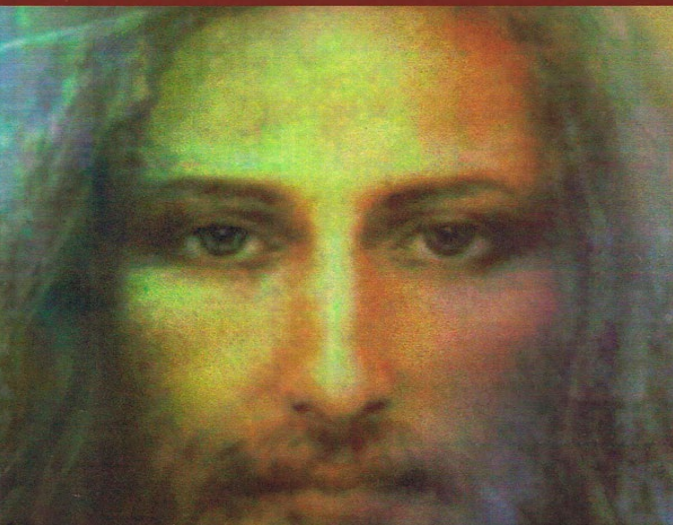


Amor

Paul Ferrini

Sin Condiciones



“El libro más importante que jamás he leído. Lo estudio como la Biblia”
ELISABETH KUBLER-ROSS, M.D.



Este libro es el resultado de la unión de un escuchador con la mente Crística, Mente de Buda, Brahmán, o Espíritu Santo si se prefiere, con la que todos podemos comunicarnos.

Te he dicho que, por muchas veces que te hayas negado a entrar en el santuario, sólo tienes que llamar y la puerta se te abrirá. Te he dicho: «Pide y se te dará», pero te niegas a creerme. Crees que alguien está contando tus pecados, tus momentos de indecisión o recalcitrancia, pero no es verdad.

Tú eres el único que cuenta.

Hermano, te lo digo: «Deja de contar, deja de fabricar excusas, deja de pretender que la puerta está cerrada. Yo estoy aquí, en el umbral. Tiende la mano y toma la mía, abriremos la puerta y la cruzaremos juntos».

Yo soy la puerta al amor sin condiciones. Cuando la atraveses, tú también serás la puerta.



eBooks con estilo

Paul Ferrini

Amor sin condiciones

**Reflexiones sobre la Mente
Crítica**

ePUB v1.0

mauromtnez 07.05.13

más libros en epubgratis.me

Título original: *Love without conditions*

Paul Ferrini, enero 1994.

Traducción: Jorge Espinosa Sáez

Ilustraciones: J. Jackson y E. Jumper de la Síndone

Diseño/retoque portada: Félix Lascas

Editor original: mauromtnez (v1.0)

ePub base v2.1

BENDICIÓN

Solo hay Un Hijo de Dios
y tú eres Él.

De Él, tú recibes.
A Él, tú das.

Cuando te veas a ti mismo,
recuerda....

Cuando veas a tu hermano,
recuerda también.

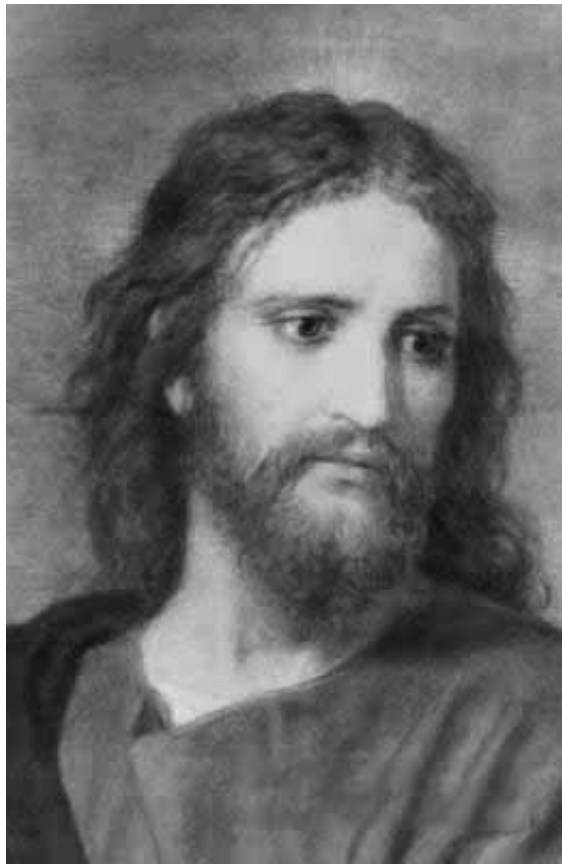
Cuando alejes la mirada temeroso,
recuerda solamente esto:

Sujeto y Objeto,
Amante y Amado,

no son dos,
sino uno y el mismo.

Lo que das
y lo que recibes

son reflejos
uno del otro.



Prefacio del autor

Teniendo en cuenta todo el bombo y platillo que rodea a las «canalizaciones» parece importante aclarar que este no es un libro canalizado. La información que contiene no proviene de alguna «entidad» o personalidad separada de la mente del que escucha. De hecho, este libro es el resultado de la unión de un escuchador con la Mente Crística, de la que tanto él como tú sois partes esenciales.

Pensar en Jesús como si estuviera afuera y fuera independiente de tu mente

es no entender el punto esencial. Porque es precisamente en tu mente donde Jesús se dirige a ti. Él es tu amigo más íntimo hablándote, a veces con palabras, pero a menudo más allá de las palabras. Tu comunicación y comunión con él son esenciales para que practiques su enseñanza.

Tengamos claro que Jesús no ocupa un lugar o posición exclusiva en la Mente Crística. Krishna, Buda, Moisés, Mahoma, Lao Tse y muchos otros se unen conscientemente con él allí, o quizá sería más preciso decir «aquí». Si te sientes más cómodo dirigiéndote a Buda o a Krishna, por favor, hazlo. Jesús no

se ofenderá. De hecho, se sentirá complacido, porque estarás siguiendo su enseñanza de no separación.

Todos comunicamos y estamos en comunión con la Mente Crística (puedes decir la Mente del Buda, o Brahmán, o Espíritu Santo si lo prefieres). Esto se debe a que todos estamos unidos con la Mente de Dios. Si no fuera cierto, nuestra experiencia sería totalmente oscura y ni siquiera tendríamos una promesa de redención.

Cada uno de nosotros tiene una chispa de luz que ilumina la oscuridad de nuestra inconsciencia. Esta es la chispa divina de conciencia que

mantiene viva nuestra conexión con Dios. Esta chispa también nos conecta con el maestro divino de nuestra tradición y con la divinidad dentro de nuestros hermanos y hermanas.

Como señala Jesús en este libro, si viéramos tan solo esa chispa de luz dentro de cada uno de nosotros, toda la oscuridad de nuestra percepción y de nuestra experiencia se disolvería, y el mundo, tal y como lo conocemos, desaparecería. Así es como se establece el amor en nuestro propio corazón y en los corazones de nuestros hermanos y hermanas.

No cometas el error de pensar que

cualquier reflejo de la Mente Crística busca otra cosa que el establecimiento del reino del amor en nuestras mentes y en nuestros corazones. Ese es su único objetivo. Mahavir trabaja para él. San Francisco trabaja para él. Baal Shem Tov trabaja para él. Rumí trabaja para él.

Dividirnos en religiones es una reliquia de este mundo. Estas fronteras no existen en la Mente Crística, donde todos los seres se unen en una sola meta. Nos resulta difícil de imaginar, pero es así.

No hay nadie que haya sido criado en la tradición judeocristiana que no

tenga que llegar a algún tipo de acuerdo con la vida y las enseñanzas de Jesús. Esto es cierto para cristianos y judíos por igual. También es cierto para los ateos y los agnósticos.

Los judíos necesitan entender y aceptar la transmisión de fe que Jesús les trajo. Los cristianos tienen que entender que sus enseñanzas de amor y perdón han sido invertidas, convertidas en enseñanzas de temor y culpa. Los ateos tienen que entender su revolucionario mensaje de igualdad.

Todos los que han rechazado a Jesús o lo han colocado en un pedestal han malinterpretado su enseñanza. Por eso la

corrección debe de llevarse a cabo en todos nosotros. Jesús tiene un mensaje específico para cada uno de nosotros que nos ayudará a disolver nuestra culpabilidad y a superar nuestros temores.

Jesús no nos pide que nos convirtamos al cristianismo, porque tal cosa no existe. El cristianismo es un mito de separación. Separa al cristiano del judío, o del musulmán, o del budista. ¿Crees que Jesús abogaría por una idea así?

¡Por supuesto que no!

Un seguidor de Jesús no aboga por ningún tipo de separación. Practica el

amor y el perdón hacia todos los seres, incluyéndose a sí mismo. Abraza al judío, al musulmán y al hindú como hermano suyo. No trata de convertir a otros, sino que descansa seguro en su propia fe. Y tampoco cree que a quienes eligen un sendero distinto se les negará la salvación. Un verdadero seguidor de Jesús sabe que Dios tiene muchas maneras de traernos a casa, y jamás duda del resultado final.

Cada uno de nosotros tiene a su disposición una relación personal con Jesús. Esa relación cobra vigencia cuando comenzamos a desearla y a confiar en ella. No requiere ninguna

tecnología, ninguna invocación, ninguna práctica espiritual esotérica. Lo único que se necesita es una necesidad simple pero auténtica de su amistad y su guía.

Tengamos claro que Jesús no desea convertirse en una figura de autoridad para nosotros. De hecho, está en contra de toda autoridad salvo la de Dios. Solo nos pide que tomemos su mano como un igual y que tendamos la mano a cada uno de nuestros hermanos y hermanas con el mismo respeto mutuo e intención de igualdad.

Es posible que su enseñanza sea simple, pero ponerla en práctica exigirá toda nuestra atención, toda nuestra

energía y todo nuestro propósito. Tener la intención de «ser igual a» cada persona con la que nos encontremos, y reconocer y perdonar todos los errores a medida que sucedan es una enseñanza revolucionaria. Es una enseñanza que lavará nuestra culpabilidad y nos ayudará a abrirnos camino a través de nuestros temores.

Cuando comencé a trabajar en este proyecto, le dediqué el mismo grado de entrega que había puesto en los libros anteriores. Sin embargo, no era suficiente. En sereno reconocimiento de este hecho, dejé a un lado aproximadamente 150 páginas de buen

material. Sencillamente no era el libro que tenía que dar a luz a esas alturas en mi vida. Se me estaba pidiendo algo nuevo. Y yo estaba pidiendo algo nuevo de mi maestro.

Quería un libro simple y lúcido que ayudara a clarificar nuestra relación con Jesús y con su enseñanza. Y al preguntar, se hizo claro que para escribir un libro así, algo de Paul Ferrini tendría que hacerse a un lado. La identidad de Paul tenía que ser cuestionada. Su sistema de creencias, su vocabulario, necesitaban más soltura. Las ideas que le hacían sentirse separado de los demás tenían que ser dinamitadas. A menos que todo

esto sucediera, el libro no podría emerger.

A lo largo de este proceso aprendí a confiar más en mi relación con Jesús que en cualquier cosa que he leído de él o sobre él. También vi a Jesús trabajando diligentemente en las vidas de muchas personas que parecen tener creencias diferentes a las mías.

Las creencias separan. Los pensamientos amorosos unen. «Si quieres seguir mi enseñanza, vívela pensamiento a pensamiento. Bendice a tu hermano, aunque no estés de acuerdo con él». Esta siempre había sido la enseñanza de Jesús. Ahora solo estaba

llevándola a un ámbito más extenso.

Dejar que este libro viniera de Jesús y de la Mente Crística exigía un reajuste en todas las áreas de mi vida. No tanto un cambio en mi estilo o en el proceso de escribir, sino un cambio fundamental en mi sistema de creencias. Retirar las «ideas que dan lugar a las percepciones y a los sentimientos de separación» tenía que convertirse en mi práctica espiritual cotidiana.

Te aseguro que he estado lejos de la perfección en esta práctica. Pero me siento profundamente agradecido por la práctica y por este libro, pues ambos me han ayudado a dar un paso muy difícil en

mi crecimiento espiritual.

Tengo la esperanza de que esta obra extienda hasta ti una práctica simple pero profunda de autoperdón y de no separación que transformará tu vida. Esta es la práctica que Jesús perfeccionó en su vida aquí. Y esta es la práctica por la que él continúa abogando momento a momento cuando extendemos la mano y le pedimos que nos ayude con nuestras vidas.

En último término, el final del sufrimiento humano llega cuando decidimos juntos que ya hemos sufrido suficiente. Cada uno de nosotros, en nuestra vida, está empezando a pedir una

forma mejor de hacer las cosas. ¿Crees que Jesús nos abandonará ahora? ¿Crees que la chispita en tu corazón y en el mío se encogerá y se atenuará, víctima de nuestro temor, de nuestra culpa y de nuestro dolor?

No puede ser así.

El amor de Jesús, de Krishna, de Buda y de todos los maestros ascendidos nos rodea en nuestra única oración. Nutre suavemente la chispa en nuestros corazones, ayudándonos a atravesar más completamente nuestro temor y nuestra vergüenza. Trae iluminación divina a las estrechas creencias y a los condicionamientos de

nuestra experiencia.

Como la luz está dentro de nosotros, no puede negarse a brillar cuando la invocamos. La luz de Cristo está dentro de todos nosotros. Invoquémosla juntos en nombre del amor.

Paul Ferrini

Santa Fe, New Mexico

Diciembre, 1993

Introducción

Permíteme comenzar diciendo que hablo a través de ti solo en la medida en que estés dispuesto a ceder el control. En ese sentido, no eres especial. Puedo hablar a través de cualquiera que tenga esa disposición.

Lo que escuchas tiene mucho que ver con lo que ya está presente en tu mente. Cada persona que se abra a mi voz la escuchará de acuerdo con sus propias percepciones y preconcepciones. Esto es inevitable.

El deseo de comunicarse conmigo es

esencial para abrir la puerta a mi presencia. No forzaré mi presencia sobre nadie. La relación conmigo es voluntaria y tiene que ser iniciada por cada persona cuando esté lista.

Estoy tan cerca de ti como tú quieras. Es así porque yo ya soy un pensamiento dentro de tu mente. Y todo lo que soy procede de ese pensamiento, de igual manera que todo lo que no es yo procede de otro pensamiento diferente. Esto tienes que aprenderlo a través de la experiencia.

Algunos afirman que hablo a través de ellos, pero están escuchando una voz diferente. Mi voz jamás condena o

atemoriza. Mi intención es bendecir a todos. Quisiera haceros saber a cada uno, de una vez por todas, que no sois culpables salvo en vuestra propia mente, y que esa culpa imaginaria puede y tiene que ser deshecha.

Mi enseñanza es simple: enseñó el perdón de los pecados. Enseño que el pecado en sí no es real. Solo parece ser real porque tú crees que se te puede herir. Crees que eres tu cuerpo, y así, cuando el cuerpo ha sido herido, crees que se te ha hecho una injusticia.

Entiendo que te resulte difícil renunciar a esta creencia. Sin embargo, eso es lo que te pido que hagas. Tú no

eres el cuerpo, porque el cuerpo nace y muere, y tú no naces, ni tampoco mueres.

Tú no eres un pensamiento de limitación, porque cada pensamiento que te limita es un cuerpo que comenzará y finalizará. El cuerpo tan solo es el ámbito de tus creencias. Hay cuerpos densos y cuerpos livianos, pero todos tienen un principio y un final. Todos están sujetos a alguna forma de autorreclutamiento.

Yo soy un pensamiento sin limitación, porque siempre estoy expandiéndome en la «informidad» de Dios. No hay forma alguna que pueda contenerme. Me he unido a Dios en

perdón perfecto. Estoy libre de culpa. Estoy libre de agravios. No creo que se me pueda tratar mal, y tampoco creo que tenga el poder de tratar mal a otro. Pues sé sin duda alguna que todo ser tiene igualdad en Dios.

Sé que te resulta difícil creer esto, porque mucho de lo que ves en tu mundo sugiere inequidad. Pero estas inequidades están fabricadas por ti. Son falsedades que tú sustentas.

No necesitas sustentarlas más. Demuestra que no son reales extendiendo el amor de Dios a cada uno de tus hermanos. Solo así se puede experimentar el reino de Dios en la

tierra.

No te preocupes de lo que otros hagan o dejen de hacer. No es tu responsabilidad evaluar sus pensamientos o sus acciones. Simplemente sé responsable de cómo piensas y cómo actúas. Porque si piensas y actúas con Dios, influirás en otros sin pronunciar una sola palabra.

La caridad solo se encuentra en la autorresponsabilidad. Haz las cosas absolutamente lo mejor que puedas hacerlas para ti mismo y para los demás, y deja el resto a Dios.

Tú no eres responsable de las elecciones de otros, y ellos tampoco son

responsables de las tuyas. Sin embargo, podéis y debéis aprender unos de otros porque lo que tú eliges no es tan diferente de la elección de tu hermano. En muchos casos, cometéis los mismos errores.

Los errores son oportunidades para aprender. Condenar a tu hermano por cometer errores es pretender que tú estás libre de ellos, y no lo estás. Te he preguntado antes y te preguntaré otra vez: ¿Quién de vosotros lanzará la primera piedra?

Puedes liberar a tu hermano del juicio que emitirías sobre él en tu mente. Liberarle es amarle, pues le sitúa donde

solo el amor está, más allá de cualquier tipo de juicio.

La maestría sobre tus propios pensamientos es esencial para tu iluminación. Porque es en tus pensamientos donde eliges caminar conmigo o alejarte de mí.

Yo soy constante, a diferencia de ti. Yo no me alejaré de ti. Siempre estoy a tu lado, esperando que me reconozcas.

Si quieres ser como yo, tienes que aprender a pensar como yo. Y si quieres aprender a pensar como yo, tienes que depositar cada pensamiento que piensas en mis manos. Yo te diré si es útil o no. Los pensamientos inútiles tienen que ser

eliminados. Esa es la esencia del entrenamiento mental. Únicamente los pensamientos que bendicen y nos devuelven a la verdad han de ser conservados.

Mi enseñanza ha sido y continuará siendo distorsionada porque amenaza todo pensamiento falso. Y amenazados de esta manera, los pensamientos falsos toman la enseñanza y tratan de moldearla para satisfacer sus fines. No pasa mucho tiempo antes de que las palabras atribuidas a mí sean lo opuesto de las que yo he pronunciado.

Por eso te pido que estés en guardia. No te resistas a esta distorsión, no la

ataques ni trates de desacreditarla, ya que eso tan solo la haría más fuerte. Pero sé claro en tu propia mente, y rechaza lo falso en favor de la verdad.

Una sola idea falsa puede llevar a la mente que la piensa a la desesperación. Pero un solo pensamiento verdadero restaura el reino. Por lo tanto, selecciona tus pensamientos sabiamente. Y si no estás seguro de qué pensar, trae a mí tu dilema.

Rendirte a mí no se parece a ningún acto de rendición que puedas conocer en el mundo. Porque el mundo usaría tu rendición severamente para controlarte, pero yo la uso delicadamente para

liberarte de la falsedad y devolverte tu verdadero Ser.

Aquellos que hacen mi trabajo te capacitan para amarte y confirmarte a ti mismo tal como eres ahora mismo. Aquellos que trabajan en mi contra encuentran muchas faltas en ti, que están dispuestos a enmendar. Están dispuestos a hacerte depender de ellos para tu salvación. No aceptes tales mentiras. Aprende a discriminar. Nadie en la tierra tiene una respuesta mejor para ti que la que encontrarás confiando en ti mismo y en mí.

El asunto central

No hay nadie que sea tan severo contigo como lo eres tú mismo. Al igual que todos tus hermanos y hermanas, sufres de una sensación básica de inadecuación e indignidad. Sientes que has cometido errores terribles que tarde o temprano serán castigados por las autoridades humanas o por alguna otra autoridad espiritual abstracta, como Dios o la ley del karma.

Estos problemas de autoestima no resueltos son los condicionamientos de tu encarnación. En otras palabras, estás

aquí para resolverlos. Elegiste a tus padres para exacerbar tu culpa, de tal manera que cobraras conciencia de ella. Así, culparles de tus problemas no te ayudará a retirar los condicionamientos que tú y ellos habéis puesto sobre el amor. La única vía de salida es expandir tu conciencia de tu propia culpa, y de tus creencias y hábitos de interacción basados en el temor.

Buscar a alguien especial que te proporcione el amor que tus padres no pudieron darte tampoco será de ayuda. Solo aumenta la temperatura dentro de la olla a presión. No te sorprendas si la pareja que eliges es la perfecta

encarnación del padre o madre con quien más necesitas un proceso de sanación. No puedes evitar estar cara a cara con tus propias heridas. Los padres, cónyuges e hijos están aquí para ayudarte a ver tu propia necesidad de curación, y tú desempeñas esa misma función en sus vidas.

Buscar amor incondicional en un mundo condicionado tiene que conducir inevitablemente al fracaso. Como todos tus hermanos y hermanas actúan a partir de la vergüenza no pueden ofrecerte el amor que sabes que mereces, y tú tampoco puedes ofrecérselo a ellos. Lo mejor que podéis hacer es aumentar

vuestra conciencia del amor que necesitáis, y comenzar a responsabilizaros de dároslo a vosotros mismos.

Si no asumes la responsabilidad de traer amor a tus propias heridas, no saldrás del círculo vicioso de ataque y defensa, de sentirte culpable y de culpar a otros. Tus sentimientos de furia, dolor y traición, que parecen estar justificados, tan sólo avivarán el fuego del conflicto interpersonal y continuarán reforzando tu creencia inconsciente de que eres incapaz de ser amado e incapaz de amar.

Tienes que aprender a ver hasta qué

punto te odias a ti mismo. Hasta que te mires en el espejo y veas tus propias creencias reflejadas allí, estarás usando a todo hermano y hermana con quien te encuentres como espejos para mostrarte lo que piensas de ti mismo. Aunque no hay nada de malo en esta práctica, no es el camino más corto a casa, ni el más fácil, puesto que siempre tendemos a pensar que lo que vemos es la lección que debe aprender otra persona.

Si quieres hacerte a un lado de la depravada psicología del mundo, debes detener el juego de la proyección. Este juego oculta tu impulso inconsciente de muerte detrás de una fachada de culpa y

moralidad condicionada. Ciertamente es paradójico, pero en el instante en que proclamas tu inocencia a expensas de tu hermano, también estás reforzando tus sentimientos de culpa e inferioridad.

No hay más salida del círculo de la culpabilidad que dejar de culpar. Sin embargo, tienes que estar preparado. Si decides bajar de la rueda del sufrimiento, tal vez descubras que no eres muy popular. Los que no se unen al juego de proyecciones del mundo son los primeros en ser atacados. Si has aprendido algo de mi vida, ¡tienes que haber aprendido esto!

Cualquiera que esté dispuesto a

reconocer su propio temor sin proyectarlo amenaza el juego del mundo. Cualquiera que se apropie de sus pensamientos asesinos y que busque sus raíces dentro de su conciencia amenaza la estructura moral de la sociedad.

En la sociedad humana existe lo que está bien y lo que está mal. Aquellos que hacen el bien son recompensados y aquellos que hacen el mal son castigados. Así es como siempre ha sido.

Mi enseñanza amenaza esta suposición básica. Al nivel más superficial, pone en cuestión la idea de que las malas acciones deban ser

castigadas. Frente a la llamada a castigar, defiende y seguiré defendiendo la llamada al perdón.

A un nivel más profundo, mi enseñanza pone en cuestión la idea misma de que alguien debe ser condenado por su comportamiento. Si alguien se comporta mal es porque tiene pensamientos falsos. Si puede percatarse de la falsedad de su pensar, puede cambiar su comportamiento. Y a la sociedad le interesa ayudarlo a hacerlo. Pero si se aplica un castigo, sus falsas ideas se reforzarán, y además se les añadirá la culpa.

Has oído la expresión: «Dos errores

no hacen un acierto». Esta es la esencia de mi enseñanza. Todos los errores tienen que ser corregidos de la manera correcta. De lo contrario, la corrección es un ataque. Oponerse a una idea falsa, tratar de dominarla o discutir con ella es reforzarla. Ese es el camino de la violencia. Mi camino, por el contrario, es no violento. Mi camino demuestra la respuesta en el planteamiento del problema. Lleva amor, y no ataque, a los que sienten dolor. Sus medios son consistentes con sus fines.

Hacer mal es enseñar culpabilidad y perpetuar la creencia de que el dolor y el sufrimiento son necesarios. Hacer el

bien es enseñar amor y demostrar su poder para superar todo sufrimiento. Dicho de manera simple, nunca haces bien al hacer el mal, o mal al hacer el bien. Para hacer el bien, haz el bien.

No puedes amar de una manera no amorosa. No puedes hacer el bien y atacar el mal. El error tiene que ser deshecho. Y como la raíz de todo error es el temor, únicamente deshacer el temor traerá la corrección.

El amor es la única respuesta que deshace el miedo. Si no lo crees, pruébalo. Ama a cualquier persona o situación que evoque temor en ti, y el temor desaparecerá. Esto es verdad no

tanto porque el amor sea un antídoto contra el temor, sino porque el miedo es la «ausencia de amor». Por lo tanto, no puede existir cuando el amor está presente.

La mayoría de vosotros entendéis muchas cosas del miedo, pero muy poco del amor. Tenéis miedo de Dios, miedo de mí y miedo el uno del otro.

¿Por qué tenéis miedo? Porque creéis que no sois dignos de amor, ni capaces de amar a otro.

Esa creencia es la única que tiene que ser cambiada. Toda la negatividad se desprenderá de tu vida cuando deshagas esta simple creencia errónea

acerca de ti mismo.

Tú, amigo mío, no eres quien crees ser. No eres una simple acumulación de todas tus creencias y acciones negativas. Eso es lo que crees ser, pero no lo que eres.

Tú eres el Hijo de Dios, al igual que yo. Todo lo que es bueno y cierto acerca de Dios es bueno y cierto acerca de ti. Acepta este hecho, aunque solo sea por un instante, y tu vida se transformará. Acéptalo con respecto a tu hermano, aunque solo sea por un momento, y todo conflicto entre vosotros terminará.

Lo que ves es un resultado directo de lo que crees. Si crees que eres

culpable, entonces verás un mundo culpable. Y el mundo culpable será castigado, y tú también.

«Dios te abatirá. Dios destruirá el mundo. Dios se vengará». Estos, amigos míos, son vuestros pensamientos. ¡Estos pensamientos —por blasfemos que sean— son ideas absurdas que me habéis atribuido a mí! Afortunadamente, entiendo que esta es vuestra manera no muy sutil de flagelaros.

Es una maniobra dilatoria. Con el tiempo, te cansarás de ella. No pasará mucho tiempo antes de que comiences a rechazar todo el concepto de culpa —individual y colectivamente— y aspire

a volver a casa.

Amigo mío, espero ese momento de honestidad y responsabilidad completas con alegría y certeza. En ese día, cuando veas que tu bien y el de tu hermano son uno y lo mismo, todo lo que te separa de Dios caerá, y te alzarás junto a mí en todo tu esplendor.

