciliación

El tema de la violencia y de la venganza es más o menos pesado pero al mismo tiempo crea un espacio para preguntarme a mí mismo ¿Cómo salgo de este enredo? Por todo lo que quisiera ofrecer la otra mejilla, no estoy completamente convencido de su efectividad o de su vigencia temporal. Y después de quedarme sin mejillas, de tanto ofrecerlas, ¿cómo puedo realmente superar estas fuerzas que se generan en nosotros?

Yendo más profundamente, necesito ver que a veces el peor enemigo está dentro de mí. Yo puedo ser ese peor enemigo y ofrecer las mejillas no me va a ayudar demasiado.

Entonces veo con mucha más claridad la necesidad de reconciliarme conmigo mismo y con todas las personas que me han herido. El camino de la reconciliación es arduo pero sincero y es el único camino que me permite salir del círculo vicioso de la violencia interna y del resentimiento que causa el maltrato de otros hacia mí y el maltrato de mí mismo hacia mí.

Así, viendo estas cosas, me surge el impulso natural del perdón, que no deja de ser importante pero no es suficiente. No es suficiente porque me obliga a ponerme en esas situaciones totalmente inesperadas en donde se perdona al agresor y el agresor no se da por entendido y sigue agrediendo y yo, agredido y ahora humillado, decido que el perdón no resulta ser muy efectivo ya que estoy nuevamente resentido y doblemente porque mi perdón no fue acogido con mucha gracia y en el mejor de los casos, si mi perdón es aceptado, entonces me creo moralmente superior y ahí se acaba todo el esfuerzo por una transformación más interesante. Además, queda una parte inconclusa que es ¿cómo me perdono a mí mismo?

Necesito ir un poco más adentro...y desgraciadamente no es algo que puedo hacer simplemente olvidando lo que ocurrió. El olvido no funciona bien, porque el recuerdo doloroso está todavía en mi memoria y por más que trato de suprimir, aflora y sigue haciendo presente esa situación aunque yo trate de olvidarla. A veces es un perfume, o un color que trae al presente todos esos recuerdos que yo creía olvidados y ahí estoy nuevamente en situación de resentimiento.

Poco a poco y casi sin opciones empiezo a reflexionar en que la única forma de superar todo esto es a través de una reconciliación profunda y sincera que en mi caso específico comienza conmigo mismo y como se ha dicho anteriormente, este proceso comienza cuando acepto que tengo un problema, cuando puedo decir que no me quiero tanto como creo y a veces no me quiero nada. Esa falta de cariño a mí mismo es complicada, sufriente y poco importan las causas y los orígenes. Lo importante es que ahí está siempre pidiendo ser reconocida y resuelta. Ahí estoy con toda esta carga que solo se aliviana cuando empiezo a tratarme de un modo diferente, cuando empiezo a verme a mí mismo de un modo distinto, cuando aparece en mí un deseo de transformación que no está ligado a ningún sentimiento de culpa o deseo de “mejorarme”, o ninguna exigencia de ese tipo. Simplemente me veo como una persona con muchos atributos positivos y negativos, con anhelos y esperanzas, con fracasos y triunfos y me veo como un ser verdaderamente humano con necesidades de todo tipo y también con un interés en otros y en convivir con otros y querer a otros...y también a mí mismo. Y cuando puedo verme así, mi futuro se abre y siento que puedo salir de la trampa del resentimiento.

Entonces reconozco la validez de no juzgarme y de no juzgar a otros. Reconozco la necesidad de transformar mi vida y la vida alrededor mío pero no por compulsión, o por ninguna razón que no sea la de superarme, porque entiendo aunque no siempre profundamente y no siempre del todo, que es un esfuerzo hecho sin interés de retribución y de reciprocidad. En otras palabras, no es necesario ni importante que el otro responda de la misma forma. Es una especie de “desarme unilateral” que lo experimento como liberación interna, como una sensación de liviandad y de coherencia. La siento con encaje interno.

Finalmente puedo percibir que los esfuerzos por reconciliarme conmigo mismo, cuando voy logrando ese desarme unilateral, me refuerza el mismo sentimiento de reconciliación con otros y puedo ver a veces como todas esas personas que me han agredido son exactamente iguales a mí y las puedo percibir en su humanidad y eso sucede porque yo me voy humanizando. Así que después de todas estas vueltas, caigo en cuenta que todo comienza a transformarse cuando yo decido reconciliarme conmigo mismo.

Y es en esta tarea, y no otra, que puedo salir del círculo cerrado de la violencia y de la venganza. Lo mejor de todo este proceso es la silenciosa alegría que se va acumulando en mi interior y siento un profundo agradecimiento por todas estas enseñanzas que hemos recibido.

Portland, Oregon Febrero 18, 2021

Culpabilidad

El dilema de la culpabilidad reside en que nadie quiere sentirse culpable pero igual terminamos sintiéndonos culpables a pesar de todo lo que decimos, predicamos, negamos o ignoramos el asunto. He notado que cuando alguien dice que se siente culpable, inmediatamente acuden todos los consejos sobre lo absurdo de tal sentimiento y no faltan las palabras y frases adecuadas para convencer a la persona que no existe ninguna razón para sentirse culpable. Sin duda todo esto se hace para convencernos a nosotros mismos de que la culpabilidad es algo dañino, negativo y que no tiene mucha cabida en nuestras vidas.

