

MÁS ALLÁ DE LA PREGUNTA



EMMA VÁZQUEZ

***PUEDES COMPARTIR ESTE LIBRO CON
QUIEN QUIERAS Y DONDE QUIERAS SIN
NECESIDAD DE PEDIRME PERMISO***

<https://emvp.es/>

[@emmamariaoficial](#)

Emma María Vázquez Pérez, 2024

ÍNDICE

- **¿QUÉ VEMOS CUANDO ESTAMOS CIEGOS?**
- **¿DÓNDE ESTÁ LA FRONTERA ENTRE LA VIDA Y “YO”?**
- **¿DE QUÉ TE SIRVE GANAR TODO SI TE PIERDES A TI?**
- **¿CUÁNDO DEJASTE DE ENAMORARTE DE TI?**
- **¿LO QUE SIENTO ES TUYO O ES MÍO?**
- **¿LAS RESPUESTAS SE BUSCAN O SE ENCUENTRAN?**
- **¿QUÉ LE ESTÁS PIDIENDO AL OTRO QUE TÚ NO TE ESTÁS DANDO?**
- **¿QUÉ RECHAZAS DEL OTRO QUE NO ACEPTAS DE TI?**
- **¿PODEMOS CAMBIAR NUESTRA REALIDAD?**
- **¿QUÉ MIEDOS ESTÁS PERMITIENDO QUE TE APRISIONEN?**

¿QUÉ VEMOS CUANDO ESTAMOS CIEGOS?

¿Te acuerdas de cuando viste el Mar por primera vez? ¿Y un cielo estrellado? ¿Y un amanecer?

Yo no. He perdido la capacidad de asombrarme, lo cual me entristece un poco. Porque, ¿qué es la Vida sin el asombro? ¿Sin "la primera vez"?

La primera vez que te encuentras con "esa persona" y un algo que no puedes explicar te acelera el Corazón.

La primera vez que te estremeces cuando tu piel roza su piel.

La primera vez que la besas y sus labios se apoderan de tu respiración.

La primera vez que tus ojos se chocan con los suyos y te pierdes en su mirada.

La primera vez que la abrazas y un imán te impide soltarla.

Y luego viene la costumbre. Y te roba "la primera vez". Y dejas de Ver para pasar a mirar. Y dejas de Escuchar para pasar a oír. Y dejas de Acariciar para pasar a tocar. Y dejas de Hacer el Amor para pasar a follar.

¿Qué Vemos cuando estamos ciegos? ¿Qué Vemos cuando dejamos de Ver?

Lo genuino se disuelve en la rutina y lo extraordinario pasa desapercibido por nuestro día a día.

He experimentado tantas cosas, tan intensas, tan feas como hermosas, que me he olvidado de Ver. De Ver el asombro en la sencillez. En lo que me está envolviendo a cada instante. En los perdona, en los gracias, en los detalles, en los "cómo estás". En un gesto amable de un desconocido. En un "te ayudo" porque empatizo.

He dejado de Escuchar la Sinfonía de la Vida para quedarme encapsulada en un par de notas conocidas.

Me aburro porque estoy Ciega. Porque llevo puestas unas gafas con cientos de filtros que le quitan el color y el Brillo a la Realidad.

¿Por qué a veces puedo llorar con tanta Belleza y otras, ante el mismo paisaje, mis latidos se llenan de indiferencia?

Me gusta observar a los niños porque cada instante es su "primera vez". Están Despiertos. Los miedos aún no se han apoderado de ellos. Caminan desnudos de juicios, de condiciones y de etiquetas.

Cantan, dibujan y bailan sin técnicas. Sin "bien" ni "mal". Por eso huelen a Alegría y a Disfrutar.

¿Qué Vemos cuando estamos ciegos?

¿Qué Vemos cuando volvemos a Ver...?

¿DÓNDE ESTÁ LA FRONTERA ENTRE LA VIDA Y "YO"?

¿Alguna vez te has preguntado qué es la Vida? ¿Alguna vez te has preguntado qué es ese "yo" con el que te defines? ¿Dónde está la frontera entre ambos?

Antes de que "yo" naciera, ya existía la Vida.

Antes de que tu nombre naciera, ya existía el cuerpo.