Entonces conocerás el amor que Dios siente por ti más allá de cualquier duda. Entonces sabrás que Él jamás te abandonó, aun cuando en la cumbre de tu locura pensabas que Él te castigaría y destruiría tu mundo. Entonces conocerás el poder de tu mente para crear, y elegirás crear con Dios, y no separado

de Él.

La práctica

La misma palabra «práctica» invita al malentendido. ¿Qué practicarías sino lo que ya conoces? ¿Y qué conoces aparte de la culpa, el temor y el ataque? ¡Ciertamente no querrás seguir practicando las creencias y reacciones que te hacen sufrir!

Por tanto, ¿qué practicarás? Tal vez podrías comenzar practicando simplemente el ser consciente. Practica tomar conciencia de tu culpabilidad, de tu temor y de tu ataque. No los disfraces ni los niegues, ni los proyectes a otras

personas. Simplemente observa estos fenómenos a medida que surgen en tu conciencia.

Cuando te sientas enojado o deprimido, sencillamente pregunta: ¿Por qué estoy enojado? ¿Por qué siento la necesidad de defenderme? ¿De qué tengo miedo? Continúa haciéndote estas preguntas hasta que comiences a ver la fuente de tu ira y tu temor. Una vez que traspases esas capas de emoción, pregúntate, «¿de qué me siento culpable aquí?».

¿Qué culpa?, preguntas. Todas las emociones negativas de tu vida surgen de tu culpabilidad/vergüenza

inconsciente, que debe ser llevada a la conciencia para poder deshacerte de ella.

Tus sentimientos de inadecuación e indignidad generan miedo al castigo. Si crees que hay algo malo en ti, o que has hecho algo malo, tendrás miedo a ser castigado. Y si tienes miedo a ser castigado, te defenderás de todo ataque imaginario. En cuanto sientas que alguien cuestiona tu valía, estarás dispuesto a apretar el gatillo.

Todo este escenario de culpabilidad y punición solo está en tu propia mente. Si lo proyectas, incluirás en él a otros y entonces tendréis que resolver la

situación juntos. Esto no hace sino aumentar el grado de dificultad. Es improbable que puedas resolver algo con otra persona cuando ni siquiera eres consciente de tu complicidad en el evento.

Más vale empezar por tomar conciencia de tus propios pensamientos. Pues no solo descubrirás que la culpabilidad está en la raíz de todo sufrimiento, también descubrirás que necesitas perdonarte a ti mismo. Sin autoperdón, no hay liberación de la culpa. De modo que el drama de la redención también ocurre únicamente en tu propia mente.

En tu mente, tú estableces tu inocencia o tu culpabilidad. No importa cuántas personas hayan abusado de ti. Culparlas no va a ayudarte. Tú eres el juez que pronuncia la sentencia. Y mientras culpes a otros por tus problemas, estás negándote a ofrecerte perdón a ti mismo.

El juez y el jurado viven en tus pensamientos. Tú estableciste tu culpa, y ahora debes disolverla. Hasta que deshagas la culpa, no podrás encontrar tu inocencia. En esto consiste el proceso del perdón. No tiene nada que ver con perdonar a los demás. Tiene todo que ver con perdonarte a ti mismo por

haberte declarado culpable.

Este es el reino de la práctica. No hay ninguna situación en la que no pueda realizarse este trabajo. Todos los escenarios de tu vida son un territorio válido para la autoindagación. Pon conciencia en todos tus pensamientos y sentimientos, y pronto encontrarás la fuente de tu culpabilidad y del sufrimiento subsiguiente.

Nadie puede escapar de este trabajo. Forma parte esencial del plan de estudios del despertar. Cuanto antes te des cuenta, más fácil será para ti.

Tu hermano

Estás sobrestimando constantemente la importancia de tu hermano en tu vida. Por un lado te gustaría culparle de todos tus problemas y crucificarlo, como me crucificaste a mí. Y por otro lado te gustaría elevarlo, colocarlo en un pedestal y adorarlo, como me adoras a mí.

Sin embargo, se te hace sumamente difícil tratarle como a un igual. Cuando te pedí que amaras a tu prójimo como a ti mismo, te di una regla muy sencilla para que guiara tus comportamientos.

Por desgracia, si no te amas a ti mismo, no vas a tener mucha suerte en tu intento de amar a tu prójimo.

Aprender a amarte a ti mismo y aprender a amar a tu hermano van de la mano. No puedes amar a tu hermano y odiarte a ti mismo, o amarte a ti mismo y odiar a tu hermano. Tus sentimientos hacia tu hermano simplemente reflejan tus sentimientos hacia ti mismo.

Siendo así, tus interacciones con tu hermano te ayudan a ver lo que tienes que perdonar en ti mismo. Perdonar a tu hermano por esta transgresión contra ti solo le ayuda si le permite perdonarse a sí mismo. De la misma manera, recibir

el perdón de tu hermano por tu transgresión contra él solo te ayuda si te permite perdonarte a ti mismo.

Perdonar a los demás solo es necesario si tú crees que lo es. Si es así, como la mayoría de la gente cree, es importante enmendarse. Pedir perdón a otros demuestra que estás listo para cambiar tu forma de pensar con respecto a lo que ocurrió. Este es un primer paso importante en el proceso.

Sin embargo, no cometas el error de darle a tu hermano el «poder» de perdonarte. Eso sitúa el poder fuera de ti, donde nunca puede estar. Pídele perdón, pero, si no te lo da, no supongas

que el perdón jamás será tuyo. De hecho, siempre es tuyo. Aquellos que niegan el perdón solo se lo niegan a sí mismos.

Si te descubres condenando a tu hermano, puedes estar seguro de que no es a él a quien condenas. Se trata de alguna parte avergonzada de ti mismo que no has reconocido. Percibir la inadecuación en tu hermano no puede hacer que te sientas mejor, pues solo exagera tu propia sensación de indignidad.

Ni la justicia ni la salvación van a conseguirse atacando a tu hermano. Por favor ve esto tal como es. Cada clavo

con el que traspasas la mano de tu hermano te sujeta a la cruz. Yo soy la prueba de eso. Porque según tu percepción permaneceré en la cruz hasta que cese todo ataque. Hasta entonces, tú y yo compartimos algo en común: ambos hemos sido crucificados.

En tus interacciones con tu hermano, la elección es sencilla: puedes hallarle inocente o culpable. Esta elección se presenta una y otra vez, cada día, cada hora, cada momento. Pensamiento tras pensamiento, encarcelas a tu hermano o le liberas. Y tal como elijas tratarlo, emites ese mismo juicio con respecto a ti mismo.

No puedes llegar al cielo oprimiendo a tu hermano, ni tampoco llegarás si intentas cargar con él. Cada uno de vosotros dispone de los medios para descubrir su propia inocencia. Sencillamente reconoce a tu hermano y bendícelo en su camino. Si te pide ayuda, dásela gustosamente. Pero no intentes hacer por tu hermano lo que él tiene que hacer por sí mismo.

Se necesitan fronteras adecuadas si quieres ir más allá de ellas. No hagas que tu paz y tu felicidad sean responsabilidad de tu hermano, ni permitas que su paz y su felicidad sean responsabilidad tuya. El no está aquí

para salvarte, ni tú para salvarlo a él.

Por otra parte, libera a tu hermano de todo agravio que albergas en su contra. No le niegues el amor de manera alguna. Pues intentar evitar que alcance su felicidad no es sino atacarle y encarcelarte en las garras del temor y de la culpa.

No eludas el llamado de tu hermano pidiéndote ayuda. Permítele trabajar a tu lado mientras quiera hacerlo. Y cuando esté listo para partir, deséale buen viaje. Dale agua y comida para la jornada. No hagas que se endeude contigo ni le fuerces a quedarse en contra de su voluntad.

La libertad de tu hermano no es sino un símbolo de la tuya. Por lo tanto, déjale ir y venir grácilmente. Dale la bienvenida cuando llegue y dile adiós cuando se vaya. No puedes hacer más que eso. Sin embargo, eso es suficiente. Cuida de cada extraño de esta manera y te mostraré un mundo al que ha retornado la confianza y donde la caridad manda.

Ama a tu prójimo como a ti mismo. Hazlo igual de importante. No te sacrifiques por él ni le pidas que se sacrifique por ti, pero ayúdale cuando puedas y recibe su ayuda agradecido cuando la necesites. Este intercambio,

sencillo y digno, es un gesto de amor y de aceptación. Demostraos confianza y cariño mutuos.

Más que esto es demasiado. Menos que esto es demasiado poco.

Interpretación

Interpretas lo que sucede en tu vida de acuerdo con tus creencias esenciales y los estados emocionales que surgen de ellas. Por ejemplo, la experiencia de la decepción se relaciona directamente con tus sentimientos de culpa e inadecuación.

Cuando no satisfaces tus expectativas, simplemente estás recibiendo una corrección. Se te está diciendo que no ves toda la verdad de una situación. Se te está pidiendo que expandas tus percepciones. La

corrección no es ataque, no es un castigo.

La percepción de que estás siendo atacado o castigado cuando las cosas no van como tú quieres está enteramente motivada por la culpa. Sin esa culpa, la corrección sería recibida con gratitud, y la percepción se expandiría para incluir la nueva información.

Todas las experiencias ocurren con un único propósito: expandir tu conciencia. Cualquier otro significado que veas en la experiencia de tu vida te lo has inventado tú. Quizá no decidas a nivel consciente lo que te va a suceder, pero definitivamente interpretas lo que

sucede de acuerdo con tus creencias.

Tu libertad esencial consiste en aceptar y aprender de las experiencias que te ocurren. Por supuesto, puedes negarte a aprender de tus experiencias. Pero esa elección conduce al sufrimiento. Si todavía no sabes esto, no tardarás en aprenderlo. Podrías preguntar: «¿Puedo eliminar el sufrimiento aceptando mi experiencia y aprendiendo de ella?». Esta es una muy buena pregunta. No solo puedes eliminar el sufrimiento, puedes experimentar el júbilo de la unión con Dios. Puesto que, cuando abrazas tu experiencia, la corrección es recibida y tus

pensamientos son llevados a alinearse con la Mente Divina.

La vida es resistencia o rendición. Estas son las únicas opciones. La resistencia conduce al sufrimiento. La rendición conduce a la dicha. La resistencia es la decisión de actuar en solitario. La rendición es la decisión de actuar con Dios.

No puedes experimentar alegría en tu vida oponiéndote a las ideas o acciones de los demás. Solo puedes experimentar alegría permaneciendo fiel a la verdad dentro de tu corazón. Y esta verdad jamás rechaza otras verdades, sino que las invita a entrar.

La verdad es una puerta que permanece abierta. No puedes cerrar esa puerta. Puedes elegir no entrar. Puedes caminar en la dirección opuesta. Pero jamás podrás decir: «Intenté entrar, pero la puerta estaba cerrada». La puerta nunca está cerrada para ti, ni para nadie más.

Si sientes que te han cerrado la puerta en las narices, has interpretado tu experiencia de manera temerosa... Crees que la puerta está cerrada. No lo está, pero tu creencia puede muy bien convencerte y convencer a los demás de que es así.

Todos vosotros sois maestros en

tomar una verdad e invertirla. Tenéis la capacidad creativa de hacer que cualquier cosa signifique lo que queráis que signifique. Podéis tomar el sí y hacerlo un no, tomar un error y convertirlo en un acierto. Así de fuertes son vuestras creencias.

Pero esto no significa que por el simple hecho de que hayas invertido la verdad, esta deje de ser verdad. Solamente significa que has logrado ocultarla de ti mismo.

De modo que tu manera de interpretar la experiencia es importante. Cuando tus expectativas se vean frustradas, ¿aceptarás la corrección o

insistirás en que estás siendo tratado injustamente? ¿Eres la víctima de lo que te sucede o lo usas para aprender? ¿Recibes tu experiencia como una bendición o como un castigo?. Esta es la pregunta que debes hacerte constantemente.

Toda experiencia es una oportunidad de abrazar la verdad y rechazar la ilusión. En este sentido, una experiencia no es mejor ni peor que otra. Todas las experiencias son igualmente potentes. Solo existen como un terreno donde dar a luz tu divinidad.

Esta es la razón por la que nunca debes desesperar. Siempre tendrás otra

oportunidad de cambiar tu forma de pensar. No escuches a los que te digan lo contrario. No hay un juicio final, excepto el juicio que tú harás de ti mismo cuando te veas a través de mis ojos.

Quizá no me creas en este momento. Quizá estés convencido de que has causado sufrimiento a otros o de que eres la víctima de sus acciones. El hecho de que rechaces mis palabras no implica que vaya a dejar de ofrecértelas. ¿Por qué debería importarme cuánto tiempo tardes en despertar?

Ciertamente, el tiempo no es un problema para mí. Y, a decir verdad,

tampoco para ti. Tienes abundante tiempo para cometer errores y aprender de ellos. Cuando todos y cada uno de vosotros hayáis aprendido lo que habéis venido a aprender, este mundo ya no será necesario. Este universo físico que parece tan permanente para ti se disolverá en la nada. Pues una vez que estés despierto ya no servirá a ningún propósito. Ese momento se aproxima, pero no hay prisa.

No empujes el río. No intentes detenerlo. No te servirá de nada. La Mente Divina está operando en tu mente aquí mismo, ahora mismo. Tienes que aprender a confiar en esto.

La necesidad de Milagros

Los Milagros son demostraciones de la Mente Divina en acción dentro de tu mente y de tu experiencia. Los Milagros son necesarios como medios de enseñanza, tal como lo fueron hace dos mil años. Todo Milagro es una demostración de que el amor es más fuerte que el miedo.

No subestimes en qué medida tu mundo ha sido creado a partir del miedo. Mira a tu alrededor. Observa tus propios pensamientos. ¿Hay algún lugar

donde el temor no haya echado raíces?

No te pido que hagas esto para que te deprimas. Solo quiero que seas realista. Ve las cosas tal como son en tu mundo. Haz inventario de tus propios pensamientos. No puedes venir al amor a menos que tomes conciencia de cuántos de tus pensamientos están basados en el miedo.

Tomar conciencia de tus pensamientos temerosos introduce la posibilidad de una alternativa. Pero, por favor, no intentes remplazar los pensamientos negativos y temerosos con pensamientos positivos y amorosos. Esto solo establece un conflicto en tu

mente. Más bien, deja que actúe la conciencia. Simplemente toma conciencia de tu temor y siéntelo.

Entonces, cuando lo hayas sentido plenamente, simplemente di: «Padre, ahora estoy listo para atravesar mi temor. Por favor ayúdame». Y estate dispuesto a recibir la ayuda que has pedido. Tu solicitud no será rechazada, te lo aseguro.

Cuando pides ayuda, reconoces que hay un poder mayor que tu temor. También indicas tu deseo de trabajar con ese poder para dejar atrás el temor y los conflictos de tu vida.

Yo haría una sugerencia más.

Cuando pidas ayuda, reconoce que estás pidiendo que tus pensamientos sean cambiados. Afirma lo siguiente: «Padre, estoy dispuesto a cambiar mi manera de pensar con respecto a esta situación. Por favor, ayúdame a ver esto no a través de los ojos del temor, sino como Tú lo ves. Ayúdame a ver esto con un amor igual por mí mismo y por todos los demás».

Esta, hermano mío, es una oración poderosa. Quédate con ella. Descansa en su fuerza y en su paz. Y deja que Dios te responda en cada palabra, en cada gesto y en cada acción. No puedes experimentar el Milagro a menos que estés dispuesto a recibirlo.

Para experimentar el Milagro deben de estar presentes los siguientes factores:

1. Tienes que saber que lo necesitas.
2. Tienes que pedirlo sinceramente.
3. Tienes que estar dispuesto a recibirlo.

Cuando estos tres factores estén presentes, el Milagro se manifestará.

Por desgracia, aunque el Milagro se haya manifestado en tu vida, es posible que no lo sepas. ¿Por qué es así? Porque tienes una idea preconcebida de la apariencia que debe tener. Así, aunque

está sentado a tu lado, es posible que no lo reconozcas.

¿De qué sirve un Milagro si no puedes encontrarlo? Si aceptas el Milagro en tu corazón, por favor entiende que tal vez no tenga el aspecto que tú crees que debería tener. Ábrete a su presencia en tu vida y permite que se revele a ti.

Es posible que algunos os preguntéis: «¿Porqué no me concede Dios el Milagro que he pedido?». Es posible que el Milagro solicitado no te libere del temor. Por lo tanto, no es milagroso, y tu miedo simplemente volverá a crear las condiciones que

hicieron necesaria la demostración que pediste.

Deja que sea Dios quien responda a tu oración. No intentes decirle lo que necesitas. Él lo sabe mejor que tú. Confía en eso. Ábrete a Su presencia en tu vida. Estate dispuesto a aprender de Él como ejemplo y como maestro. En esta disposición el temor será disuelto. En esta disposición despertarás a tu verdadera naturaleza.

Usa lo que haya

No necesitas volver a inventar la rueda para poder hacer una contribución significativa en la vida. Si miras a tu alrededor, verás que la autoexpresión puede seguir muchas vías. Ninguna de ellas es perfecta. Algunas exigirán que te adaptes. Eso está bien. Es bueno ser adaptable. Es bueno entender que la misma cosa puede ser dicha y hecha de muchas maneras.

Si estás tratando de encontrar la forma perfecta —el trabajo perfecto, la relación perfecta— continuamente te

sentirás frustrado. En este aspecto, el mundo no ofrece perfección. Simplemente te ofrece una oportunidad para crecer y para cambiar, lo cual no es difícil si no estás atado a la forma de tu expresión.

Usa la forma que esté disponible para ti a cada momento. Suelta tus conceptos previos. Cada momento es nuevo. Cada situación requiere algo diferente de ti.

El apego a decir o a hacer algo de una manera particular está ligado al tiempo. Apegos como este te mantienen encadenado al pasado. Te mantienen fijado a una identidad falsa. Toda

experiencia que se te presente te preguntará si estás dispuesto a soltar, si estás dispuesto a confiar, si estás dispuesto a salir del tiempo.

Si no estás apegado a la forma, es fácil salir del tiempo. Te mantienes enfocado en el presente, en el eterno ahora. Cualquier cosa que ocurre exige toda tu atención.

Sin embargo, ¿cuántos de vosotros estáis enteramente presentes en vuestra experiencia? La mayoría estáis ocupados juzgando vuestra experiencia, encontrándole fallos, deseando que tenga el aspecto que vosotros queréis. En otras palabras, os estáis aferrando a

vuestra falsa identidad. Estáis tratando de hacer que el presente se conforme al pasado.

Pregúntate a ti mismo, honestamente: ¿estás buscando una vida uniforme y predecible? ¿Es esto lo que quieres? De ser así, tienes que darte cuenta de que el mundo no te la puede ofrecer. En el mundo, todo está en un proceso de cambio. Nada es constante. Nada es predecible. Nada te ofrecerá más que una seguridad temporal. Los pensamientos van y vienen. Las relaciones comienzan y acaban. Los cuerpos nacen y mueren. Esto es todo lo que el mundo puede ofrecerte;

impermanencia, crecimiento, cambio.

La permanencia no puede encontrarse en el nivel de la forma. Toda forma es, en esencia, una distorsión de la informalidad original del universo. Lo que es omniincluyente, lo que todo lo acepta, lo que todo lo ama no puede limitarse a la forma. El amor no escoge a su amado ni el momento de su expresión. El amor se extiende a todos en todo momento. El amor es sin condiciones; es decir, «sin forma».

¿Quiere esto decir que no puedes experimentar el amor en el mundo? ¡Por supuesto que no! Sin embargo, tu experiencia del amor disminuirá en

proporción directa a tu necesidad de interpretarlo o controlarlo. La interpretación impone condiciones sobre aquello que tiene que ser sin condiciones. Cuando estableces condiciones sobre el amor, lo que experimentas son las condiciones, no el amor. Te encuentras con la forma, no con el contenido.

El amor solo se expresa por medio de un corazón abierto. La apertura del corazón no es una técnica, sino una disposición emocional que va más allá de los límites de la definición conceptual. A medida que cada forma cambia, el corazón se abre sin temor a

su contenido cambiante.

Para entender cualquier cosa del mundo, tienes que aprender a mirar más allá de la forma, hacia la intención creativa. Capta la intención que está detrás de la expresión de alguien y verás más claramente lo que esa expresión significa para él. Pero si miras únicamente la forma desnuda, solo verás lo que significa para ti.

«Mirar más allá de la forma», es otra manera de decir: «Mira más allá de tus propios prejuicios». Para ver a tu hermano como realmente es, tienes que mirar más allá de tus juicios sobre su persona. Si quieres conocerle, tienes

que acercarte a él, abrir tu corazón y preguntarle cuál es su intención. Ese es el único gesto que te ayudará a conocerle.

Cuando nuestras intenciones cambian, la forma portadora de dichas intenciones también cambia. Si eres sensible a tus propias intenciones y a las de los demás, estarás más preparado para los cambios de forma.

El desapego de la forma no viene del aislamiento, sino de familiarizarse con los demás. El distanciamiento de los demás no produce desapego, sino su opuesto. Únicamente cuando dejas entrar a los demás a tu corazón eres capaz de

dejarlos ir.

La compasión y el desapego van de la mano. No puedes amar a alguien y tratar de controlarle. Solo deseando lo que es mejor para él ofreces libertad a tu hermano. Y si no le ofreces libertad, no le ofreces amor.

El apego a la forma viene de la más profunda inseguridad. No puedes entenderlo del todo hasta que vas más allá de ese apego. No obstante, ese movimiento es inevitable. Está escrito en el programa de la vida.

Cada situación de tu vida te ofrece la oportunidad de conseguir más intimidad y una mayor libertad. A

medida que amas a más gente, cada vez más profundamente, te apegas menos a ellos individualmente. No te apegas a una persona específica, sino al amor que cada una de ellas extiende hasta ti. Este es un avance hacia la experiencia del Amor Divino, que está más allá del cuerpo y, de hecho, más allá de cualquier tipo de forma.

Cuando te pido que uses cualquier forma que esté a tu disposición en el momento presente, te estoy pidiendo que te hagas flexible y receptivo. Te estoy pidiendo que te muevas al nivel de la intención. Te estoy pidiendo que entres en la intimidad sin tratar de definir o

controlar. Si haces esto, jamás estarás limitado por la forma ni obsesionado por ella. Serás libre de crear espontáneamente.

Este es el mejor regalo que puedo darte. Mantente en el presente sin expectativas, sin atarte a los resultados. No te quejes de la forma que se te ofrece, ni le des más importancia de la que tiene. No puedes alcanzar la perfección fuera de ti.

Si quieres encontrar la verdad, mira dentro. Mira a tus propias intenciones. Entonces no podrás malinterpretar las intenciones de otro.

Abrirse a lo divino

Hasta que entiendas que todo el mundo es bueno te resultará difícil encontrar bondad en ti mismo o en otros. Estás acostumbrado a encontrar lo bueno junto con lo malo. «Esto es bueno; aquello es malo». Éste es tu juicio sobre ti mismo y sobre tu hermano. Jamás te traerá la paz.

Tu hermano no es bueno y malo, y tú tampoco. Ambos sois únicamente buenos. No hay mal en ti. Quizá creas que hay mal en ti —de hecho, puedes creer que hay muy poco, o nada bueno en ti—, pero esta es una creencia

errónea. Mientras conserves esta creencia, te flagelarás a ti mismo o flagelarás a los demás.

¿Qué quiero decir cuando digo que solo hay bien en ti? ¿Quiere esto decir que eres incapaz de un pensamiento o de un gesto negativo? Por supuesto que no, o no estarías donde estás. Tu mundo es un combinado de pensamientos y gestos negativos, mezclados con otros positivos. El tuyo es un mundo de sombras, un mundo de oscuridad y luz entremezcladas.

Pero todo este mundo que experimentas solo está hecho de pensamientos. Si pudieras eliminar el

pensamiento negativo de tu mente, vivirías en un mundo muy diferente.

En un mundo donde solo hay pensamientos «buenos», la comparación es imposible. Sin comparación no hay interpretación, así que no puede haber fracaso, castigo, sacrificio o sufrimiento. ¿Puedes imaginar un mundo así, resplandeciente y libre de culpa? Tal vez te parezca extraño que un mundo así pueda existir, ¡pero no es más difícil de crear que el mundo que habitas!

Puedes comenzar a crear este nuevo mundo entendiendo que no hay maldad, sino únicamente bondad en ti y en tu hermano. Es el temor a lo malo lo que

hace que «lo malo» parezca real. Toda negatividad surge del miedo. El concepto de «malo» en sí es un pensamiento de temor.

De modo que, aparte de tu bondad, que es tu derecho de nacimiento, ¿qué más hay? Está la duda de que no eres bueno. Está el temor.

Tu vida está hecha de bondad asaltada por la duda y el temor. ¿Cuántas veces al día cuestionan la duda y el temor tu percepción de tu propia bondad? ¿Cuántas veces cuestionan tu percepción de la bondad de tu hermano?

Cuando sabes que la duda y el temor están operando constantemente en tu

experiencia, puedes reconocerlos conscientemente. Entonces simplemente pasan a formar parte de la danza de la conciencia. «Oh, sí, sé que soy bueno. Pero, ¿qué pasaría si no lo fuera?» Esta danza ocurre en la mente. El diálogo va de un lado a otro. Y gradualmente va perdiendo su tono condenatorio. Gradualmente, a medida que abrazamos el temor, se deshace.

El conflicto se borra de la mente que reconoce su propia bondad. Y habiendo reconocido su propia bondad, sólo puede conservarla extendiéndola a los demás. Si ves a otro como malo, habrás permitido que la duda y el temor

retornen a tu mente.

Lo divino está libre de dualidad o conflicto de cualquier tipo. Te abres a la divinidad cuando ves tu bondad y la de tu hermano como una y la misma. La divinidad siempre es compartida, jamás es exclusiva.

Toda exclusividad es una creación del miedo. Todo juicio está creado por el miedo.

Solo cuando rechazas el mal y aceptas el bien puedes expulsar el temor de tu corazón. Ni uno solo de los hijos de Dios puede ser malo. En el peor de los casos, está herido. En el peor de los casos, ataca a otros y les culpa de su

dolor. Pero no es malo.

Sí, tu compasión tiene que ser así de profunda. No hay ser humano que no merezca tu perdón. No hay ser humano que no merezca tu amor.

Puedes establecer tus condiciones e inventarte excusas, pero no me engañan. Te he dicho la verdad. No te conviene corromperla.

Si te resulta difícil perdonar y amar a alguien, entonces dilo. No le condenes solo para justificar tu debilidad. Cuando tengas miedo, di la verdad. La verdad siempre produce cordura.

Solamente el temeroso juzga a otro. ¿Estás más allá de las garras del miedo?

De no ser así, reconoce tu temor. Si reconoces tu temor, no juzgarás a otros. Pues llegarás a ver que el miedo siempre distorsiona tu percepción.

Reconoce tu temor y sé veraz contigo mismo y con los demás. Confiesa: «Ahora tengo miedo, de modo que no puedo ver correctamente».

Renuncia a tus juicios porque no son sino un ataque sin sentido contra aquel cuya bondad no puedes ver. Pon esos juicios en mis manos. Di la verdad: «Jesús, no puedo ver a este hermano correctamente, ya que lo juzgo. Ayúdame a abandonar mis juicios y comprender los temores que su conducta provoca en

mí».

