

The background of the entire page is an abstract, textured image. It features a diagonal split between a teal color on the left and a magenta/pink color on the right. The boundary between the two colors is wavy and textured, resembling a close-up of water or a microscopic surface. The text is overlaid on this background.

ADVAITA

SI SON ROSAS,
FLORECERÁN

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, 2022

ÍNDICE

PRÓLOGO	4
DIOS	7
REALIDAD	11
SUFRIMIENTO.....	13
¿QUIÉN SOY?.....	15
EGO	18
PERFECCIÓN	21
DESTINO.....	24
PRESENTE	29
ESPIRITUALIDAD.....	31
TODO ES POSIBLE	35
REENCARNACIÓN	39
MUERTE	43
ILUMINACIÓN.....	45
FLUIR.....	54
ESPERANZA	59
PERDÓN	62
VERDAD.....	66
FELICIDAD	71
PAZ.....	78
AMOR INCONDICIONAL.....	82
PREGUNTAS/RESPUESTAS	89
EPÍLOGO.....	97

PRÓLOGO

Necesito escribir igual que mi cuerpo necesita respirar. Es la herramienta que utilizo para que toda la vida que me vive dentro no me explote las venas. Y lo que no son las venas.

Lo hago cada día. Y no por obligación o autodisciplina sino porque me lo pide la piel. Me lo piden los sentidos. Me lo pide la cordura, la paz y “los pies en la tierra”.

Cada cierto tiempo, un libro en blanco viene a verme y me pide que lo coloree. Y éste lo hizo a principios de año, pero hasta hoy 12/06/2022 no se ha decidido a hablarme.

Es el sexto libro que escribo, aunque ninguno está actualmente publicado. Los quité de la plataforma a la que los subí porque mi Comprensión de ahora es muy distinta a la que plasmé en ellos y no me sentía a gusto sabiendo que alguien pudiera leer reflexiones mías con las que en este momento no estoy de acuerdo.

¿Significa eso que como nunca dejamos de aprender nuevas verdades relativas (porque la Verdad Absoluta NADIE puede saberla) todo aquello que creo (de crear) lo acabaré destruyendo? ¿Todo lo que paro (de parir), todo lo que nazco (de nacer) lo acabaré muriendo...?

Pues seguramente. Es lo que he hecho hasta ahora. Es lo que hacen los niños. Construyen castillos de arena en la playa “porque sí”. Y cuando se van, los echan abajo también “porque sí”. Sin ningún tipo de apego hacia ellos.

Y yo... soy muy niña.

¿No funciona así la Vida? ¿No es acaso la Vida un movimiento constante? ¿Un cambio constante? ¿No somos nosotros (ya veremos qué significa *nosotros*) esa pura Vida?

¿Y de qué va el libro? Pues no tengo ni idea porque aún no se ha escrito. Intuyo que está relacionado con el llamado Advaita. Con la No-dualidad. Con el No-dos. Pero no con el Advaita que se ha convertido en una religión. Ni con el Advaita que reniega de una cara de la moneda, que excluye a la dualidad y que menosprecia todo lo concerniente a lo humano y a la humanidad. No con el Advaita que facilita herramientas, métodos, prácticas y pócimas mágicas para llegar a la Iluminación.

“Mi” Advaita es tan sólo un dedo que señala hacia la Realidad. Hacia lo Real. Hacia “Lo Que Es”. Hacia la Verdad. Y recalco HACIA porque no es lo mismo indicar una dirección hacia la Verdad que proclamarse poseedor de La Verdad. A lo cual, “yo” he sido muy asidua. Intentaré que no se me escape esa arrogancia que, en ocasiones, me caracteriza.

Como he dicho con anterioridad, la Verdad (que no hay más que UNA) no podemos saberla porque nuestro organismo cuerpo-mente no está capacitado para ello, por muy inteligentes que seamos, por muy iluminados que estemos y por mucho que podamos conectarnos con la información del Universo y con la que viene de más allá del Universo...

Mis dedos son los que se dedican a escribir. Y mientras ellos hacen su trabajo, yo me dedico a leerme como lo estás haciendo tú Aquí y Ahora.

Es como estar leyendo un libro en el mismo Instante en el que se está escribiendo. Bueno, y sin el “como” porque es tal cual. Como si “yo” no fuese su autora.

Quizás, lo que llamamos Vida también suceda así.

Quizás, lo que llamamos “yo”, lo que llamamos “tú”, tan sólo son-somos unos dedos que la Vida *utiliza* (y ES también, a la vez) para manifestarse. Para SER.

Quizás, es la Vida la que nos vive a nosotros y no nosotros a ella.

Quizás, es la Vida la que DECIDE cómo nos vive y no nosotros los que decidimos cómo vivirla a ella.

Quizás, lo que anima a tus *dedos* y lo que anima a los míos es “la misma cosa”.

Quizás, “tú” y “yo” tan sólo somos olas con formas distintas, pero del mismo Infinito y Eterno Mar.

DIOS

Empecemos por algo sencillo...

¿Qué es Dios? La mayoría de las religiones hablan de Él como si fuese un “alguien” que está observándonos desde arriba para ver si nos portamos bien o nos portamos mal. Y cuando nuestro corazón decide dejar de latir, allá en lo alto está esperándonos el Señor Padre para juzgarnos.

Tú al Cielo y tú al Infierno. Éste es tu premio o éste es tu castigo.

También está la versión de aquellos que rechazan a las religiones por el daño que han hecho a la humanidad creando la culpa (entre otras cosas), pero cuya espiritualidad se basa en las mismas premisas. Luz u oscuridad. Karma o dharma. Consciente o inconsciente. Abundante o mediocre. Bueno o malo.

Ambas juzgan. Ambas pretenden eliminar de la vida una de las partes. Ambas rechazan una cara de la moneda. Ambas alimentan el sufrimiento con ese dualismo. Ambas reniegan de la Vida Completa. De la Totalidad.

¿Y en qué se diferencia la dualidad del dualismo?

La dualidad es cómo funciona la vida manifestada. La vida tal y como la percibimos. La vida tal y como la conocemos. Mediante opuestos. Alegría y tristeza. Frío y caliente. Salud y enfermedad. Femenino y masculino. Derecha e izquierda. Día y noche. Placer y dolor. Cara y cruz.

Y no es algo que se pueda cambiar. Todas forman la moneda Completa. Es “Lo Que Es”.

El dualismo quiere deshacerse de una de las caras. La que considera incorrecta. La mala. La incómoda. La oscura. La que no gusta. Y de esta manera se SEPARA de “Lo Que Es”.

La Aceptación de la dualidad es Unidad. El rechazo de la dualidad (dualismo) es Separación.

Obsérvalo en ti. ¿Qué sucede cuando sientes una emoción que crees que no deberías sentir? Y, ¿qué sucede cuando sientes una emoción que, aunque te resulte incómoda, es abrazada y aceptada en ti?

En la primera aparece la lucha, la condena, el castigo, la culpa, el sufrimiento. En la segunda, lo que surge es paz.

La Comprensión de la dualidad, el hecho de asumirla en nuestra vida es una de las claves para que la paz sea en nosotros. Una paz que nada tiene que ver con estar siempre alegre, contento, tranquilo, sonriendo y sin sentir ninguna de las emociones que nos gustan menos.

Es una paz mucho más profunda. Una paz que va de la mano de la Consciencia de “Lo Que Es”. De lo Real. Una paz que es absoluta rendición ante cualquier suceso que te acontezca porque no es rechazado ni condenado.

También lo llaman Amor Incondicional. No le pones condiciones a la vida Aquí y Ahora ya que Comprendes que sea como sea es Perfecta porque no puede ser de otra manera. Si no, lo sería. Así de simple. Otra cosa es que mañana sea distinta, pero ¿dónde está “mañana” para poder cambiarlo ahora...? ¿Dónde se esconde el “mañana” para saber que si hago esto o aquello sucederá esto o aquello otro que considero que será mejor?

¿Qué es lo único que podemos saber con certeza? Lo que está sucediendo en este Instante.

Una de las preguntas que pueden aparecer en nuestra mente es:

Si el Advaita es no-dualidad, ¿no hay un rechazo implícito a la dualidad en ello?

Depende de cómo lo interpretes. Para mí, la no-dualidad significa UNO. Unidad. No-dos. No existencia de dos separados.

Es decir que en ese UNO habitan tanto la dualidad como la no-dualidad. No es una no-dualidad contraria a la dualidad, que la rechaza, sino que es el *espacio* donde ambas SON.

La parte cara de una moneda y la parte cruz de una moneda forman la Moneda. Se PERCIBEN como dos, pero son UNA.

La dualidad sería una cara de la moneda y la no-dualidad, la otra cara. La Moneda podría llamarse UNIDAD y estaría formada por la dualidad y la no-dualidad.

¿Qué es Dios, entonces? DIOS es esa UNIDAD. Es la Totalidad. Es la Fuente. Es el UNO.

Dios no está en todas partes, Dios ES todas partes. Y lo que no son partes.

Dios es TODO siéndose a sí mismo manifestado de diferentes formas. DIOS es el Mar que al moverse forma diferentes olas. Cada una con su programación.

No hay nada ni nadie que está separado de “Lo Que Es”. De la VIDA. De DIOS. No hay nada ni nadie fuera de lugar. No hay nada ni nadie incorrecto ni imperfecto.