Estoy sumamente de acuerdo, pero no por eso la culpabilidad disminuye y a pesar de todos los consejos enormemente sabios y en el peor de los casos, las confesiones más angustiosas, el problema persiste porfiadamente y en menos de cinco minutos, ahí estamos nuevamente sintiéndonos culpables a pesar de todo lo explicado.

Como a nadie le gusta esto de la culpa, es común escuchar lo superado que esas culpabilidades están y que sin duda pertenecen a otra época de las vidas de las personas, pero en secreto, esas mismas afirmaciones no tienen tal convicción.

Hace muchos años atrás, una mujer con la cual estuve casado me dijo una vez que yo me quejaba de lo culpable que me sentía (por algo sin importancia para otros), que si yo me sentía culpable, era porque yo ERA culpable. Cuando me dijo eso, me quedé atónito porque no era lo que esperaba y encima, tenía la carga fuerte de la acusación. Muy enojado le dije que cómo podía decir cosas por el estilo y ella, sin arrugarse me contestó que efectivamente yo ERA culpable porque de otra forma me sentiría distinto. En otras palabras, si no me sentía culpable, no era culpable.

Esa fue una revelación para mí y me di cuenta de dos grandes cosas con respecto a sentirse culpable. Uno, que tiene que ver con la forma mental de la humanidad - por decirlo así - ya que la culpabilidad es parte de la sociedad y de la cultura en que estamos inmersos y que nos guste o no, existe como parte del ámbito mayor en que nos encontramos. Inútil es tratar de “culpar” a las religiones por estos sentimientos, porque a pesar de que las instituciones religiosas la han usado por siglos para sus propios beneficios, no es parte inherente de ningún sistema espiritual y aquellos que han nacido y crecido en ambientes seculares, no conocen lo religioso pero no por ello se sienten menos culpables.

Lo otro, es que la culpabilidad está muy ligada al “deber ser”, o sea a lo que es ético y que también es un atributo cultural y social. Nacimos y crecimos con toda esta influencia sobre nosotros y precisamente por ser tan “envolvente” no es fácil de erradicar o de comprender cabalmente. Atinamos solo a saber que no nos gusta.

La búsqueda constante de los “culpables” en nuestras sociedades cuando algo no encaja en lo predecible y admitido, tampoco ayuda mucho. Menos aún, el sistema judicial del que ya hemos comentado anteriormente en otras reflexiones.

Al declararme “culpable” basado en mis sentimientos fue una novedad tan desagradable como el sentimiento de culpa mismo. No supe por mucho tiempo como entenderlo porque obviamente había ahí una verdad que no pude eludir. Poco a poco me empecé a dar cuenta que efectivamente

uno “es” o “no es”, no solo culpable, sino también cualquier otro atributo de ese tipo. Uno es “generoso” o no lo es; divertido, pensativo, alegre, sensato, triste, amargado, etc. etc. Si, tengo que aclarar que a nadie le gusta la idea de los atributos negativos. Todos queremos ser en “positivo” y para hacer de esto algo menos urticante, usamos el verbo “estar”. Estoy deprimido, triste, enojado, furioso, etc., etc. y así podemos flexibilizar nuestro existir. Las emociones son pasajeras, van y vienen. Son estados de ánimo, y así vamos arreglando esto de ser o no ser y lo vamos conformando variablemente con la ayuda del lenguaje y también con la ayuda sin duda de que las emociones son efectivamente pasajeras e inestables.

Todo más o menos aceptable, pero con la culpabilidad es más que “estar culpable” es sin duda un sentir que lo llevamos toda nuestra existencia y por consiguiente no creo que sea algo que nos podemos sacudir fácilmente, pero si, podemos observar este sentimiento y sin condenarlo, suprimirlo, justificarlo o negarlo podemos decidir si queremos “ser culpables” o no. Mis ejemplos no son muy elegantes, pero aquí va uno: Me comprometo a hacer algo con alguien y me da flojera, o me olvido, o surge algo distinto para hacer y no lo hago. Llamo por teléfono a la persona y me justifico de no haber llegado (porque no pude aguantar la culpa). Otro ejemplo: Me comprometo con alguien a hacer algo y a pesar de no querer hacerlo por cualquier razón, me digo a mi mismo que es mejor hacerlo que sentirme culpable. Así lo hago y no me siento culpable. También tuve la oportunidad de no comprometerme a hacer nada con nadie y probablemente no me habría sentido culpable en absoluto.

Con estos ejemplos puedo ver como se arma la culpabilidad en mi y como tambien puedo desarmarla, pero es importante lo que internamente decido y eso tiene que ver con la imagen de mi mismo en el mundo, del como me ve el mundo, como me presento al mundo y que tanto valoro todo eso. Tiene mucho que ver con el deber ser que mencioné anteriormente.