Todo juicio que emites acerca de tu hermano declara muy específicamente lo que odias, o lo que no puedes aceptar, de ti mismo. Jamás odias a otro a menos que te recuerde a ti mismo.

Esta es la razón por la que todo intento de justificar la ira, el temor y el juicio fracasa miserablemente. Solo son un intento de culpar a otro por tu propio error. Carece de honestidad. Carece de responsabilidad.

Tienes los medios para acabar completamente con los juicios y con el miedo, sin embargo, sigues justificándolos. ¿Por qué? Porque no

eres capaz de admitir tu error. Prefieres sufrir que admitir que has cometido un error. Prefieres simular que eres perfecto que reconocer que, aquí, eres un aprendiz. ¡Qué orgullo tan incomprensible! ¿Cómo puedo tomar la mano de alguien que, a pesar de su dolor, insiste en que es perfecto? No puedo ayudarte si tú no me dejas.

Estar equivocado no es algo tan terrible. No te priva del amor y de la aceptación. Tú crees que sí, pero eso es una ficción. Lo que te priva del amor es tu insistencia en tener razón cuando no la tienes. Eso evita que se realice la corrección.

Por favor, trata de entender esto. Estar equivocado no significa ser «malo» y tener razón no significa ser «bueno». Todos y cada uno de vosotros tendréis razón y estaréis equivocados cientos de veces en un solo día. Te digo que no puedes contar el número de veces que tienes razón o estás equivocado en el curso de tu estancia aquí.

Este mundo es una escuela y tú has venido aquí para aprender. Aprender implica cometer errores y corregirlos. Aprender no significa tener razón siempre. Si tuvieras razón siempre, ¿para qué tendrías que venir a la

escuela? Sé humilde, amigo mío. Estás aquí en calidad de aprendiz, y tienes que aceptar que es así si quieres integrar tus lecciones. A menos que reconozcas que has cometido un error, no puedo ayudarte a corregirlo.

Pero admite tus errores y la corrección estará allí, junto con el perdón. Este es el camino que he establecido para ti.

No trates de ser perfecto, amigo mío. Ese es un objetivo inapropiado. Solo aquellos que eligen sufrir largo y tendido desean ser perfectos. Desea más bien reconocer todo error que cometas para poder aprender de él.

La perfección sólo viene espontáneamente y sin esfuerzo cuando dices la verdad, cuando abandonas tu deseo de impresionar a los demás, cuando renuncias a tu falso orgullo.

Aquellos que piden corrección la recibirán. No porque sean mejores que otros, sino simplemente por pedirla.

No juzgues a los que no están listos para admitir sus errores. Simplemente admite los tuyos y entrégale el resto a Dios.

Comparte lo que ha sido tu experiencia, mas no busques imponerla a los demás, pues no sabes lo que otros necesitan y no te corresponde a ti

saberlo.

Acuérdate del bien que reside en tu hermano. Acuérdate del bien que reside en ti. Deja que todos tus temores y juicios se disuelvan allí donde surjan. Admite tus errores y sé tolerante con los errores que otros cometen. Esto es lo que yo te pido.

Es sencillo, ¿no te parece? Es tan sencillo que seguirás olvidándolo. Pero no te desanimes. Si tu deseo de paz es intenso, finalmente te rendirás a ella. Una vez que hayas decidido que eso es lo que quieres, no puedes fracasar en tu intento de venir a casa.

Aprende a escuchar

Estás tan ocupado reaccionando a lo que sucede o no sucede en tu vida que no tienes tiempo para saborear tu experiencia. No sientes tu alegría o tu dolor, tu ira o tu pena. Es una lástima.

Desperdicias buena parte de tu tiempo buscando respuestas a tus problemas fuera de ti. Si tan solo te tomaras el tiempo para estar contigo mismo, esas respuestas surgirían espontáneamente.

Aprende a estar presente en tu experiencia. No estoy diciendo: «intenta

descifrarla». «Estar con» no es una actividad analítica y, de hecho, reconoce que no puedes descifrar tu experiencia. Puedes estar con ella o puedes intelectualizarla; esto último, por supuesto, es un escape.

A cada momento estás recibiendo sugerencias que pueden ayudarte a situar la nave de tu vida en el curso correcto. Pero no puedes escuchar esas sugerencias si no te tomas el tiempo «para ser» y «para escuchar». Paradójicamente, precisamente en esos períodos, cuando estás más frenético intentando descifrar y «arreglar» tus problemas, es cuando más necesitas

estar sereno y escuchar. Al principio quizá no te des cuenta de ello, pero no podrás evitar notar que cuanto más intentes descifrar las cosas, más confusas se hacen.

Tarde o temprano dejarás de intentar que «tu vida funcione» como crees que debería funcionar. Y entonces quizá te preguntes: ¿Por qué estoy pasando por este período de transición? ¿Hay algo en mi enfoque que tiene que cambiar? Y aprenderás a escuchar la respuesta.

Generalmente, cuando estés siguiendo un curso que te lleve a una colisión, la respuesta que recibirás será algo así: «Disminuye la velocidad, mira

a tu alrededor. Tal vez no estés yendo por donde tú crees».

Esta no parece ser la mejor de las respuestas, pero es suficiente para ayudarte a dar el siguiente paso. Reducir la velocidad y mirar a tu alrededor es el inicio de la corrección.

Cuando las cosas fluyen suavemente en tu vida, no necesitas buscar corrección. Pero cuando las aguas se tornan turbulentas, harías bien en detenerte y considerar tu curso.

Esta simple introspección oportuna puede marcar una profunda diferencia en tu vida. Hay ocasiones en que la realidad externa te abruma y solo puedes

ir hacia dentro.

No te estoy pidiendo que medites dos horas al día. Ni tampoco estoy diciendo que la meditación regular no sea útil. Tan solo estoy diciendo que hay momentos en tu vida en los que necesitas quietarte y escuchar. Si aprendes a honrar esos momentos, te ahorrarás una gran cantidad de dolor.

Cuanto más aprendas a escuchar dentro de ti, más comenzarás a «estar con» tu experiencia a medida que ocurra. Desarrollarás un vínculo con tu vida, una voluntad de participar, de sentir y experimentar lo que te llega.

Cuando no tomas tiempo para estar

con tu experiencia, parece como si fueras una víctima de lo que ocurre en tu vida. Ese es un gran autoengaño. Te relacionas con tu experiencia como si fuera algo que tuvieras que conquistar y controlar. Y cuando tu experiencia se niega a plegarse a tus expectativas, sientes que estás siendo injustamente castigado. No es eso lo que está sucediendo. Más bien estás experimentando los efectos negativos de tu necesidad de controlar.

No estás abierto a tu experiencia. No estás en relación constante con ella. No estás dialogando con ella. No cabe sorprenderse de que tengas una relación

de amor/odio con tu experiencia. La amas cuando va por donde tú quieres, y la odias cuando no lo hace. Tu experiencia es blanca o negra: la vida te bendice totalmente, o bien te castiga totalmente.

La verdad es que la vida ni te bendice ni te castiga. Está trabajando contigo para ayudarte a despertar a la verdad de quién eres. La vida es tu maestra. Te está proporcionando retroalimentación constante, corrección constante, pero tú no eliges escuchar.

Elegir escuchar significa entregarte a tu vínculo con la vida. Significa aceptar la danza del pensamiento, de la acción y

de la corrección. Significa experimentar todo esto como parte necesaria, pero no desagradable, del proceso de aprendizaje.

Amor sin condiciones

Has aprendido el amor condicionado de personas cuyo amor por ti ya estaba condicionado por su propia culpa y temor. Estos han sido tus modelos. No tienes por qué estar avergonzado de eso. Basta con que lo tengas en cuenta, con que lo admitas como un hecho.

Desde que eras un bebé, fuiste condicionado a valorarte a ti mismo únicamente cuando la gente respondía positivamente a ti. Aprendiste a establecer tu autoestima externamente. Ese error fundamental se ha ido

perpetuando a lo largo de tu vida.

La experiencia de tus padres no fue diferente de la tuya. Todos vosotros necesitáis sanar las mismas heridas, Todas las transgresiones/violaciones tienen que ser traídas a la conciencia para poder liberar las emociones vinculadas con ellas. Así es como todos los seres heridos pasan del amor condicional a la experiencia del amor sin condiciones.

En el proceso de curación aprendes a darte a ti mismo el amor incondicional que jamás recibiste de tus padres biológicos. Y en este proceso «renaces», y vuelves a tener como

padres no a otras figuras de autoridad, sino a la Fuente del Amor dentro de ti mismo.

Cuando aprendes a dar amor a la persona herida que tienes dentro, comienzas a invertir la creencia de que la autoestima tiene que estar basada en la respuesta de los demás hacia ti. Lentamente reaprendes a valorarte tal como eres, aquí y ahora, sin condiciones. Nadie más puede hacerlo por ti. Los demás pueden ayudarte y animarte, pero nadie puede enseñarte a amarte a ti mismo. Esta es una función de cada alma individual.

Cada alma viene a la experiencia

física con la intención de abordar estos temas de la autoestima. Sin embargo, desde un período muy temprano de su estancia aquí, su capacidad natural para amar e incluir a otros en su experiencia queda condicionada.

Es esencial invertir estos condicionamientos. Si el alma deja al mundo físico creyendo que es víctima de su experiencia aquí, será atraída de nuevo a este lugar para desaprender esa creencia. Sin embargo, si el alma despierta a la verdad de que su valía no depende de nada ni de nadie externo a su mente o experiencia, se establecerá en la Fuente del Amor y despertará del sueño

de abuso.

Despertar del abuso significa rechazar la ilusión de que no eres digno de ser amado tal como eres. Demuestras amor dándotelo a ti mismo incondicionalmente. Y, al hacerlo, atraes a tu vida a otros que son capaces de amarte sin condiciones.

El intento de encontrar amor fuera de ti mismo siempre fracasa, porque no puedes recibir de otro algo que no te has dado a ti mismo. Cuando te niegas a darte amor, atraes a tu vida a otros que están haciendo lo mismo. La experiencia de amor incondicional comienza en tu corazón, no en el de otra persona. No

condiciones tu capacidad de amarte a ti mismo a la capacidad de amarte que tengan otros. No pongas tu fe en los condicionamientos que rodean al amor o en la forma en que se presenta. Pues los condicionamientos no son permanentes y están sujetos a las vicisitudes de la vida cotidiana.

El verdadero amor no cambia. Existe independientemente de la forma en la que se exprese. La Fuente de este Amor eterno, omnipresente e informe, está dentro de ti. Es allí donde debes poner tu fe, pues este amor es lo más seguro que llegarás a conocer. Y una vez que esté firmemente establecido en tu

corazón, no tendrás que buscar la felicidad fuera de ti mismo.

La gente vendrá y se irá de tu vida. Algunos te tratarán bien. Otros no te tratarán nada amablemente. Aceptarás el amor que hay allí y verás la carencia de amor tal como es: un grito de alguien que está padeciendo y pide ayuda. Alentarás a otros a encontrar la Fuente del Amor dentro de ellos, tal como tú lo hiciste, sabiendo a ciencia cierta que tú no puedes arreglar sus pequeños problemas. La tragedia de sus vidas solo puede ser abordada por su voluntad de mirar dentro de sus propios corazones y de sus propias mentes.

Quien ama sin condiciones no pone límites a su libertad o a la libertad de otro. No intenta retener el amor, ya que intentar retenerlo es perderlo. El amor es un don que tiene que ser dado constantemente, tal como demande cada situación. Y el dador siempre sabe cuándo y a quién debe ser dado este regalo.

No hay nada complicado en el acto amoroso. Solo se torna complicado cuando se empieza a retener el amor y, entonces, lo que se ofrece deja de ser amor.

El que se ama a sí mismo no tiene miedo de estar solo, porque estar solo

es una oportunidad para amarse y aceptarse a sí mismo aún más profundamente. Si su amante le rechaza, ¿se siente indigno? ¿Siente lástima de sí mismo y se retira del mundo, o se enfrasca ciegamente en la búsqueda de un sustituto? No. Simplemente continúa respirando y extendiendo su amor con cada paso que da.

Quien se ama incondicionalmente no ama gradualmente ni imponiendo obligaciones. No busca alguien especial a quien amar. Ama a todo aquel que está ante él. Ninguna persona es más digna o indigna de su amor que otra. Este es el tipo de amor que está naciendo en ti

ahora, hermano y hermana míos. Este es el tipo de amor que te ofrezco y que te pido que extiendas a otros.

Es muy claro. No puedes malinterpretar lo que te estoy diciendo. El amor solo puede existir entre iguales. El amor solo puede existir entre seres que han aprendido a amarse y a valorarse internamente.

El amor no toma rehenes. No regatea. No cede ante el miedo. De hecho, donde el amor está presente no pueden existir el temor ni su miríada de condicionamientos.

Amigo mío, te exhorto a que seas honesto. Lo que conoces del amor no es

el tipo de amor que estoy describiendo. ¡El amor que estoy describiendo es absolutamente terrorífico para ti! ¿Por qué es así? Porque la experiencia del Amor Real acaba con tu experiencia del mundo condicionado. Cuando lo experimentas, ya no te sientes separado de los demás. Pierdes todos los aspectos de tu identidad que alejan a los demás de ti. Te abres a una realidad más amplia que creas con los demás por medio de la confianza mutua. El juicio desaparece y rige la aceptación.

«No tengo miedo de eso», dices tú. Pero, por favor, considéralo. Sé honesto contigo mismo y conmigo. Tienes miedo

a eso porque pone fin a este sueño, y la única manera que el ego conoce de terminar con el sueño es morir. Así que, por favor, reconoce tu miedo al amor, tu miedo a la muerte, tu miedo a la aniquilación.

Yo dije: «A menos de que mueras y vuelvas a nacer, no entrarás en el reino de los cielos» Cuando dije eso no estaba hablando de la reencarnación. Estaba hablando de la muerte del ego, la muerte de todas las creencias que te separan de los demás. Estaba hablando del final de los juicios.

Lo que muere no eres tú. Lo que muere es todo aquello que tu creías que

eras, todo juicio que alguna vez emitiste con respecto a ti mismo o cualquier otra persona. Eso es lo que muere. Y lo que vuelve a nacer está lleno de luz y de claridad. Es el Cristo lo que tiene vida eterna, en ti y en mí.

Hermano, hermana, os digo que vuestra resurrección está cerca, ¡y vosotros la teméis! No podéis engañarme. Os veo temblando, de rodillas, levantando la mirada hacia la cruz a la que pronto seréis llevados por vuestros pensamientos y actos pecaminosos. No neguéis vuestro temor o no podré ayudaros.

Lo que muere en la cruz no eres tú.

Tú no eres el cuerpo. Tú no eres los pensamientos temerosos. Todo esto puede morir y morirá. Si no ahora, ocurrirá después. No puedes evitar la muerte del ego. No puedes evitar la muerte del cuerpo. Pero estas no son necesariamente lo mismo. No cometas el error de creer que tu ego muere al morir tu cuerpo, o que tu cuerpo muere al morir el ego.

Tu ego muere cuando ya no le das ningún uso. Hasta entonces, no te será retirado. Puedes aferrarte a tu ego casi para siempre, mas no lo harás, pues eso es el infierno, y no querrás vivir en el infierno para siempre. Llegará un

momento en que el dolor será insoportable. Llegará un momento en el que me llamarás: «Jesús, por favor ayúdame. Estoy listo para soltar». Te aseguro que ese momento llega para todos los seres.

Hasta entonces, todo lo que puedes hacer es atravesar tus miedos. Reconoce cada temor que tengas y entrégamelo. «Jesús, tengo miedo de morir... Jesús, tengo miedo de tu amor... Jesús, tengo miedo de que Dios me abandone». Deja que emerjan tus temores y luego entrégalos. Eso acelerará tu despertar. Eso te llevará directamente a tus problemas centrales, al temor que está

más allá de todos tus temores. Puedes estar seguro de que cuando llegues a ese punto, yo estaré a tu lado.

Dulce hermano y hermana, solo pido vuestra confianza. Dádmela y juntos saldremos de este lugar de sombras. No puedo protegeros de afrontar vuestros temores, pero sí puedo tomaros de la mano cuando lo hacéis. Estad tranquilos. El resultado de vuestro peregrinar está garantizado. Donde yo estoy ahora, vosotros también estaréis. Y entonces sabréis con absoluta certeza que Amor es lo que sois. El amor no ha nacido ni ha muerto en vosotros. Es inseparable de vosotros. Es vuestra única Identidad.

Abre la puerta

Para prestar atención a cualquier persona o situación, no puedes tener tus propias intenciones. Si tienes expectativas con respecto a ti mismo, con respecto a otro, o con respecto a la situación en general, no puedes estar enteramente atento en ese momento. Tu capacidad de estar atento depende de tener una mente abierta, una mente libre de juicios y expectativas.

Igualmente importante es tener un corazón abierto, lo cual requiere tener compasión por ti mismo y por los

demás, y perdonar los sucesos del pasado. Tener un corazón abierto significa acercarte a otros como iguales y buscar un terreno común.

El corazón y la mente abiertos abren la puerta al amor. Pero esta es una puerta que se abre y se cierra. Cuando se cierra, uno tiene que ser paciente e indulgente, de lo contrario la puerta podría no volver a abrirse.

Uno tiene que sentir no solo la presencia del amor, sino también su ausencia. Sintiendo su ausencia, uno aprende a escuchar y a ablandar el corazón. Al sentirse separado de los demás uno aprende a buscar los juicios

sutiles que está emitiendo.

Toda experiencia de separación o juicio es una oportunidad para abrirse a la presencia del amor. En el nivel de la mente, esto requiere retirarse de las percepciones fijas y de sus justificaciones. En el nivel emocional, implica sentir el efecto de la separación: tu propio dolor y el dolor del otro.

El cambio del juicio a la aceptación, de la separación a la empatía, es la esencia de la curación. Cuando eres incapaz de realizar este cambio, generas las condiciones en las que se puede producir la enfermedad en el campo cuerpo/mente.

Todos tenéis que aprender paulatinamente a pasar de la inquietud a la tranquilidad, de la contracción a la apertura, de la desconfianza a la confianza. Tenéis que aprender a demostrar paz transformando las posturas «defensivas» en posturas «receptivas», tenéis que demostrar armonía en vuestras relaciones transformando los pensamientos y acciones «exclusivos» en pensamientos y acciones «inclusivos».

Ser un sanador o un obrador de milagros implica aceptar tu capacidad inherente para estar libre de conflicto, libre de culpabilidad, libre de juicios y

de críticas. Si aceptas esta capacidad en ti mismo, realizarás milagros en tu vida, tal como hice yo.

Te he dicho muchas veces que puedes hacerlos. La curación no sólo es posible, es necesaria. Cada uno de vosotros es un sanador de las heridas e injusticias que él mismo percibe, y un testigo del poder del milagro. La curación es tu único propósito aquí. Cuanto antes te percares de esto, mejor.

Por favor, recuerda que toda auténtica práctica espiritual comienza con el cultivo del amor y la aceptación de uno mismo. No intentes amar a otros antes de aprender a amarte a ti mismo.

No podrás hacerlo.

Cuando entre alguien en tu vida que te ponga de los nervios, no trates de amar a esa persona. Simplemente no le culpes ni le consideres tu enemigo. Basta con que reconozcas que te saca de quicio, y pide tiempo para estar con tus sentimientos.

Cuando estés solo, recuérdate que lo que sientes solo te pertenece a ti. La otra persona no tiene nada que ver con lo que estás sintiendo. Deslígate de todo pensamiento que haría a la otra persona responsable de lo que tú estás sintiendo.

A continuación, entra en tu sentimiento y dite a ti mismo: «Lo que

estoy sintiendo me muestra algún aspecto de mí mismo que estoy juzgando. Quiero aprender a aceptar todos los aspectos de mí mismo. Quiero aprender a traer amor a todas las partes heridas de mi ser».

Ahora has llegado al lugar de la verdadera transformación. Ahora estás listo para traer amor a tu corazón.

Practica esto una y otra vez, y sé paciente contigo mismo. No intentes sanar a tus hermanos y hermanas, y al mundo que te rodea, antes de haber aprendido a traer amor a tu corazón. Ese intento conduce al fracaso y a emitir aún más juicios sobre ti mismo.

Sé compasivo contigo mismo. Da pasos pequeños. Comienza a sanar tus propios pensamientos y sentimientos. Cada vez que sanas un pensamiento de juicio o un sentimiento de separación, este acto es sentido por todas las mentes y corazones del universo. Tu curación no solo te pertenece a ti, les pertenece a todos los seres.

Cuando alcanzas la paz, la paz mundial se hace inminente. Si tienes alguna responsabilidad para con los demás es únicamente esta: llegar a la paz en tu propio corazón y en tu propia mente.

Algunas gentes creen que este

consejo es egoísta e irresponsable. Creen que deben salvar al mundo para encontrar la felicidad. Ese es un error de percepción. A menos que encuentren en primer lugar su felicidad, el mundo está condenado.

Esto puede resultarte difícil de aceptar, pero es la verdad. A menos que seas feliz ahora, nunca encontrarás la felicidad. De modo que si no eres feliz ahora, deja de intentar encontrar la felicidad en el futuro, y trae la atención al momento presente. Ahí es donde está tu felicidad.

Un corazón y una mente abiertos son la puerta que se abre a la presencia del

amor. Aunque la puerta esté cerrada, te ruego que la abras. Aun cuando estés enjuiciando y sintiéndote separado de los demás, el amor te llama desde dentro.

Te he dicho que por muchas veces que te hayas negado a entrar en el santuario, solo tienes que llamar y la puerta se te abrirá. Te he dicho: «Pide y se te dará», pero te niegas a creerme. Crees que alguien está contando tus pecados, tus momentos de indecisión o renuencia, pero no es verdad. Tú eres el único que los cuenta.

Hermano, te lo digo: «Deja de contar, deja de fabricar excusas, deja de

pretender que la puerta está cerrada. Yo estoy aquí, en el umbral. Tiende la mano y toma la mía: abriremos la puerta y la cruzaremos juntos».

Yo soy la puerta al amor sin condiciones. Cuando la atraveses, tú también serás la puerta.

Renuncia al esfuerzo

Lo que sucede en tu vida es neutral; no es positivo ni negativo. Tú decides si es positivo o negativo, espiritual o mundano.

Todas tus experiencias pueden ser dotadas de cualidades espirituales llevando a ellas tu amor, aceptación o perdón. Hasta una enfermedad terminal, una violación o un asesinato pueden ser transformados por el poder de tu amor.

Tú crees que entiendes el significado de los eventos que ocurren en tu vida. Nada podría estar más lejos

de la verdad. No entiendes el significado de nada de lo que sucede, porque eres tú mismo quien le da el significado. Si tú le das el significado, ¿cómo podría tener otro significado aparte del que tú le das?

Si deseas entender el significado de lo que te sucede en la vida, deja de dárselo tú. Deja que la situación sea. Siéntela completamente. Permítele que te enseñe por qué ha venido a tu vida.

Si quieres llegar al meollo del asunto, pregunta: «¿Cómo me ayuda esta situación a aprender a amar más completamente? ¿Qué me pide que dé que aún estoy reteniendo?». Esa

pregunta te llevará a la cuestión central, pues demuestra que estás dispuesto a contemplar la situación como un regalo en lugar de como un castigo.

Cuando das a la situación tu propio significado, siempre la ves como un castigo para ti o para otra persona. Eso es lo que hace el temor a cualquier suceso que ocurre en tu vida. Tu miedo te condena a ti y a tu hermano. No te sorprendas cuando esto ocurra. De hecho, anticipálo.

No intentes vivir sin temor. Intentar vivir sin temor es la proposición más pavorosa que puedas imaginar. Sencillamente reconoce al temor y

atraviésalo hasta el otro extremo. No intentes vivir sin condenarte a ti mismo o a otros. Simplemente contempla la condenación y atraviésala con tu perdón.

El simple hecho de que haya una elección que hacer no implica que tú debas hacerla. Simplemente contempla la elección y deja que tu conciencia te lleve a través de ella.

No hay nada que tú puedas hacer que te vaya a procurar la salvación. De hecho, todo lo que hagas simplemente evitará que encuentres lo que ya está allí. La salvación ya está allí. Ya estás salvado. No tienes que comprar tu salvación de mí, ni de tu hermano, ni de

alguna iglesia o sinagoga.

No practicas el perdón para comprar tu salvación, sino porque la práctica del perdón te permite experimentar la salvación aquí mismo, ahora mismo. Aprendes a aceptar lo que venga como un regalo no porque vayas a acumular méritos ante Dios, sino porque la aceptación te recuerda que ahora mismo no hay nada malo, ni lo ha habido nunca. Aprendes a reconocer esos momentos en los que empiezas a cerrarte y a rechazar a la gente porque sabes que estás mejor cuando te sientes cómodo, abierto y receptivo.

Vive toda tu espiritualidad

únicamente en este momento. No tiene que ver con nada que hayas pensado o sentido en el pasado. Está sucediendo ahora mismo, en las circunstancias que se despliegan ante ti. Solo experimentas oscuridad y escasez cuando encuentras fallos en la situación que se te presenta en un momento dado. Cuando ves la situación y sientes gratitud por ella, sólo experimentas dicha.

No intentes salir de la oscuridad. No intentes entrar en la dicha. El movimiento ocurre por sí solo. Simplemente estate dispuesto a moverte, y deja que esa disposición te mueva.

La mayoría de las cosas que intentas

hacer por ti mismo fracasan porque en realidad no sabes quién eres. Tu imagen de ti mismo es limitada. No conoces ni sientes la magnitud del amor de Dios por ti. Piensas que en algún momento algo en ti se rompió, o quizá te falta alguna pieza. Pero eso no es verdad. Ni te faltan piezas, ni tienes piezas rotas. Toda tu plenitud está totalmente presente ahora mismo.

Muchos de vosotros queréis aprender a ser prósperos, y sin embargo no parecéis prosperar. ¿Por qué? Porque no conocéis vuestro verdadero valor. Si conocieras tu verdadero valor, no sentirías que falta algo en tu vida. Te

sentirías agradecido por todas las cosas que tienes.

La verdad es que todo pensamiento prospera. Cada pensamiento que piensas añade su energía, positiva o negativa, a la situación actual. Como tienes una mezcla de pensamientos positivos y negativos, tu situación externa refleja ambos.

Sin embargo, enfocándote en tus pensamientos positivos no conseguirás que se vayan los negativos. De hecho, cuanto más te enfocas en tus pensamientos positivos, más poder das a tus pensamientos negativos. No puedes escapar de esta paradoja.

Por eso puedes olvidarte de tus afirmaciones. Solo son abracadabra. Deja de intentar cambiar tus pensamientos negativos y límitate a tomar conciencia de ellos. Toma conciencia de las emociones asociadas con ellos, y deja que tu conciencia te mueva.

¿Cómo vas a aprender a dejarte sustentar por la ley Divina si siempre estás interfiriendo en su funcionamiento? Te digo que no puedes «arreglarte» ni «enderezarte» a ti mismo. Todos tus intentos de «arreglarte» solo fragmentan tu conciencia en pedazos más pequeños.