El bien es Dios. El mal es Dios. El cielo es Dios. La tierra es Dios. El ser humano es Dios. El animal, el vegetal y el mineral es Dios. Un bolígrafo es Dios. Una mesa es Dios. Una nevera es Dios. El Sol es Dios. El sexo es Dios. La

masturbación es Dios. La homosexualidad es Dios. Una pizza es Dios. Un pedo es Dios. Un asesino es Dios. Un santo es Dios. Un virus es Dios. Un cáncer es Dios. Un arco-iris es Dios. La música es Dios. Un meteorito es Dios. Un tsunami es Dios. Un accidente de tráfico es Dios. El pensamiento es Dios. La emoción es Dios. La ira es Dios. La tristeza es Dios. La alegría es Dios. La culpa es Dios. La frustración es Dios. El placer es Dios. El espacio es Dios. El tiempo es Dios. El dolor es Dios. Tú eres Dios. Yo soy Dios. TODO ES DIOS porque no hay nada que no sea Él. Porque no hay nada que pueda ser otra cosa distinta a Él.

Y si no te gusta el nombre de Dios, llámalo Uno. O Fuente. O Universo. O Totalidad. O Energía. O Consciencia. O como te dé la gana. Son diferentes nombres para “la misma cosa”.

Una “cosa” que no es una persona. Que no es un alguien. Que no es un objeto. No es una mente pensante con una serie de objetivos, propósitos y misiones de luz... a cumplir. Sólo es un SIENDO. UNA Nada que lo es Todo.

No crea el Universo y la vida. ES el Universo y la vida. No evoluciona porque ya es Perfecto.

Dios no es un sujeto que crea objetos. DIOS es ambos a la vez. Unidad. Totalidad. No-dos.

No existe ningún tipo de separación en nada que se te pueda ocurrir.

Una cosa es lo que percibimos y cómo percibimos la realidad y otra muy distinta es La Realidad.

REALIDAD

Podría pasarme el libro entero hablando del Silencio, de lo Absoluto, de la Consciencia, de que “todos somos Uno”, de que el tiempo no existe, de que sólo hay un Espacio, de que esto no es más que un sueño, de que “tú” y “yo” somos una mera Ilusión.

Podría ser uno de esos libros Advaita que sólo pueden entender los entendidos de Advaita.

Podría..., pero entonces faltaría algo. A “mi” Advaita le faltaría algo. Le faltaría Corazón.

Ese Corazón que nos hace humanos. Ese Corazón que SIENTE. Ese Corazón que se rompe en mil pedazos. Ese Corazón que se enamora hasta las trancas sin que nadie le pida permiso. Ese Corazón que se cae y se levanta. O que jamás llega a levantarse. Ese Corazón que sufre. Ese Corazón que goza. Ese Corazón que está hecho de emociones. De latidos. De alegrías. De penas. De carcajadas. Y de quejidos.

Ese Corazón por el que muchos se quitan o arrebatan la vida. Ese Corazón por el que otros muchos resurgen de sus cenizas.

Y una realidad sin ese Corazón para mí no es La Realidad Completa, sino una realidad coja. Una realidad que cojea. Una realidad que sientes que le falta algo. Un *algo* que es justamente “lo que sientes”.

Algunos nos pasamos media vida sufriendo y otra media intentando no volver a sufrir. Y en ese intento vamos en

BUSCA y captura de una Vida donde el Corazón sólo tenga cabida para una de las caras de la moneda. Para una cara donde no sintamos demasiado no vaya a ser que nos quebrems de nuevo. Donde vivamos la vida desde cierta distancia para que el control y la seguridad no se nos escapen de las manos.

Pero resulta que La Realidad es que la Vida es intensidad. Es fuego. Es imprevisible. Es un oleaje de experiencias. De sensaciones opuestas. De incoherencias.

Resulta que estamos hechos de polvos emocionales... Y no de polvos de estrellas como dicen por ahí y que queda tan bonito en una poesía de papel.

Resulta que La Realidad puede SER tan dulce como amarga. Y que todos tenemos las papeletas para saborear ambas. Unos más. Otros menos. Pero ¿conoces a alguien que se haya librado de caer en algún momento en la casilla del sufrimiento? Yo no.

¿Cuál es la Realidad? La Realidad es que a veces estamos jodidos y a veces contentos. A veces la Vida es jodida y a veces es una maravilla.

Y tanto si es una como la otra, SIEMPRE es Perfecta porque la UNIDAD es Perfección. Porque la moneda Completa es Perfección. Porque no puede ser de otra manera. Porque la Vida Es “Lo Que Es”, nos joda o no.

La Realidad es un ruidoso estruendo SIENDO en un Absoluto Silencio.

SUFRIMIENTO

Nadie quiere sufrir. A nadie le gusta. Eso supongo que está bastante claro. Tan claro como que, si pudiésemos elegir no hacerlo, no lo haríamos, ¿verdad? Si pudieses elegir no sentirte triste cuanto te sientes triste, ¿no lo harías? Si pudieses elegir no sentir ira cuando la sientes, ¿no lo harías?

Entonces, se dan únicamente dos opciones:

1. O estás eligiendo sufrir conscientemente
2. O en Realidad... no tienes libre albedrío

Sólo estoy apuntando hacia un lugar. Sólo estoy observando. Cuestionando. Mirando.

Sigamos...

Sufrimos cuando rechazamos “cualquier cosa” que está SIENDO, sucediendo en el Instante Presente (no hay otro...). Un pensamiento, una emoción, un acontecimiento. Da igual.

A estas alturas, ya prácticamente todos los que nos hemos adentrado en el mundillo espiritual, de la consciencia, del autoconocimiento, sabemos que es la no aceptación de la vida, tanto externa como interna, la que provoca el sufrimiento.

Pero la mayoría se quedan ahí y no van más allá. Deducen que la solución está en la aceptación, pero no tienen ni idea de CÓMO se hace eso. No tienen ni idea de cómo no producir el rechazo para que la aceptación ya no sea necesaria.

¿Y qué significa ir más allá? Significa indagar en uno mismo para poder VER si ese rechazo que tiene como efecto el sufrimiento lo estás ELIGIENDO tú conscientemente o, simplemente, sucede en ti como una reacción automática. Igual que sucede en tu cuerpo el respirar o el deseo sexual o la sed o el sueño o las ganas de comer.

Y volvemos, de nuevo, a las dos opciones anteriores que sirven para TODO:

1. O estás eligiendo rechazar “lo que sea” conscientemente.
2. O en Realidad... no tienes libre albedrío para ello.

Repito: sólo apunto hacia una dirección que quizás no habías tenido en cuenta antes.

¿Puedes elegir lo que piensas y lo que sientes? Porque si es así, ¡enhorabuena! Vas a sentirte siempre y a todas horas feliz y contenta porque es lo que elegirás. Te suceda lo que te suceda. No tendría mucho sentido que decidieras sentirte como una mierda pudiendo decidir estar en éxtasis emocional. De hecho, llevarás toda la vida sonriendo y gozando porque lo habrás decidido así, ¿no...?

¿QUIÉN SOY?

Ésta es otra de las preguntas clave. ¿Quién soy en Realidad?

Emma. ¿Qué es Emma? Un nombre que mis padres me dieron. ¿Soy un nombre? No. Ok. Entonces, soy una mujer. ¿Qué es ser una mujer? Yo no tengo ni idea. Es una de esas cosas que se me escapan. Que cuando la observo, lo único que encuentro es vacío. Es Nada.

¿Una mujer es un cuerpo con tetas y vagina? ¿Eso es lo que me hace ser mujer? ¿Qué significa ser mujer? Yo no lo sé. De verdad. No me siento identificada con el hecho de ser mujer. Es algo que puede ofender a muchas mujeres, pero me resulta indiferente que se refieran a mí con una “a”, con una “o” o con una “e”. No le doy ninguna importancia. No lo NECESITO para ser quien soy.

¿Te imaginas depender de que el resto del mundo te trate con respeto e igualdad para SENTIRTE respetada e igual?

No soy de las que le pide peras al olmo. No soy de las que se indigna porque un ciego no sepa ni pueda ver. No soy de las que le reclama a “quien sea” lo que no es capaz (por su ignorancia) de dar.

Eso me convertiría en otra ciega y en otra ignorante más. Que también lo soy cuando lo soy.

No. No necesito la “a” en mi vida. No necesito que nadie me dé palmaditas en la espalda. No necesito pedir permiso para Ser ni reclamar lo que ya soy.

No siento que un género es lo que Soy. No dependo de un género para SER. Por ello tampoco me siento orgullosa de “ser mujer”. ¿Orgullosa por qué si NO elegí tener este cuerpo y no he luchado para lograr “ser mujer”, signifique lo que signifique eso? Es como lo de sentirme orgullosa por ser lesbiana. Algo que tampoco acabo de entender. ¿Orgullosa de qué? ¿De que me atraigan las mujeres en lugar de los hombres? ¿Se sienten los heterosexuales orgullosos de ser heterosexuales? ¿Se sienten las rubias orgullosas de ser rubias? Me resulta un poco absurdo ese orgullo a “no sé qué”.

Una cosa es no rechazarte ni juzgarte por ser como eres y otra muy distinta es sentirte orgullosa por ser como eres. ¿De dónde surge ese orgullo? Míralo.

No soy Emma. No soy mujer. No soy lesbiana. ¿Un alma, tal vez? ¿Qué es un alma? ¿Energía? ¿Es el Alma la que elige que yo sufra cuando sufro? ¿Que yo sienta tristeza cuando siento tristeza? ¿Que tenga pensamientos dolorosos y nocivos cuando los tengo? ¿Por qué elige sufrir pudiendo elegir no hacerlo, entonces? Y volvemos, de nuevo, a esas dos opciones que sirven para TODO: cuerpo, mente, ego, alma, espíritu, “como lo llames”, “quien creas que eres”.

Siempre volvemos al mismo punto de partida. Al inicio.