¿Cómo salgo de este extraño condicionamiento?

No estoy muy seguro, pero si estoy claro que es condicionante e incoherente y mientras más observo y más voy generando la actitud correcta que me genera el mínimo de contradicciones internas, más avanzo con el tema de la culpabilidad.

Lo importante ha sido reflexionar en lo siguiente: ***"Cuando perjudicas a los demás, quedas encadenado. Pero, si no perjudicas a otros, puedes hacer cuanto quieras con libertad."*** Porque me ha abierto una puerta de salida a ese condicionamiento. Especialmente cuando se trata de comprender que mi libertad de acción, aunque es libertad entre condiciones, tiene el sabor inequívoco de la coherencia cuando se mide en relación al prójimo, o próximo.

Este principio ha tenido el efecto opuesto de lo que mencionaba sobre sentirse culpable y ser culpable. La simple idea de que uno puede hacer lo que se le da la gana si no hay perjuicio a otros, es sencillamente revolucionaria. Por supuesto cada uno tiene que ver que perjudicar a otros puede suceder por una acción directa o también por una omisión de la acción. Pero en todo caso, lo importante es que el otro es la consideración importante y no como me afecta a mi. Cuando puedo desplazar (aunque sea un poco) al “yo” de la ecuación, y considero a otros, entonces aparece con más claridad "lo que tengo o debo hacer" y esa claridad es la que ilumina el accionar libre de culpas.

Todo esto es un gran experimento que puedo hacer y tener presente en mi acción diaria en el mundo. Hay momentos muy lúcidos y otros más confusos, pero la simple observación ayuda mucho en ir definiendo un comportamiento unitivo en donde la culpabilidad es nada más que un incentivo para descubrir una nueva forma de estar en el mundo. Es casi redundante decirlo pero el problema de la culpabilidad está en que es un elemento interno desintegrador y por eso mismo conviene reconciliarlo sin importar las razones por las cuales uno termina siendo o sintiéndose culpable.

Portland, 26 de Febrero, 2021

Bondad

El otro día me tomé un cafecito con mi guía interno. Un momento bastante breve a pesar del café y reflexionando con el guía pregunté por la bondad porque no me queda muy claro cómo registrar la bondad. Intuitivamente percibo que es algo más profundo y significativo que simplemente “ser buenito”. El guía me refirió a una experiencia de algunos años atrás en donde después de hacer un pedido conjunto en el parque de Manantiales, él se acercó y me dijo: “*Qué te parece?*” y sin esperar por mi respuesta me dijo: “*Si, muy bien todo, muy bien todo...todo muy suavcito...por ahí va la cosa*” Y sin decir más desapareció con una taza de café que alguien le trajo.

Presentí en ese momento que había una gran verdad a descubrir en sus palabras porque nunca usaba palabras demás y me quedé por un buen rato sumido en tratar de descifrar esto de la suavidad. Desde ese día, empecé a “tomar cafecito” con mi guía o con el guía porque al parecer no es tan personal como creí en un principio y recordando ese momento me siento a gusto preguntando. Es un pequeño ritual que me ayuda en esto de preguntar.

Entonces preguntando por la bondad, porque la reconozco bien cuando la veo en el guía o en otros me llegó la respuesta sobre la suavidad y también sobre lo importante que es desarrollarla en mí, porque de alguna forma me resuena eso de que “por ahí va la cosa” y yendo incluso un poquito más lejos, puedo ver lo importante y necesario que es ser bondadoso con uno mismo para empezar. Y ahí tuve otro descubrimiento que no es tal, sino una comprensión de algo que creía saber, pero que se ha ido develando novedosamente. Uno pide por la bondad como atributo. Uno quiere ser bondadoso y por eso mismo es algo que admiramos. Sin embargo la primera imagen es de una bondad que siento por otros. Ahora veo que es una bondad que siento por mí y por otros.

No parece ser demasiado importante pero es como esos dichos antiguos: “La caridad empieza por casa” y en este caso la bondad empieza por uno mismo. Experimentando con este asunto he sentido a ratos una gran alegría, un acercamiento a mí mismo que no había sentido desde niño. Una extraña y reconfortante emoción de “volver a casa”. La verdad es que me ha sorprendido y he tenido que revisar el tema de la bondad y por consiguiente he tenido que reflexionar en los alcances de la bondad y recordé una frase interesante dicha en el 2005 sobre la bondad desde otra perspectiva: ***“En algunos momentos de la historia, se levanta un clamor, un desgarrador pedido de los individuos y los pueblos. Entonces, desde lo profundo llega una señal. Ojalá esa señal sea traducida con bondad en los tiempos que corren, sea traducida para superar el dolor y el sufrimiento. Porque detrás de esa señal están soplando los vientos del gran cambio.”***

Sin duda espero que nuestro futuro como humanidad traiga esa bondad y por ahora quiero profundizar en esa bondad que existe en mí para otros y para mí también. En lo que he podido experimentar conmigo mismo veo una actitud bondadosa más que un acto o actos bondadosos. De hecho, no puedo hablar de acciones sino de actitudes, de sentimientos y de apertura emotiva hacia mí y hacia otros.