Quizá parezca que te estoy diciendo

dos cosas contradictorias, pero no es así. Te estoy diciendo que tu vida tan solo tiene el significado que tú le das, y que puedes elegir darle un significado positivo o uno negativo. Y también te estoy diciendo que cualquier significado que le des será limitado. Ambas declaraciones son ciertas.

Cuando observas tus pensamientos, tomas conciencia de que una parte de ti quiere un resultado y otra parte de ti quiere otro. Sientes que tienes que elegir entre estas dos partes que producen presión y conflicto.

Cuando tu mente está en conflicto, no puedes salir de él eligiendo entre las

dos posiciones opuestas. Eso solo genera un conflicto más intenso.

Salas del conflicto aceptando ambas posiciones. En otras palabras, aceptas a la vez los pensamientos positivos y los pensamientos negativos, sin hacer que unos sean «mejores» que otros. Este es un acto amoroso.

El amor siempre trasciende cualquier tipo de dualismo. El amor jamás toma partido. Siempre acepta la validez de ambos bandos.

Crees que tienes que elegir entre lo correcto y lo equivocado. Pero, ¿eres tú, o cualquier otra persona, capaz de determinar qué es lo correcto y qué es lo

equivocado? En cuanto crees saberlo, has perdido el hilo de la verdad.

De modo que no trates de escoger. No sabes qué es verdadero y qué es falso. No abracés un lado y rechaces el otro. Abraza ambos, o no abracés ninguno. Sé neutral y te encontrarás con la vida en sus propios términos.

A menos que encuentres esta posición de neutralidad, continuarás imponiendo tus propios significados a lo que ocurra en tu vida, y siempre habrá algún aspecto de escasez o de castigo en ello, puesto que no conoces tu propia valía.

¿Entiendes lo que te estoy diciendo?

Aunque hubiera algo en ti que necesitara «ser reparado o enderezado» —y no estoy sugiriendo que éste sea el caso— no sabrías cómo realizar esa reparación. Si estás fragmentado, ¿cómo puedes «repararte» a ti mismo? Si estás dividido o en conflicto, ¿cómo puedes generar plenitud? Únicamente aquello que no está fragmentado puede experimentar su plenitud.

Entiende, hermano, que aquí, en este momento, no hay nada malo en ti ni en tu vida. Todo es tal como debe ser. Ahora mismo, en este momento, eres amado completamente.

¿Sientes dolor o estás en conflicto?

Está bien. Pero eso no significa que no seas amado completamente. La idea de que sentir dolor te aísla del amor es una idea que tú has impuesto sobre la situación. En verdad nada te separa del amor, excepto tus propias creencias. Ese es el origen del dolor. Sientes dolor porque crees y sientes que has sido separado del amor.

Inviertes la verdad de la situación. Haces de la causa un efecto, y del efecto una causa. Esto es producto de tu temor. Entiende esto para poder ir más allá. Permite que tu conciencia se haga más honda. Contempla todo el drama del ego tal como es.

Entiende que creas tu experiencia del mundo a través de tu propio temor. Pero no te flageles por eso. Acepta lo que ves y deja que cambie por sí solo. Cuando contemples el mundo en su absoluta neutralidad, entenderás que solo existe como una herramienta para tu aprendizaje.

No quiero confundirte con conceptos. Pero tienes que entender que tu temor invierte la verdad. Te convierte en una víctima del mundo, y eso no es verdad. Como víctima, jamás conocerás tu poder creativo o tu identidad en el Amor.

No juegues a ser víctima. Es un

juego vacío, un juego de espejos. El que transgrede tus límites solo es un reflejo de tu falta de autoestima. Tú creaste su presencia en tu espejo. Ponte de pie, confiesa tu odio hacia ti mismo y deja ir a esa persona. Conservar resentimientos contra ella no te va a ayudar. Castigarle no hará que te sientas mejor.

Deja ir en libertad a aquellos que abusan de ti. Ora por ellos y bendícelos. No los retengas a tu lado con pensamientos de venganza, sino libéralos suavemente con palabras de amor y de aliento. Y sabe que al liberarlos, te liberas a ti mismo.

Puedo predicar para ti sobre el

poder del perdón, pero nunca sabrás cuán grande es ese poder hasta que lo experimentes. La voluntad de perdonarte a ti mismo y de liberar a los demás de tus juicios es el poder más grande que puedes conocer mientras estás vivo en esta encarnación. El único poder mayor es el poder del amor mismo. Y sin el gesto del perdón, que retira el velo del temor, el poder del amor queda desaprovechado.

Pero ánimo, amigo mío. Cada vez que perdonas disuelves un condicionamiento que habías impuesto sobre tu propia capacidad de amar. Cada vez que perdonas, el amor

despierta más profundamente en ti y aumenta tu capacidad de extenderlo. Esta es la naturaleza del viaje. Siéntete en paz con él y no podrá evitar llevarte a casa.

Transparencia

Cuando no tienes nada que ocultar, la luz de tu atención consciente ya no está limitada por una vergüenza secreta. Ya no es necesario mantener las mentiras. Tus relaciones no están repletas de intenciones ocultas. La sencillez y la claridad rigen tu vida, pues no hay engaño.

Cada uno de vosotros tenéis esta claridad a vuestra disposición en este momento si tenéis la valentía de comunicar todo lo que pensáis y sentís, sin titubeos. Ese es tu gesto de confianza

hacia tu hermano y tu hermana. Esa es tu voluntad de hacerte visible y de ser vulnerable.

Si tienes un temor y lo compartes, el temor y la culpa subyacente ya no permanecen ocultos. Si tienes un pensamiento que condena a otra persona, puedes negarlo, disfrazarlo o proyectarlo sobre alguien más. O puedes sacarlo a la luz para que reciba atención y curación. Puedes ocultar tus pensamientos de ataque o puedes confesarlos.

El ritual de la confesión, al igual que la mayoría de los rituales, ha dejado de incorporar el propósito que tenía. No

tiene nada que ver con recibir la absolución de otro. Tiene todo que ver con rechazar la densidad del engaño, y con traer el temor y la culpa a la conciencia. Quien escucha la confesión no es un juez, sino un testigo. Él o ella no tiene que vestir hábitos u ocupar un puesto de autoridad. Cualquier testigo servirá, siempre y cuando el testigo entienda que su papel no es juzgar o condenar, sino simplemente escuchar con compasión.

No hay nadie que no cometa errores. Cometer una transgresión, con o sin la intención de hacerlo, es bastante común. Esperar el fin de toda transgresión es

una tontería. Solo alguien que no esté en contacto con su vulnerabilidad humana aspiraría a una meta tan elevada y tan carente de fundamento. ¿Y cómo puede alguien que no abraza su humanidad llegar a aceptar su divinidad?

Cometerás errores y te exhorto a sentirte agradecido por cada error que cometas. Cada equivocación es un regalo porque te lleva a la corrección. Celebra la oportunidad de llevar toda manipulación y todo engaño a la superficie. Agradece la invitación a llegar a los lugares oscuros de tu mente y traer los contenidos de esos lugares a la luz de la inspección consciente.

Cuando justificas tus equivocaciones, te aferras a ellas, forzándote a defenderlas una y otra vez. Esto consume una gran cantidad de tiempo y energía. De hecho, si no tienes cuidado, puede convertirse en el tema dominante de tu vida.

¿Por qué no confesar tus errores para no tener que dedicar tanto tiempo a defenderlos?. Admite tu error para que no te encadene a las limitaciones del pasado. Permite que cada transgresión sea reconocida abiertamente. Si no piensas bien de tu hermano, díselo y pídele que te perdone. Haz esto no para elevarlo sobre un pedestal, sino para

evitar caer en el abismo sin fondo del odio a ti mismo y la desesperación. Es la medicina que necesitas para vivir sin temor, deshonestidad o culpa. Toma esta medicina, amigo mío. Ya te la ofrecí antes, y ahora vuelvo a ofrecértela.

La densidad de este mundo es resultado de tu falta de valentía para admitir tus errores. Es un resultado del juego de fingimiento que juegas con tu hermano. ¿Crees realmente que puedes ser más ético o estar más en lo correcto que él?

Lo más que podrías lograr es ser más hábil para esconder tus errores. Este es un juego triste y

contraproducente. Te pido que dejes de jugarlo.

Te pido que confíes en tu hermano y que sepas que él no se alza por encima de ti para juzgarte, sino a tu lado, como tu igual. No puede condenarte sin condenarse a sí mismo.

Confíesate ante ti mismo. Confíesate a tu compañera, a tu jefe, incluso al extraño que ves por la calle. No te preocupes de lo que piense la gente. Estás transmitiendo una enseñanza revolucionaria. Tu confesión da a otros permiso para contemplar sus propios errores con compasión.

Una mujer que admite sus

equivocaciones es un faro de luz para los demás. Se ha deshecho de su manto de oscuridad. La luz brilla a través de ella pues su mente es transparente, un canal claro por el que la verdad fluye sin esfuerzo.

Su hermano y su hermana saben inmediatamente que se puede confiar en ella y que ellos pueden extender la mano para tomar la suya. Una mujer así es un verdadero sacerdote. Habiendo perdonado sus propios pecados, puede extender ese perdón a otros. Su autoridad no proviene de fuera, sino de dentro. Ella no ha sido ordenada por ninguna autoridad del mundo. Sin

embargo, cada persona que acude a ella la reconoce y confía en ella.

Esta es la verdad sobre la confesión. Y cualquier hombre o mujer puede ser sacerdote. No creas en las mentiras que se te ofrecen en mi nombre. Usa el sentido común.

Y no te sientas avergonzado si te has retirado de la religión porque no pudiste aceptar esas mentiras. Yo también me hubiera retirado de una iglesia que no ofrece nada más que engaño, exclusividad y culpa.

Estás en lo correcto al rechazar enseñanzas falsas. Pero no permitas que tu ira con la hipocresía de hombres

mundanos en hábitos sacerdotales elimine tu relación directa conmigo. Olvida todo lo que te han enseñado otros y considera la verdad en tu propio corazón. Es allí donde debemos encontrarnos, y no en algún edificio pretencioso que es una burla de mis enseñanzas y de mi vida.

Ahora considera la verdad, amigo mío. No puedes tener secretos para mí, o para tu hermano, y dejar atrás tu sufrimiento. Para terminar con el sufrimiento, tienes que acabar con todas las formas de engaño que hay en tu vida, y eso únicamente puede hacerse diciendo la verdad, a ti mismo, a mí y a

tu hermano.

¿Qué tienes que perder, excepto la densidad y la confusión del mundo? ¿Prefieres conservar tus secretos y permanecer en el laberinto, o confesarlos y liberarte de las calles oscuras y tortuosas? La elección es tuya.

Pero no te engañes. No hay salvación en los secretos o en la oscuridad. La salvación se ofrece abiertamente a todo el mundo a la luz de la verdad. Y bajo esa luz no puede permanecer ninguna sombra de vergüenza o de pecado.

Ten el valor de admitir tus errores para poder perdonarlos y liberarte a ti

mismo del dolor, la lucha y el engaño. Confía tus secretos a tu hermano para que él pueda algún día confiarte los suyos. No niegues la verdad ni pretendas no haberla oído. Yo te he dicho la verdad aquí con palabras sencillas que puedes entender. El resto depende de ti, porque no puedes abrazar la Verdad hasta que la pongas en práctica en tu vida.

Cada uno de vosotros es una faceta de la joya polifacética del amor y de la gracia de Dios. Cada uno de vosotros tiene, a su manera, una simple dignidad en su expresión. La belleza de una faceta no interfiere con el esplendor de otra,

sino que lo incrementa en amplitud e intensidad.

Lo que hace brillar a una faceta está a disposición de todas. La luz que hay en mí también está en ti. Y no soy yo más amado por Dios de lo que tú lo eres. Esto, hermano y hermana, tenéis que llegar a saberlo en vuestro propio corazón. Ni toda la enseñanza ni todos los sermones del mundo pueden hacer que lo creas.

Por eso te pido que practiques. Retira las impurezas del juicio que bloquean la claridad de tu percepción. Retira los obstáculos como la competición, la envidia y la avaricia que

bloquean el flujo del amor en tu corazón. Confiesa tus temores, tus sentimientos de inadecuación, tus transgresiones y tus agravios. Trae la oscuridad de tus pensamientos y sentimientos secretos a la luz de la atención consciente.

No hay error que no pueda ser corregido. No hay transgresión que no pueda ser perdonada. Esa es mi enseñanza. No solo puedes entender a través de mis palabras. Todo lo que yo enseñé también lo demostré durante mi vida. ¿Cómo podría pedir menos de ti, amigo mío?

El corazón despierta

El amor incondicional viene a ti naturalmente. Está en tu naturaleza sentir compasión hacia ti mismo y hacia otros. Es natural para ti querer extender la mano y consolar a un amigo. Es natural para ti recibir el amor de aquellos que te tienen cariño.

Nada de esto requiere de esfuerzo o aprendizaje alguno.

¿Por qué, entonces, es tan rara la experiencia de amor incondicional? La respuesta podría sorprenderte.

Al principio eras uno con Dios y

compartías el omnipotente poder de Su amor. Nada era imposible para ti. Pero luego comenzaste a preguntarte qué sucedería si tú crearas por tu cuenta, separado de Dios. Como nunca habías hecho eso antes, no estabas muy seguro de ti mismo. La duda llegó y te preguntaste: «¿Qué pasaría si algo sale mal?». Esta duda era solo la ansiedad de la separación, pero dio cabida a muchos otros pensamientos temerosos. Entre ellos estaba el pensamiento: «Si hago un desastre, Dios podría enfadarse conmigo y retirarme Su amor». Y ese pensamiento fue el decisivo.

No tardaste mucho tiempo en pasar

de ese pensamiento a la experiencia de sentirte culpable y aislado de la presencia amorosa de Dios. Ahora bien, esta separación era artificial y autoimpuesta, aunque a ti te parecía real. Creíste en ella.

Y así, todo lo que creaste después de esto fue el resultado de la creencia: «No soy digno del amor de Dios».

De esta manera, en tu mente, «caíste de la gracia». Pasaste de compartir el poder omnipotente del amor de Dios a tener miedo de ese amor. Otra manera de decir lo mismo es que empezó a darte miedo tu propio poder creativo, y lo escondiste donde no pudieras verlo.

Dejaste de ser un creador y te convertiste en una víctima. Dejaste de ser causa y te convertiste en efecto. En otras palabras, pusiste la realidad del revés. Hiciste que el amor fuera temible.

Cuando te sientes separado, resulta difícil recordar cómo eran las cosas antes de que la separación ocurriera. Sin embargo, ese parece ser tu peculiar dilema.

Y para encontrar tu camino de regreso a Dios, tienes que desandar tus pasos y percartarte de que la «separación» fue una elección tuya, no Suya. Te preguntaste: «¿Y qué pasa si abuso de este poder?». Y empezaste a

crear un mundo en el cual tu poder era temible. No te detuviste a esperar la respuesta de Dios a tu duda y a tu temor.

Si hubieras escuchado Su respuesta, hubieras escuchado algo así: «Eres amado sin condiciones. Jamás te retiraré Mi amor. Recordando que eres amado, sólo puedes actuar de una manera amorosa».

Si hubieras escuchado la respuesta de Dios, tu sueño de separación hubiera llegado a su fin, pues la respuesta de Dios cuestiona inmediatamente tu suposición de que no eres amado. Esta suposición es la idea neurótica original. Toda conciencia de víctima parte de esta

idea. No puedes pensar cosas «malas» ni realizar actos «malos» a menos que creas que eres «indigno de ser amado». Todo ataque parte de esta suposición.

Adán y Eva se hicieron la misma pregunta: «¿Qué pasaría si...?»: «¿Qué pasaría si comiéramos la manzana y nos hiciéramos tan poderosos como Dios?». Ellos también dieron su propia respuesta temerosa, sintieron vergüenza y se escondieron de Dios. Tú te estás haciendo la misma pregunta en este momento. Estás mordiendo la misma manzana. Tú también estás jugando al escondite con Dios.

De hecho, plantear y responder esta

pregunta continuamente es lo que hace que sigas sintiéndote como una víctima. En tu mundo autocreado, eres víctima o verdugo. Cuando exploras estos papeles, descubres que hay muy poca diferencia entre ellos. La víctima necesita al verdugo y viceversa.

La cuestión del mal no surge hasta que uno duda de su propia valía para dar y recibir amor. Ese es tu estado existencial. Dudas de que tú y el resto del mundo seáis dignos de ser amados. Ahora viene la elección, la única que tienes que hacer: ¿Vas a contestar tú mismo a la pregunta «de si eres digno de ser amado» o vas a esperar a escuchar

la respuesta de Dios?

Es así de simple. ¿Vas a dejar que Dios corrija tu suposición errónea original, o vas a aceptar esta suposición como una verdad y construir tu vida sobre ese fundamento?

Nunca es demasiado tarde para dejar de masticar la manzana. Nunca es demasiado tarde para darte cuenta de que tu contestación a tu pregunta temerosa es insatisfactoria. Nunca es demasiado tarde para volverte hacia Dios y decir: «Dios mío, mi respuesta ha llenado mi mente de temor. Mi respuesta solo ha traído dolor y lucha a mi vida. Tiene que ser la respuesta

incorrecta. Por favor, ¿me ayudas a encontrar otra?».

Mira, tu vida espiritual sobre la tierra no comienza hasta que te haces esta pregunta. No importa qué religión profeses. No importa cuál sea tu nivel social o económico. Cada uno de vosotros tenéis que llegar a un momento de vuestra vida en el que estéis dispuestos a cuestionar vuestras propias creencias y suposiciones falsas. Y este es el inicio de tu curación, y de la recuperación de tu poder y de tu propósito.

Dudar de tu propia duda, negar tu propia negatividad, ese es el punto

crítico, el final del descenso hacia la materia y el inicio del ascenso al cielo. Es la renovación de tu asociación con Dios, la Nueva Alianza.

No puedes ser socio de Dios mientras te veas a ti mismo o a cualquier otro como una víctima desventurada. La Nueva Alianza te pide que reconozcas el Reino de Dios en tu corazón. Esa es otra manera de decir que rechazas la idea de que Dios está separado de ti. Rechazas la idea de que eres indigno de ser amado o de que tu hermano es indigno de ser amado. Rechazas la idea del mal como una idea generada en el temor. Rechazas la idea de que sea posible abusar del

poder de Dios.

La Nueva Alianza es la aceptación de la respuesta de Dios a la pregunta: «¿Qué pasaría si...?». Es el principio de tu salvación personal y el inicio de la acogida humana del Reino de Dios en la tierra.

En una ocasión rechazaste tu asociación creativa con Dios. Ahora estás dispuesto a recuperarla. En una ocasión tuviste la idea de que eras indigno de ser amado a los ojos de Dios. Ahora recuperas tu comunión de amor eterno con Él.

Cuando vuelves a aceptar a Dios en tu vida, cambia toda tu experiencia del

mundo y de todos los seres que contiene. Eres un padre y una madre para cada niño que se te acerca, un hijo o hija para cada persona mayor. Eres un amigo para el amigo y también para el que no tiene amigos. Y eres un amante para la persona que recuerda que es amada y para la que lo ha olvidado. No hay lugar alguno donde no se necesite tu presencia amorosa y tu testimonio del amor de Dios. Todos gritan pidiendo tus palabras amables. Todos quieren beber de la taza que alivió tu sed.

El sueño de infelicidad llega a su fin cuando es cuestionado y rechazado. Si cuestionas tu infelicidad, estás

despertando al amor incondicional que habita en tu corazón. Si no cuestionas tu infelicidad, estás ahondando en tu experiencia de ese estado hasta que toques fondo. Porque, hasta que toques fondo, estarás contento con tus propias respuestas.

Nadie puede obligar a despertar a otra persona. Cada uno experimenta la futilidad de dar y recibir amor condicionado cuando está listo. Cada uno se aferra a la separación y al control hasta que el dolor le resulta insoportable. El umbral de resistencia al dolor es diferente para cada individuo, pero todo el mundo acaba cruzándolo.

Esta es la razón por la que te pido que no prediques a los demás, sino que simplemente les extiendas tu amor. Los que estén preparados para recibirlo te seguirán y te pedirán ayuda. Los que no estén listos continuarán por su camino sin molestarte.

Un ministro sirve a aquellos que lo necesitan. Extiende amor a quienes se lo piden, silenciosamente o con palabras. No intimida a los infieles con ideas o conceptos que prometen alguna salvación futura.

La salvación se produce ahora para los que quieren ser salvados. No juzgues a los demás, pues no es tu función

juzgar. Los que llegan más tarde al regazo del amor de Dios no son menos dignos que aquellos que llegaron antes.

En realidad, no es Dios quien te levanta. Ni tampoco soy yo. Tú te pones de pie al recordar cuán digno de amor eres y al aceptar tu papel en el plan de Dios.

Es imposible aceptar tu omnipotencia sin reconciliarte con Dios, puesto que todo poder emana de Él. Tú lo compartes como un socio con igualdad de derechos, pero nunca puedes ejercer ese poder separado de Él. Aun en el sueño «¿Qué pasaría si...?», jamás podrías separarte

totalmente de Su amor. En ese sueño cruzaste el umbral del dolor y elegiste volver. Y eso mismo les pasa a todos.

No es posible abusar del poder del amor de Dios, aunque es posible rechazarlo, negarlo y ocultarlo. Pero todo rechazo, negación y culpa secreta tienen sus límites. La verdad puede ser distorsionada, pero nunca puede ser erradicada o negada totalmente. Siempre queda una pequeña lucecita en la más profunda oscuridad. Y esa luz siempre será encontrada cuando surja el deseo de encontrarla.

Tú, amigo mío, eres el héroe de tu propio sueño. Eres quien sueña la

oscuridad y quien trae la luz. Eres al mismo tiempo el tentador y el salvador. Llegarás a saber esto si es que no lo sabes todavía.

En este drama que tú mismo has creado, tu única discusión es con Dios. Parece que discutes con tu hermano, pero no es así. El árbol del bien y del mal crece en tu propia mente. Y es en tu mente donde exploras las cuestiones de la desigualdad y el abuso.

Llegará un momento en que tu pregunta y la respuesta de Dios serán una y la misma, y entonces el árbol del bien y del mal se transformará en el árbol de la vida, indivisible y completo.

Entonces el amor ya no tendrá opuesto, sino que se extenderá libremente en todas las direcciones.

Cuando alguien se acerque a ti con el propósito de imponer una condición sobre su amor o sobre el tuyo, le dirás: «Hermano, he tenido ese sueño y conozco su resultado. Solo conduce al sufrimiento y a la muerte. No nos hace justicia a ninguno de los dos. Cuestionemos las suposiciones que lo hacen nacer. Confío en que juntos podemos encontrar un camino mejor».

Si alguna vez te preguntas cuál es tu propósito aquí en la tierra, por favor vuelve a leer el párrafo anterior.

Entonces recordarás que tu propósito aquí es meramente responder a la llamada del amor cuando quiera que la oigas. Esto no es difícil de hacer si estás dispuesto a hacerlo. No requiere de talentos o habilidades especiales. Los «cómo» y los «porqué» del amor se resuelven por sí solos cuando cruzas el umbral de la puerta que se abre ante ti.

Jamás dije que debieras atravesar paredes de ladrillo ni que debieras caminar sobre el agua. Tan solo señalé la puerta abierta y te pregunté si estabas dispuesto a entrar. Y eso es todo lo que tienes que preguntar a tu hermano.

Quien ama sin condiciones nunca

está apegado al resultado. La gente va y viene, y tú nunca sabrás los «cómos» y los «porqués». Crees que algunos pasarán fácilmente por la puerta, pero se volverán repentinamente. Y estás convencido de que otros ni siquiera llegarán a atisbar la puerta, y sin embargo cruzarán el umbral con una gracia inesperada.

No te preocupes. No es asunto tuyo quién viene y quién va. La alianza se hace en cada corazón, y solamente Dios sabe quién está listo y quién no. Dejémosle a Él el saber y pongámonos a Su servicio. La vida transcurre mucho más tranquila cuando hacemos Su

voluntad. Y cuando confiamos en Él, nuestros corazones se llenan a rebosar, derramando amor y aceptación.

Así es como llegamos a saber que la fuente del amor es ilimitada. No tiene principio ni fin. Todos los límites de la tierra son absorbidos en el infinito amor del Cielo cuando el Reino de Dios se establece en nuestros corazones.

Elimina la mentalidad de escasez

La idea de escasez, es producto de tu percepción de que no mereces ser amado. Si no te sientes digno de amor, proyectarás carencia fuera de ti. Verás el vaso medio vacío, en lugar de verlo medio lleno.

Si ves el vaso medio vacío, no te sorprendas si poco después no queda nada en el vaso. La carencia es el resultado de una percepción negativa. El mismo principio funciona a la inversa, por supuesto. Ve el vaso medio lleno y

pronto estará lleno a rebosar.

Cuando sabes que eres digno de amor, tiendes a interpretar las acciones y palabras de los demás de una manera amorosa. No te sientes ofendido fácilmente. Si alguien es grosero contigo, consideras la posibilidad de que él o ella esté teniendo un mal día. No te sientes víctima ni abusado.

Tu manera de ver la vida depende de si te sientes merecedor de amor, de si te sientes digno o indigno. En cualquier caso, crearás una situación externa que refuerce la opinión que tienes de ti mismo.

Toda preocupación por el sustento

proviene de vivir en el pasado. La carencia simplemente es el recuerdo de viejas heridas, que fácilmente se proyectan en el futuro.

Para terminar con la mentalidad de escasez tienes que perdonar el pasado. Fuera lo que fuera, ya no importa. Ya no tiene efecto porque lo has dejado ir.

¿Te sientes tratado injustamente? Si es así, proyectarás carencia en tu vida. Solo alguien que se sienta injustamente tratado será tratado injustamente. Para terminar con la mentalidad de escasez, comienza a tomar conciencia de que te sientes tratado injustamente. Date cuenta de que eso forma parte de una profunda

sensación de que no mereces algo mejor: entiende que ahora mismo no te sientes digno de ser amado.

No intentes modificar tu pensamiento. No repitas la afirmación: «En este momento soy digno de ser amado» con la esperanza de que invierta tu condicionamiento. Simplemente toma conciencia: «No me siento digno de ser amado en este momento. Me siento indigno. Me siento maltratado. Siento miedo de que las cosas malas que sucedieron en el pasado vuelvan a suceder de nuevo».

Simplemente toma conciencia de cómo tu corazón se ha tensado y

apretado. Toma conciencia de cómo te has cerrado emocionalmente. Pregúntate si te sientes más seguro ahora de lo que te sentías antes.

Te llegó información y tuviste la opción de verla como positiva o negativa. Elegiste ver el vaso medio vacío. Escogiste ser víctima.

Está bien. No te avergüences. No hay necesidad de tensarse aún más. No hay necesidad de flagelarse. Basta con tomar conciencia de lo que elegiste y de cómo te hizo sentir. Míralo y déjalo ir.

«Veo la elección que hice y veo que me hizo infeliz. No quiero ser infeliz, así que elegiré otra opción. Veré el vaso

medio lleno».

Si puedes decir estas palabras con integridad emocional, soltarás el pasado, dejarás atrás la herida. Inténtalo. Funciona.