Sólo ve más allá de lo que te cuentas y de lo que te han contado. Más allá de tus creencias. Más allá de las verdades que tienes tatuadas en la piel. Más allá del mensaje de la sociedad, de los gurús, de los Maestros, de los sabios. Ábrete a que no sean verdades tus verdades sino mentiras.

Ábrete a cualquier posibilidad, se halle dentro de tus ideas o fuera de ellas.

Sólo obsérvate A TI. Sólo mírate A TI.

¿Quién eres? ¿Quién eres? ¿Quién eres?

EGO

El famoso ego que todos dicen que en realidad no es real, que es una ilusión, pero que todos trabajan para mejorarlo, para sanarlo, para educarlo, para evolucionarlo, para, para, para... No tiene mucho sentido trabajar en algo que no existe, ¿no? Pues eso.

Vamos a por él. El ego no es más que la creencia de autoría individual. Es una identificación que se produce en diría que todos los seres humanos a muy temprana edad.

El ego no es tu personalidad, tus características, tu genética, tus particularidades, tus condicionamientos, tu programación. Se confunde ego con todo ello.

Imagínate que eres una tostadora. Tienes una programación específica y distinta a la de una lavadora. Eso viene contigo de serie, con tu cuerpo, con tu organismo, con tu genética, con el vehículo que utiliza la Vida para SER. Y se van añadiendo los condicionamientos de tu familia, colegio, cultura, sociedad etc. Y estos se van modificando con las experiencias que vas teniendo.

Ahora imagínate que esa tostadora, aparte de sus características individuales, tiene un intelecto y una consciencia que la hace ser consciente de lo que sucede en ella y fuera de ella. Y que, en un momento dado (dicen que sobre los 2 años, da igual), esa consciencia se identifica con la tostadora y se cree la autora de las acciones, decisiones, pensamientos, emociones que suceden en esa tostadora individual. En el organismo.

Pues esa identificación, esa autoría individual, es el EGO. Y la ilusión es precisamente que la consciencia se crea tostadora y la AUTORA de lo que sucede en ella, cuando tan sólo es un objeto programado y condicionado para que lo que le sucede, le suceda. Es decir, que no tiene libre albedrío para programarse y condicionarse a ella misma.

¿Acaso una lavadora puede encenderse sola o elegir el programa de ropa blanca o de color por mucha consciencia que tenga? Ella sólo ES lo que ha sido programada para SER.

Pues cuando decimos “yo elijo LIBREMENTE hacer esto o aquello o ser así o asá” es como ver a una lavadora decir “yo elijo lavar en seco y no en mojado”.

¿Quién es ese “yo” que ELIGE? ¿Y qué es lo que se supone que ELIGE? ¿Los pensamientos que le llevan a reaccionar de una manera determinada? ¿Las emociones que siente que le llevan a reaccionar de una manera determinada? ¿Elige ser un adicto o está condicionado para ser un adicto?

Observa EN TI. Mira todo aquello que crees que has elegido, que estás segura de que has decidido hacer o dejar de hacer tú con total libertad. ¿De verdad ha sido así o simplemente has reaccionado automáticamente ante estímulos, pensamientos, emociones que NO has elegido tú tener?

Yo decido ser vegana. Ok. Pero, el impulso que te ha llevado a ser vegana, ¿de dónde ha salido? ¿Y el de escribir un libro? ¿Y el de dedicarte a lo que te dedicas? ¿Y el de acostarte con quien te acuestas? ¿Y el de ser empática? ¿Y

el de ser compasiva? ¿Y el de ser solitaria? ¿Y el de ser agresiva? ¿Y el de ser deportista?

Se toman decisiones a través de ti, pero ¿esas decisiones de dónde surgen? ¿Qué las motiva? ¿Tienes libre albedrío para elegir tus motivaciones? Si es así, ¿por qué no eliges SIEMPRE tener reacciones sanas, buenas, bonitas y llenas de Luz para ti y para los que te rodean?

Punto de partida. Dos opciones.

No te quedes en la superficie. Ve más allá siempre. No te quedes con lo que te cuentan. No te quedes con las verdades de los demás, por muy iluminados que estén. No te quedes con lo que estás leyendo ahora mismo. No te quedas con tu primera respuesta aprendida y requetememorizada.

Obsérvate A TI. Mírate A TI. Cuestiónate A TI.

PERFECCIÓN

¿Qué significa que el Mundo es Perfecto? ¿Significa que una violación es perfecta? ¿Significa que el racismo es perfecto? ¿Significa que el acoso es perfecto? ¿Significa que un niño muriéndose de hambre es perfecto? ¿Significa que el maltrato es perfecto?

No. No estamos hablando desde el bien y el mal. Desde la Luz y la Oscuridad que SÍ existen y SON en la vida humana.

Un Mundo Perfecto quiere decir que por mucho que no nos agrade, “Es lo Que Es”. Que para que exista el bien, tiene que existir el mal. Que para que exista la paz, tiene que existir la guerra. Que para que exista la alegría, tiene que existir la tristeza.

No es una Perfección moral ni de valores ni de principios honorables, bondadosos, espirituales y humanos. Es una Perfección Trascendental relacionada con el funcionamiento de la Vida. Con un Perfecto Equilibrio entre sus opuestos que no podemos llegar a Comprender en su Totalidad, pero que “Es lo Que Es”.

Todo ese bien y ese mal son la Vida misma expresándose así.

Y la pregunta que aparece es:

¿Y por qué no funciona sólo con la cara bonita de la vida?
¿Con el bien?

Y es tan sencillo como “porque la Vida es así”. Una respuesta que a nadie le gusta porque implica que no

podemos cambiar esa dualidad. Que está fuera de nuestro control. Implica que sí o sí la vida nos va a doler. Y más de una vez. Implica que el mal no puede ser erradicado. Implica asumir que hay personas (que no son personas sino esa misma Vida expresándose a través de esos organismos y de esa manera) que son monstruos y que hacen daño porque les gusta. Y que hay otras tantas que son unos santos y que equilibran la balanza.

Y ese equilibrio se da en la TOTALIDAD, no en una parte de ella. La VIDA, DIOS, el UNO, el Universo (como lo llames) se mueve al unísono porque es UNO. No son millones de partes separadas donde cada una decide por su cuenta. Ésa es la Ilusión de la Separación.

No somos gotas de Dios que se encarnan en un cuerpo humano (aquí sigue la ilusión de Separación pues las gotas son agua separada del Agua TOTAL). Somos TODOS DIOS, no separado en gotas o no gotas, encarnados en un cuerpo humano que es también DIOS adquiriendo esa forma.

“Tú” y “yo” somos lo mismo, pero con formas distintas. Somos el mismo Mar en forma de olas.

“Tú” tienes una serie de características, una personalidad, unos condicionamientos diferentes a los míos. Igual que una ola puede ser de mayor tamaño que otra. Pero ambas SON la misma agua. Ambos somos la misma Vida.

La Ilusión es CREER que las olas (que tú y yo) somos cosas distintas que actúan por su cuenta y que pueden decidir hacia dónde ir: creencia de autoría.

Y esa Vida que somos todo y todos se mueve en bloque, igual que lo hace el Mar, no por bloques separados entre sí. Una ola no se mueve independientemente del resto del Mar.

Y ese movimiento es espontáneo SIEMPRE. No es ELEGIDO por nada ni por nadie porque no existe una identidad separada de ese movimiento que decida hacer esto o aquello por esta o aquella razón.

TODO es Dios. TODO es Consciencia. TODO es Vida. Llámalo como quieras.

El sueño, el soñar y el soñador son la misma cosa.

No existen los por qué ni los para qué. No existen los propósitos. Ni las razones. Ni las misiones. Ni los lugares que alcanzar. Ni los objetivos a lograr.

“Lo Que Es” ES un movimiento constante que produce cambios constantes. Pero no son “cambios para” lograr algo, sino sólo un SUCEDER. Sólo un SIENDO.

Y ese Siendo, ese Movimiento, es Perfecto, sea del color que sea.

Los juicios (incluidos los espirituales) que hacemos cada uno de nosotros de esos movimientos, de esos sucederes..., no hacen de lo Perfecto, imperfecto. Juicios que, por otra parte, también son perfectos porque forman parte de “Lo Que Es”.

Todo ES DIOS. Todo Es “Lo Que Es”. Todo es Perfección.

DESTINO

Cuando Comprendí que “yo” no tenía libre albedrío, que lo de “lograr mis sueños” no era más que un sueño..., que no era autora de nada sino vehículo de todo, que lo que era en Realidad era la Vida siéndose a través del organismo-cuerpo-mente llamado Emma, que no había nada (absolutamente nada) que pudiese decidir, controlar ni elegir, entonces tuve una sensación de “menuda mierda” porque no iba a intervenir en nada de todo aquello que me iba a suceder.

Si estaba destinada a ser una asesina, lo iba a ser independientemente de “mí”.

Si estaba destinada a enfermarse, lo iba a estar independientemente de “mí”.

Si estaba destinada a no volver a tener nunca más pareja, no la iba a tener independientemente de “mí”.

Si estaba destinada a suicidarme, lo iba a hacer independientemente de “mí”.

Por una parte, dejé de sentirme responsable de “lo que sea” porque “tú” no decides nada. Jamás lo has hecho. Hay una liberación. Ha sido esa creencia falsa de autoría la que me hizo pensar que “yo” era alguien separado de la Vida que en Realidad Soy y que podía actuar por mi cuenta. Que podía cambiarme. Que podía mejorarme. Que podía iluminarme. Que podía elegir mis pensamientos, mis emociones. Mi destino... Que podía hacer de este mundo un mundo mejor.

Con más Luz. Con más Compasión. Con más paz. Con más “bien”. Con más Amor.

Y ésa es la otra parte. La parte en la que Sabes que no puedes hacer nada por cambiar lo que no te gusta. Ni de ti ni de ese mundo que, en ocasiones, te pesa tanto.