Percibo que la bondad es un tema del futuro por alguna razón que no entiendo en este momento muy bien, pero como mi pedido al guía era por la bondad como registro, he tenido esa impresión desde que comencé a reflexionar en el tema. Cuando puedo sentir por mí y otros suavemente un

afecto y un reconocimiento que el otro y yo somos muy parecidos y ese acercamiento se traduce en un registro de que estamos “conectados” más allá de los vínculos tradicionales, casi diría, a nivel de género humano, y eso me abre todo el futuro.

Entonces y por el momento entiendo que lo que es “bueno” tiene mucho que ver con las actitudes bondadosas que producen este atributo. El “buen” conocimiento tiene entonces un campo fértil donde expandirse para el beneficio de toda la humanidad.

Marzo 10 del 2021

Expectativas

"Sin expectativas no hay desilusiones y tampoco sufrimiento". Esa era una de las frases que aprendimos cuando éramos muy jóvenes y todavía tiene una vigencia extraordinaria. Las expectativas tienden a arruinar las más agradables sorpresas y en el mejor de los casos tienen una muy corta vida.

A veces sucede que "la realidad supera la expectativa" pero como dije anteriormente, tiene corta vida porque en un segundo momento "se espera" esa situación, o sea, una nueva expectativa incluso mejorada en sus atributos. Y así nos podemos pasar una vida entera. Esperando, mejorando y desilusionandonos...o podemos reducir las expectativas al mínimo, atendiendo a lo que verdaderamente sucede o concentrandonos en el presente.

El futuro es siempre complicado porque es incierto a pesar de todos los esfuerzos que se hacen por predecirlo. El pasado también es complicado por todas las distorsiones que hacemos de nuestros recuerdos y el presente...no sé muy bien que sucede en el presente porque muy pocas veces me encuentro ahí. Pero esas pocas veces tienen el poder extraordinario de revelar o develar lo que percibo de una forma diferente a lo percibido teñido por la expectativa o por el recuerdo.

Creo que de todas las sugerencias recibidas, la que más me acerca a estar en ese presente es la del principio que dice ***"Si persigues un fin te encadenas. Si todo lo que haces lo realizas como un fin en sí mismo, te liberas"***. Esta sugerencia aparentemente está solamente ligada al futuro, a lo que quiero alcanzar, a lo que creo obtener pero tiene la gracia de que cuando hago algo con un fin en sí, me ubico en el presente y por consiguiente recibo el beneficio del cual hablaba anteriormente. Empiezo a percibir de un modo diferente y el registro es de liberación, de soltar las expectativas, sin analizarlas y sin condenarlas. Al soltar las expectativas me ubico en el espacio y tiempo en que estoy existiendo y a pesar de lo paradójico del asunto, me permite planear de una forma diferente. Planear es algo que hacemos tendiendo hacia el futuro y muchas veces -- si no casi todas -- estos planes no son más que expectativas, pero cuando me ubico correctamente en el presente, dejando ir las expectativas, puedo hacer planes desde una nueva perspectiva.

Me sucede cuando viajo a otros lugares. Tengo la posibilidad de llenar los viajes de expectativas o simplemente ir con una actitud abierta a lo que se presente. Un mínimo de planeamiento es necesario que tiene que ver con asuntos prácticos y el resto es tratar de hacer todo como un fin en sí mismo. Tratar de estar lo más presente posible y tener flexibilidad interna. Creo que esa flexibilidad es una actitud opuesta a la de la expectativa.

Para concluir, he estado experimentando con esto de las expectativas y tengo la fuerte impresión de que mientras más trabajo con esta actitud de soltarlas, más las entiendo y más me acuerdo de volver al presente una y otra vez. Con respecto a las ilusiones, no veo gran diferencia entre ellas y las expectativas. A lo mejor la expectativa es más puntual y la ilusión es más generalizada en el tiempo y en el espacio pero sin meterme en cosas técnicas sobre los mecanismos ilusorios y todo eso, creo que al menos la des-ilusión a pesar de ser experimentada con sufrimiento, es una señal en el camino que indica por donde ir y por donde no ir...

19 de Marzo del 2021

Juicios y prejuicios

Cuando se trata de entender las dificultades en las relaciones humanas en todo tipo de sociedades, solamente con los juicios o enjuiciamientos ya tenemos de sobra, sin embargo no podemos dejar de lado los prejuicios y por desgracia es una familia muy antigua y muy difícil de ignorar. No contentos con todos los posibles juicios que se pueden elaborar en vida y por milenios, al final de algunas vidas existe la creencia de un juicio final y eso ocurre en la “otra vida”. En otras palabras nacemos, crecemos, morimos y después de muertos todavía tenemos un juicio pendiente. Como dirían algunos ancianos: “No hay salud...” o sea, no hay quien aguante tanto.