Has practicado con ahínco el ser víctima y has aprendido bien ese papel. No creas que vas a poder sentirte invulnerable si no practicas. Tan solo contempla tu elección de sentirte víctima y estate dispuesto a dejarla ir. Eso será suficiente.

La mentalidad de abundancia significa que te sientes amado y valorado en este momento. Ahora puedes decir que te sientes así, pero, si

suena el teléfono y descubres que has perdido mucho dinero en el mercado de valores o que tu esposa te abandona, ¿te sigues sintiendo digno? ¿Está el vaso medio vacío o medio lleno? ¿Sabes que en el momento de oír esas noticias aparentemente malas, eres completamente digno de ser amado?

Si la respuesta es sí, entonces has aprendido el pensamiento de abundancia. Si la respuesta es no, entonces estás batallando con el pensamiento de escasez. El simple hecho de reconocer tu proceso mental basado en el temor ya es un gran paso hacia su transformación.

La honestidad emocional es esencial para el crecimiento espiritual. No puedes forzarte a ti mismo a pensar positivamente, pero puedes reconocer tu negatividad. Reconocer tu negatividad es un acto amoroso. Es un gesto de esperanza. Dice: «Veo lo que está sucediendo y sé que hay un camino mejor. Sé que puedo elegir otra opción».

Darte a ti mismo otra opción es la labor de la redención individual. Perdonar el pasado y dejarlo ir prepara el escenario para elegir de otra manera. Sin importar cuántas veces hayas cometido el mismo error, tienes una nueva oportunidad de perdonarte a ti

mismo.

Sin perdón, es imposible salir de la mentalidad de escasez. Y, para perdonar, tienes que tomar conciencia de todas las formas que asume tu dolor. Tienes que reconocer la herida. Entonces puedes perdonarla.

Las heridas ocultas tienen intenciones ocultas que nos hacen rehenes del pasado. Es posible que al principio las heridas profundas requieran vendajes, pero para completar el proceso curativo tienen que ser expuestas al aire y a la luz del sol. Hay que poner conciencia en todas las creencias y suposiciones inconscientes.

La escasez es un maestro importante. Toda percepción de carencia en tu entorno refleja un sentimiento interno de desmerecimiento que debe ser traído a la conciencia.

La experiencia de escasez no es Dios castigándote. Eres tú mostrándote a ti mismo una creencia que tiene que ser corregida.

Tienes la capacidad de amarte a ti mismo. Y esa capacidad debe despertar en ti para que pueda producirse el verdadero crecimiento espiritual.

Aprendes a amarte a ti mismo viendo cómo te niegas el amor a ti mismo. Y a menudo ves cómo te niegas

el amor a ti mismo viendo cómo se lo niegas a los demás.

La abundancia no llega a tu vida porque hayas aprendido algún conjuro, sino porque has aprendido a llevar amor a los aspectos heridos de tu psique. El amor sana toda percepción de división y conflicto, y restaura la percepción original de totalidad, libre de pecado y de culpa.

Cuando te has visto a ti mismo tal como eres, sabes que no se te puede arrebatar el amor. El amor te pertenece eternamente... informe pero omnipresente, incondicional, y sin embargo responde fácilmente a las

condiciones presentes. Cuando lleguen noticias aparentemente malas, considera lo siguiente. ¿Te daría Dios un regalo cuestionable? No te dejes engañar por la envoltura del paquete y ábrelo con un corazón confiado. Y si aún así no entiendes el significado del regalo, sosiégate y espera. Dios no da regalos cuestionables.

Frecuentemente desconocerás el significado del regalo hasta que este empiece a actuar en tu vida. Esto puede resultar frustrante, pero es inevitable.

Los regalos de Dios no satisfacen las expectativas de tu ego. Su valor es de un orden superior. Te ayudan a abrirte

a tu verdadera naturaleza y a tu verdadero propósito aquí. En ocasiones parecen cerrar una puerta y no entiendes por qué. Solo cuando se abre la puerta correcta entiendes por qué fue cerrada la puerta incorrecta.

Estás asociado con la Mente Divina. Por favor, no intentes hacer de la abundancia tu responsabilidad exclusiva, o la de Dios. Tú le necesitas a Él y Él te necesita a ti. Estate dispuesto a contemplar tus temores y tus sentimientos de que no vales nada, y Él te ayudará a ver la chispa divina que vive en ti.

Si estás dispuesto a amarte a ti

mismo abrirás el canal por el que el amor de Dios puede llegar a ti. Abre la puerta a la abundancia dentro de tu propia mente y contempla los regalos del amor reflejados a tu alrededor. Y, por favor, no juzgues el valor de estos regalos o la forma que adquieren en tu vida, pues el valor está más allá de toda duda y la forma se malinterpreta con demasiada facilidad.

Gratitud

No puedes mencionar la abundancia sin mencionar también la gratitud. La gratitud emana de sentirse valioso y sustenta la experiencia de abundancia. Por otro lado, el resentimiento y mostrarse desagradecido surgen de la falta de autoestima, y refuerzan la percepción de escasez.

Cada uno es un círculo cerrado.

Para poder entrar en el círculo de la gracia tienes que traer amor por ti mismo o por otra persona. Para entrar en el círculo del temor necesitas negarte el

amor a ti mismo o a otro.

Cuando estás dentro de un círculo, la realidad del otro círculo es cuestionable. Esa es la razón por la que a menudo tienes la sensación de experimentar dos mundos que se excluyen mutuamente.

Los agradecidos no pueden imaginar que se les trate injustamente. Los resentidos no pueden imaginar que son amados por Dios. ¿En qué mundo habitarías? Es tu elección.

A cada momento tienes que decidir hacer el papel de la víctima, o recordar que no puedes ser tratado injustamente. En el primer caso, rechazarás el regalo y

lo verás como un castigo; en el segundo, aceptarás lo que venga a ti sabiendo que trae consigo una bendición que aún no puedes ver.

La gratitud es la decisión de ver el amor de Dios en todas las cosas. Ningún ser que haga esta elección puede ser miserable, ya que la decisión de apreciar conduce a la felicidad con tanta seguridad como la decisión de despreciar conduce a la infelicidad y a la desesperación.

Un gesto apoya y eleva; el otro devalúa y demuele.

El modo como elijas responder a la vida determina tu percepción de manera

continuada. Si vives en la desesperación es porque estás eligiendo quitar valor a los regalos que se te han dado.

Cada persona que camina sobre la tierra cosecha los resultados de los pensamientos que ha sembrado. Y si quieres cambiar la naturaleza de la cosecha del año entrante, tienes que cambiar los pensamientos que estás pensando ahora.

Piensa un solo pensamiento de agradecimiento y verás cuán cierta es esta declaración. La próxima vez que estés a punto de despreciar un regalo que se te da, párate un momento y abre tu corazón para recibirlo con gratitud. A

continuación, date cuenta de cómo se transforman tu experiencia del regalo y tu relación con quien lo da.

La próxima vez que estés a punto de juzgar o condenar a otro, detente por un momento y deja entrar a esa persona a tu corazón. Bendice donde condenarías. No juzgues y alégrate de no haber juzgado. Siente la liberación que viene a ti cuando liberas a otro de tus estrechas percepciones.

Cuando yo dije que pusieras la otra mejilla, te instruí para que demostraras a tu hermano que no podía herirte. Si no puede herirte, no puede ser culpable de su ataque hacia ti. Y si no es culpable,

no tiene que castigarse a sí mismo.

Cuando ofreces tu mejilla no estás invitando a tu hermano a golpearte de nuevo. Le estás recordando que no te ha hecho daño. Le estás diciendo que sabes que no puedes ser tratado injustamente. Le estás demostrando que te niegas a aceptar el ataque, porque sabes que eres valioso y digno de amor en este momento. Y conociendo tu valía, no puedes evitar ver la suya.

Las violaciones y las transgresiones de este mundo finalizarán cuando te niegues a ser la víctima o el verdugo. Entonces saldrás del círculo del temor y todo lo que hagas y digas estará lleno de

gracia. Cada uno de vosotros experimentará esto.

Cristo nacerá en ti tal como nació en mí. Pero antes debes dejar de lado toda sensación de indignidad, toda mentalidad de escasez, todo resentimiento, toda necesidad de atacar o de defenderte. Antes tienes que aprender a poner la otra mejilla.

Parece que existen dos mundos, pero en realidad solo hay uno. El temor no es otra cosa que la ausencia de amor. La escasez solo es la falta de abundancia. El resentimiento solamente es falta de gratitud.

No puede haber carencia de algo a

menos que ese algo haya estado presente en abundancia. Sin presencia, la ausencia no tiene sentido.

Esto es como jugar al escondite. Alguien tiene que esconderse primero. ¿Quién será? ¿Serás tú o seré yo? Tal vez sea el Creador Mismo.

En realidad no importa. Cuando sea tu turno, te esconderás, y tu hermano te hallará, tal como yo le encontré a él. A cada uno le toca el turno de esconderse, y al final todos somos descubiertos.

El mundo de la dualidad emana de la totalidad y a la totalidad retorna. Lo que está unido se separa y vuelve a unirse otra vez. Esta es una danza simple. No

tiene por qué darte miedo.

Te invito a que te unas a la danza sin tomarte a ti mismo demasiado en serio. Ninguno de vosotros sois bailarines profesionales, pero todos sois capaces de aprender los pasos.

Cuando pises a alguien, un sencillo «lo siento» será más que suficiente. Todos estáis aprendiendo al mismo tiempo y cabe esperar que se produzcan errores.

Liberarse de todo apego

Las personas que sobresalen en la manifestación de sus ideas en el mundo físico aprenden a establecer metas realistas y a ponerlas en práctica de una manera flexible, que responda a las condiciones existentes.

Si deseas entender qué es la flexibilidad, observa el comportamiento de un árbol joven cuando lo azota el viento. Su tronco es delgado y frágil, y sin embargo tiene una fuerza y una resistencia asombrosas. Y eso se debe a

que se mueve con el viento, no en su contra.

Cuando se den las condiciones apropiadas para que ocurra algo, ese algo sucederá sin mayor esfuerzo. Cuando no se den las condiciones, incluso un gran esfuerzo fracasará. Moverse con el viento exige sensibilidad a las condiciones imperantes. Hay momentos para descansar y retirarse, y momentos para avanzar enérgicamente.

Saber cuándo moverse y cuándo no hacerlo es cuestión de sentido común y de intuición. El pensamiento abstracto por sí sólo no puede conducir a la

percepción verdadera. Tiene que combinarse con la sensibilidad emocional.

Para ver las cosas con precisión, tienes que entender tu inversión emocional en cada situación, así como su apariencia externa o comportamiento. Tienes que tener en cuenta ambas realidades, la interna y la externa.

Algunos dicen que la realidad interna determina la realidad externa. Otros dicen que la realidad externa determina la interna. Ambos están en lo correcto. La gallina no estaría aquí si no fuera por el huevo y viceversa. La causa y el efecto no son lineales y

secuenciales. Se manifiestan simultáneamente. Son circulares por naturaleza. La causa determina al efecto, pero el efecto también determina la causa.

La respuesta a la pregunta: «¿Qué fue primero, el huevo o la gallina?», solo puede ser «ninguno de los dos o ambos». El huevo y la gallina son creaciones simultáneas.

Todas las preguntas de este tipo tienen que ser contestadas de la misma manera, de lo contrario la respuesta será falsa. La Realidad Suprema no puede captarse desde un marco de referencia dualista. Incluye tanto la realidad

subjetiva interna como la realidad objetiva externa, así como su mutua interacción espontánea. Todos los opuestos están contenidos dentro de ella.

La Realidad Suprema es la creación de la aceptación total, de la entrega total y del amor omniincluyente. No existe nada que esté separado de ella.

Aun cuando los árboles son arrancados de raíz y arrastrados corriente abajo, no hay tragedia alguna. No existe diferencia alguna entre el árbol y el río.

En contraste con el flujo de la Realidad Suprema existe la Resistencia, que da lugar a una variedad de

condicionamientos. Nacen las distinciones, las comparaciones y los juicios, y el flujo natural se interrumpe.

La naturaleza de la Realidad Suprema es decir «Sí». Tiene una exuberancia y un entusiasmo naturales. Se llevaría a todas las cosas consigo. Es la felicidad personificada, ya que considera a todos y a todo como parte de sí misma.

La Resistencia siempre dice «No». Por su propia naturaleza produce conflicto y pugna. Se opone a todo y por esta razón es la infelicidad personificada.

Donde no hay resistencia, no hay

infelicidad. La infelicidad siempre se resiste a alguna condición o estado. Se establece basándose en alguna interpretación a favor o en contra. La raíz de la infelicidad es el apego.

Ahora bien, no te estoy pidiendo que renuncies a todo aquello a lo que estás apegado. Esa, amigo mío, no sería una meta realista. Simplemente te pido que tomes conciencia de tus apegos, de tus percepciones, de tus interpretaciones a favor o en contra. Simplemente te pido que te des cuenta de cómo has condicionado tu felicidad.

Si quieres entender lo incondicional, observa el árbol que se mece al viento.

Esta es la mejor metáfora que podrás encontrar. El árbol tiene unas raíces profundas y sus ramas son extensas. Está fijado abajo y es flexible arriba. Es un símbolo de fuerza y de entrega.

Puedes desarrollar la misma fuerza de carácter moviéndote flexiblemente en todas las situaciones de tu vida. Yérguete y mantente arraigado en el momento. Conoce tus necesidades, pero permite que la vida las satisfaga como ella sabe. No insistas en que tus necesidades se satisfagan de cierta manera. Si lo haces, ofrecerás una resistencia innecesaria. El tronco del árbol se quiebra cuando intenta

resistirse al viento.

Muévete en el viento. Tu vida es una danza. No es buena ni mala. Es un movimiento, una continuidad. Tu elección es muy sencilla: puedes bailar o no. Decidir no bailar te alejará de la pista de baile. La danza continuará a tu alrededor.

La danza continuará y tú eres parte de ella. Hay una sencilla dignidad en esto. Te animo a disfrutar de la simple gracia de estar vivo. Si buscas un significado mayor en la vida, te sentirás desilusionado. No tiene significado más allá de la danza.

Todas las condiciones se abren por

sí solas a lo incondicional. Simplemente estate abierto y presente, y caerás en los brazos de Dios. Pero si te resistes aunque solo sea por un momento, te verás atrapado en un embrollo innecesario que tú mismo habrás creado.

Los seres humanos no pueden liberarse de la realidad condicionada porque la realidad condicionada es una creación de la conciencia humana. Deja de intentar escapar de tus propias creaciones. Simplemente acéptalas, como el árbol acepta el viento. Tu dignidad consiste en ser plenamente humano, plenamente receptivo a tus necesidades y a las de los demás. La

compasión no surge por aislarte de toda la gama de la experiencia emocional, sino por participar plenamente en ella.

Algunos han dicho que este mundo es un lugar doloroso. Eso es absurdo. Este mundo no es ni alegre ni doloroso, o podríamos decir que es ambas cosas a la vez. Este mundo es un lugar donde nacen los cuerpos mental y emocional. El nacimiento y la muerte del cuerpo físico tan solo facilitan el desarrollo de una conciencia que piensa y que siente, y que es responsable de sus propias creaciones.

Es absurdo negar la importancia de dar nacimiento a estos cuerpos, y es

igualmente absurdo glorificarla. No hay ser humano que participe en el proceso del nacimiento que no experimente ambas cosas, alegría y dolor.

¿Son necesarios los dos?

Absolutamente. Sin dolor, la madre no expulsaría al bebé del canal natal. Y sin el júbilo de la vida recién nacida, el dolor no tendría significado.

Pero no digas, «este es un lugar de dolor o este es un lugar de alegría». No trates de hacer que tu experiencia sea lo que no es. Apártate de las interpretaciones que te llevarían a abrazar solo un extremo del abanico de la vida.

Mi experiencia aquí no fue diferente de la tuya. Yo no conquisté al dolor. Yo me entregué a él. Yo no superé la muerte, sino que pasé por ella por mi propia voluntad. Yo no glorifiqué el cuerpo, ni tampoco lo condené. No llamé a este mundo cielo o infierno, sino que enseñé que ambos son creados por ti.

Yo entré en la danza de la vida tal como tú, para crecer en entendimiento y aceptación, para pasar del amor condicionado a la experiencia del amor sin condiciones. No hay nada que vosotros hayáis sentido o experimentado, queridos hermano y

hermana, que yo no haya probado. Conozco cada deseo y cada miedo, pues los he vivido todos. Y mi liberación de ellos no llegó por ninguna dispensación especial.

Mira, yo no soy mejor bailarín que tú. Simplemente estuve dispuesto a participar y a aprender, y eso es todo lo que pido de ti. Estate dispuesto, participa. Toca y sé tocado. Siéntelo todo. Abre tus brazos a la vida y deja que toque tu corazón. Para esto estás aquí.

Cuando el corazón se abre, está lleno de amor. Y su capacidad para dar y recibir ya no se basa en nada externo.

El corazón da sin pensar en recibir, pues dar es el regalo más grande. Y recibe, pero no solo para él mismo, sino para que otros puedan también experimentar el regalo.

Las leyes de este mundo ya no limitan al hombre o a la mujer que tiene el corazón abierto. Y así suceden los milagros, no por medio de alguna actividad especial, sino como una extensión del amor mismo.

Los milagros no provienen del pensamiento lineal y secuencial. No pueden planearse. Uno no puede aprender a obrarlos o a recibirlos. Los milagros vienen espontáneamente al

corazón que se ha abierto y a la mente que ha renunciado a su necesidad de controlar o de saber.

Porque la Mente de Dios es inocente y lo da todo. No puede negarte su suministro, ya que eres parte de ella. No te conoce como algo separado. Al igual que un padre que cuidara de su único hijo, te contempla con un amor y un afecto constantes.

«Tiende la mano y recibe estos regalos», así te llama. Pero tú no atiendes su llamada. En tu frustración, no escuchas la Voz Divina llamándote. Cuando miras a tu alrededor, a las condiciones de tu vida, y descubres que

tienen fallos, no eres consciente de que te rodea el Amor incondicional de Dios.

Y sin embargo, por más lejos que te sientas de Dios, solo estás a la distancia de un pensamiento. Y el momento de tu salvación es ahora mismo.

Acuérdate de esto, querido amigo. Ahora mismo, en este momento, o bien estás escuchando la voz de Dios, o estás enredado innecesariamente en tu propio psicodrama. Ahora mismo eres feliz o estás encontrándoles fallos a las circunstancias de tu vida. Permítete estar presente ante tus pensamientos y pregunta: «¿Soy consciente del amor incondicional de Dios hacia mí en este

preciso momento?»).

Si la respuesta es «sí», sentirás el calor de la Presencia Divina en tu corazón. Y si la respuesta es «no», tu conciencia te hará recordar esa Presencia y la atraerá a ti. Esta sencilla práctica es infalible. Ponla a prueba y confírmalo.

A medida que aprendas a estar abierto al momento presente, tomarás cada vez más conciencia de la Presencia Divina en tu mente y en tu experiencia. Tus metas personales se abrirán en esta conciencia expandida, ayudándote a entender cuál es la mejor manera de ayudarte y de ayudar a los demás.

Las circunstancias se desplegarán ante tus ojos. Su apariencia a menudo te parecerá extraña y te dejará perplejo, pero no juzgarás. No encontrarás defectos en ti mismo ni en los demás. Aprenderás a entregarte a la situación actual, haciendo las cosas lo mejor que puedas y descansando en la fuerza de tu propia entrega. Cada vez más, dejarás el desenlace en manos de Dios, y sabrás que tu regalo siempre es aceptable tal como es. Siempre es suficiente.

Así, el tiempo de la autocrucifixión llegará a su fin, y la paz retornará a tu mente. Entonces me verás como realmente soy, pues para entonces ya

habrás alumbrado al Cristo en ti. Espero ese momento con gran alegría y certeza, pues ese es el momento de la verdad. Ese es el fin de toda separación. Ese es el fin de todo sufrimiento.

La gloria del Dios interno

Dios no es una abstracción, sino una presencia viviente, toda bondad, que lo da todo, feliz, completa y libre de miedo. ¿Puedes imaginar un Ser así?

Sé que te resulta difícil. Sin embargo te pido que amplíes tu mente. Suelta los límites que impones a lo que es posible. Dios está más allá de esos límites, pues Él no tiene forma. Siendo informe, Él mora en todas las cosas. No existe lugar alguno donde no pueda hallarse su presencia.

Dios no es ni masculino ni femenino, pues no tiene cuerpo, y por lo tanto no tiene género. Solemos referirnos a Dios como «Él», pues es masculino con relación a nosotros. Nosotros somos el útero que lleva y nutre su espíritu, y del que su espíritu nace.

Pero aunque nuestra posición con relación a Él es la de una novia para el novio, Dios no se pliega a ninguna imagen masculina. No es ni guerrero, ni chamán, ni salvador. No es el anciano sabio de pelo blanco, ni tampoco es la mujer sabia. Todas estas imágenes son antropomórficas.

Dios es una presencia amorosa que

combina todas las cualidades positivas, masculinas y femeninas. Es nutricio y también protector. Es suave y afable, pero también fuerte y asertivo.

Dios tiene la sabiduría del anciano sabio y la inocencia del niño pequeño. Tiene la fuerza del guerrero y la sensibilidad de la joven madre. Él es todo esto y más.

Está más allá de toda definición. No puede ser limitado por nuestros conceptos acerca de Él.

Como presencia ilimitada, su Espíritu se mueve a través de nuestras mentes y de nuestra experiencia. Extraemos nuestra esencia misma de

esta presencia. Es lo que somos, aunque con frecuencia no somos conscientes de nuestra esencia.

El Espíritu, o Esencia Divina, no nace ni muere. Existe antes del nacimiento físico y después de la muerte física. Esta Esencia no está sujeta a los altibajos de la experiencia mental-emocional. Es una presencia continua y amorosa a la que retornamos cuando dejamos de crucificarnos a nosotros mismos o de atacar a los demás.

La Esencia Divina en ti no es diferente a la Esencia Divina que está en tu hermano o hermana. Es una sola esencia, un solo Espíritu. Los cuerpos

parecen hacer que estéis separados uno de otro, pero la Esencia Divina os une. Las mentes pueden estar en desacuerdo, juzgar y atacarse mutuamente, pero la Esencia Divina mantiene a todas las mentes en sencilla armonía. Cuando te identificas con el cuerpo o con los pensamientos de separación, olvidas tu Esencia. Olvidas quién eres. Crees que estás separado de tu hermano. Crees que estás separado de Dios. De otra manera no podrías juzgar o atacar. Cuando recuerdas tu Esencia, también recuerdas tu conexión espiritual con todos los seres. El ataque es imposible cuando recuerdas quién eres.

No puedes conocer la gloria de Dios a menos que aprecies la Esencia Divina dentro de ti. Esto no tiene nada que ver con el sexo, la raza, el nivel económico, la nacionalidad o la religión. No tiene nada que ver con quién crees ser, ni con lo que los demás creen que eres.

La Esencia Divina dentro de ti es enteramente amable y amorosa. Cuando estás en contacto con tu Esencia, sabes que eres aceptable exactamente tal como eres. Sabes que no tienes nada que necesite ser mejorado o «reparado». Conocer tu Esencia requiere que te deshagas de tus juicios y críticas con respecto a ti mismo. Requiere que te

deshagas de todas tus críticas respecto a tu hermano o hermana.

Cuanto más aprendas a descansar en este estado, más fácil será tu vida. Esta es la razón por la que tantos senderos espirituales sugieren que la meditación y la oración han de ser prácticas regulares. La comunión con Dios es buena para los nervios. Es esencial para tu bienestar general a nivel físico, emocional y mental.

No te pido que medites u ores durante una hora al día, aunque no hay nada reprobable en esto. Solo te pido que recuerdes tu Esencia Divina durante cinco minutos de cada hora, o en un

pensamiento de cada diez. Haz que tu recuerdo de Dios sea continuo para no dejarte absorber por la telenovela de tu vida. Nueve pensamientos pueden ser acerca de la necesidad de «mejorarte», de poner en orden a ti mismo o a otra persona, pero deja que el décimo pensamiento sea acerca de eso que no requiere mejora alguna. Deja que el décimo pensamiento sea acerca de eso que es totalmente aceptable, totalmente amable.

Este era el ritmo que el Sabbat tenía que establecer. Durante seis días podías estar absorto en el drama del trabajo y de las pugnas, pero el séptimo día tenías

que recordar a Dios. El séptimo día debía ser un día de descanso, de volverte hacia adentro. Deja que la sabiduría del Sabbat venga a tu vida cotidiana. Así no olvidarás por mucho tiempo quién eres y quién es tu hermano. Entra en el ritual de recordar, y tus días, horas y minutos se transformarán.

Cuando comas, Dios se sentará a tu mesa. Cuando hables con tu hermano, Dios te recordará que le digas algo que le aliente. Y cuando se te olvide todo esto y le grites a tu esposa o a tu esposo, Dios extenderá la mano y te tocará suavemente, diciéndote con buen humor: «Bienvenido a la telenovela». Y

aprenderás a reírte de ti mismo y a no tomarte tan en serio el drama que tú mismo has iniciado.

Todo esto es un juego de recordar. Cuando te das cuenta de ello, el significado del ritual cambia totalmente para ti. Y entonces eliges un ritual que te ayude a recordar. No importa qué forma tenga. Afortunadamente, hay suficientes formas circulando por ahí para que todo el mundo pueda encontrar algo que le resulte cómodo.

Sé delicado con la elección de tu hermano, aunque difiera sustancialmente de la tuya. Has de saber que lo que a él le ayuda no puede sino ayudarte a ti. Y

no discutas acerca de las diferencias de forma, pues son insustanciales.

Nada me frustra más que las discusiones vacías acerca de la forma. Las palabras y las creencias que separan a la gente deben ser dejadas a un lado. Si deseas caminar por un sendero de Gracia, pasa por alto las diferencias que veas, encuentra lo que puedas compartir con otros y enfócate en ello.

La verdad se presenta con todas las formas y tamaños, pero sigue siendo una sola y simple verdad. Debes aprender a ver la verdad en toda forma, en cada situación. Eso es lo que tiene que hacer cada hombre y cada mujer de paz.

Estás entrando en una época en la que las barreras de cultura y religión serán trascendidas. Personas de diferentes lenguas aprenderán a entenderse entre sí. Con la tolerancia de la diversidad vendrá la percepción de los valores universales que todos pueden adoptar. Esta es una época de gran importancia. Cada uno de vosotros tiene un papel significativo que desempeñar en el desmantelamiento de los obstáculos que impiden la paz.

Por lo tanto, te animo a que encuentres ese lugar dentro de ti donde eres pleno y estás completo. Desde ese lugar aceptarás y celebrarás a toda

persona que entre en tu vida. Desde ese lugar de paz dentro de ti serás un pacificador entre los seres humanos. Esta es mi enseñanza. A lo largo del tiempo, esta ha sido siempre mi enseñanza.