“Menuda mierda. Casi hubiera preferido no Comprender, no Darme Cuenta de lo que me he dado cuenta para al menos poder seguir soñando despierta. O dormida, pero soñando”.

Porque soñar es precioso. Tener ilusiones es precioso. Sentir que “tú” puedes cambiar las cosas es precioso. Tener objetivos es precioso. Tener un propósito es precioso. Te llena de vida. Te empuja. Te levanta. Y cuando Comprendes, cuando Ves, cuando te Das Cuenta, todo eso te es arrebatado de un plumazo.

Ya no puedes tener objetivos ni metas. No aparecen. No surgen. Intentas volver atrás, pero ya no puedes porque tu Comprensión se ha quedado para no irse. Intentas disfrazarte de la de antes, pero ni siquiera encuentras qué máscara ponerte. Porque ya no hay. Porque ha desaparecido de tu faz.

Poco a poco, esa sensación se va diluyendo en el día a día. Y te das cuenta de que, aunque no vas a poder intervenir en “tu” vida porque no existe una vida tuya sino una Vida Global que se mueve en bloque, que se percibe como separada en millones de vidas individuales, ¡todo es un misterio! Te das cuenta de que no tienes ni idea de lo que la Vida va a SER a través de ti. Y eso hace que la vida sea mágica. Y una sorpresa constante.

Tu única certeza es que existes. Y sólo eres consciente de lo que AHORA te está sucediendo. Ya está. Todo lo demás es un fluir de la Vida en ti. Piensas, sientes, experimentas y eres, a la vez, testigo de todo ello gracias a la consciencia.

Es como si de repente un personaje de una película se da cuenta de que no es real y de que no tiene libre albedrío para cambiar de personaje ni para elegir el guion.

Pero el personaje no sabe el final de la película. Ni el cómo continuará. No sabe lo que está escrito. No sabe los acontecimientos que le sucederán. Todo es nuevo en todo momento.

Y, ¿sabes qué es lo más curioso? ¡Que siempre ha sido así! ¡Nunca lo hemos sabido! La creencia de autoría te da la sensación de seguridad y de control, pero ¡no es real! Nunca lo fue, así que en Realidad no cambia nada. Todo sigue igual que antes, pero con la certeza de que no eliges, decides ni controlas nada. NADA. Que simplemente eres una ola a la deriva de lo que la Vida derive... en "ti".

Sigues igual de viva porque eres VIDA. Te sigues enamorando de las miradas, de las voces, de los bailes, de las sonrisas, de las lunas, de los sabores, de los silencios, de las melodías, de los amaneceres, de las caricias, de los olores.

Te das cuenta de que nada cambia, aunque todo en "ti" lo haya hecho.

Y sigues respirando. Y sigues teniendo sed. Y sigues jugando. Y sigues desapareciendo en orgasmos. Y sigues SINTIENDO. Porque Vivir es Sentir. Y Sentir no es algo que

se haga con la mente, con la Comprensión, sino con ese Corazón que hace de la Humanidad un regalo de Dios...

¿Mi destino? Mi destino es lo que soy en cada Instante. Ya sea en forma de tristeza, de alegría, de vacío, de plenitud, de soledad, de honestidad, de impotencia, de frustración, de éxtasis, de cabreo, de felicidad o de perdición.

No hay un destino mejor que otro. No hay un destino peor que otro. **Tu destino es este momento.** Tu destino es la Vida que está viviéndose a través de tu cuerpo-mente en este momento. Como éxito o como fracaso. Como placer o como dolor.

Así que SIEMPRE estás cumpliendo tu destino, te guste o no. Porque no hay otro lugar donde el destino, donde la Vida se pueda vivir y dar más que Aquí y Ahora.

No hay necesidad de buscar lo que ya eres. No hay necesidad de demostrarte a ti ni a nadie que eres merecedora de vivir pues tú eres la Vida misma. Y sólo por eso, y por nada más, eres Sagrada tanto por tus sonrisas como por tus lágrimas.

No eres responsable ni de tu sufrimiento ni de tu felicidad porque ninguna de las dos las has provocado "tú".

No eres responsable de tu destino. Eres el Destino.

Y algunos pensarán: ¡Pues menuda mierda de destino!

Y para algunos será así. Para otros, lo contrario. Para los dos "Es lo Que Es".

¿Y qué Es? Los dos la misma Vida viviéndose en formas distintas "porque sí". Los dos el mismo Mar. Los dos el

mismo DIOS *jugando* “contigo” (que es consigo) a la humanidad.

PRESENTE

Recuerdo cuando quería estar Presente. Cuando meditaba y realizaba todo tipo de prácticas, métodos, herramientas, para silenciar mi mente. Para que los pensamientos no me hicieran viajar a un pasado oscuro ni a un futuro bañado en dolor.

¿Para qué? Para no ser tan sensible. Para no sentir tanto. Para que la vulnerabilidad se buscara otra estación de llegada. Para permanecer siempre en calma. Serena. Tranquila. En paz. Para transformarme únicamente en una cara de la moneda de esta vida nuestra que es tan dual.

No lo logré. Y no porque me rindiese o dejara de intentarlo, sino porque no es posible “no sentir” cuando eres tan empática, tan sensible, tan humana.

No es posible escapar de la vida porque tú eres la Vida. Y yo quería huir lo más lejos posible de ella, sin darme cuenta, sin ser consciente de que Ella soy Yo y de que, por lo tanto, no puedo separarme de quién soy.

Quería estar Presente porque había escuchado por ahí... que estando Presente el sufrimiento cesa. Pero con el tiempo descubrí que el sufrimiento forma parte de la Vida y de que “yo” no elijo qué parte de la Vida va a vivirse a través de “mí”.

Quería estar Presente, pero sólo Presente para lo agradable, para lo bonito, para el amor, para el placer. Y la Presencia está presente para TODA la Vida, no sólo para la vida que a mí me gustaría ser-tener.

Es igual que la Consciencia. Creemos que cuanto más consciente eres, menos dolor sientes, cuando es al contrario pues eres MÁS Consciente de TODO, no sólo de lo belleza que ven tus ojos sino también de la fealdad. Que haberla, hayla.

Quería estar Presente para vivir a medias. Y a medias no se vive, se sobrevive. Porque en esa mitad de la moneda en la que prácticamente anhelamos todos permanecer, en la que prácticamente todos intentamos encerrarnos, hay un hedor a miedo a rozarte con la otra mitad que te impide ser libre y vivir en libertad. Que te impide Amar como sólo Amar se puede Amar.

No es la oscuridad lo que nos hace sufrir, es su rechazo. Es el miedo al sufrimiento lo que nos esclaviza, no el sufrimiento en sí.

Porque tras ese miedo, tras ese rechazo, hay un sinfín de estrategias y autoengaños que utilizamos (consciente o inconscientemente) y que hacen que nos alejemos de la Vida. Una Vida que no es “a medias” sino entera.

Estrategias que alzan muros alrededor de nuestro Corazón. Y fronteras con los Corazones vecinos. Muros que pueden acabar ahogándonos y que convierten a nuestros latidos en latidos moribundos.

Recuerdo que quería estar Presente. Y ahora recuerdo que lo que en realidad quería era que ese Presente no me tocara.

Y eso era y es imposible porque “tú”, porque “yo” SOMOS Presente, nos guste o no.

ESPIRITUALIDAD

Todo es Espiritualidad, espiritual, porque Todo es UN único Espíritu. Y nos pasamos la vida metiendo en un cajón aquello que nos han dicho, que nos decimos, que no es digno de ese Espíritu que Todo lo Es.

Y cuando nuestro *cuerpo* (que es muy sabio y Sabe... que Todo es bienvenido) nos pide algo que hemos desterrado al cajón de los pecados de Dios..., la condena, la culpa y la flagelación nos hacen una visita.

Un cajón que es una Ilusión. Que lo hemos creado nosotros en el nombre de la Espiritualidad, de la Consciencia, de la Luz o de Dios (tanto monta monta tanto).

Un cajón que nos mantiene prisioneros de nosotros mismos. De las IDEAS que nos hemos forjado a fuego lento, o no tan lento, en nuestra piel.

Un cajón que hace que nos estemos juzgando constantemente. A nosotros y a los demás.

Un cajón que tememos abrir por toda la mierda que puede salir de ahí.

Y a eso lo llamamos Espiritualidad. A un disfraz de color de rosa que nos ponemos para entrar dentro de nuestros cánones de "lo que sea". A una máscara que no nos permite respirar lo que somos en realidad. A una camisa de fuerza que ensordece los gritos de socorro de un cuerpo al que tratamos tan mal.

Todo es Espiritual porque Todo es “la misma cosa”. El yoga no es más espiritual que el fútbol. El mantra no es más espiritual que el rap. Ser vegano no es más espiritual que ser carnívoro. Trabajar en un centro de terapias no es más espiritual que ser un político.

Pero muchos *espirituales* siguen cayendo en esa Separación. En ese juicio. En esa soberbia de creerse “mejores que”, “más que” porque visten de blanco, leen libros místicos, no comen carne, cantan mantras, no van a discotecas y meditan día sí y día también.

Y eso no significa que tengan que dejar de hacer lo que hacen. Significa que lo que haces no te hace especial. Ni a ti ni a nadie. Tan sólo es una preferencia. Una opción como otra cualquiera. Una decisión motivada (tú no decides tus motivaciones) por todos los condicionamientos que has recibido y sigues recibiendo en la vida. O simplemente un hacer por autocuidado. Por salud física, mental y emocional.

Ni siquiera lo has elegido “tú”. Nadie lo hace. Eres lo que estás *destinado* a ser, no lo que decides ser (por mucho que te fastidie “no ser nadie” ni tener el control).