Antes de que la palabra "árbol" naciera, ya existía el Árbol.

Los bebés viven en Unidad. No sienten la Separación entre ellos y el resto. ¿Sabes por qué? Porque no la hay.

Las fronteras no son reales. Son imaginarias. Nos engañan las formas, los nombres que nos hemos inventado y que son necesarios para comunicarnos. Pero al confundirlos con lo que es Real, nos olvidamos de que somos UNO.

Una misma Energía. Una misma Alma. Una misma Vida.

Un mismo Océano que se expresa en millones de olas, cada una con su forma particular. Pero TODAS siendo la misma Agua.

Las fronteras entre las naciones, entre las ciudades, entre los continentes son una invención surgida del EGOísmo, de la ignorancia, del miedo, del ansia de poder del ser humano.

Le clavamos una bandera a un trozo de Tierra que YA existía antes de que nacióramos y nos apropiamos de él. Y nos CREEMOS que es nuestro. Y le seguimos clavando

ideologías, religiones, himnos, símbolos, razas. Y nos inventamos los "papeles" para diferenciarnos de los otros. Para ponernos por encima o por debajo de los que no son de Aquí. De los que no tienen nuestra cultura, nuestras creencias, nuestros ritos, nuestro color de piel. Y les prohibimos entrar a NUESTRA Tierra o invadimos la suya. Porque llegamos a CREENOS que es nuestra y de nadie más.

Hasta ahí llega NUESTRA ignorancia. Hasta ahí llega el miedo de que nos arrebaten lo que nos CREEMOS que es "mío".

¿Dónde está la frontera entre "tú" y "yo"? ¿Dónde acaba una ola y empieza el Océano?

Si no existieran las palabras, los conceptos, ¿cómo te definirías? ¿Quién eres sin todas las etiquetas, nombres, que te has CLAVADO en la piel?

Desde que nacemos, nos enseñan a separarnos. Y ahí es cuando empezamos a sufrir porque no hay "tú" ni hay "yo". Porque lo que anhelamos es la Unidad.

¿DE QUÉ TE SIRVE GANAR TODO SI TE PIERDES A TI?

¿A qué te atreverías a renunciar por ser Feliz? Si yo te prometiera la Felicidad absoluta si dejas a tu pareja, tu trabajo, tu casa, tus amistades, tus objetos personales más valiosos, tus creencias (políticas, religiosas, espirituales), las sustancias que tomas "para ser feliz", ¿lo harías?

Queremos ser felices, vivir en paz con nosotros y con el mundo, ser libres, pero no estamos dispuestos a renunciar a nada. No digo que para ser feliz tengas que aislarte del mundo y no tener vínculos. Es más bien al revés. La felicidad implica estar en el mundo. Y también en soledad.

Si para estar en paz, no puedes estar a solas contigo misma ni estar con otros, eso es evasión, huir, escapar.

¿A qué te aferras tanto como para ser incapaz ni siquiera de imaginarte una vida sin aquello o aquellos a lo/los que no quieres renunciar? ¿Qué es lo que te CREES que te dan que tú, por ti misma, no puedes tener, ser, sentir?

¿De qué te sirve ganar si el precio para conseguirlo es dejar de ser quién eres?

¿Prefieres vivir en una prisión de oro a vagabundear por la vida en Libertad?

Date cuenta de aquello (dinero, pareja, amistades, casa, cosas, trabajo, seguidores, medallas, sustancias,

conocimiento, creencias, emociones) a lo que te apegas, aquello de lo que dependes, para sentirte COMPLETA. Porque no es el objeto de la dependencia lo que te mantiene encadenada, sino la CREENCIA de que, sin eso, no puedes ser feliz.

¿Desde qué lugar interno eliges lo que eliges: miedo, necesidad, carencia o amor, paz, libertad? ¿Desde dónde actúas? ¿Desde dónde estás viviendo tu vida? ¿Desde dónde hablas? ¿Desde dónde callas?

No hay mejores ni peores. No hay correctos ni incorrectos. No hay esto está bien o esto está mal. Se trata de TOMAR CONSCIENCIA de tus creencias, no de juzgarlas. De lo que te lleva a hacer lo que haces. A decidir lo que decides. Porque sólo cuando VES, se puede cambiar. Sólo cuando eres consciente de una mentira, puedes VER la verdad.