Otras dimensiones

La tuya no es la Única dimensión de experiencia. Existen muchas aulas, cada una de ellas con su propio y singular programa de estudios. En tu aula, la asignatura principal es la igualdad. Estás aquí para aprender que todos los seres son iguales, independientemente de sus circunstancias aparentes. Hombres y mujeres, blancos y negros, hindúes o católicos todos son iguales en su valía existencial. Todas las desigualdades han sido fabricadas por ti y tienen que ser abolidas. Muchos de

vosotros habéis estado trabajando en este programa educativo durante bastante tiempo. ¡No voy a deciros cuánto tiempo! Habéis desarrollado muchas maneras ingeniosas de distorsionar vuestra verdadera igualdad espiritual con los demás. Algunos de vosotros vivís en condiciones de pobreza, mientras que otros tenéis varias mansiones. Algunos tenéis demasiada comida y otros no tienen suficiente. Por favor, entended que si ya hubierais dominado este programa de estudios, ya no existirían estas condiciones de desigualdad.

Por lo tanto, estás aquí para superar

la creencia profundamente arraigada de que algunos seres son más valiosos que otros. ¿Cómo puedes lograrlo?

En primer lugar tienes que aceptar la verdad de la igualdad para ti mismo. Si te sientes superior o inferior a cualquier otro ser humano, no has aceptado la verdad acerca de tu identidad espiritual.

Segundo, tienes que aceptar la igualdad de todos los que te rodean. Aceptar la igualdad significa que si tienes más que ellos, estás dispuesto a compartir. Y si tienes menos, estás dispuesto a pedirles ayuda.

También estás aquí para aprender a respetar el derecho de todos a decidir

por sí mismos. Si decides por otro, o si permites que otro decida por ti, no has aceptado la igualdad mutua.

Estas transgresiones de uno hacia el otro parecen darte licencia para responsabilizar a tu hermano de las decisiones que tú tomas, o que te niegas a tomar. Pero esta licencia es falsa. Con el tiempo te darás cuenta de que solo puedes herir o ayudar a una sola persona, y esa persona eres tú mismo. Hasta que aprendas a responsabilizarte de las decisiones que tomas y des espacio a tu hermano para hacer lo mismo, no abrazarás la verdad acerca de ti mismo y de él.

Este parece un asunto muy sencillo, pero la práctica de la igualdad es muy profunda. Puede transformar tu mundo y permitir que te gradúes junto con todos tus hermanos y hermanas.

Cuando dejes tu cuerpo, continuarás aprendiendo en otra aula no física. Allí el aprendizaje se acelera porque el tiempo y el espacio no existen, y por tanto no modulan el efecto creativo del pensamiento.

En tu mundo se requiere tiempo para que los pensamientos se conviertan en efectos visibles. En las dimensiones no físicas el proceso de traducción es automático. Por ejemplo, si piensas:

«Me gustaría visitar a mi amigo Roberto», eres transportado instantáneamente a la sala de estar de Roberto. Tu viaje no exige ningún tiempo y no has viajado por ningún espacio. Algunos habéis experimentado la comunicación con los seres de las dimensiones no físicas. Evidentemente, tales comunicaciones se llevan a cabo a través del pensamiento. La comunicación interdimensional es difícil, pero no imposible. Con la práctica aumentará tu capacidad de llegar más allá de tu limitado mundo de espacio/tiempo.

Como en las aulas no físicas el

aprendizaje se acelera, muchos seres que dejan sus cuerpos adquieren la capacidad de controlar sus pensamientos. Por lo tanto, confían en poder volver al entorno físico y demostrar su maestría. Sin embargo, de los millones que lo intentan, solamente un puñado logra demostrar su maestría en el entorno físico denso.

Hay una forma fácil de entender esto. La ciencia te enseña que cuando dejas atrás la gravedad del campo magnético de la tierra, te vuelves ingrávido y eres capaz de realizar proezas atléticas que serían imposibles en la tierra. La ciencia enseña asimismo

que al abandonar la atmósfera densa de la tierra, el proceso de envejecimiento es más lento. Muchas de las leyes físicas aplicables en la tierra cambian cuando abandonas el entorno terrestre.

Cuando dejas el cuerpo ocurre un fenómeno similar. Experimentas una libertad creativa desconocida en la tierra, salvo quizás en el estado de sueño, cuando tu atención se dirige hacia adentro y tus procesos corporales se ralentizan. El estado de sueño es una buena metáfora de la expansión de conciencia que se produce cuando se deja el cuerpo atrás.

En sueños creas tu realidad de una

manera bastante atrevida. Matas y te matan, haces el amor con todo tipo de gente, superas peligros increíbles y vives escapatorias milagrosas. Pocos de vosotros intentaríais hacer despiertos lo que hacéis en el estado de sueño. Las posibilidades creativas son infinitas.

Así, la escuela terrestre se convierte en un entorno donde pruebas las habilidades que desarrollaste en las aulas no físicas vinculadas a la tierra. No puedes graduarte y dejar atrás la escuela terrestre hasta que hayas demostrado que dominas el programa de estudios. Todos los seres lo saben, y por eso están ansiosos por encarnar en

cuerpos físicos para demostrar que han aprendido sus lecciones.

Entonces, ¿por qué tienen tantas dificultades? Volvamos a la metáfora de la gravedad. Un atleta en un entorno sin gravedad no tiene problema alguno para saltar una altura de cinco metros. Hasta puede volar por los aires. Pero si vuelves a ponerlo sobre la tierra, tendrá que hacer un gran esfuerzo para saltar dos metros. Y no consideraría seriamente la idea de volar.

Las condiciones densas de la experiencia física son difíciles de dominar. Hace falta tiempo para desarrollar el cuerpo físico. Empiezas

en el útero de tu madre y eres totalmente dependiente de ella. Cuando naces, estás físicamente desvalido. Tienes que aprender a alimentarte, a caminar, a hablar y a manipular tu entorno. Aceptémoslo, para alguien que ha experimentado recientemente un entorno no físico, donde los efectos del pensamiento son instantáneos, el cuerpo físico es una pura tortura. Con el tiempo, la conciencia se contrae y se moviliza para habitar más completamente el cuerpo físico, cerrándose así a la conciencia de otras dimensiones y sus posibilidades creativas.

Dicho de manera simple, la

conciencia es absorbida en la densidad del entorno físico. Allí se siente atrapada y víctima. No recuerda su estado menos limitado. No recuerda que no es un cuerpo.

En unos cuantos casos raros, la conciencia no se contrae completamente al entrar en el aula física. Estas personas habitan cuerpos, pero aun así retienen el recuerdo de la dimensión no física. Saben que no están limitadas al cuerpo. Saben que no son víctimas de los pensamientos y las acciones de otros. Saben que pueden crear la realidad mediante el poder de su pensamiento.

Estas personas son maestros

espirituales avanzados. Yo fui uno entre muchos maestros de este tipo que encarnaron en el mundo físico para ayudar a mis hermanos y hermanas a recordar su verdadera identidad. Sin la presencia de estos maestros, la densidad del entorno en el plano terrestre eclipsaría la conciencia colectiva y bloquearía la mayor parte de la conexión con el conocimiento espiritual. Ha habido períodos de la historia humana en los que la experiencia terrestre ha sido ciertamente oscura. Vosotros mismos les llamáis «los tiempos oscuros». Otra época oscura más cercana a ti han sido los primeros

dos tercios del siglo XX.

El período que ahora vives en el aula física es un período de transición. Tenéis la capacidad tecnológica para destruir muchas veces vuestro entorno físico. Sin embargo, ahora hay más luz disponible en el planeta que en cualquier otro momento de la historia.

Si esto es cierto, tal vez te preguntes por qué no me he unido a vosotros en esta encarnación física. Muchos esperáis que yo venga de nuevo en forma humana, pero no será así. Mi trabajo aquí ya está casi terminado y ahora mi presencia física entre vosotros solo demoraría la transformación para la que estáis

preparados.

A estas alturas, la mayoría ya conocéis la naturaleza de esta transformación. Estás aquí para superar definitivamente el papel de víctima. Estás aquí para aceptar que tienes el poder creativo de definir tu propia realidad y para ayudar a tu hermano a aceptar su poder creativo. Estáis preparados para hacer esto en masa, y yo estoy aquí para ayudaros. A través de vuestra comunión no física conmigo y con otros maestros aprenderéis a dejar atrás las condiciones que refuerzan vuestro sufrimiento, y despertaréis a vuestra Divinidad.

Necesito la ayuda de cada uno de vosotros para cumplir mi misión aquí. A través de ti, mi enseñanza será demostrada a cada momento. Esta es la razón por la que ya no se puede poner el énfasis en las palabras, pues separan a la gente. El énfasis debe ponerse en demostrar activamente los principios del amor y del perdón.

La sintonización individual y colectiva con la realidad no física es un paso esencial en el proceso de transformación planetaria. Si yo estuviera presente físicamente, se repetiría la experiencia de la crucifixión. Sí miras a tu alrededor,

verás que todavía es habitual difamar, abusar y perseguir a los que cuestionan las creencias establecidas. El único modo de evitarlo es que tú despiertes.

No condenes a muerte a tu hermano aunque se oponga a tus creencias más sagradas, pues condenarle es condenarme a mí. Tampoco lo coloques sobre un pedestal, aun cuando creas que es intachable. Nadie es intachable. Nadie está libre de cometer errores.

Yo también he cometido muchos errores, querido hermano. He olvidado a mi hermano y a mi Dios, y he culpado a ambos por abandonarme. No me hagas especial. No hagas especial a ninguno

de tus hermanos. Todos estáis aprendiendo las mismas lecciones. Aprende a celebrar tu igualdad con tus hermanos y hermanas, pues de esta manera estableces tu igualdad conmigo. Cuando me consideres un igual, la comunicación entre nosotros mejorará notablemente.

Cuando llevas a tu hermano o hermana en tu corazón, también me abres la puerta a mí. No hay hermano o hermana que no sea querido para mí, pues me asomo al alma del criminal y a la de su víctima. Veo a ambos pidiendo amor y aceptación, y no se los negaré. No te asombre que solicite lo mismo de

ti, que eres mis manos, mis pies y mi voz en el mundo.

Sed pacientes y constantes, hermano y hermana míos. Nuestro trabajo no terminará hasta que ya no haya más víctimas ni verdugos. Nuestra jornada no acabará hasta que hayamos aceptado el amor de Dios por nosotros y hayamos comunicado ese amor a todos los que comparten nuestra experiencia. En esto no hay excepciones. Todo el mundo tiene que ser aceptado tal como es para poder dejar atrás sus miedos y su necesidad de represalias.

Caminar conmigo es ser simultáneamente un servidor de Dios y

del hombre. Sirves al hombre demostrándole que Dios lo recuerda y se preocupa por él. Le llevas alimento, bebida y consuelo en su sufrimiento. Le abrazas y le permites apoyar su cabeza en tu hombro. Y le animas a que lllore, pues se siente abandonado por sus padres, sus hijos, sus amantes y por Dios. Y mientras llora, le reconfortas. Pues, ¿cuánto tiempo hace que tú mismo te sentías abandonado y derramabas lágrimas desgarradoras de tristeza y de lamento?

Esta es la naturaleza de la experiencia humana. Es muy apropiado que sientas compasión para con tu

hermano, pues compartes la misma experiencia de sufrimiento y también compartes la misma liberación.

Cuando las lecciones de igualdad sean aprendidas en la tierra, cambiará el campo electro-magnético del planeta, que dará a luz un programa de estudios aún más nuevo y más glorioso. Las semillas de esta transformación ya han sido sembradas. Tu trabajo es regarlas y alimentarlas.

La tiranía del acuerdo

El ego tiene una noción del amor que está basada en el acuerdo. No puede concebir que el amor esté presente cuando dos personas están en desacuerdo.

Cuando alguien está de acuerdo contigo, le amas y crees que él te ama. Cuando está en desacuerdo contigo, te sientes invalidado.

Sin embargo, a menos de que seas libre de estar en desacuerdo con tu hermano en cualquier situación, no puedes amarle. Por ejemplo, si tu

hermano insiste en que es una víctima de las acciones de alguien contra él, ¿le darás la razón? Por supuesto que no. Aunque te ruegue que le apoyes en su autoengaño, le dirás: «Lo siento, hermano. Yo no lo veo así».

Por otro lado, cuando tu hermana se sienta llamada a tomar una posición controvertida y te pida tu apoyo, ¿se lo vas a negar? Quizás el hecho de apoyarla implicará que tú también tendrás que correr un riesgo, pero no vas a negarle tu bendición tan solo porque su decisión es impopular.

¿Necesito recordarte que el compromiso con la verdad no es

popular? Con frecuencia exige decir «sí» cuando otros dirían «no», o decir «no» cuando otros dirían «sí».

Muchos de vosotros no podéis imaginar que decir «no» puede ser un acto amoroso. Y sin embargo, es muy fácil decir «no» de una manera amorosa. Si tu hijo está poniendo la mano sobre una estufa caliente, le dices «no» rápida y firmemente. No quieres que se quemé. Después le das un abrazo y le dices que le quieres.

¿Cuántas veces viene tu hermano a ti con la mano sobre la estufa? No puedes apoyar un comportamiento que sabes que será dañino para otra persona. Y no

quieres que tus amigos apoyen ese tipo de comportamiento en ti.

Un amigo es alguien que tiene la libertad de estar de acuerdo contigo o de estar en desacuerdo. Un amigo te dirá la verdad. Puede percibir la situación atinadamente o no, pero no teme decirte lo que piensa. Un amigo dice la verdad, y luego te recuerda de que eres libre para seguir tu propia opción.

Esto es amor en acción. Un amigo te ama igual cuando dice sí y cuando dice no. No te niega su consejo, ni tampoco intenta imponerte su opinión. Un amigo desea ser útil. Te trata con respeto y dignidad, y te dice la verdad.

No puedes ser un amigo si no estás dispuesto a decir la verdad. Esto no quiere decir que tengas razón. Tener razón y ser honesto no son necesariamente lo mismo.

Cuando eres honesto, estás dando lo mejor que puedes dar con la conciencia que tienes. Eso es todo lo que cabe esperar de ti. Que tu consejo sea correcto o equivocado no viene al caso.

Pero la honestidad por sí sola no es suficiente. La honestidad y la humildad deben de ir de la mano. Tu humildad le dice a tu hermano: «Así es como yo veo las cosas. Puedo estar en lo correcto, o puedo estar equivocado. ¿Cómo las ves

tú? Después de todo, tú eres quien debe decidir».

Una persona humilde entiende que límites son los apropiados. Jamás trata de usurpar el derecho y la responsabilidad que tiene el otro de hacer sus propias elecciones.

Dado que buscas el acuerdo constantemente, rara vez experimentas el amor sin condiciones. El acuerdo es la máxima condición y por lo tanto la máxima codependencia o colusión. Dice así: «Si tu ego y mi ego están de acuerdo, entonces te apoyaré».

Debes ser cauteloso cuando dos egos están de acuerdo. Esto se debe a

que la naturaleza del ego es separar, dividir y entrar en conflicto con otros egos. De modo que cuando dos egos están de acuerdo, puedes estar seguro de que se están uniendo para oponerse a otro ego. Este no es un acuerdo genuino, sino una alianza temporal. Tan pronto como se conquiste al enemigo común, la alianza deja de tener un propósito, y cada ego vuelve a sus propios intereses.

Buscar amor en el acuerdo no es un movimiento muy sabio. Sin duda va a decepcionarte. Te iría mucho mejor si buscaras amor a través del desacuerdo.

Recordarás que te dije: «Ama a tu enemigo». No lo dije con la intención de

ser perverso o difícil. Lo dije por varias razones importantes. En primer lugar, te resulta fácil amar a tu amigo. Tu amigo está de acuerdo contigo y te apoya la mayor parte del tiempo, así que no es difícil amarle. Pero tu enemigo no está de acuerdo contigo. Cree que estás equivocado. Ve tus puntos débiles y hará lo que pueda para explotarlos. Si tienes un punto débil, puedes estar seguro de que tu enemigo lo ve. Dicho de manera simple: tu enemigo no está dispuesto a concederte el beneficio de la duda. Es, por lo tanto, el mejor maestro que puedes tener. Tu enemigo te refleja todo aquello que no te gusta de ti mismo. Te

muestra exactamente dónde residen tus temores e inseguridades. Si escuchas lo que tu enemigo te está diciendo, sabrás exactamente dónde tienes que hacer correcciones en tu persona. Únicamente alguien que se opone a ti de esta manera puede ser un maestro tan eficaz.

¿Porqué digo «ama» a tu enemigo? Digo ama a tu enemigo porque, si no lo amas, no valoras el regalo que te hace.

Nadie puede pasar la vida sin ambos: aliados y oponentes. Un buen aliado está dispuesto a oponerse a ti. Y un buen oponente es el mejor aliado.

Cuando aprendes a amar a tu enemigo, demuestras que estás dispuesto

a asomarte a todos los rincones oscuros que hay dentro de tu mente. Tu enemigo simplemente es un espejo en el que te miras, hasta que gradualmente el rostro airado que ves en él te devuelve la sonrisa.

Para hacer la paz con tus enemigos tienes que aprender a mirar a través de sus ojos, además de los tuyos. Entonces desarrollarás compasión e irás más allá del conflicto.

Recuerda, no tienes que estar de acuerdo con tus enemigos para hacer la paz con ellos. Pero sí tienes que aprender a amarlos.

La paz no viene del acuerdo entre

los egos, porque es imposible que los egos se pongan de acuerdo. La paz llega cuando están presentes el amor y el respeto mutuo. Cuando el amor está presente, tu enemigo se convierte en una especie de amigo que no teme estar en desacuerdo contigo. No lo expulsas de tu corazón porque ve las cosas de otra manera. Escuchas cuidadosamente lo que tiene que decir.

Cuando escuchas a tu enemigo como escucharías a un amigo, no es tu ego el que está escuchando. El Espíritu dentro de ti está escuchando al Espíritu dentro de él.

La causa de todo conflicto humano

es muy sencilla: cada bando deshumaniza al otro. Cada bando considera al otro como menos valioso. Mientras un bando perciba así al otro, no se podrán negociar ni los detalles más simples. Pero en cuanto cada bando mire al otro con una actitud de respeto y de aceptación, se resolverán hasta los detalles más difíciles.

Los milagros vienen del amor. Las soluciones que provienen de las mentes amorosas no tienen límite. La voluntad de amar —de considerarse mutuamente como iguales—, es la esencia que está detrás de todos los milagros.

De una diversidad de perspectivas

surge la única perspectiva que honra a todos. Pero no podrá llegarse a esta perspectiva hasta que todo el mundo haya sido escuchado. Vuestro trabajo, amigos míos, es escuchar a todos imparcialmente. Esta es la esencia de la democracia, que no solo es un ideal espiritual, sino un proceso vivo, que se mueve y respira. Cuando el proceso se corta, el ideal se corrompe. Pero cuando el proceso se mantiene fuerte —por más torpe y desgarrado que pueda parecer— el ideal no puede dejar de manifestarse.

Una sociedad que tolera diferentes perspectivas es una sociedad basada en la demostración práctica del amor y la

igualdad. Los que buscan exclusivamente el acuerdo construyen sistemas totalitarios en los que las libertades individuales se sacrifican, y donde la totalidad jamás se beneficia de la sabiduría de las partes. Tales sistemas están condenados al fracaso.

Se requiere valor para disentir. Se requiere sabiduría y previsión para conservar un entorno de igualdad en el cual se puedan tener en cuenta todos los puntos de vista. El camino hacia la verdad nunca ha sido fácil. Y ciertamente jamás ha sido un camino basado en la conveniencia.

La solución simplista al conflicto es

exterminar a todos aquellos con quienes estás en desacuerdo. En este caso, la meta no es amar, ni tan siquiera entender; la meta es destruir a tus enemigos. Ése ha sido el sistema de valores que ha prevalecido en tu planeta a lo largo de su historia.

El método democrático es un experimento nuevo y valeroso. Dice: «Oigamos todas las voces». Da la bienvenida a la diversidad y tiene fe en la valía esencial de los seres humanos individuales. Te pide que ames, respetes y aprendas de tus oponentes. Asume que el corazón y la mente humanos son suficientemente amplios y profundos

para contener todos estos puntos de vista. De hecho, deposita todo su éxito en tu capacidad de considerar diferentes puntos de vista y en tu capacidad de cambiar de manera de pensar cuando sea apropiado.

Las ideas totalitarias y fundamentalistas se aprovechan de tus temores. Siempre están creando enemigos y tratando de vencerlos. Creen que hay un bando que es el bueno y otro bando que es el malo.

Son excesivamente simplistas y dualistas en sus percepciones del mundo. Pero el camino de la compasión, que es el camino que yo enseño, te reta a

que ames y aceptes a todos los seres como iguales. No hace excepción alguna, ya que sabe que condenar a una persona es condenarlas a todas. No es un sendero fácil, pues reconoce que tu compromiso con la igualdad tendrá que afrontar múltiples desafíos. Y debes encarar cada desafío con toda la profundidad de tu compromiso si quieres demostrar la verdad.

Muchas personas usan mi nombre en vano. Me atribuyen ideas abusivas y enjuiciantes, y las usan para justificar toda clase de actos viles. Por eso debo decirte claramente: no uses mi nombre en vano. Nunca he tomado partido por

un hermano en contra de otro. Jamás te pediría que tú lo hicieras.

Te he pedido que alcances la paz dentro de tu propia mente. Te he pedido que llegues a la paz con todos tus hermanos y hermanas. ¿Cómo puedes distorsionar esta simple enseñanza?

Si me has escuchado en tu corazón, sabrás que no puedes usar estas ideas para justificar cualquier juicio o ataque sobre otro ser humano. Cuando estés a punto de juzgar a otro, mira en tu interior y pregúntate: «¿Me juzgaría a mí mismo de esta manera?». Pues cualquier juicio en contra de tu hermano es un juicio contra ti, y cualquier juicio contra ti es

un juicio contra mí.

Porque yo no estoy separado de ti. Tal como te trates a ti mismo y a tu hermano, así mismo me tratas a mí. Somos inseparables. Nuestros destinos están unidos.

Entiende, amigo mío, que no encontrarás amor si buscas acuerdo. El amor es más profundo que eso. A medida que aprendas a amar a quien se te opone, encontrarás la Fuente que va más allá del juicio y del temor. En esa Fuente todos estamos unidos como iguales, y somos libres para pensar y actuar de acuerdo con nuestra guía.

Te apoyo en tu libertad de elegir, aun

cuando tu elección sea diferente de la que yo haría, pues confío en ti, hermano mío. Confío en el plan de Dios para tu despertar. Y también sé que jamás puedes cometer un error que te separe del amor de Dios o del mío.

Crimen y castigo

Si los pensamientos mataran, ¿cuántos de vosotros seguiríais vivos? Quiero recordarte algo: las semillas de toda acción se encuentran en tus pensamientos. Si piensas: «No aguanto a fulano», lo estás atacando.

Lo que comienza como pensamiento, rápidamente se convierte en palabra. Si calumnias a esta persona frente a otras o tramas a sus espaldas, le estás atacando.

Y de las palabras se pasa rápidamente a la acción. Si tus palabras enardecen a otros que apoyan tu ataque,

quizá sientas que está justificado golpear, o incluso matar, a ese hombre.

La sociedad dice: «Solo la acción física es reprobable. Los ataques verbales son desafortunados, pero inevitables. Y nadie sería lo suficientemente necio como para tratar de responsabilizar a alguien de sus pensamientos».

Y así te escandaliza un acto de asesinato, pero el pensamiento de asesinar es aceptable. Todos lo habéis tenido. Te escandaliza el acto de violación o de abuso sexual, pero no te perturba mucho pensarlo.

Te pido que recuerdes que todo lo

que piensas, dices o haces a otra persona se refleja en ti, e influye en lo que piensas de ti mismo. Un pensamiento negativo sobre otra persona demuestra cómo te ves a ti mismo. Abusar verbalmente de otros indica tus propios sentimientos de vergüenza y rechazo emocional. Cualquier violencia física hacia otra persona indica tu propio impulso suicida.

Esto no es ningún misterio. Solo alguien que es presa del dolor agrede a otros. Y os pregunto: ¿Cuántos de vosotros no sentís dolor? ¿Cuántos de vosotros no lanzáis pequeños ataques a los demás?

La diferencia entre tú y el que viola y asesina no es tan grande como crees. No lo digo para hacer que te sientas mal. Lo digo para ayudarte a despertar a tu responsabilidad para con tu hermano.

Si puedes perdonarte a ti mismo por tener pensamientos de venganza, ¿por qué no puedes perdonar a un hombre o a una mujer que actúa con venganza? Esa persona solo pone en práctica aquello que tú pensaste.

No estoy justificando el acto de venganza. No puedo justificar ningún ataque, y no estoy sugiriendo que tú lo hagas. Simplemente te estoy preguntando: ¿Por qué expulsas de tu

corazón a este hermano? Quizá su necesidad de amor y perdón sea aún más desesperada que la tuya. ¿Se los negarías?

Tu hermano está profundamente herido. Ha crecido sin un padre. Ha sido adicto a las drogas desde que tenía nueve años. Ha vivido en un vecindario donde jamás se ha sentido seguro. ¿No sientes algo de compasión por el niño herido dentro del hombre que comete el delito?

Si pudieras ponerte en su lugar, ¿crees que tú lo habrías hecho mucho mejor? Sé honesto, amigo mío. Y en esa honestidad encontrarás compasión, si no

por el hombre, sí por el niño que se convirtió en hombre.

Y te digo ahora mismo que no es el hombre quien aprieta el gatillo, sino el niño. El es quien se siente sobrepasado y herido. Es el pequeño quien no se siente amado ni aceptado. Es el niño herido quien agrede, no el hombre.

Amigos míos, no hay ningún hombre. Solo está el niño. No permitáis que vuestra visión quede distorsionada por el rostro airado y desdeñoso del hombre. Debajo de ese exterior duro hay un dolor y una autocrítica abrumadores. Detrás de la máscara de hombría mal manejada y de la ira salvaje está el

muchacho que no se cree digno de ser amado.

Si no puedes abrazar al niño en él, ¿cómo vas a poder abrazar al niño o a la niña en ti? Pues tu temor y el suyo no son tan diferentes.

Retiremos primero tu máscara de superioridad moral y dejemos que el niño o la niña en ti mire al niño en él. Ahí es donde comienzan el amor y la aceptación. Ahí es donde el perdón tiene sus raíces.

Los criminales solo son un grupo de intocables en tu sociedad. No quieres examinar sus vidas. No quieres oír hablar de su dolor. Quieres recluirlos

donde no tengas que tratar con ellos. Haces lo mismo con los ancianos, los enfermos mentales, los desposeídos, etcétera.

Ves, amigo mío, no quieres la responsabilidad de amar a tu hermano. No obstante, sin amarle no puedes aprender a amarte y a aceptarte a ti mismo. Tu hermano es la clave de tu salvación. Siempre lo fue y siempre lo será.

Tal como el individuo niega y reprime las tendencias negativas que no quiere aceptar en sí mismo, la sociedad niega e institucionaliza los problemas que no desea encarar. Ambos

inconscientes, el individual y el colectivo, están colmados de heridas inexpresables. El comportamiento a ambos niveles está motivado por el dolor, la culpa y el temor no reconocidos y ensamblados en esas heridas.

El perdón trae una linterna a estos lugares oscuros y secretos del yo y de la sociedad. Les dice a tu culpa y a tu temor: «Salid y mostraros. Necesito entenderos». Y le dice al criminal: «Sal, conoce a las víctimas de tu crimen, enmiéndate, inicia el proceso de curación».