Considerando que mucho de lo que le da legalidad a nuestra existencia depende de los enjuiciamientos y cuando eso no ocurre, otros juicios se hacen presentes y así mucho de la vida transcurre entre juicios. Juicios por dinero, por propiedades, por estafas, por negocios, por abandono, por sacarle la lengua al vecino, por maltratar a los animales y a veces a las personas, por robos, atentados, pensamientos impuros, por no obedecer, por obedecer a lo que no se debe, por estar donde es prohibido, por no estar donde uno debe, por hacerse muy amigo de los poderosos, por dar de comer a los hambrientos, por vestir a los que no tienen nada, por pagar con monedas falsas, por falsificar documentos, por no falsificar documentos, enfin, la lista es larga, ancha y nada de ajena.

Es parte de nuestro diario vivir y ahí vamos circulando de juicio en juicio e intentando resolver nuestras diferencias a través de ellos y a lo mejor no es coincidencia que siempre estemos juzgando y que sentimos permanentemente el enjuiciamiento de otros. Y como si no fuera poco, nos enjuicamos a nosotros mismos. Definitivamente...no hay salud!

Es curioso que la justicia dependa del enjuiciamiento. Es curioso que se representa alegóricamente como una mujer con una venda sobre los ojos, con una balanza en una mano y una espada en la otra. Obviamente es una representación, una forma de explicar burdamente la necesidad de castigo, ecuanimidad y proporción, pero no me encaja en absoluto la figura de una mujer. Los atributos no corresponden para nada, pero bueno, así es...Hasta hace muy poco tiempo atrás los jueces eran y han sido todos del sexo masculino. La ley al servicio del estado, reino o lo que fuera, siempre ha sido dominada por lo masculino y eso de agregarle un toque femenino es poco convincente.

En todo caso, digo que es curiosa esta representación por todo el esfuerzo hecho en sintetizar todos esos elementos que idealmente representan la justicia, pero que en la realidad todo se reduce a juicios, inocentes o culpables. El inocente evita el castigo que se aplica al culpable y así se hace “justicia”. Lo que me parece significativo tiene que ver con el peso cultural que tiene el llamado “juicio”, por lo tanto tiene un peso mayor en el individuo a pesar de que muchos de nosotros jamás hemos sido “enjuiciados”, pero si enjuicamos a otros y a nosotros mismos internamente. O sea hemos internalizado todo este enredo sin siquiera darnos cuenta.

Ahora, si consideramos al pariente pobre del juicio, el llamado prejuicio, se puede entender mejor como se ha ido instalando socialmente, religiosamente, culturalmente, étnicamente y todos los “ente” que se pueden encontrar. El prejuicio será “pobre” pero es multitudinario. El prejuicio no necesita ni jueces, juicios, jurados, abogados, leyes, culpables o inocentes. El prejuicio es una

condena a priori que cualquier persona puede hacer sin ningún asidero legal o racional. Quizás esa irracionalidad producto del temor a lo desconocido es el alimento preferido del prejuicio.

Los prejuicios envenenan todo lo que logran tocar y por lo general se nutren de las diferencias que se encuentran en las sociedades. Si consideramos que lo primero que aprendemos como seres humanos es a distinguir, a diferenciar, no es coincidencia nuestro comportamiento. Es un atributo de la percepción y de la capacidad estructuradora de la conciencia.

Separamos, distinguimos, diferenciamos y así vamos comprendiendo al mundo que nos rodea. Separamos lo percibido en opuestos; altos y bajos, claros y oscuros, buenos y malos, alegres y tristes, etc, etc. y así vamos conformando una realidad bastante rígida pero suficientemente estructurada que nos permite existir.

Esa existencia y comprensión de la existencia tiene mucho que ver con el prejuicio y las acciones correspondientes. Se nos educa en ciertos “valores” que resaltan ciertas actitudes y elementos sobre otras. Se podría decir que es inevitable y que es necesaria, y puede ser así, pero no justifica la estrechez de criterio que se genera cuando solo se ve una alternativa y la opuesta. Y nada entre las dos.

En términos educativos, poco esfuerzo se pone en establecer relaciones, en complementar, en comprender que los extremos son siempre parte de un todo y que por consiguiente, si tuviéramos que realmente educar, diríamos que **“No importa en que bando nos han puesto los acontecimientos, lo importante es comprender que no hemos elegido ningún bando”** y esto es muchísimo más cierto y más interesante que pasarse la vida condenando y condenándose sin entender más allá de lo que se percibe y se ha impuesto sobre nosotros.

Cuando empiezo a considerar que no he elegido, es cuando también empiezo a ver los temores que he adquirido. Al observar esos temores, esas identificaciones irracionales, también tengo la opción de comprender la raíz posesiva de mis apegos que solo sirven mientras no sean confrontados. Al ser confrontados, reacciono y mis prejuicios deciden generando problemas y rigidez en mí al defender lo que no he elegido y sufrimiento en otros. Sí, al parecer...no hay salud!!

Y que sucedería si no reacciono? Si efectivamente no cedo al temor? Si intento comprender todo esto? Lo más probable es que sentiría muchas cosas distintas y entre ellas una especie de soltar internamente pesos adquiridos sin convicción y razón alguna. Probablemente me sentiría un poco desprotegido pero al mismo tiempo liviano internamente e interesado en aprender, en investigar, en comprender.