¿De qué te sirve alcanzarlo todo si por el Camino has tenido que abandonarte, perderte a Ti?

¿CUÁNDO DEJASTE DE ENAMORARTE DE TI?

Eres preciosa. Y precioso. Así. Tan sensible. Tan vulnerable. Tan humana. Tan intensa.

A veces, miro a alguien y me enamora su Belleza. Una Belleza que nada tiene que ver con lo físico. Que es energética. Que está ahí en lo profundo. En lo sutil. Más allá... de lo aparente. Más allá de que esa persona se sienta fea. Más allá de las caídas, de los tropiezos y de los defectos. Más allá de las tristezas y de los enfados. Más allá de lo que nuestra cultura nos ha inculcado.

¿Cuándo dejaste de enamorarte de ti? ¿Cuándo dejaste de Verte? ¿De Verte tan bonita, tan linda, tan perfecta así? Sin adornos. Sin complementos. Sin "para los otros". Con "para ti".

A veces, me enamoro sin más. Porque sí. Durante un instante. Unas horas. Un día. O una eternidad. Y siento como si una Luz se encendiera dentro de mí y se expandiera hacia lo infinito. Y algo a lo que yo llamo Amor se apodera de cada célula de mi Ser. Y me vuela todas las dudas. Todas las preguntas. Y todas las respuestas. Y sólo queda Él. Y sólo puedo escucharle a Él.

Y en ese "durante", no hay nada que alcanzar. Ni que arreglar. Todo está bien Aquí y Ahora. "Yo" estoy bien. Enamorada de todo y de todos. En casa. En mi Hogar.

¿Cuándo se oscureció tu mirada? ¿Cuándo te dejaste de amar?

¿Sabes por qué escribo lo que escribo? Porque, a veces, me siento de otro planeta. De otro Universo. De otra Realidad. Porque si me abriera en canal, saldría volando de mi pecho toda la historia de la Humanidad. La que ya ha sucedido y la que sucederá. Porque lo que Siento aquí Dentro no puede ser expresado con palabras. Ni entendido. Porque no es "mío". Porque sólo puede ser descrito con Silencios. Y en Silencio, que es como escribo.

De repente, quito a mi memoria de en medio y Escucho. Y cuando Escuchas sin pasado, sin futuro, sin "ya sé", lo sientes. El Amor Incondicional. Ése que no está fuera. Que es lo que Eres. Que es lo que Somos. Y tengo que dejar de Escuchar para que los demás no se asusten de mi "mirar".

¿Cuándo dejaste de Verte preciosa? ¿Cuándo te olvidaste de Amar?

¿LO QUE SIENTO ES TUYO O ES MÍO?

A la mayoría de las personas no les gusta estar a solas. Huyen de la soledad. Yo, la amo. La necesito. Para escucharme. Para sentirme. Para distinguir entre lo que es mío y lo que es de los demás.

¿Y sabes una cosa? Que no acabo de estar segura de esa diferencia.

Todo es energía. Vibración. Los pensamientos, las emociones, los alimentos, las canciones. Cada "cosa" tiene una frecuencia. Una pureza. Y los que somos muy empáticos, los que tenemos una antena "vibracional", podemos sentirla mucho más intensa que el resto. Tanto que por eso convertimos a la Soledad en nuestra guarida. En nuestro templo. En nuestro lugar de Encuentro con nosotros mismos. Porque aquello con lo que entramos en contacto (sea lo que sea), se activa su pureza o no pureza en nuestro interior sin poder evitarlo.

Si tú estás triste o enfadada, por mucho que finjas lo contrario, yo lo sentiré como si fuera mío. Muchas veces, hasta sentiré lo que tú no sabes porque está oculto en una profundidad a la que no llegas, pero yo sí. No te das cuenta de lo estresada que estás, de la ansiedad que tienes, de lo triste o cabreada que te sientes, porque estás acostumbrada a ello. Y lo has normalizado. Y tu "estoy bien" es un "estar mal" para mí porque puedo Ver lo que

hay detrás.