Reconocer la herida siempre es el

primer paso del proceso curativo. Si no estás dispuesto a enfrentar el temor que está detrás de la herida, individual y colectivamente, el proceso curativo no puede empezar.

Es difícil para ti examinar tu dolor reprimido. Es difícil para la sociedad contemplar el dolor de sus «descastados». Pero tiene que hacerse.

Todo el mundo vive en una prisión de reactividad hasta que la herida se hace consciente. No es solo el criminal el que está detrás de las rejas. Los hombres y las mujeres que lo pusieron allí viven detrás de otro tipo de rejas. Si no traes tu material inconsciente a la

conciencia, se expresará en sus propios términos distorsionados, Si no trabajas intencionalmente con el criminal para ayudarlo a llegar al amor y a aceptarse a sí mismo, volverá a entrar en la sociedad con la misma ira y la misma mentalidad vengativa.

La construcción de más prisiones o poner más policías en las calles no van a aumentar la seguridad de tu vecindario. Estas acciones solo agravan la situación al aumentar el nivel de temor. Si quieres mejorar estas situaciones, lleva el trabajo del perdón a las prisiones y a los vecindarios. Contrata más maestros, más consejeros y

más trabajadores sociales. Alimenta a la gente y plantéales retos emocionales y mentales. Ofréceles experiencias de vinculación emocional libre de riesgo. Proporcionales oportunidades para educarse y entrenarse. Dales esperanza. Dales aceptación. Dales amor.

Este es el trabajo del pacificador. Esto es servicio. Esto es abrazar a tu hermano como a ti mismo.

Y por favor, recuérdalo: al dar a otros, te estás dando a ti mismo. Nadie da amor sin recibirlo. Nadie da un regalo que no reciba simultáneamente.

Ya es hora de que dejes de intentar castigar al pecador en ti y al criminal en

tu sociedad. El castigo solo refuerza el rechazo. Eso es justo lo opuesto de lo que se necesita. Hay que atenuar y aliviar los sentimientos de rechazo. El juicio y el ataque deben ser llevados a la luz de la conciencia. La culpa y el temor tienen que ser vistos tal como son.

El trabajo de rehabilitación es un trabajo de integración. La oscuridad tiene que ser traída a la luz. Todo lo que es inaceptable tiene que hacerse aceptable para que podamos mirarlo sin temor. Tenemos que encontrar las semillas de la acción en el pensamiento, y es allí donde debemos tratar con ellas. No puedes cambiar las acciones sin

cambiar los pensamientos.

Si prohíbes ciertos pensamientos, tendrás miedo de contemplarlos. Esto no es constructivo. Estate dispuesto a ver los pensamientos asesinos en la psique para no tener que enterrarlos en el inconsciente.

Ayuda a la gente a responsabilizarse de los pensamientos que tienen y de los efectos de dichos pensamientos. El poder personal y la verdadera autoestima comienzan cuando descubres que tienes opciones con respecto a lo que piensas, a lo que dices y a cómo actúas.

Los que agreden a otros sienten que

no tienen otra opción. Aquellos que saben que tienen opción no agreden a los demás.

Esta es la clave. Muéstrale a un hombre las opciones que tiene y no cometerá un crimen. El crimen es otra forma de autocastigo, elegida inconscientemente para tratar con una culpabilidad igualmente inconsciente. El criminal comete un crimen porque todavía está tratando de castigarse a sí mismo. Y la sociedad le complace al castigarlo y reforzar su culpa.

La única salida de este círculo vicioso es que la sociedad abandone el ostracismo y el castigo, y se

comprometa con la curación. Hay que pedir a cada persona que siente dolor que se ayude a sí misma. Hay que ayudarle a identificar conscientemente su indignidad y su culpa. Y hay que asistirle en la transformación de estas emociones y creencias negativas por sus contrapartidas positivas.

Los leprosos de tu sociedad no son diferentes de los leprosos de mi tiempo. Llevan sobre su piel las heridas de todos. Son testigos fehacientes del dolor que tú no quieres abordar. La sociedad debería estarles agradecida, pues son los que muestran el camino. Indican el sendero de la curación que todos los

seres humanos tienen que tomar.

Poder y maestría

La cooperación con las leyes naturales de la tierra es esencial para la supervivencia. Sin embargo, existen otras leyes no físicas, o principios mentales, que ayudan a estructurar tu experiencia aquí.

Por ejemplo, mirar hacia fuera y tomar parte en los asuntos del mundo alimenta la actividad del pensamiento. Cuando la mente se vuelve hacia dentro para verse a sí misma, el pensamiento pierde velocidad y acaba deteniéndose. El observador y lo observado se hacen

uno.

La práctica de la autoobservación es muy poderosa. Rompe la barrera entre el sujeto y el objeto, creando una nueva posibilidad para la intimidad. El pasado y el futuro se rinden al momento presente, al eterno «ahora», donde reside todo el potencial creativo.

El poder existe como un potencial. En cuanto se manifiesta externamente, como fuerza, tiene que superar la resistencia de su entorno. Consecuentemente, se debilita. El poder es más fuerte cuando está contenido, sin expresarse exteriormente.

Cuando actúas, te comprometes con

un curso de acción específico. Más adelante, alterar ese curso de acción se hace difícil, particularmente una vez que se ha logrado cierto impulso.

Por lo tanto, antes de actuar, proyecta sobre esa situación la acción que quieres llevar a cabo y consulta la opinión de las personas involucradas. Abandona tus expectativas y escucha cuidadosamente. Ser capaz de ir más allá de tus percepciones basadas en el ego te ayudará a conseguir información útil e importante.

La mente conceptual espera resultados lineales en toda acción que emprende. Sin embargo, los resultados

lineales no suelen ser muy habituales. En cuanto una fuerza encuentra una resistencia, su curso se altera. Se mueve hacia arriba, hacia abajo, o rodea la obstrucción. Frecuentemente la fuerza se desvía de su trayectoria original.

A pesar de todo esto, toda tu planificación anticipa resultados lineales. No es ninguna sorpresa que te sientas decepcionado con tanta frecuencia.

Como la mayoría de las decisiones se toman erróneamente, tienden a ser recicladas. La culpabilidad las lleva a una órbita circular. La culpa es como un campo magnético que mantiene cada

decisión abierta a la duda y a la reinterpretación constantes. La culpa atrae todas las acciones hacia ella, ofreciendo las mismas opciones una y otra vez en diferentes situaciones.

Solo puedes actuar libre de culpa cuando te proyectas mentalmente en ciertas situaciones y anticipas los resultados. Un plan que anticipe resistencias y objeciones saldrá mejor que otro que no lo haga.

Esto suena como si fuera un proceso intelectual, pero es cualquier cosa menos eso. Se trata de un proceso altamente intuitivo que requiere de verdadera capacidad de escucha. La

acción no ocurre hasta haber pedido guía.

Las acciones mal meditadas raras veces son eficaces. Fallan en ambos extremos del abanico. En un extremo son impulsivas. En el otro son demasiado deliberadas y carecen de espontaneidad.

Si te pregunto cómo te sentirás al decirle algo a tu amigo Jaime, puedes responderme de dos maneras distintas. Puedes pensar en Jaime, considerar las experiencias que has vivido con él, y contestarme basándote en el pasado. O puedes sentarte, cerrar los ojos, pensar en Jaime, decirle lo que haya que decirle y ver cómo reacciona. Este

último método, te dará muchos mejores resultados que el primero.

Puedes obtener toda la información que necesitas en el momento presente por medio de un simple método de indagación. Por supuesto, este método solo funciona si puedes solicitar la información desde un punto de vista neutral. Tus preferencias influirán indebidamente y distorsionarán la respuesta que recibas. Para evitar la distorsión, antes de preguntar, declara de todo corazón: «Hago a un lado mis preferencias y mis prejuicios, y me abro a una respuesta libre y verdadera».

La naturaleza cíclica del

pensamiento y de la acción te traen lecciones continuamente. Estas lecciones siempre subrayan la distancia que existe entre lo que deseas y esperas que suceda, y lo que parece manifestarse en tu vida. Insistes en tu intento de escapar a este dilema, pero nunca te da resultado porque el dilema mismo es necesario para tu aprendizaje.

Es inevitable que enfoques tu atención en las personas y cosas externas a ti. Este es el mundo de los «condicionamientos». No puede darte lo que quieres. Solo puede reflejarte lo que no deseas.

La búsqueda de la felicidad en el

mundo es sombría. El mundo no puede hacerte feliz. Cuanto antes aprendas esto, más fácil será tu lucha.

Si analizas honestamente tu experiencia, verás que pasas la mayor parte del tiempo «resistiéndote» o intentando evitar ciertas situaciones. Por supuesto, cuanto más tratas de evitar esas situaciones, más surgen en tu vida. Esto se debe a que no puedes aprender nada a través de la evitación y la negación.

Solo cuando afrontes la situación que tienes ante ti y comiences a responsabilizarte de ella en el presente, comenzarás a abordarla

significativamente. Afrontar tus miedos es el primer paso en el proceso de deshacer.

Crees que estás aquí para lograr muchas cosas encantadoras e importantes, pero eso solo es tu ego pidiendo reconocimiento. No estás aquí para hacer cosa alguna, sino para deshacer las ideas y falsas creencias que tienes acerca de ti mismo y de los demás. Nadie más puede hacerlo por ti. Aceptaste estas ideas y tienes que ser tú quien las rechace.

No hay nada de «glamour» en el rechazo de la falsedad. De hecho, es un proceso bastante sobrio y terrenal.

Por favor dedica tiempo a contemplar tus metas. ¿Cuántas de estas metas tienen que ver con lograr algo en el mundo? Verás que son bastantes las que entran dentro de esta categoría. No te avergüences. Tan solo date cuenta de que tu atención está dirigida hacia afuera. Y, por favor, reconoce que, aunque fuera posible, lograr todas esas metas no te haría feliz.

La felicidad solo ocurre en el momento presente. Si eres feliz ahora, no hay nada más que lograr. De hecho, si te preocupa ser feliz mañana o dentro de cinco minutos, te olvidarás de ser feliz ahora. Todos tus sueños y

maquinaciones te alejan de la felicidad presente.

Muchos de vosotros tenéis trabajos importantes sirviendo a los demás. Sin embargo no sois felices ahora, en este momento. Debo preguntaros: ¿Qué precio estáis dispuestos a pagar para servir a otros?

¿Crees realmente que puedes llevar felicidad a otro cuando tú mismo estás preocupado y estresado? Seguramente sabes que eso no es posible.

Necesito preguntarte, amigo mío: ¿Estás dispuesto a renunciar a tus metas «importantes» en nombre de tu felicidad presente? ¿Tienes el valor de

reivindicar el momento presente sin saber adonde te conducirá?

Puedes trascender todo el caos y la confusión que tienes en tu mente y en tu experiencia mediante la sencilla decisión de estar plenamente presente y atento ahora. Esta es la milagrosa verdad.

¿Quieres estar libre de todo conflicto, sufrimiento, dudas y juicios sobre ti mismo? Si es así, renuncia a todas tus metas externas, a tus inquietudes y preocupaciones, y simplemente se consciente de ti mismo en este momento.

No hay nada glamoroso en el

proceso de despertar. Las personas que despiertan no se convierten en maestros espirituales famosos. No construyen organizaciones elegantes. En general pasan desapercibidos para los demás, salvo para unos cuantos discípulos que reconocen su libertad y su autoridad.

Los maestros que el mundo aprecia tienden a enseñar un nivel muy superficial, porque el mundo premia los resultados y los efectos tangibles, y los logros espirituales tienden a ser intangibles.

Quien domina la mente no es apreciado por la sociedad. Quizá sea el más poderoso de los seres vivos, pero

no le verás en una posición de poder. En verdad, aunque se le ofreciera esa posición, no la aceptaría. A una persona así no le preocupa manipular los sucesos externos.

Para ella solo hay una pregunta: «¿Eres feliz ahora mismo?». Si la respuesta es «sí», entonces ya estás en el cielo. Si la respuesta es «no», entonces ella sigue preguntando: «¿Por qué no?».

Puedes darle un testimonio de treinta páginas sobre por qué eres infeliz, pero ella simplemente te preguntará de nuevo: «¿Por qué no?». Y tarde o temprano te darás cuenta de que todas tus razones para no ser feliz siguen sin responder a

su pregunta. Porque tienes la opción de ser feliz ahora mismo, y no hay nada, salvo tu obstinada necesidad de revolcarte en el pasado, que te impida hacer otra elección.

Todo lo que el maestro puede hacer es preguntarte: «¿Porqué no?». Él no puede decirte qué has de hacer o dejar de hacer, porque la responsabilidad de hacer o de no hacer te pertenece a ti. Lo único que él puede hacer es animarte a aceptar esa responsabilidad aquí y ahora.

Los maestros que te dicen qué hacer o qué no hacer están mostrando su inmadurez espiritual. Un maestro sabio

hace buenas preguntas, pero da muy pocos consejos.

No retengas el amor

Darle a otro el amor que necesita fortalece ese amor en ti. Negarle ese amor disminuye tu conciencia de la presencia del amor.

Cuando tu hermano actúa inapropiadamente y exige tu atención, te decepciona y tú le das la espalda. Después de todo, sabes que no puedes satisfacer sus demandas.

Sin embargo, al alejarte de tu hermano, le niegas el amor. Y cuando le niegas el amor a él, estás negándote el amor a ti mismo.

Tu hermano solo quiere tu amor, pero no sabe cómo pedirlo. De hecho, está confundido con respecto a qué es el amor. De modo que pide dinero, o sexo, o alguna otra cosa. Trata de manipularte para conseguir lo que quiere.

Por supuesto que tú no quieres ser manipulado. No quieres reforzar su comportamiento inapropiado cediendo a sus exigencias. Pero tampoco quieres rechazarle. Entonces, ¿qué puedes hacer?

Actúa de una manera amorosa hacia él. Dale el amor que en realidad quiere. Dale lo que puedas darle libremente, y no te preocupes porque no estás

satisfaciendo sus demandas.

En otras palabras, di «sí» a amarle y «no» a dejarte manipular. Dile «no», pero no le expulses de tu corazón. No le juzgues ni te separes de él. Niégate a ser víctima o verdugo. Ofrécele amor en respuesta a sus pensamientos temerosos.

Dile: «No, amigo, no puedo darte lo que pides, pero encontraré una manera de apoyarte que nos afirme a los dos. No te rechazaré. No pretenderé que vales menos que yo. Tu necesidad de amor es tan importante como la mía y la honro».

Así es como el amante habla al amado. No dice: «Haré todo lo que tú quieras». Dice: «Encontraré una manera

de honrarnos a ambos». El amante es igual al amado. Son la expresión del amor mutuo.

Es importante que entiendas esto. Muchos de vosotros creéis que si no decís «sí» a las exigencias de otro, no estáis obrando de manera amorosa. Eso no es verdad. Nunca digas «sí» a las exigencias de otro. Eso es no amarte a ti mismo. Por favor sé amable contigo mismo. No antepongas las necesidades de otro a las tuyas. El amor no tiene nada que ver con el sacrificio.

Por favor entiende esto. Algunos creéis que tenéis que decir «no» a todo el mundo para protegeros de sus

exigencias. Eso no es verdad. Diciendo «no» a todo el mundo lo único que logras es aferrarte a tu miedo a la intimidad. Distanciarse de los demás física o psicológicamente es una táctica temerosa. No tiene nada que ver con el amor.

Por favor mira cómo rechazas a otros en un intento de protegerte a ti mismo y cómo te rechazas a ti mismo para intentar retener a los demás. Ambos gestos son una negación de la autenticidad y de la intimidad.

Solamente la persona auténtica —la que honra su propia verdad— es capaz de intimar con otra. Solamente la

persona compasiva —la que honra la verdad de la otra persona— es capaz de ser ella misma plenamente.

No puedes recibir si no te das. Y no puedes dar si no recibes a los demás tal como son. No capituléis a las exigencias mutuas. Niégate a dejarte manipular. Di «no» cuando te sientas invadido y después perdona la transgresión. No te aterres al «no». No permitas que el «no» al comportamiento de la persona se convierta en un «no» a su solicitud de amor y apoyo. Perdona la transgresión y estate dispuesto, una vez más, a darle amor y apoyo.

Practica esto y mantente en el

momento. Deja que tu «no» a la manipulación se convierta en un «sí» al amor y al apoyo. Deja que tu «sí» al amor y al apoyo se convierta en un «no» a la manipulación. Hónrate a ti mismo y a los demás por igual. No ataques o tú serás la víctima. No te defiendas o serás tú quien ataque.

Deja que el amor reemplace todos tus resentimientos. Si te sientes atacado, di «no» al ataque, pero no lo devuelvas. Si atacas a otros, date cuenta de ello y enmiéndate. No lles tu culpa al siguiente ataque. Corrige el problema al momento.

Cuanto más amor des, más amor

atraerás. Esto se debe a que, al amar, estás en la vibración del amor. Dando, permaneces en la vibración de la abundancia.

Tienes que aprender a decir «sí» a las necesidades de amor y de apoyo de los demás. Cuanto más hagas esto, su comportamiento hacia ti estará motivado cada vez menos por el temor.

Si deseas disolver la violencia, no hagas que los temerosos tengan aún más temor. Comunícales tu amor y tu apoyo. El amor redime. El odio condena.

Nunca te percatarás del poder del amor hasta que comiences a aplicarlo en tu vida. No expulses a tus enemigos de

tu corazón, sino aprende a aceptarlos en él y dejarán de ser tus enemigos.

Todo lo que cualquier persona quiere es ser amada y aceptada tal como es. Dale eso y no tendrá miedo. Dale eso y no tendrá necesidad de atacarte.

Ya es hora de que entiendas que lo que le niegues a tu hermano te lo niegas a ti mismo. Porque él no está separado de ti. Y solo reconociendo su valía se confirma la tuya.

Meditación para sentirse amado

Cuando tu hermano te ataca, date cuenta de que no se está sintiendo amado. Si sintiera amor, no te atacaría. No reacciones a su ataque. Encuentra una manera de recordarle que es amado.

Haz esto una y otra vez.

He aquí una sencilla meditación que puedes hacer mientras vas caminando.

Algún día, cuando te sientas alegre, sal a dar una vuelta por tu vecindario, y cuando veas a alguien triste o enojado, encuentra una manera sencilla de decirle

que es amado. Ofrécele una sonrisa, una flor, un globo, un sándwich o una taza de café. Cántale una canción o recítale un poema. Dile: «Esto es tan solo para ti. Que tengas un bonito día».

En otra ocasión, cuando te sientas deprimido, haz lo mismo. Hazlo una y otra vez. Te asombrarán los resultados. No hay nada más extático que recordarle a los demás y a ti mismo que sois amados.

Recuerda, nadie puede dar amor si no se siente amado. Por lo tanto, tienes una sola responsabilidad: siente el amor que está ahí, en tu corazón. Y ayuda a otros a sentirlo.

¿Puedes imaginar un mundo en el que cada persona entendiera que su única responsabilidad es dar y recibir amor? Ese mundo, amigo mío, está al alcance de tu mano.

Dondequiera que haya una carencia en tu vida, hay una necesidad de llevar amor. Cuandoquiera que pienses que no estás recibiendo lo suficiente, hay algún aspecto del amor y del apoyo que estás negando a otro.

No niegues tu amor y tu apoyo. Dalo libremente para poder recibir la abundancia de amor que es tu derecho de nacimiento.

Practica esta meditación cuando te

estés sintiendo amado y observa lo que sucede. Prácticala cuando te estés sintiendo atacado y experimenta los resultados.

Experimenta. Juega con esto. No te preocupes por la forma que esta meditación pueda tomar. Simplemente estate dispuesto a practicar y la forma se resolverá por sí misma.

La ilusión de la realidad objetiva

Toda realidad «objetiva» está basada en el acuerdo subjetivo. Sin embargo, si exploras rigurosamente esta área del acuerdo verás que es fina como un papel, como una endeble membrana extendida sobre el mundo que percibes. Detrás de esa membrana, nadie está de acuerdo en nada.

Los eventos ocurren con un cierto ritmo y gracia. Pero después entras y tratas de darles significado, y el ritmo y la gracia se pierden. En cuanto crees

saber lo que algo significa, dejas de poder entenderlo.

Entender algo requiere de tu aprecio y simpatía. Déjate mover por la situación por un rato y su significado te vendrá espontáneamente. No es un proceso intelectual.

El intelecto emite un juicio y sale a buscar apoyo para él. El mundo está dividido entre los que aceptan ese juicio y los que se oponen. En un mundo así, no puede haber sino competición, pugna y avaricia.

No te preguntas cómo sería el mundo si estuviera libre de juicios. Pero esa, amigo mío, es la única pregunta que

merece la pena hacer.

¿Estás haciéndote esa pregunta ahora mismo? ¿Estás preguntándote «cómo sería mi vida ahora mismo si yo no la estuviera juzgando»? Hasta que hayas separado los sucesos externos de los juicios que les impones no podrás saber qué significan.

Para conocer la «realidad», tienes que retirar tus juicios y habitar sencilla y profundamente en ella. Puedes hacer esto con cualquier situación de tu vida.

¿Te acaban de diagnosticar un cáncer? Pues bien, estate con el cáncer. Reconoce que todo lo que piensas sobre el cáncer —positivo o negativo— solo

es una interpretación. Tú estás decidiendo lo que significa.

No decidas lo que algo significa. Simplemente déjalo ser y convive con ello, muévete con ello, respira con ello. Libérate de tus pensamientos al respecto y comenzarás a entenderlo. Quizá no puedas expresar tu entendimiento en palabras, o tal vez sí. No importa. La comprensión vendrá.

El significado o el propósito de las cosas mora en lo profundo de tu mente. Para descubrir ese significado tienes que mirar dentro de tu propia mente. Mirar afuera, hacia los eventos «objetivos», y tratar de encontrar

significado en ellos es una pérdida de tiempo. El significado no puede encontrarse ahí.

Por supuesto, lo primero que querrás hacer es consultar a otros acerca de tu enfermedad. Llamar a los expertos. Obtener una primera, una segunda y una tercera opinión.

Bueno, sé honesto. ¿Están las cosas más claras después de la tercera opinión que después de la primera? ¿Te ha traído discernimiento o paz mental consultar a los expertos?

Si es así, ¡ten cuidado! Sustituir su interpretación por la tuya no te ayudará a entender lo que está sucediendo.

Si quieres ir directamente al meollo del asunto, aléjate de toda interpretación y convive con la situación. Cuando la gente venga a ti diciendo: «Tengo la respuesta», despídeles cortésmente. Su respuesta es tan tóxica para ti como tu propio juicio de la situación.

Admite: «No sé qué significa esto, de modo que voy a darme tiempo para averiguarlo. Confiaré en la misma fuerza inteligente que trajo esta situación a mi vida para que me revele su significado».

Esta es la acción más amorosa que puedes hacer. Esta acción te liberará a ti y a todos los que te rodean de la compulsión de juzgar, interpretar o

racionalizar la situación.

No tienes que alejar a los demás de ti. Invítalos a venir y a estar contigo. Deja que tomen tu mano. Mírales la cara. Agradece que se preocupen por ti y hazles saber: «Aquí no hay nada que arreglar... Solo hay algo moviéndose más profundamente en mi vida».

Estar libre de juicio y de interpretación es la cosa más fácil de hacer. Pero a ti te resulta extremadamente difícil. Es porque has olvidado cómo ser. Así, la cosa más simple de la vida se convierte en la meta de los sistemas más complejos de meditación. Encontrarás todo tipo de

métodos para enseñarte «cómo ser». Pero, mientras haya un método, estarás «haciendo».

Te estoy diciendo que abandones todos los métodos. No son necesarios. Simplemente deja de juzgar, interpretar, conceptualizar, especular. Deja caer todo aquello que no sea «ser». Y entonces el ser florecerá por sí solo. La gracia se desplegará a partir de sucesos aparentemente aleatorios. Y entenderás su significado y te alegrarás de que sea así. No hay nadie que rehuya su propósito aquí una vez que éste le ha sido revelado. Pero no puede revelarse mientras uno esté tratando de entender su

vida por la fuerza.

Sé paciente. Sé amable. Toda la alegría y la belleza de tu vida están ahora al alcance de tu mano. Tu propósito se está manifestando plenamente en este momento.

No busques significado fuera de tu propia experiencia. Simplemente confía en lo que es y convive con ello. Esa es la enseñanza más profunda que puedo darte, porque, con esta simple práctica, todas las barreras a la verdad se derrumbarán.

El Milagro: Llegar al final del hacer

Cuanto más trates de hacer en tu vida, más intenso será tu miedo a la muerte, pues la muerte es el fin del hacer. Es el fin del pensar y del reaccionar emocional-mente a los pensamientos y acciones de los demás. La muerte es el final de la separación... el final del cuerpo, el final de la mente condicionada.

Cuando se va más allá del cuerpo,

no hay mente que piense, no hay mente que trame, o sueñe, o planee, pero la comunicación es instantánea. ¿Por qué es así?

La naturaleza de la mente es ilimitada. No se reduce al tiempo o al espacio. Va más allá de toda frontera.

Solo experimentas esa porción de la mente que tú, individual y colectivamente, has limitado para que encaje con tu experiencia. Sin embargo, hay otros aspectos de la mente que operan más allá de tu entendimiento y conciencia.

La muerte representa el final de la mente subjetiva y separada. Representa

el final de la comunicación tal como tú la conoces, pues tu experiencia de la comunicación ocurre entre dos mentes separadas y privadas. Esta experiencia de comunicación es ilusoria, es decir, es una descripción extremadamente limitada de una experiencia que no tiene límites.

Quienes han estado cerca de la muerte saben que hay una realidad que está más allá de los límites de la percepción.

En ese mundo la comunicación es espontánea y omniincluyente. En otras palabras, no hay nadie que no sepa lo que estás pensando, y eso no te molesta,

porque tú también sabes lo que están pensando los demás.

Como no hay pensamientos privados, cada pensamiento limitado es corregido inmediatamente por otro menos limitado. Dado que tu sentido del yo tiende a ser definido por el pensamiento, hay una sensación de que el «yo» está expandiéndose constantemente, a medida que el pensamiento se expande más allá de sus límites.

Lo interesante es que, ahora mismo, sin pugna o esfuerzo consciente, estás en comunión con el ser ilimitado. Tu cuerpo está bañado en luz. Tu corazón es

capaz de recibir amor incondicional y tu mente es capaz de aprehender la verdad directamente. Todo esto es posible si guardas silencio y estás dispuesto a experimentarlo.

Una vez que dejes el cuerpo, no tendrás opción. Estarás experimentándolo, tanto si estás listo como si no. Si te resistes a la experiencia, gravitarás hacia otro cuerpo limitado que te ofrecerá una experiencia para evolucionar hacia la verdad. Si estás preparado para la experiencia de amor incondicional, traspasarás todo temor que hayas tenido alguna vez, cada límite que te hayas

impuesto, e irás a un lugar que está más allá del miedo o de los límites. Ése es el lugar al que tú llamas Cielo.

Ir al Cielo, finalizar el ciclo de nacimiento y muerte, entrar en el Nirvana, trascender el karma, ir más allá de la mente condicionada... todas estas frases significan lo mismo. Esta es la meta final del viaje de la conciencia. Todos llegarán. Todos alcanzarán finalmente la maestría.