Sin duda, avanzaría sobre el prejuicio y en términos de relaciones humanas, me acercaría a entender a otros al mismo tiempo que me acerco a comprenderme a mí mismo.

Entonces podríamos decir: Hay salud!!

27 de Marzo, 2021

Conflictos

Los conflictos se caracterizan por tratarse de fuerzas que se oponen mutuamente generando división interna y en casos de conflictos armados, guerras y calamidades. Los conflictos más importantes son los internos porque pueden ser trabajados y pueden incluso “desaparecer” y esto es algo sumamente importante por un montón de razones, de las cuales la más significativa tiene que ver con la unidad interna. Si el conflicto se desvanece, la división también desaparece y en lugar de fuerzas oponiéndose mutuamente, aparece una dirección que tiende a ser única.

He observado que cuando estoy en una situación conflictiva, la tendencia es a buscar una solución inmediata. Es difícil mantenerse en un conflicto. Todo mi ser busca una resolución para poder “seguir”, pero raramente entiendo lo que significa “seguir”. Que es lo que sigo? No aparece muy claro ni como pregunta, ni como posibilidad de solucionar los conflictos.

No estoy seguro si lo que me sucede, le sucede a otros, pero la mayoría de mis conflictos están estructurados alrededor de lo que “quiero” y lo que “debo”. Lo que aspiro o deseo y lo que realmente pasa que no coincide con lo que quiero. O bien, no coincide con eso que debo hacer, pensar o sentir. De todos los ángulos que he observado los conflictos internos, es casi omnipresente la sensación de “no acuerdo conmigo mismo”. El conflicto interno siempre me atrapa en esa situación de no estar de acuerdo, de que “algo no funciona”. No me gusta como me siento y no me gustan las respuestas que doy. No me gusta todo lo relacionado al conflicto porque lo experimento con contradicción interna, me guste o no me guste admitirlo.

Hasta ahora he podido, al menos, darme cuenta que mis conflictos existen y este ha sido el primer paso importante. El segundo paso, que es a tropezones en realidad, ha sido aceptar que efectivamente estoy en una situación interna conflictiva. Estoy dividido y sin acuerdo conmigo mismo. Esta es mi realidad interna, me guste o no. El tercer paso ha sido preguntarme por la raíz de mi conflicto.

Cuando me pregunto por la raíz del conflicto no me pregunto por las causas sino por los temores y los ensueños. Al menos en mi caso, casi siempre encuentro algo significativo cuando puedo ver mis temores y ensueños. Ambos me hablan de algo que en realidad no existe. Se que aquí me estoy metiendo en un embrollo porque la “existencia” es cuestionada y sin duda puedo sentir mis temores y describir mis ensueños así que cómo es posible decir que no existen cuando hay un registro de ellos. Quizás debería decirlo de otro modo, más suave y más preciso: Son ilusorios. Existen como ilusiones. Ilusiones sobre la realidad, el mundo que me rodea y sobre mi mismo.

Cuando soy capaz de ver estas ilusiones, solo en ese momento descubro la raíz del conflicto pero no es tan fácil como suena y una de las grandes dificultades está en el “tratar de resolver el conflicto” porque esa desesperada búsqueda de una solución es precisamente la que va a terminar alimentando el conflicto. Entonces no “hago nada”...me quedo ahí observando mis temores y ensueños y al ir observandolos una luz especial, producto de la atención, los alumbró y dejan de tener el poder sugestivo que normalmente tienen. En palabras más sencillas, pierden el poder de “ilusionarme” y entonces sí pueden efectivamente “desaparecer”. Después de todo, lo ilusorio es por definición, algo que puede desaparecer o “no existir.”

Debo decir que todo esto de los conflictos son reflexiones y experimentos con el principio que dice: ***“Harás desaparecer tus conflictos cuando los comprendas en su última raíz, no cuando quieras resolverlos”***

Y también debo aclarar, que esto es solo una experiencia personal y no una explicación o un desarrollo sobre el principio ya que hay muchas otras formas de comprenderlo e interpretarlo. En mi caso siempre he querido profundizar en el concepto de “desaparición del conflicto” porque lo encuentro increíblemente interesante y alguien dijo un par de semanas atrás, que con esto de las dificultades uno siempre las tiene, pero no necesitan convertirse en conflictos. La dificultad puede permanecer pero el conflicto puede desaparecer y eso en sí, me trae un registro de unidad interna porque lo importante, como dije al comienzo, está en “aunar” las fuerzas en una dirección y una vez más, entiendo que todo esto de comprender los conflictos tiene que ver mas que nada con una actitud interna con respecto a ellos.

7 de Abril, 2021

Reciprocidad

Considerando que las relaciones humanas son una parte sumamente importante en nuestras vidas, he estado pensando en esas situaciones en que esas relaciones no son de la mejor calidad. Últimamente he notado un deterioro en ellas y probablemente tenga algo que ver con el Covid-19 que por su naturaleza, ha interrumpido bruscamente muchas de estas relaciones. Sin embargo creo que el asunto va más allá de la pandemia y como no tengo forma de saber si efectivamente es un factor o no, me he centrado en tratar de ver cuales son mis mejores relaciones y cuales son las peores, independientemente de las situaciones en que nos encontramos.