Por eso, somos solitarias. De pocas amistades. De pocos contactos. Porque sentir el dolor, el sufrimiento del mundo no sólo es complicado, sino que afecta a tu salud. Y la mayoría de las personas vibran en miedo, en juicio, en ira, en tristeza, en victimismo, en negatividad. Y no hablo de algo puntual o debido a un duelo. Hablo de la Energía general.

Por otra parte, también está todo lo que vibra en Belleza, en alegría, en sensibilidad, en positividad, en honestidad, en transparencia, en compasión, en ternura, en Amor. Y compensa la otra cara más oscura de la moneda.

¿Eres tú la que me amas o soy yo la que te ama a ti?

¿Soy "yo" la que siento o es la Vida la que siente a través de mí?

¿LAS RESPUESTAS SE BUSCAN O SE ENCUENTRAN?

¿Sabías que cuando haces una pregunta ésta viene acompañada de la respuesta?

Aquello que nos preguntamos ya lo sabemos, pero no sabemos que lo sabemos. Está bajo las capas de creencias, miedos, ideas, que habitan en nuestra mente. Y esa capa hace que no podamos sentir la respuesta con claridad. Pero estar, está ahí. Un ahí que es un aquí. Un aquí Dentro.

A veces, no queremos escuchar lo que ya sabemos. Porque esa escucha implica mirarnos al espejo y vernos. Y no siempre lo que vemos es agradable. Y no siempre sabemos sostenerlo. Y no siempre nos atrevemos a tomar decisiones. Por eso huimos de nosotros mismos. De aquello que consideramos oscuro, imperfecto.

Pero resulta que la Vida existe para ser captada, no para ser evitada.

Cuanto más la evites, cuanto más TE evites, más sufrirás. Porque estarás luchando contra ti. Contra lo que está SIENDO en este instante. Con lo que es Real, no imaginario.

¿Dónde te estás buscando? ¿Dónde pretendes encontrarte? ¿En el otro? ¿En una ideología? ¿En un sueño? ¿En un futuro lejano?

YA eres lo que buscas. La Vida ya es perfecta tal y como es en cada instante. No lo aprecias (no te aprecias) porque la estás tiñendo de "deberías". De lo que tú CREES que tiene que ser o no ser. De lo que te han inculcado, programado, para Creer. Y todo aquello que CREES es lo que sientes.

¿Qué estás buscando? ¿Qué te estás creyendo que no tienes/eres para "buscar"?

La Vida es un Viaje hacia el encuentro con uno mismo. Es una experiencia para Amarte de manera incondicional. Para que sueltes la exigencia que tanto te contrae el Corazón. Para que Comprendas que YA está TODO Aquí. Y en ti. Que los demás tan sólo son reflejos de la energía interna que no amas en ti. Que PARA ESO te rodeas de lo que te rodeas y de quién te rodeas. Para VER lo que por ti mismo no puedes ver. Para así conocerte. Para así poder Amarte tal cual eres.

Las respuestas te las encuentras cuando dejas de correr hacia donde crees que pueden estar. Cuando eres humilde, honesta, y te atreves a PARAR y a Escuchar (te).

¿QUÉ LE ESTÁS PIDIENDO AL OTRO QUE TÚ NO TE ESTÁS DANDO?

Puede que hayamos vivido una infancia con muchas carencias, que fuese traumática, dolorosa, dura. Y que estemos llenos de heridas por ello. Pero AHORA somos adultos. Y como adultos, somos RESPONSABLES de todo aquello que sentimos, hacemos y elegimos.

No hacerse cargo de uno mismo y echar la culpa de cómo te sientes a tus padres, sociedad, sistema, herencia generacional, a "quien sea", es VICTIMISMO. Y desde el victimismo perdemos todo nuestro poder, nuestra felicidad y nuestra paz.

Todo está en la mente. Las llamadas "heridas" son CREENCIAS que operan inconscientemente en nosotros y nos hacen sentir como sentimos y actuar como actuamos.

¿Y cómo se sanan las heridas? Más allá del autocuidado, es tomando CONSCIENCIA de ellas. Y para ello es necesario mirarse y ser honesto con aquello que vemos. No sirve de nada taparlo, ocultarlo, disfrazarlo. Porque se trata de sacarlo a la Luz para que deje de mover nuestros hilos. Se trata de que nos demos cuenta de nuestros patrones, de nuestros miedos profundos, para que puedan transformarse.