¿Cómo algo que está siendo vivido por la Vida, por el Espíritu Único, no va a ser Espiritual si “lo vivido” es ese mismo Espíritu Único siendo de esa forma?

Y eso tampoco significa que tengas que estar de acuerdo con todo lo que existe. Que tenga que gustarte. Que tengas que aplaudirlo. Eso es absurdo.

A mí me atraerán unas cosas, unas personas, unas energías (por mi programación, genética, herencia,

condicionamientos) y a ti otras. Y no tenemos por qué compartirlas. No tenemos por qué coincidir en gustos. No tenemos por qué convencernos los unos a los otros de lo “mejores” que son nuestras filosofías de vida.

Es una cuestión de Comprender que TODOS, que TODO, es el mismo Océano. Y que dentro de ese Océano hay infinitud de rangos en los que se expresa, se vive, se ES.

Y la vida humana funciona de la misma manera porque TODO es lo mismo, sea humano o no.

A algunos les gusta el pescado, a otros la carne, a otros los vegetales, a otros todos ellos y a otros ninguno de ellos.

¿Quién soy yo para decirle a otro *cuerpo* que no coma lo que le gusta, lo que necesita, lo que pide?

El problema viene cuando me subo al pedestal de la prepotencia y me creo que mi verdad tiene que ser La Verdad de todos. Que eso de que cada uno tenga la suya hace que mi verdad sea menos verdad.

Y me pongo a dar lecciones de moralidad, de principios, de ética, de respeto, de espiritualidad, de libertad con un látigo en la mano y un “deberías” en la boca. Y mientras... la hipocresía me está comiendo por Dentro.

Pero no pasa nada porque “todo es perfecto”. Porque seas como seas, valiente o cobarde, honesto o hipócrita, tienes la suerte de que la Espiritualidad siempre va a estar de tu lado. Ya seas del lado derecho, del izquierdo, del extremo o del centro...

Porque TODO es Espiritualidad, te vistas de Prada, de rábano, de piel de cordero..., de lobo o de caimán.

TODO ES POSIBLE

Todo es posible, sí. Pero que todo sea posible no significa que vaya a suceder. Significa que es una posibilidad únicamente.

Parece que, si no lo logramos la meta que nos hemos metido entre ceja y ceja, o entre visualización y visualización, somos unos fracasados. O así nos sentimos porque es el mensaje que corre por la sociedad, por la cultura, por la política, por el deporte, por la espiritualidad.

Los humanos llenamos las manecillas del reloj de nuestra vida de objetivos. Y ninguno de ellos puede realizarse, puede darse, puede SER, Aquí y Ahora. En ese Tiempo donde las manecillas del reloj permanecen en silencio y en quietud. En ese Tiempo que es el único Real y el único donde los latidos pueden latir y las pieles temblar.

Te hago una pregunta:

¿Haces algo en tu día a día que no sea para lograr un resultado? Ya sea perder peso, tonificarte, calmar tu mente, ascender en tu trabajo, conseguir una pareja, ganar dinero, conocerte, iluminarte...

¿Haces algo por el mero hecho de que te guste y YA? ¿De que es lo que sientes y YA? Besar por besar, cantar por cantar, bailar por bailar, pasear por pasear, leer por leer, escribir por escribir, comer por comer, amar por amar... ¿Sin un “para” ni una intención detrás?

Es agotador vivir para cumplir objetivos. Ni te imaginas la cantidad de energía, de paz y de libertad que se derrochan en ello. Ni te imaginas lo encorsetado que está el Corazón, la creatividad, la improvisación, en esa forma de caminar.

Pregúntale a un niño cuál es su objetivo cuando está jugando. Ni siquiera entenderá la pregunta.

¿Sabes? La Vida es mucho más fácil que todo eso. Lo que sucede es que como nos creemos autores de la Vida, creemos que si nos estamos quietos la Vida se va a parar. Y nosotros con Ella.

¿Te imaginas a una rosa dejando de florecer porque ya no tiene el objetivo MENTAL de florecer?

Y me dirás:

- Ya, pero es que el ser humano tiene intelecto y consciencia.

Y te digo:

- Sí, pero lo que hace que el ser humano funcione no es ni el intelecto ni la consciencia. Es la misma Vida, la misma Energía, que hace que las rosas florezcan sin su *permiso*. La misma Energía que hace que los planetas no se “caigan”. La misma Energía que mantiene toda la Existencia, con todos sus Universos y todo lo que contienen, con todo lo manifestado, en Perfecta armonía, equilibrio, movimiento y sostén.

Pero el intelecto y la consciencia humana que en tan alta estima tenemos los humanos..., parecen no Ver más allá de sus ombligos. De sus 5 o 6 sentidos. Porque si no, se darían

cuenta enseguida de que ellos, de que “tú”, de que “yo”, no controlamos nada. No somos hacedores de nada porque ese “alguien” que creemos ser, ese “alguien” que se inventa objetivos para vivir y sentidos de la vida para sentirse seguro, ¡no existe!

Somos esa Vida siéndose a sí misma en forma de este organismo-cuerpo-mente llamado humano.

La misma Vida que se ES en forma de rosa, de árbol, de estrella, de cuarzo, de montaña, de mar, de serpiente, de dentadura, de mesa, de nevera, de micrófono, de melodía, de movimiento, de pensamiento, de palabra, de obra o de omisión...

Ninguno de ellos es un “alguien” separado de los demás que actúa, que HACE de manera individual lo que le viene en gana, con total libre albedrío y sin ninguna influencia externa más.

Creemos que el Ser Humano es distinto a todos ellos porque nos creemos especiales. Y tan sólo somos UNO... más. Un objeto más. Un vehículo más. Un avatar más. Una forma más.

Los ojos que ven a través de ti son los mismos ojos que ven a través de mí. Y los mismos que ven a través de un perro. Y los mismos que ven a través de un delfín. Y de una rata. Y de un gusano. Y de un microbio. Y de cualquier cosa (y no cosa) que se te pueda ocurrir.

Sí. TODO es posible, pero no porque “tú” puedas hacer algo para conseguirlo sino porque la Vida que eres, y Es todo, no

tiene ningún tipo de barreras, de muros infranqueables, de censuras, de mordazas, de condiciones ni de limitación.

Los “haceres” suceden a través de ti, a través del organismo cuerpo-mente, pero no los eliges “tú” porque el “tú” que crees que decide algo no es real. Es una falsa percepción. Es una ilusoria identificación.

Esta Comprensión, esta Visión, es muy sutil. Tan sutil que prácticamente nadie la percibe porque **la mayoría está corriendo detrás del *ruído*. Detrás de sus ideas. Detrás de sus objetivos.**

Y cuando estás corriendo, de poco puedes DARTE CUENTA. Ni siquiera... de que estás corriendo.

(Por cierto, “meditar para” también es correr. Por muy sentado y en silencio que estés)

REENCARNACIÓN

Con la reencarnación existe la misma ilusión ya que se basa en la premisa de que existen muchas “vidas” individuales y separadas entre sí cuyo OBJETIVO es evolucionar hacia “su mejor versión”. Llámale vida, llámale alma. La creencia de “autoría personal”, de “existencia personal” es idéntica.

Por eso, mientras no se Vea, no se Comprenda, no se Despierte, no haya un Darse Cuenta de que tú no eres alguien separado de lo único que Es, de la Vida, de la Totalidad, de la Consciencia, del Espíritu, del Uno, de la Fuente, de Dios..., sino que eres ESO mismo, cualquier idea, creencia, que se tenga estará basada en eso y surgirá DESDE ese lugar.

¿Qué es lo que se reencarna, entonces? La Vida. Ni “mi” ni “tu”. No existe algo que sea “mi vida” ni algo que sea “tu vida”. Exista LA VIDA. Y la Vida que ES a través de *tu* cuerpo es la misma Vida que ES a través del *mío*. Y la de cualquier otro cuerpo, organismo, objeto o “lo que sea”.

“Tu” y “mi” es la misma cosa.

Imagínate que en el Océano (Dios, la Vida) flotan millones de botellas (que son ese mismo Océano en forma de botella porque no hay nada que NO pueda ser Océano) que están llenas del Océano mismo. De su agua.

Imagínate ahora que en *el Juego del Océano (de la Vida)* esas botellas se acaban rompiendo (muerte) tarde o temprano y que el agua vuelve al océano para luego volver a tomar la forma de esa botella, aparentando que es algo

distinto al océano mismo y aparentando que el agua que hay dentro de la botella es también distinta a la botella misma y que están separadas.

Esa *reencarnación en la botella* (cuerpo-mente) no es la reencarnación de una cantidad de agua particular, individual y “separada de” sino el Océano, la Vida misma SIÉNDOSE así.

TODO es el Océano. Desde el agua que hay dentro de la botella hasta la botella. La ilusión es percibirlo por partes separadas y diferentes entre sí. Que es la misma ilusión que percibimos los Seres Humanos con nosotros mismos y con todo lo demás existente.

La creencia de que hay millones de Almas individuales que se reencarnan para cumplir una misión o evolucionar o limpiar el karma o Regresar al Hogar (ya estamos en el Hogar porque SOMOS el Hogar, la Vida, el Uno, Dios) o “lo que sea” es la misma creencia de que hay millones de cuerpos que nada tienen que ver el uno con el otro. Es la misma falsa identificación de autoría. Es la Ilusión de la Separación de la que tanto se habla, pero “a lo álmico”.

No hay nada que esté separado. TODO ES UNO, siempre. Es como creer que la piel de la mano es algo que nada tiene que ver con la piel del antebrazo. Como si no estuvieran unidas. Como si la piel estuviese hecha por partes, cuando es TODA UNA. Es un bloque. Es una Totalidad.