He notado que con ciertas personas se produce una relación fluida y relajada. Con otras personas, eso no sucede y dejando de lado todo lo que pudiera explicarse a través de las afinidades o falta de ellas, puedo distinguir que en el mejor de los casos hay una forma tacita de complementación que lo defino como “reciprocidad”. Es una especie de puerta giratoria en donde lo que entra es bastante similar a lo que sale. Lo que se da es similar a lo que se recibe y esa es la situación óptima como registro. De esto se alimenta la amistad en general y se extiende en el tiempo como tal.

Cuando lo que entra no es proporcional a lo que sale, la reciprocidad falla y el registro es negativo. Uno se siente “usado”, se producen pequeños resentimientos y confrontaciones más o menos absurdas que normalmente no existirían si ese equilibrio entre el dar y recibir se mantiene. Me ha resultado curioso observar todo esto en mí y en otros y sin necesidad de sacar muchas conclusiones, puedo decir que lo recíproco en las relaciones humanas es muy importante porque establece una proporción que al ser alterada, crea complicaciones.

Especialmente útil ha sido constatar que las ideas un poco ingenuas en donde solo se pretende dar y el recibir es considerado “egoísta”, se resuelven muchísimo mejor cuando hay igualdad en ambas sin códigos morales que se convierten en pesos y contradicción. Es también bueno aclarar que hay veces en que ese “dar” es algo muy querido y que verdaderamente no requiere reciprocidad y es un acto muy puro en su esencia. Si, sin ninguna duda existen estas excepciones, pero en el mundo no excepcional, la proporción es capaz de mantener un equilibrio importante cuando se trata de relacionarse con otros en la existencia diaria.

Todo esto relacionado con proporciones, equilibrios, etc. surgió de la observación y práctica del principio que dice ***“Las cosas están bien cuando marchan en conjunto, no aisladamente”*** y en general había visto este principio de un modo abstracto y generalizado, sin considerar bien su aplicación en la vida diaria y en mi comportamiento. Me resultaba un poco obvio que así fuera, pero no había reparado en los registros personales sobre el equilibrio, sobre la concomitancia, sobre las bases de mis relaciones personales con la gente. Pienso que es importante el tema de la reciprocidad en el contexto de las relaciones interpersonales y a la luz del principio de proporción.

15 de Abril, 2021

Identificación

El concepto de identidad es complejo porque compromete todo ser humano a ser definido ya sea por propia voluntad o por la cantidad enorme de accidentes y también de elecciones que definen quienes somos. Preguntarse por quién soy es poner a prueba tal identidad, pero porqué preguntarse quien es uno si se supone que la identidad responde a tal pregunta. Es muy difícil admitir que uno no sabe quién es, o peor, parecería broma.

¿Quién es usted?

No se quien soy, y ¿quién es usted?

Tampoco sé, así que mejor no preguntar.

Este sería un diálogo bastante corto y si uno se imaginara todo esto en el contexto de introducciones sociales, sería prácticamente una comedia. Así que para evitar todo este cuestionamiento, el concepto de identidad aparece mágicamente y responde por nosotros. Yo soy Fernando -- de acuerdo al nombre que me dieron mis padres -- y ahí continúa una larga explicación de todo lo que soy que en realidad no he elegido en absoluto pero sin embargo es aceptado como respuesta a la pregunta. Al final, soy algo que tiene que ver con el condicionamiento básico en que he nacido y crecido y poco explica quien realmente soy. Sin embargo es aceptado y respetado.

Es tan respetado y aceptado que termino creyendome también y además aparece la identificación de mi parte con todo eso que creo ser. Sin darme cuenta me identifico con mi nombre, con mis raíces, con mi trabajo, con la sociedad en que vivo, con todo lo que me hace sentir que tengo una identidad. Y no podría ser de otro modo aunque la simple idea es bastante atractiva y descabellada. No soy nada de lo que aparezco y pretendo ser...No me puedo imaginar una explicación de ese tipo pero sigo pensando que es interesante proponermelo.

Entonces, si me pregunto quien soy y en vez de responder afirmativamente, me defino por lo que no soy, tengo la impresión de que me quedo sin identidad. Me quedo en un espacio nebuloso en donde no tengo ningún asidero concreto que me defina. No es muy terrible estar ahí, pero tampoco es fácil y se me hace indispensable encontrar alguna respuesta sobre quién soy. Puedo decir y decirme a mí mismo que soy "algo", o que soy muchas cosas o que no soy nada y todo lo que percibo es una gran inquietud por no poder definirme. Peor aún si me digo que soy algo que dejé de ser. Soy un hombre y no un niño. Entonces cuando era niño, ¿era yo mismo o no? Al parecer esta especie de ilusión sobre quién soy, tiene continuidad porque nunca me doy cuenta de que he cambiado en el presente. Siempre cuando miro hacia atrás y comparo. Por suerte, porque si fuera de otro modo estaría todo el tiempo en una especie de bardo alterado.