No se puede cambiar lo que no se sabe (porque no se Ve)
que es necesario cambiar.

El cuestionamiento de nuestras creencias, del tipo que sean, es imprescindible para ello. Es la base del autoconocimiento. Nos conocemos para aceptarnos, para amarnos tal cual somos y para que aquello que nos impide vivir en paz pueda ser iluminado y deje de estar al mando.

¿Qué es lo que le estás pidiendo al otro que te dé que tú no te estás dando?

Nadie puede hacer el trabajo por ti. Pueden acompañarte. Pueden guiarte. Pero eres tú la que tiene que Verlo. Un Verlo que es un Sentirlo, más allá de entenderlo.

¿Qué le estás pidiendo al otro que haga por ti? ¿De qué le estás echando la culpa que es responsabilidad tuya?

El Viaje de la Vida es un Viaje a nuestro interior. Todo y todos los que nos rodean son los actores y escenarios perfectos para que podamos VERNOS. Y al Vernos, Sabernos.

Fuera es Dentro. Y Dentro es fuera. No son dos, es UNO. Y son las energías que emanamos las que crean el Escenario.

¿QUÉ RECHAZAS DEL OTRO QUE NO ACEPTAS DE TI?

La mente humana es como un rompecabezas que tenemos que ir descubriendo a lo largo de nuestra vida. Y cada uno tiene el suyo. Y sólo uno puede resolver el suyo. Es todo un desafío, igual de maravilloso que complejo.

Todo es vibración. Una vibración que adquiere una forma: pensamiento, emoción, cuerpo, alimentos, sustancias, música, imágenes, palabras, materia. Y cada vibración tiene una frecuencia. Cuanta más velocidad, cuanta más frecuencia, más pureza. Más Luz. Más Paz. Más Felicidad.

De ahí lo de "vibrar alto" o "vibrar bajo". Y el AMOR (que no el enamoramiento) es lo más puro que existe.

Nuestra realidad, nuestra Vida, es un reflejo de nuestra vibración. TODO está ahí PARA nosotros. Observa lo que hay a tu alrededor y podrás Ver lo que hay dentro de ti. Ese Fuera son las pistas para resolver nuestro acertijo. Nuestro Laberinto.

Aquello que rechazas en el otro es algo que no aceptas en ti, si no te sería indiferente. Te sería Neutro. La cuestión es DARSE CUENTA de qué es para iluminarlo. Para dejar de juzgarlo, rechazarlo (vibración baja) y aceptarlo, amarlo (vibración alta). Así es cómo se corta un patrón: con CONSCIENCIA. Con Amor.

Se trata de SER lo que somos. Pero ese "lo que somos" lo desconocemos porque gran parte de Él lo hemos metido en el cuarto oscuro. Por CREERNOS que "no es correcto", por miedo, por experiencias traumáticas, por percepciones falsas.

Si en nuestra naturaleza tenemos mucha energía masculina, pero "por lo que sea" la hemos etiquetado de peligrosa y la rechazamos en nosotros, la Vida nos traerá personas con mucha energía masculina (sana o insana) porque es en lo que vibramos también, aunque sea de manera inconsciente. Nos atraerá de la misma manera que nos dará miedo. Y por mucho que huyamos, seguirán apareciendo porque ese magnetismo está Dentro de nosotros.

La cuestión es no confundir la energía masculina o femenina sana con la insana. La Alta con la Baja.

Nos rodeamos, elegimos, aquello que es igual a nuestra vibración. Y cuando cambia ésta, lo de fuera también.

¿PODEMOS CAMBIAR NUESTRA REALIDAD?

Antes de pretender cambiar la realidad, necesitamos saber qué es esa realidad que queremos cambiar. Necesitamos comprender cómo funciona para poder transformarla. Y la mayoría de personas lo intentamos hacer desde nuestra ignorancia. Por eso, nos frustramos. Por eso, abandonamos. Por eso, nos conformamos.