No estamos conectados. Eso implica también Separación. SOMOS lo mismo, así que no necesitamos conectarnos de ninguna manera.

Y entiendo que no se entienda pues no es algo que pueda entenderse a nivel intelectual. Está más allá de la mente, del intelecto, de las energías, de la psicología, del autoconocimiento.

O se Ve o no se Ve. **O sucede el DARSE CUENTA y en ese momento lo Comprendes todo o no sucede el DARSE CUENTA y es imposible de Comprender** por mucho que lo expliques, por muchas metáforas que utilices.

Otro ejemplo. Imagina una bola grande de plastilina que, sin separarse, sin cortarse, empieza a darse a sí misma, de manera espontánea y sin ningún propósito ni razón, a través de un movimiento, diferentes formas. La ilusión es que esas formas (que tienen conciencia) se crean que son algo distinto a la plastilina y se identifiquen (en este caso) con la forma humana que *ha sido dada* por la misma plastilina que las formas SON.

Pues es algo así...

La cuestión aquí también es que esa identificación es otra *forma* más de la plastilina, de la Vida, de Dios. No es un acto erróneo ni incorrecto ni imperfecto. Es parte del juego. Es un SIENDO. Un sucediendo. Un movimiento.

¿Por qué? ¿Para qué? No hay respuestas. No son necesarias las respuestas. ¿A QUIÉN le importan?

¿Necesita una rosa saber por qué tiene espinas? ¿Necesita el sol saber por qué quema tanto? Pues nosotros (no existe un *nosotros*) tampoco.

¿Para qué necesitas saber el *por qué* o el *para qué*...? Míralo.

Y no estoy hablando de curiosidad sino de NECESIDAD. De
“no puedo vivir sin las respuestas”.

MUERTE

¿Y qué es la Muerte? Pues nada. Absolutamente nada pues sólo existe la Vida. Y la Vida, la Totalidad, el Uno, Dios... no puede morir.

¿Se muere el agua del océano que hay dentro de la botella que flota en el océano cuando se rompe ésta? ¿Se muere la plastilina en forma de botella cuando se le da otra forma a la plastilina-botella?

Lo que se cambia es la *forma*, no lo Real.

Pero como la mayoría de los Seres Humanos se CREEN (identificación) que SON la forma que adquiere la Vida para SER (ya sea forma cuerpo individual o forma alma individual), creen de igual modo que van a desaparecer y a morir.

La *forma* es la que nace y muere. La Vida, que es lo que somos-Es todos-todo es eterna. Siempre ha Sido y siempre Será.

La forma, el cuerpo, la personalidad, la programación, los condicionamientos, “mueren”, pero la Vida que en Realidad Eres no lo hace.

Cuando un electrodoméstico se estropea (se muere) la electricidad que le anima..., que le da vida, no muere con él.

En este caso, el electrodoméstico es también esa ánima, esa Vida que lo Es Todo, pero con esa forma.

¿Significa eso que cuando muere alguien a quien amamos no tendría que dolernos porque en realidad no se está muriendo? Pues no. Eso es ridículo. Porque en el Juego de la Vida (por llamarlo de alguna manera), la forma Ser Humano siente y padece. Hay emociones. Hay sufrimiento. Hay dolor. Hay placer. Hay rabia. Hay impotencia. Hay frustración. Hay culpa. Hay ira. Hay alegría. Hay felicidad. Hay compasión. Hay violencia. Hay paz. Hay humanidad. Hay amor.

Y todo ello, y todas ellas, son otras formas más de la Vida, de la Totalidad, de Dios.

TODO ES DIOS. TODO ES LA VIDA.

Y el hecho de Comprender que tú no eres ese “alguien” que creías ser no hace que dejes de sentir como sentías. NO hace que dejes de experimentar la humanidad.

Todo sigue igual porque lo único que ha sucedido es un cambio de Visión, no un cambio de *forma*. No pasas de ser un humano a ser una piedra que ni siente ni padece. Que deja de tener emociones y pensamientos, del tipo que sean.

Sigues siendo igual, pero con otra Mirada de la Vida. De Ti.

Se *muere* la identificación, la sensación de autoría personal, pero Tú sigues vivo y coleando, con todas tus particularidades, con toda tu personalidad, con todas tus manías, con todos tus dones, con todos tus condicionamientos y todas tus programaciones.

No te conviertes en un ficus inalterable como algunos creen y pretenden alcanzar con la llamada Iluminación.

ILUMINACIÓN

¿Qué es lo que se supone que se ilumina cuando te iluminas? ¿QUIÉN es el que lo hace? ¿QUIÉN la alcanza?

En algunos organismos cuerpo-mente hay un llamado a lo que se ha etiquetado como *iluminarse*. Yo lo sentí hará casi diez años y dejé de sentirlo hará unos tres meses.

No tenía ni idea de lo que quería decir eso. Sólo sentía que quería volver a casa, Regresar a mi Hogar (de ahí el nombre del mi blog). ¿Y qué significaba Hogar? Tampoco lo sabía.

“Algo” me empujaba a tomar ese camino. Un camino que iba apareciendo a medida que caminaba.

Hacía talleres, retiros, formaciones de todo tipo, leía un montón de libros de autoconocimiento, de consciencia, de energías, de meditación, de advaita. Unos más místicos que otros. Unos más trascendentales que otros.

Me harté a ver conferencias, charlas. Y todo siguiendo esos empujones hacia “no sabía dónde”. Empujones internos que en algún momento cesaban, pero que luego volvían con más fuerza. Con más intención.

Y junto a todo ello, sucedían experiencias de vida que acompañaban a esas enseñanzas. Experiencias algunas muy luminosas y otras muy sufrientes, duras, oscuras, dolorosas.

No había Separación entre lo llamado terrenal y lo llamado espiritual. Ambos mundos iban de la mano. Ambos estaban entrelazados.

Creía que la iluminación acabaría con la parte amarga de la vida. Con la parte sombría. Con la que nadie quiere latir. De la que todos huimos y nos protegemos. Cada uno a nuestra manera.

Me cuestionaba continuamente a mí y a todos los “maestros” por los que pasaba. Veía lagunas e incoherencias en sus métodos, en sus ideas, en sus creencias. Y también en las mías.

Era un continuo coger y soltar. Creer y descreer. Todo me parecían ramas. Ninguno sentía que era la raíz. En ninguno Veía la Verdad.

Hasta que, en marzo de 2022, mientras veía un vídeo de Ramesh Balsekar, “algo” se fundió en mí. No pasó nada y, a la vez, pasó Todo. Fue como si se me cayera un velo y una Comprensión sucedió en este organismo cuerpo-mente llamado *Emma*. Tan “tonto” como si siempre hubiese creído que era rubia y ahora Viera que en Realidad era morena.

¿Cómo sucedió y qué/quién hizo que sucediera? No tengo ni idea. Sólo sé que “algo” pasó y que pude Darme Cuenta-Ver-Comprender lo que Balsekar estaba transmitiendo.

Y esa búsqueda de la Iluminación, esos empujones, cesaron con ese Ver. Los objetivos, del tipo que fueran, desaparecieron de *mi* vida.

Este libro es un intento de compartir esa Visión imposible de Ver hasta que la Ves.

¿Qué es la Iluminación? Es un DARSE CUENTA de que no hay un “alguien” que se ilumine. De que lo que eres en Realidad es esa Totalidad, esa Vida, ese Uno, ese Dios que

ES en millones de formas. Una de ellas, el organismo cuerpo-mente llamado “ser humano”. Un organismo cuerpo-mente que ES ese mismo Dios, como si la plastilina Dios adquiriese la forma de “ser humano”, sin separarse de sí misma.

No es una Visión que pueda verse con los ojos ni con cualquier otro sentido. Es como un “saber” interno.

De repente, se produce un “clic” que te hace Comprender-Ver lo que antes no Comprendías-Veías.

Y Comprendes (porque lo Ves...) que no hay nada que “tú” hayas hecho para alcanzar ese clic porque Comprendes (porque lo Ves...) que ese “tú” (autoría personal) no es real. Es una falsa percepción. Es como si la plastilina forma-ser humano se creyese ser humano en lugar de plastilina porque se ha identificado con esa forma al tener conciencia.

Es tan simple como eso y tan complicado de percibir por la gran identificación que existe en cada uno de nosotros y en todos aquellos que nos rodean.

Si todo el Mundo Humano está basado en esa identificación con la forma humana, ¿cómo “alguien” puede “despertar” de esa ensoñación?

Nadie puede por sí mismo porque ese “sí mismo” no es real. Es la ilusión.

De ahí las palabras “si Dios quiere”. No un Dios ajeno a “ti” (*ti* no existe), sino al Ti Real que eres y que está más allá de “ti”. Un Ti que lo Es Todo y somos Todos (no existe un *todos* sino un UNO con todas las formas percibidas).

La Comprensión sucederá “si Dios quiere”. Si es “su voluntad”, no la “tuya”.

Es una forma de expresarlo. De cómo las religiones lo han expresado, pero con la idea falsa de que ese Dios está separado de su forma humana (y de todas las infinitas otras formas en las que Es) y es “otra cosa” distinta a ella.

Se transmite la creencia de que un Iluminado es una persona santa. Con unos valores santos. Y eso no tiene nada que ver con la Iluminación real que no es más que una Compresión no intelectual.

Lo de la santidad es fruto de las ideas religiosas y de las ideas espirituales que no se acercan ni por asomo a Dios-Uno-Totalidad-Consciencia-Universo-Vida.

Igual que la idea de la mejor versión de uno mismo que no Comprende que “uno mismo” siempre Es en su mejor versión pues ES Dios en esa forma, con esas características, con esa personalidad, con esos condicionamientos, con esa programación.