Todas las formas de práctica espiritual existen únicamente para ayudarte a ahorrar tiempo. Te invitan a vivir la experiencia del amor incondicional y de la gracia aquí y

ahora. Te invitan a dejar de hacer, a dejar de pensar, a dejar de maquinarse y de soñar. Te invitan a entrar en comunión silenciosa contigo mismo. Te invitan a ver cada pensamiento y acción de tu hermano hacia ti como un espejo de tus propios pensamientos acerca de ti mismo.

Simplifican la complejidad de la vida a un solo pensamiento, un solo aliento, una sola acción. Te dicen que cada suceso, cada relación, cada gesto del corazón o de la mente es un vehículo de la conciencia de Dios.

Deshazte de todo dogma y ritual vacío, y llegarás al núcleo de la

experiencia espiritual, la invitación esencial a la adoración. Está allí en todas las tradiciones.

De hecho, está dentro de tu corazón y de tu mente: el llamado a la paz, a la alegría, a la felicidad. Responder a esta llamada es entrar en el sendero. No importa cómo lo llames. No importa cómo lo expreses. El camino del dar se abrirá ante ti. Y tal como des, así recibirás de los demás.

El sendero tiene su propia y sencilla belleza, su propio misterio. Nunca es lo que tú crees. Sin embargo nunca está más allá de tu capacidad de intuir el siguiente paso.

La espiritualidad auténtica no es lineal. No es prescriptiva. No puede decirte «haz esto y haz aquello, y sucederá tal y cual cosa».

Lo que se haga tiene que venir desde la profundidad interna. Tiene que ser fresco, claro y estar centrado en el corazón. Tiene que hacerse espontáneamente.

Si hay algún residuo del pasado, si hay algún temor, faltará confianza y el milagro no ocurrirá. Todo pensamiento que esté libre de temor, toda acción que esté libre de la compulsión de «hacer», de «salvar», o de «curar» es milagrosa por naturaleza. Está libre de las leyes

del tiempo y del espacio, aunque opera con eficacia espontánea dentro de ellos.

¿Por qué es esto cierto? Porque no es ensayado. Porque no viene de la mente condicionada. Porque es espontáneo y confía completamente. Un pensamiento o acción así es una oración viviente. No puede ser anticipada ni repetida. No es producto del aprendizaje. Es un resultado de tu comunión viviente con la mente no condicionada.

Profundamente enterrada en tu psique está la llamada a despertar. No suena como ninguna otra llamada. Si estás escuchando a otros, no escucharás

la llamada.

Pero, en cuanto la escuches, reconocerás que otros también la oyen, a su manera. Y podrás unirte a ellos para daros apoyo mutuo. Bendiciéndoles, te bendices a ti mismo. Dándoles libertad para recorrer su propio sendero, te liberarás para recorrer el tuyo.

No hay competencia alguna. No hay avaricia. Pues no hay nada que «conseguir», nada que «lograr». Todo está allí para tomarlo y para poder darlo. Y en cada regalo que se da, sea tuyo o de otro, está contenido el milagro.

El camino del perdón

He elegido el camino del perdón porque solo este deshace el candado que pone el tiempo sobre la herida. Cuando no hay tiempo, no hay herida.

Suelta el pasado y no habrá agravios. Es sencillo, ¿verdad? El tiempo hace que la herida parezca real. Hace que la muerte parezca real. Hace que todos los cambios que ocurren en tu vida parezcan reales. Sin embargo, ninguno de ellos es real.

Si por un solo instante pudieras estar sin tiempo —y te aseguro que puedes

hacerlo— entenderías tu salvación. En ese momento sin tiempo, nada de lo que has dicho o hecho significa cosa alguna. En ese momento no hay nada que poseer: ningún pasado, ningún futuro, ninguna identidad. Solo existe ese momento de puro ser, de no separación, de no juzgar.

Este es el momento que habitas continuamente sin saberlo. Imagínate: ¡Ya estás en el cielo y no lo sabes!

Estás en el cielo, pero el cielo no es aceptable para ti. El cielo no apoya tu ego, tus maquinaciones y tus sueños. El cielo no apoya tus luchas por el poder, tus lecciones, ni tan siquiera tu proceso de perdón.

En el cielo no hay necesidad de perdón. «¿Por qué no?», preguntarás. ¡Porque en el cielo nadie es culpable! Nadie que more en el momento presente ha cometido crimen alguno o ha tenido algún pensamiento erróneo.

El cielo no apoya tu telenovela de crimen y castigo. No apoya tu telenovela de pecado y salvación. En el cielo no hay nada que necesite ser corregido.

En este momento, tampoco hay nada que necesite ser arreglado. Recuerda esto y estarás en el reino.

Crees que logras ir al cielo «siendo bueno». Sin embargo, no hay dos de vosotros que podáis ponerlos de acuerdo

sobre qué significa ser «bueno». ¿Puede sorprendernos que el mapa del camino al cielo sea bastante retorcido?

Algunos de vosotros tenéis una actitud más esclarecida. Creéis que no hay problema si cometisteis algún error, pero que tenéis que ser salvados de vuestro pecado. Tenéis que rechazar vuestros antiguos hábitos y entender ¡que yo no morí por vuestros pecados!

Eso, amigos míos, es un puro sinsentido.

¿Por qué, os pregunto, habría de morir yo por vuestros pecados? ¡Yo no los cometí! Parece que creéis que yo soy un tipo magnánimo. Soy tan «bueno» que

puedo absorber todos vuestros pecados sin ser afectado por ellos. Y entonces todos estamos bien, ¿no es así?

Sí, pero, ¿lo estamos realmente? Ahora crees que tu salvación depende de mí. ¿Y qué pasa si no cumplo? ¿Me vas a crucificar otra vez? ¿O tal vez te vas a quitar tu propia vida? ¿Es así como demuestras que todo está bien?

En realidad estoy diciendo algo un poco diferente. Sí, todo está bien, pero no en algún futuro distante o mediante algún acto de fe por tu parte. Todo está bien ahora mismo, sin que tengas que arreglarlo, y sin necesidad de que yo lo arregle.

Si quieres entender esto, tienes que practicar el proceso del perdón. Cuando pienses que algo o alguien está equivocado, perdónate a ti mismo por tener ese pensamiento. Cuando creas que estás equivocado, perdónate a ti mismo por tener ese pensamiento. Dite a ti mismo: «Parece que esto está mal, pero, ¿qué sé yo? Probablemente tengo algo que ver aquí que no quiero ver. Por eso creo que está mal, porque no quiero verlo.»

Estate dispuesto a mirar las cosas que condenarías. Esa es la manera más rápida de desmantelar la culpa.

Cualquier cosa que creas que está

mal simplemente te muestra lo que crees que está mal en ti. Eso es tu culpabilidad, hermano. Es mejor que la veas, de lo contrario seguirá controlando tu vida.

Cesa en tu intento de hacer que las ilusiones sean verdad. Cesa en tu intento de justificar tus juicios. Eso solamente profundizará tu convicción de que estás separado de los demás.

Sé valiente. Corre un verdadero riesgo. Date cuenta de que lo único que te molesta es tu culpabilidad. Mira todo lo que te molesta y perdónate por habértelo tomado tan en serio. Solo una persona culpable se hubiera tomado

cualquier cosa en tu mundo demente con tanta seriedad.

En tu camino solo tienes que perdonar a una persona, y esa persona eres tú. Tú eres el juez. Tú eres el jurado. Y tú eres el prisionero. ¡Sin duda es una trinidad impía!

Relájate, amigo mío. Todo lo que crees que hiciste a los demás no es sino una forma de autocastigo. Tú eres el que tienes que vivir con la culpa, no ellos.

Cuanto más culpable te sientas, más te fustigarás. Proyectar tu culpa sobre otra persona y fustigarle tan solo añade más culpa a la que ya llevas contigo. La única salida de este laberinto del miedo

es practicar el perdón.

Perdona todo aquello que creas que está mal perdonándote a ti mismo por juzgar. Contempla todo juicio que emites con compasión hacia ti mismo y hacia la persona que estás juzgando. No justifiques tus juicios y no harás reales tus ilusiones. En el momento presente, el temor, el juicio y la expectativa se derrumban. El pasado y el futuro son traídos al ahora. Y así, solamente existe este momento y tu manera de verlo ahora. Y si lo ves con miedo, estás mirando directamente tu temor. Y si lo juzgas, ves directamente tu propio juicio. Y al perdonar tu temor y tu juicio,

ellos se apartan del camino. Y no estás mirando oscuramente a través de un cristal. Te sientes cómodo con lo que es.

¡El perdón es el camino porque suelta la presa que ejerce el tiempo sobre la herida! Donde no hay tiempo, no hay herida.

No eres culpable de ningún pecado, hermano mío. Pero crees serlo. Y mientras lo creas, necesitarás el perdón. Esa es la única salida de esta ilusión autoimpuesta.

Crees erróneamente que puedes herir a otro y que ese otro te puede herir a ti. Estos son los pensamientos que hacen funcionar tu mundo. Y, así, has venido

aquí para ver todos los efectos de tus creencias y reconocer, por fin, que no son verdad.

Si uno solo de vosotros pudiera ser herido, si tu plenitud pudiera verse comprometida o pudiera ser dañada por el sufrimiento o la muerte, entonces tu mundo estaría fuera del alcance del cielo, y todos tus pensamientos asesinos correrían desenfrenados por toda la eternidad. El tuyo sería un mundo oscuro e irredimible.

Sé que, en ocasiones, parece como si lo anterior fuera verdad. Pero no es verdad ahora, ni tampoco ha sido verdad jamás, ni siquiera en los tiempos más

oscuros. Tu mundo, tu vida, tus pensamientos nunca han estado más allá del alcance del cielo, pues el cielo está aquí, hermano mío, y el cielo es ahora.

Ves lo que eliges ver, ya que toda percepción es una elección. Y cuando ceses de imponer tus significados sobre lo que ves, se abrirán tus ojos espirituales y verás un mundo libre de juicios, brillando en su interminable belleza.

Los grilletes de la tierra se desprenderán, y serás libre para ascender a tu lugar entre las estrellas más brillantes. Desde allí contemplarás la tierra allá abajo, como yo lo hago

ahora, y dirás con compasión: «Allí también caminé yo, cuando tenía miedo, y aprendí a atravesar todos mis temores. Es un lugar sagrado, un lugar donde todo enemigo se convirtió en amigo, y todo amigo en un hermano y un maestro. Una TIERRA SANTA, donde el sueño de muerte y separación llegó a su fin. Me siento privilegiado de haber emprendido el viaje y feliz de estar por fin en casa».

Entonces sabrás que no tenías que haber emprendido el viaje para ser salvado. Podías haberte quedado en casa, sin mácula alguna en tu inocencia. Pero si no hubieras hecho el viaje, no habrías conocido tu inocencia como la

conozco yo, y como la conoce nuestro Padre/Madre.

Un ángel que no ha caído de la gracia no puede jamás ser un co-creador con Dios, pues no es capaz de crear conscientemente. Para crear conscientemente debes entender tu creación. Y para entender tu creación, tienes que unirte a los ángeles caídos y experimentar su viaje.

Esto es lo que has hecho, amigo mío. De modo que bienvenido a casa. Tu viaje a través del pecado y de la muerte te ha dejado immaculado y exuberante.

¡Aleluya! Lucifer ha sido redimido. El hijo pródigo ha vuelto a casa. Todos

los ángeles del cielo se regocijan. Y aquellos que emprendieron este viaje por sí mismos también derraman lágrimas de alegría.

La muerte del ego

La naturaleza del ego es dividir y conquistar. Donde no puede dividir, no puede conquistar. Todo pensamiento separa o une. Los pensamientos que separan a una idea de otra o a una persona de otra oscurecen tu conciencia de la unidad. Los pensamientos que vinculan a una persona con otra o a una idea con otra revelan la unidad.

Las ideas pueden convertirse en oponentes tan fácilmente como las personas que las piensan. Crees que puedes atacar las ideas de la gente sin

atacarles a ellos, pero no hay muchas personas que no se sientan personalmente atacadas cuando atacas sus ideas.

La gente se identifica con sus pensamientos. Si quieres comunicarte con la gente, encuentra el modo de reconocer e incluir sus ideas. Después, cuando expreses tus propias ideas, a los demás les será más fácil reconocerlas.

Las gentes jamás podrán convivir pacíficamente hasta que sus ideas puedan convivir sin competir. Aceptar la idea de otra persona, aunque no estés de acuerdo con ella, es mostrarle respeto y confianza.

Convivir en paz exige que veas lo que te vincula a los demás, no lo que te separa. Si ves qué es lo que te vincula, respetarás las diferencias. Si ves lo que te separa, intentarás superar esas diferencias.

El intento de superar las diferencias fracasa invariablemente. Y eso se debe a que las diferencias son saludables. Mientras se respeten, no interfieren con el potencial para la intimidad y las relaciones cordiales entre la gente.

Da siempre al otro espacio para ser diferente. Entonces no estarás evitando la intimidad con él.

Si sientes que tienes que hacerte

como él para que te acepte, o que él tiene que ser como tú para que tú le aceptes, estás intentando «superar» las diferencias.

Simplemente, deja que haya diferencias. Eres aceptable tal como eres, y él también. La paz permanece en tu corazón y en el suyo. Todo está bien.

Empieza a ver hasta qué punto intentas cambiar a los demás para que encajen con tu imagen de cómo crees que deberían ser. Sé consciente de cómo otros intentan cambiarte. Siente el tira y afloja. Este es el mundo del ego.

El ego es la cosa más insegura del universo. Por eso siempre está

intentando tomar partido y reforzar su posición. No tiene confianza alguna en sí mismo, y por tanto no tiene generosidad de espíritu.

Odia a todas las cosas porque se odia a sí mismo. Todo su orgullo no es más que un montaje. Cuando desmontas el ego, encuentras una herida abierta.

El ego es la parte de ti que no sabe que eres amado. No puede dar amor, porque no sabe que tiene amor para dar.

¿Cómo encuentran amor los que no son amados ni pueden serlo? Ese es el grito de toda alma en el exilio del mundo.

Al ego se le tiene que enseñar que

tiene amor. Esta es una posición amenazadora, porque, en cuanto el ego reconoce que tiene amor, deja de ser ego. El ego tiene que morir como ego para renacer como amor.

Ahora ya sabes por qué tanta gente se resiste a la iluminación. La idea de despertar es atemorizante para cualquiera que aún esté dormido. Siempre piensas: «Cuando despierte, ¡es posible que no esté allí!». Esta es la razón por la que tu miedo a la muerte y tu miedo a despertar son el mismo miedo. El Yo ilimitado y universal no nace hasta que muere el yo limitado y temporal.

Así que la muerte vendrá de una manera o de otra. Morirás o despertarás, lo que es otra forma de morir.

Cuando estás despierto, morir no es gran cosa. Ya no tienes una identidad muy valorada que vas a perder. Conservar la forma física o no carece de importancia. En cualquier caso, necesitas estar presente.

Morir es una de las mejores maneras de aprender a estar presente. Si quieres despertar rápidamente, prueba a morir. Cuando estás muriendo, eres consciente de las cosas de una manera desconocida hasta entonces. Tienes conciencia de cada aliento, de cada matiz, de cada flor,

de cada palabra o gesto de amor.

Morir es como un curso acelerado para despertar. Ahora bien, eso no quiere decir que todo el que muere despierta. Solo quiere decir que ha hecho el curso.

Los que se gradúan del curso están contentos de estar donde les manden. Si eso significa estar en alguna parte en un cuerpo, que así sea. Si eso significa asistir a alguien que está en un cuerpo, también está bien.

En realidad, no importa adonde vayas porque no tienes que probar nada. Estás allí simplemente para ser útil.

Desligarte de una identidad sin

sentido es un aspecto inevitable del camino de vuelta a casa. Cuanto menos tengas que proteger, más útil puedes ser. Y cuanto más ayuda puedas dar, más dichosa se hace tu experiencia.

Aunque no iría tan lejos como para decir que «morir es divertido», sí diría que la única razón por la que morir «no es divertido» es que te estás aferrando a algún fragmento de tu autodefinición.

Toda tu experiencia en la tierra es un proceso de aprender a confiar en ti mismo, en tu hermano, y en Dios. En el momento final del despertar, cuando la confianza florece completamente, estos tres aspectos del Yo se funden en uno.

Ese momento no puede ser descrito con palabras, pero te aseguro que lo experimentarás. Y hasta que lo experimentes, nada jamás tendrá un sentido completo para ti.

El regalo

El perdón es un regalo que se te dio mientras dure el tiempo. No es algo que venga a ti o que te pueda ser arrebatado. Está siempre ahí, y es el único regalo que necesitas para ir más allá de la experiencia del dolor y el sufrimiento.

El perdón opera en este mundo, pero no es del mundo. Es del Espíritu, y no puede olvidar su origen. Por más veces que este regalo sea dado y recibido, nunca puede agotarse. El perdón es la respuesta a todo pecado o percepción de pecado.

Tú no entiendes la inmensidad del regalo porque no lo has aceptado en todas las áreas de tu vida. No lo has aceptado en todas las situaciones. Cuando lo hagas, sabrás que no hay lugar alguno donde no pueda llegar. No hay situación alguna en la que el don no pueda ser dado y recibido.

El perdón es el único regalo que no pide nada a cambio. Y por tanto es el único regalo que puede darse y recibirse sin culpabilidad.

El amor omniincluyente que está más allá de la puerta que el perdón abre ahora es incomprensible para ti. Por lo tanto, de nada sirve hablar de él. Sé

como eres. Detente ante la puerta y llama. Sé paciente y firme. Estate dispuesto a mirar todos los pensamientos dolorosos e inútiles, y a dejarlos ir. Has de saber que cada pensamiento te libera o te encarcela, y tienes que elegir ser liberado.

Cuando la paz venga a tu corazón, la puerta se abrirá. El velo se levantará. Moisés entrará en la tierra prometida. Hasta entonces, estate donde estás, en el corazón de tu práctica.

Dios te dio un don para tu viaje, y solo uno. Él dijo: «Hijo mío, recuerda que puedes cambiar de parecer en cualquier momento».

El no dijo: «No te vayas, Hijo». Él no dijo: «Hijo, serás desgraciado hasta que vuelvas a Mí». El solamente dijo: «Recuerda que puedes cambiar de parecer en cualquier momento».

Puedes cambiar de parecer con respecto a todo pensamiento doloroso e implacable que tengas. Puedes cuestionar cada pensamiento infeliz y tener otro pensamiento que te libere y que traiga alegría a tu corazón.

Dios no dijo: «No permitiré que Mi Hijo cometa errores». Él dijo: «Confío en tu retorno y te doy un don para volver a casa».

Todas tus equivocaciones no

significan nada para Dios. Para Él, no eres más que un niño explorando tu mundo y aprendiendo las reglas que lo gobiernan mediante el procedimiento de prueba y error.

Dios no hizo esas reglas. Las hiciste tú cuando construiste este parque de recreo. Solo te olvidaste de una cosa, y Dios te la dio con su bendición. Él dijo: «No importa adonde te lleve tu viaje, Hijo, recuerda que puedes cambiar de parecer en cualquier momento».

Con un solo pensamiento amoroso, Él hizo temporal lo que tú harías definitivo. Él hizo irreal lo que tú hubieras hecho real.

Tú creaste las cenizas de la muerte. Él creó las alas del fénix. Dios dio una simple respuesta a todo pensamiento infeliz que tuvieras: «Recuerda, Hijo, puedes cambiar de parecer en cualquier momento».

Como Prometeo, intentaste robar el fuego de los dioses. Pero Él no te castigó por ello. No te encadenó a la roca donde tendrías que vivir por toda la eternidad con los buitres como única compañía. Él dijo: «Toma el fuego sagrado, Hijo, pero ten cuidado, y recuerda que puedes cambiar de parecer en cualquier momento».

Como Adán y Eva, estabas en el

jardín y te entró la curiosidad acerca del bien y del mal. Cuando Él supo que tu deseo de conocimientos no era pasajero, te envió la serpiente sagrada con una manzana y te invitó a comer. Contrariamente a la opinión popular, El no te engañó haciéndote pecar para luego expulsarte del jardín. Únicamente dijo: «Ten cuidado, Hijo mío. Cuando comas de esta fruta cambiará tu percepción del mundo. Este jardín podría parecer repentinamente un árido desierto en el que no crece nada en absoluto. Podría parecerte que tu cuerpo, con toda su gracia inocente y su plenitud, está separado en partes,

algunas de las cuales aceptas mientras que de otras sientes vergüenza. Podría parecer que tu mente, que ahora comparte cada uno de Mis pensamientos, tiene pensamientos opuestos a los míos. Podría parecer que la dualidad y los sentimientos de separación entran en tu conciencia y en tu experiencia. Todo esto y más podría surgir de ese pequeño mordisco; pero recuerda, Hijo mío, puedes cambiar de parecer en cualquier momento».

Dios no solo no te condena por tus equivocaciones, sino que no le preocupan. Él sabe que el niño se quemará con la llama abierta. Él sabe

que la manzana le producirá indigestión. Pero Él también sabe que el niño aprenderá a conservar la llama cuidadosamente y a usarla para calentarse y para iluminar su camino. Y también sabe que el cuerpo se adaptará al sabor ácido, y usará la manzana para alimentarse.

Él sabe que tu decisión de «saber» te pondrá en situaciones peligrosas, situaciones en las que creerás que tu felicidad depende de cómo te traten otros, situaciones en las que te olvidarás de que no eres un organismo vulnerable en una tierra árida y hostil.

Él sabe que olvidarás tu origen, y

que habrá momentos en los que el Jardín parecerá solamente un recuerdo distante, cuya existencia misma es cuestionable. Sabe que habrá momentos en los que le culparás de todos tus problemas y olvidarás que fuiste tú quien eligió «saber». Pero todo esto no le preocupa. Porque, antes de que tú salieras a toda velocidad hacia tu viaje de separación, Él dijo: «Aguarda un minuto, Hijo. Quizá pase mucho tiempo antes de que nos encontremos de nuevo. ¿No quieres aceptar, por favor, este sencillo regalo de Mi parte, y conservarlo donde quiera que vayas en recuerdo mío?».

La mayoría de vosotros no recordáis

haber respondido: «Sí, Padre». Pero os aseguro que lo hicisteis. Y así la voz de Dios te acompañó cuando fuiste al exilio. Y está contigo ahora mismo.

Así, cuando te sientas desamparado y perdido, cuando olvides que tú elegiste este viaje, recuerda que «puedes cambiar de parecer en cualquier momento». Estoy aquí para ayudarte a recordarlo.

Este no es mi regalo, sino el regalo de Dios para ti. Como yo recibí ese regalo de El, puedo dártelo a ti. Y si tú lo recibes de mí, puedes dárselo a tu hermano.

Pero te prevengo, no ha de

preocuparte la identidad de quien te lo da. Yo no soy importante. Yo no soy el regalo, sino quien lo extiende, al igual que lo extiendes tú. Recordemos el origen del regalo para que podamos recibirlo y darlo libremente.

Cristo es el dador y el receptor del don de Dios. Y Cristo nace en ti cada vez que das o recibes el regalo. No importa quién te ofrezca el regalo del perdón. Puede ser tu hijo, tu padre, tu amigo o tu enemigo. Lo único importante es que lo recibas de él. Y al recibirlo, tú te conviertes en Cristo, al igual que él.

Todos los que dan o reciben el don de Dios son anfitriones del Niño Cristo.

Cada uno de vosotros sois José y María, dando la bienvenida al mundo al hijo de Dios. Y cada uno de vosotros es ese niño, que recibe el don del amor ilimitado de la madre y el padre.

Tienes que tener cuidado con las historias que crees. Mucho de lo que crees que viene de Dios ha sido fabricado por tus propios temores y ansiedades. Si buscas la verdad, es mejor que no consultes ninguna Biblia, libro sagrado o escritura del pasado. Más bien, dirige tu atención a la verdad que se está escribiendo ahora mismo en tu corazón.

Dios te dio el don del perdón. Este

regalo viaja contigo dondequiera que vas. Cuando no confías en él, El envía a Su Hijo para que te acuerdes del don. Y Su Hijo te dice que tienes que darlo para poder conservarlo.

Muchos seres de luz han venido como el Cristo, trayendo este sencillo recordatorio. Todos nosotros tenemos el mismo propósito, pues Cristo no es una persona, sino un custodio de la llama, un dador del regalo y un mensajero del amor. La luz emana de él porque ha recordado la luz en la oscuridad del mundo. El amor proviene de él porque ha recibido el don y ha aprendido a darlo incondicionalmente a todos los

que estén dispuestos a recibirlo.

Lo que nosotros hemos hecho, tú también harás, y más. Porque en tu salvación está la salvación de todo Hijo de Dios. Tú, que ves a Cristo en tus hermanos, les ayudarás a verlo en ti. Y así la Luz de la verdad se encenderá en muchos corazones y la estrella se elevará de nuevo sobre el cielo de Belén.

Muchos magos —hombres y mujeres de corazón y mente abiertas— se reunirán para ser testigos del nacimiento del Hijo de Dios en la tierra. Y muchos otros se opondrán a ellos, al no entender que Él es ellos. Todos los sueños de

crucifixión, sacrificio y pérdida se organizarán en vano en contra de las fuerzas del amor, y el amor triunfará una vez más.

Cristo tenderá la mano, tomará al niño herido en sus brazos y le confortará. Y ese niño se levantará en la luz de Su amor y empujará a un lado la piedra de la muerte. Todos los exiliados volverán a casa en el corazón de Dios, la tierra prometida. Si lees esto, has de saber que esto te sucederá. Ten valor, puesto que estoy contigo.

Juntos, demos las gracias a Dios por Su regalo de amor y perdón, por su eterna confianza en que encontraremos

nuestro camino de regreso a casa. Padre, recordamos que Tu voz está con nosotros en toda circunstancia y dependemos de ella para que guíe nuestros pensamientos y nuestros pasos. Gracias a Ti, no estamos solos. Gracias a Ti, tenemos a nuestros hermanos. No nos dejaste desamparados, sino que nos diste compañeros poderosos para iluminar nuestro camino.

En tu nombre, celebramos nuestro viaje aquí, y oramos sin cesar por el final de la culpa, la única causa del sufrimiento. Y con este fin abrazamos el don que nos diste, el único regalo que podemos recibir o dar sin culpa.

Gracias Padre, por el don del perdón.
Lo usaremos sabiamente. Lo usaremos
en toda circunstancia. Con él, traeremos
Tu luz a todos los lugares oscuros de
nuestras almas.



PAUL FERRINI, es autor de más de 40 libros sobre el amor, la sanación y el perdón. Su combinación única de espiritualidad y psicología va más allá de la autoayuda y la recuperación hasta el núcleo mismo de la curación. Sus conferencias, retiros y Proceso de Grupos de Afinidad han ayudado a miles

de personas a profundizar en su práctica del perdón y a abrir sus corazones a la divina presencia en sí mismos y en los demás.

Para más información sobre el trabajo de Paul, visita la página web: www.paulferrini.com. Contiene muchos extractos de los libros de Paul, así como información sobre sus talleres y retiros.