Todo es energía que vibra en una frecuencia determinada. Nosotros, nuestro cuerpo, nuestros pensamientos, nuestras emociones son energía también. Atraemos LO que somos. En lo que vibramos. Aquello en lo que CREEMOS.

¿Y qué es una creencia? Un pensamiento que etiquetamos como verdad y que va acompañado de una emoción. De un sentir que es el que marca la frecuencia.

Un pensamiento, por sí solo, sin "emoción" no atrae nada. Por eso, por mucho que pienses "soy digna de amor", si no te lo crees, si no lo SIENTES de verdad, no sirve de nada.

Se puede cambiar nuestra realidad Si cambia nuestra realidad interna. La profunda. La que sentimos. La que creemos. Y ésta suele estar en el inconsciente.

Y precisamente son las emociones las señales que pueden guiarnos para saber cuál es nuestra verdad interna. Para saber qué estamos creyendo que nos está limitando. Qué miedos nos impiden alcanzar lo que anhelamos.

Lo de fuera es un reflejo de lo que habita dentro. Y acaba siendo como "el pez que se muerde la cola" porque nos impacta, nos influye y nos condiciona para que sigamos afectados por esas mismas creencias. Porque es lo que nos rodea. Porque es lo que atraemos. Porque es en lo que CREEMOS.

A medida que vas siendo CONSCIENTE de esas creencias y las cuestionas, y dejas de creer en ellas porque te das cuenta de que te quitan felicidad, paz y alegría, tu energía, tu frecuencia, tu vibración cambia. Y con ella, la Realidad que la refleja.

Pero no se da de un día para otro. Y eso es lo que hoy queremos: todo para YA. Todo exprés. Y no funciona así. Es un proceso, un camino, que necesita paciencia y Fe.

La crisálida no se convierte en mariposa en un día. Nosotros, tampoco.

Se puede cambiar, pero hay que CREER.

¿QUÉ MIEDOS ESTÁS PERMITIENDO QUE TE APRISIONEN?

A todos nos gustaría mejorar nuestra vida en algún punto. Y eso no significa que no nos guste lo que YA tenemos y somos. Pero la Vida siempre tiende a la Perfección. Está en constante movimiento. En constante evolución. Y nosotros somos esa misma Vida.

La mayoría de nuestros miedos son inconscientes. Y no los vemos porque estamos tan acostumbrados a ellos, tan familiarizados con ellos, que nos es prácticamente imposible identificarlos. Los hemos hecho nuestros. Nos hemos creído que ese miedo es necesario para vivir. Que es lo "normal". Y, en lugar de vivir, sobrevivimos porque nos limitan. Nos impiden avanzar. Nos empujan a conformarnos, a resignarnos, a quedarnos con lo malo conocido. Y ahí es cuando nos estancamos. Cuando nos enfangamos. Cuando perdemos la alegría. Cuando nos sentimos vacíos, solos y frustrados.

Nos han inculcado tanto miedo que vivimos bajo su mando. Nos da miedo amar, brillar, ser felices en nuestra totalidad, tener éxito, ser abundantes POR MIEDO a perderlo, a que nos abandonen, a ser rechazados. Porque nos CREEMOS que no valemos. Que no lo merecemos. Que es algo inalcanzable.

Miedo. Siempre miedo que estamos permitiendo que nos aprisione. Que hace que metamos nuestros anhelos y nuestros sueños en un sótano oscuro para no sentirlos. Para no verlos.

Pero siguen ahí, latiendo en nuestro interior. Tocando a nuestra puerta a través de las emociones: tristeza, desesperanza, apatía, ira, soledad, vacío, ansiedad, depresión... Para que les hagamos caso. Para que DESPERTEMOS de nuestro letargo, seamos valientes y vayamos a por aquello que tanto queremos y anhelamos.

¡Sí se puede! Tú sí que puedes. Por mucho que te auto boicotees, por mucho que te autoengañes, por mucho que te estés diciendo que "esa vida de felicidad y éxito no es para ti", SÍ QUE PUEDES. Porque esa Vida es la misma para todos. Porque sólo hay UNA. Porque la Abundancia es una Energía que YA está ahí para quien resuene y vibre con ella.

El Hambre de tus sueños es lo que te da fuerza para hacerlos realidad y comértelos.