El bien y el mal, la luz y la oscuridad, habitan en la forma ser humano, no en la Totalidad, en Dios.

Para Dios (que no es un alguien sino un SIENDO, un movimiento) TODO es “bien”. TODO es ÉL. Ya sea un asesino, un monje, un bombero o un violador.

El dualismo forma parte del juego de Dios, pero no tiene nada que ver con DIOS. Ya sé que suena contradictorio, pero es “Lo Que Es”. Por eso es tan difícil de Comprender si no sucede la Comprensión en tu organismo cuerpo-mente. Porque la mente, la razón, no puede entender que Dios y el

Ser Humano sean lo mismo. Que la Luz y la Oscuridad sean lo mismo. Que Todo sea Perfecto. Que no haya nada que alcanzar. Que el buscador, la búsqueda y lo buscado es Dios jugando a un juego que se ha inventado consigo mismo (es otra forma de expresarlo, pero evidentemente no es tal cual).

No hay nada de especial en la Iluminación. No te conviertes en un ser de luz ni nada por el estilo. No empiezas a levitar ni a tener experiencias místicas ni a ver fuegos artificiales donde hay Noche Oscura del Alma.

Eso no significa que esas experiencias no puedan suceder o no sean reales en los organismos cuerpos-mente en las que suceden. Recuerda que TODO ES POSIBLE.

Quiero decir que la Iluminación, la Comprensión, no tiene nada que ver con nada esotérico ni con tener una experiencia puntual de “lo que sea”.

En realidad, es una chorrada. Se le da mucho bombo, pero no es más que un:

- Ah, ¿y para esto tanto rollo?

La Vida sigue funcionando como siempre lo ha hecho. Tú sigues funcionando como siempre lo has hecho. Te sigues cabreando, entristeciendo, cayendo, hartando, aburriendo, porque no ha sucedido nada en el “ti” que creías ser, en el “ti” que quería mejorarse, sanarse, evolucionar, iluminarse porque ese “ti” no existe.

El cambio es únicamente en Ver que “tú”, como entidad separada, como alguien individual, no existes. **Es el sentimiento de autoría lo que se viene abajo. El creerte que eres la forma humana en lugar de la plastilina.**

Y ese Ver, te hace Ver, a su vez, que eres la Vida, la Totalidad, el Océano (no la identidad ola). Que has adquirido una forma, sí. En mi caso, la forma organismo cuerpo-mente llamado Emma que tiene unas particularidades, unas características, una genética, unos condicionamientos, una personalidad igual que las tiene una nevera o un ordenador.

Pero esa personalidad, esa Emma no es la que ha hecho (hacedora) nada porque no tiene libre albedrío para hacer nada porque no existe por sí misma. Es la Vida la que ES a través de ese organismo Emma. La misma Vida que ES a través de ti. A través del presidente del Gobierno. A través de un volcán. A través del Papa. Y a través de un elefante.

Es decir, los procesos se producen, las decisiones suceden, los pensamientos son, las emociones son, las experiencias son, pero no por “mí Emma” sino por un proceso natural de la Vida que Soy.

Nos creemos que, si nos quedásemos callados, la Vida no hablaría... Cuando es la Vida la única que habla.

La Vida que somos son los empujones que nos llevan a caminar, a comer, a beber, a tener una relación, a levantarnos, a caernos, a reír, a llorar. Pero como tenemos esa sensación de autoría con la que está prácticamente todo el mundo identificado, no nos DAMOS CUENTA de que es la Vida “la que manda” y no “nosotros”. De que una rosa va a florecer porque es su naturaleza y no porque “la rosa lo elige”. De que el proceso de transformación de crisálida a mariposa sucede de manera natural. No hay un “alguien” dentro de la crisálida que va eligiendo los pasos a seguir para alcanzar la iluminación-mariposa.

Simplemente, sucede “porque sí”. O no llega a término “porque sí” también, pero no porque la crisálida lo haya decidido.

El árbol no decide cuándo va a soltar sus hojas. Es su proceso natural.

El bebé no decide respirar por primera vez al nacer ni gatear cuando gatea ni caminar cuando camina ni hablar cuando habla. Es su proceso natural y sucederá de igual modo tanto si quiere como si no.

Del mismo modo funciona el adulto, aunque nos creamos autores de “lo que sea”.

Ya sé que es difícil de Ver cuando no lo Ves, pero puedes mirarlo. No podemos quedarnos quietos porque hay una fuerza independiente a “nosotros” que hace que, tarde o temprano, nos movamos sin poder evitarlo. ¿Hacia dónde? Hacia donde “Dios quiera”. Hacia donde la Vida “te” lleve.

La misma Energía (Totalidad, Vida, Dios...) que mantiene vivo el organismo sin que “tú” decidas cómo funciona el organismo es la que “toma las decisiones” en cualquier otro aspecto cotidiano.

Ésa es la famosa Iluminación que tanta gente anhela alcanzar. Que tantas personas tienen el llamado de alcanzar.

Yo lo llamaría “La Broma de Dios”. Porque es de risa... Porque ya SOMOS todos Iluminación-Dios, lo sepamos o no. Nos demos cuenta de ello o no. Más allá de nuestras ideas espirituales, religiosas y de consciencia que tengamos sobre la Iluminación y sus efectos.

Claro que mi concepto de Iluminación donde “todo sigue funcionando de la misma manera” y donde te sigue doliendo lo que te dolía no vende mucho porque lo que la mayoría quiere (igual que quería yo) es acabar con la oscuridad. Con el mal. Con el dolor. Con la tristeza. Con la ira. Con el vacío. Con la soledad. Con el miedo. Con la fealdad. Con el sufrimiento. Con la enfermedad.

Y eso, señoras y señores, es imposible, suceda la llamada iluminación en ti o no suceda porque la vida humana (que es la expresión de Vida que somos Ahora) funciona mediante la dualidad. Es “lo que hay”.

Recuerda que el dualismo (RECHAZO de una de las partes de la dualidad) es una de las causas del sufrimiento humano.

La mayoría quieren una herramienta, un método, una enseñanza, una disciplina, una práctica en la que poner todo su esfuerzo y dedicación para que el “yo” irreal que quiere iluminarse, se ilumine. Y tampoco vendo pótimas mágicas porque Comprendo que “si eres una rosa, florecerás”, hagas lo que hagas o dejes de hacer lo que dejes de hacer. Y si no lo eres, no lo harás, hagas lo que hagas o dejes de hacer lo que dejes de hacer.

¿Significa eso que tienes que dejar de practicar, de meditar, de estudiar, de hacer retiros, talleres, de “lo que sea” para iluminarte, para evolucionar hacia la IDEA-creencia que tienes? ¡No! Significa que has hecho, haces y harás SIEMPRE lo correcto porque la vida te empuja SIEMPRE a ir hacia tu “destino”. Significa que las decisiones y opciones que tomas, no las tomas “tú”, sino que son tomadas EN “ti”.

¿Y cuál es tu destino? ¡Ahhhh! Bienvenido al Misterio de la Vida.

¡Qué más da si TODO ESTÁ BIEN! Si ya eres SIEMPRE lo que “tienes que” SER. Si ya eres lo que anhelas alcanzar, aunque no lo puedas Ver.

Así que te ilumines o no, eres Perfecto tal cual eres. Ya sea meditando, jugando a la petanca, vacunándote, siendo vegano, viendo Sálvame, escuchando a Krishnamurti, bailando salsa, practicando yoga, vistiendo de blanco, con un burka o con un tanga, en éxtasis emocional, con una depresión de caballo, siendo fiel a tu pareja, abortando, como monja de clausura, como dictadora, llena de lazos reivindicativos o reivindicando la desnudez de las etiquetas que te niegas a colgar.

Total, ¡no eres “tú” la que decides (ni puedes decidir) ser como eres, pensar como piensas ni sentir como sientes!

Esto último, tampoco vende mucho, ¿verdad...?

.

FLUIR

Otras de las cosas que me hacen gracia es cuando veo por ahí... talleres para “aprender a fluir” o “aprender a aceptar” o “aprender a soltar” o “aprender a amar”. Como si a amar se aprendiera repitiendo mil veces “sé amar, sé amar, sé amar”, visualizando el amar *correcto* o mediante un ritual.

¿Te imaginas a una rosa que aún no ha florecido acudiendo a un taller para “aprender a florecer”?

Una cosa es que leamos libros para conocer el funcionamiento de nuestro cuerpo o lo que significan los conceptos de fluir, soltar, aceptar, amar, pero conocer no es Saber. Saber implica experiencia. Y no sólo experiencia porque hay mucha gente que tiene muchas experiencias y no aprenden nada. No es algo que “uno mismo” (no existe uno mismo) pueda decidir. O sucede (se interioriza) el aprendizaje o no.

La rosa va a florecer sí o sí vaya a un taller o no porque ésa es su verdadera naturaleza (su destino) y porque su proceso es independiente a su razón, creencias e intelecto (si los tuviera). Y si va a un taller de “cómo ser un buen limón”, no le servirá de nada porque es una rosa, no un limón, aunque se crea que lo es o le gustase serlo.

El fluir, el aceptar, el soltar, no se pueden forzar. No se pueden memorizar. No se pueden controlar. No es algo que se pueda practicar como tocar la guitarra o el piano. Es un aprendizaje de vida (si es que se aprende) que es enseñado

por la vida misma, no por un libro ni por un curso ni por una charla.

Es como el “ahora tengo más paciencia que antes”. ¿Crees que has logrado ser más paciente por algo que has estado practicando? ¡No! Lo eres porque los acontecimientos de la vida te han condicionado para que se produzca ese cambio en tu personalidad no porque “tú” hayas hecho (hacedora) algo concreto y específico que te ha llevado a ser más paciente o a ser una “soltadora-fluidora” profesional.