Volviendo a lo que no soy, me queda claro que no hay ahí una respuesta pero si hay una mirada que va más allá de mi identificación. Una forma de verme en donde comprendo que eso que me da identidad no necesariamente me explica quien soy más profundamente.

Como no encuentro respuestas sino interrogantes, empiezo a caer en cuenta que a pesar de la necesidad por responderme, todas las respuestas las siento como parciales y está bien así.

Pero he avanzado considerablemente porque mi identificación inicial ha dejado paso a una extraña sensación de liviandad interna. Es posible que sea todo lo que creo ser y soy al mismo tiempo algo distinto que no tiene nada que ver con esa creencia. Sigo preguntándome y sigo respondiéndome y cada vez más las respuestas tienen poco que ver con esa identidad tan preciada y acariciada que me define ante mi y el mundo. Estas nuevas respuestas consideran mucho más importante algo que sin duda no existe, pero que es incluso tan determinante como las condiciones básicas en que nacemos. Ese algo es el futuro. Es la intención lanzada hacia el futuro la cual comienza poco a poco a responder por quien soy. No me lo hubiese imaginado nunca. Es tan profunda la conexión con mi identidad y el pasado que si no me hubiera angustiado con el preguntarme, no habría encontrado estas respuestas. Me alegro que sigo preguntando porque este tipo de respuestas no existen en lo que ya fue, sino en lo que está por venir.

Es bastante complicado todo esto, a lo mejor yo lo complico más de lo que se debe, pero no he podido explicarlo mejor de lo que he intentado en este escrito. El punto de partida es esa tendencia a la identificación con “prácticamente todo” la que me ha llevado a cuestionarme tal identidad. Y al poder por instantes observar y detener esa identificación (que me da identidad) he podido vislumbrar una nueva posibilidad de “ser”. El mejor avance ha sido el descubrimiento de que quien soy es ilusorio y lo defino en esos términos porque no me satisface profundamente. Quedo con una sensación de que hay algo más allá de lo que tiendo a identificarme. Algo que no necesita identificación. Algo que es y que existe en todos, independiente de todas los condicionamientos de origen que podamos tener. Lo ubico en el futuro porque no se donde ubicarlo. No está en el presente o en el pasado. Se parece mucho a las intuiciones que son de otro tiempo en general y uno anticipa situaciones que no existen o que no han existido y se dan en el futuro. Entonces siento que “soy” una gran posibilidad “en marcha”, en movimiento. Soy una transformación progresiva hacia algo liviano, luminoso y cada vez menos sufriente que se complementa con otros yendo en la misma dirección. Bastante confuso...pero es solo una forma de expresarlo.

En todo caso, toda esta larga divagación en torno a la identidad e identificación es parte del “Camino”:

No dejes pasar tu vida sin preguntarte: ¿quién soy?.

No dejes pasar tu vida sin preguntarte: ¿hacia donde voy?

24 de Abril, 2021

Un poema

Casi cincuenta años atrás, en el siglo pasado, en 1972 recibimos la primera copia de “**La mirada Interna**”. Rafa, mi hermano Pablo y yo devoramos el libro en una tarde y al terminar la lectura quedamos mudos. No pudimos decir una sola palabra por mucho rato hasta que Pablo rompió el silencio con una frase memorable: “Mierda!,...lo dijo todo”.

Nunca me olvidaré de ese momento y de la frase tremendamente sintética en que Pablo define exactamente la impresión que nos causó la lectura del libro que en ese momento su autor era “Anónimo”.

En Febrero de 2017 estuve en el Parque de Estudio y Reflexión de Punta de Vacas y una mañana fui a la sala y por primera vez desde que el parque fue construido, encontré la sala vacía. Por lo general siempre hay gente, pero en ese momento no había nadie y me senté y tuve una hermosa experiencia que la escribí unos días después como un poema.

Al alcance de la mano

*El libro estaba
cómo bien se dice
al alcance de la mano
Lo tomo?
Lo leo?
Lo he leído más de cincuenta veces
Bueno, una vez más entonces...
“Aquí se cuenta
cómo el sinsentido de la vida
se lo convierte en sentido y plenitud
Aquí se habla de la revelación interior
a la que accede todo aquel
qué cuidadosamente medita
en humilde búsqueda...”
Palabras brillantes
resonando internamente
en una catarata de melodías
escuchadas por primera vez,
por primerísima vez
Cada frase, una poesía
una comprensión nunca antes formulada
no en imágenes ni en ideas*

*Todo el lenguaje sentido
cómo un instrumento pulsado
por manos de músico experto
en llegar a las intimidades del alma
Conmoción e inspiración
Más palabras, frases y sensaciones
hasta que mi corazón no pudo pasar
más allá del décimo capítulo
Y me detuve
sabiendo sin dudar que era suficiente
por ahora al menos
Agradecido cerré el libro y mis ojos
mientras que mi cuerpo
volvía al espacio de la sala
y el mundo cotidiano
se expresaba como sagrado
mientras una enorme alegría sin límites
me envolvió por instantes eternos*

Santiago Chile, Febrero 2017

Abril, 2021