¿Significa eso que tengo que dejar de hacer talleres para “aprender a vivir mejor”? De nuevo: ¡No! Todo es perfecto. Siempre aciertas, hagas lo que hagas o dejes de hacer lo que dejes de hacer. Todo tiene su Sentido, aunque el sentido esté más allá de la idea que tengamos de él.

Este libro no va de métodos ni de herramientas ni de prácticas ni de enseñanzas. Va de mostrar “lo que es”. Va de describir “lo que es”. De señalar las ideas, creencias, para que puedas Verlas (si es que la vida quiere que las veas...). No va de decirte esto hazlo y aquello no lo hagas porque no está bien o porque no es lo correcto.

Todo lo que sucede es correcto por el mero hecho de que sucede.

La premisa es que TODO ESTÁ BIEN, aunque lo que se haga se base en una ilusión. Esa “falsedad” es perfecta porque existe y si existe es porque tiene que existir, si no, no existiría.

Mi “llamado” es a iluminar a través de este libro, de mis escritos, de mis palabras, los puntos ciegos. Las creencias

erróneas que yo también tenía sobre la Vida, sobre “Lo Que Es”, sobre lo que no somos.

¿Para qué lo hago? Para nada. No tengo ninguna razón. No tengo ningún propósito ni ningún objetivo. Simplemente, el libro se escribe a través de mí.

Me es indiferente que lo lea una persona o ninguna. Que le sirve a alguien o que no le sirva. No escribo para conseguir algo. Sólo escribo porque así lo siento. Igual que sólo canto por cantar. Y sólo bailo por bailar.

La mayoría que escriben, que son terapeutas, maestros, gurús..., quieren sanar, iluminar, salir del sufrimiento, hacer de este mundo un mundo mejor, hacer de quien lo lee alguien mejor.

Pues no es mi caso. Y eso no significa que quiera lo contrario: que quien lo lea acabe hecho polvo. Me refiero a que no hay expectativas en mí con nada de lo que hago porque lo que hago no lo hago para alcanzar “lo que sea” (por muy bonito y *espiritual* que sea) sino porque “lo siento” y YA. Me da igual lo que suceda con el libro, con las reflexiones que publico y me dan igual las opiniones de quien las lea.

FLUIR es “quitarte de en medio”. Es dejar de decirle a la vida a qué ritmo debe latir y cómo hacerlo. Es flotar sobre el agua de un río, rendirte a él e ir hacia donde su corriente te lleve. Un “hacia dónde” que ignoras siempre.

FLUIR es Libertad. La Libertad de NO NECESITAR alcanzar ningún objetivo con aquello que haces. Publicar un libro sin la necesidad de que sea el nº 1 en ventas, sin la

necesidad de recibir un premio, sin la necesidad de que la gente te halague por lo escrito, sin la necesidad de tener miles de seguidores, sin la necesidad de que reconozcan tu trabajo ni tu autoría, sin la necesidad de que tenga el éxito que crees que debe de tener un libro para tener éxito..., SIN LA NECESIDAD DE ser amado por los lectores para sentirte satisfecho y válido.

El libro es un ejemplo, pero puedes cambiar libro por pareja, por padre, por madre, por jefe, por sociedad, por amistad, por ti..., por “lo que sea”.

Sin ese FLUIR, sin esa Libertad de “no necesitar”, ¿sabes que ocurre? Que acabamos cediendo para *conseguir*. Que acabamos realizando acciones que van en contra de lo que sentimos en realidad (cada uno lo suyo), en contra de nuestros principios, de nuestros valores. Que acabamos relacionándonos con personas que nos restan en lugar de sumar. Que acabamos mintiéndonos. Que acabamos disfrazados de un personaje (uno más...) y repletos de máscaras a las que nuestro rostro se acostumbra. Que acabamos creyéndonos que esas máscaras es lo que somos y que las necesitamos para vivir. Que acabamos fingiendo sentir lo que no sentimos. Que acabamos siéndonos infieles a nosotros mismos.

Y todo por creer que NECESITAMOS lograr “lo que sea” para que alguien o algo nos dé lo que YA tenemos. Para SER lo Perfectos que ya somos.

Sólo muestro. Sólo describo. No es un “deberías o tendrías que hacer esto o aquello”. No es un “haz esto para que puedas fluir como Dios manda...”.

FLUIR es dejar de intentar fluir para ser la persona “fluidosa” que los libros “para aprender a fluir” dicen que *tienes que* ser para ser alguien digno de una espiritualidad digna de ti.

¿Quién es “tí” ...?

ESPERANZA

¿Y dónde queda la Esperanza si no tenemos libre albedrío para poder cambiar aquello que consideramos que está mal?

¡Ah, amigas y amigos! ¡Bienvenidos a la Realidad!
¡Bienvenidos a la Vida!

Una vez escuché que Esperanza es la unión de dos palabras: ESPERar con confiANZA. Puedes seguir esperando. Y puedes seguir teniendo confianza. Lo que desaparece es la creencia de que “tú” puedes hacer algo por cambiar las cosas, no que las cosas puedan cambiar por un proceso natural y espontáneo de vida.

En Realidad, la Visión que tengo está atiborrada de Esperanza porque TODO ES POSIBLE. Lo que se ignora es el resultado. Lo que están ausentes son las expectativas. Los “si hago esto, seguro que ocurrirá esto otro”. Pero se tiene claro que en un Instante todo puede cambiar. No por “ti” ni por “mí”, sino por un Suceder de esa Vida TOTAL (no separada de sí misma) que está en constante movimiento. En constante cambio. Igual que está en un constante fluir la sangre que corre por nuestras venas y por nuestras arterias sin que “tú” y sin que “yo” la empujemos a ningún sitio.

Lo que no le gusta al Ser Humano es no tener el control de ese Suceder. Que no tenga ningún tipo de poder sobre la Vida. Que tan sólo sea un vehículo por el que la Vida ES. Que no esté en sus manos transformar el mundo en un lugar mejor. En un lugar a “su imagen y semejanza”. Que ese fluir

de la sangre (de la Vida) fluya por sí misma y no por la autoría de los 7.000 millones de “yos” que se creen autores de “lo que sea”. 7.000 millones de “imágenes y semejanzas” luchando entre sí porque cada una es de su padre y de su madre...

No estoy diciendo que el Ser Humano no pueda llegar a ser en su totalidad luz, amor y bondad. Todo es posible... Digo que, si sucede, será por un proceso natural de la Vida, no por una elección de un “yo” que no es real. Y digo también que puede suceder todo lo contrario por la misma razón.

Nadie sabe por dónde tira ni va a tirar nunca la Vida. Y no puede saberse porque la Vida no es sólo “la vida humana”, como nos creemos los humanos..., sino TODA LA EXISTENCIA que engloba todos los Universos, todas las Galaxias, todos los seres y todo lo que desconocemos (que es casi todo).

Para hacer una predicción, para alcanzar un objetivo seguro, tendríamos que conocer toda la Existencia porque la Vida, **la Existencia, se mueve, se Es, sucede en bloque.**

La Vida es Holística. Funciona como un Todo, no por partes. Y ese conocimiento Total no ha estado, está ni estará jamás a nuestro alcance. Lo siento.

Eso significa *“el aleteo de una mariposa puede causar un tifón al otro lado del mundo”*. Porque el aleteo, la mariposa, el tifón y el otro lado del mundo SON LO MISMO. Es la misma sangre fluyendo, aunque se perciba como cosas distintas. Como cuerpos distintos. Como seres distintos. Como países distintos. Como razas distintas. Como

sexualidades distintas. Como almas distintas. Como universos distintos. Como corazones distintos. Como miradas distintas.

Esperanza porque por mucho que creamos que sabemos, no tenemos ni idea de nada. Y mucho menos de lo que pasará mañana.

Ignorancia que nos acompaña a todos en cada instante, Comprendamos o no Comprendamos. Veamos o no Veamos.

PERDÓN

Perdónales, Señor, ¡porque no saben lo que hacen! Pero, si no saben lo que hacen, si somos TODOS unos ignorantes debido a que no somos autores de lo que acontece sino meros vehículos del acontecer, ¿de qué se nos tiene que perdonar? ¿De qué nos tenemos que perdonar nosotros a nosotros mismos o a los demás?

Cuando te das cuenta de que no has sido, eres ni serás libre de cómo eres, de cómo sientes, de cómo piensas porque las decisiones que se toman a través de ti no son más que REACCIONES a emociones, pensamientos, estímulos que tú NO eliges tener, la responsabilidad, la culpa y la necesidad de perdón desaparecen.

Nos sentimos constantemente culpables por reaccionar de un modo que consideramos incorrecto según nuestros valores y principios. Según la educación que hemos recibido. Según la cultura en la que vivimos. Según la genética que tenemos.

Por no sentir lo que creemos que deberíamos sentir. Por no pensar lo que creemos que deberíamos pensar. Por no actuar como creemos que deberíamos actuar.

Estamos siendo constantemente condicionados (inevitablemente) externamente desde que somos gestados. Y esas creencias, y esos condicionamientos, se van cambiando y sustituyendo por otros según aquello que experimentamos (que tampoco elegimos).

¿Ves el poco libre albedrío que hemos tenido y seguimos teniendo? **No elegimos nada, REACCIONAMOS A.**

Y hay desde el inicio de los inicios, desde la sociedad hasta la religión hasta la espiritualidad del tipo que sea, una lucha asfixiante por cambiar esas reacciones que están fuera de nuestro control. Y es una lucha inútil porque se basa en la premisa de que tú eliges aquí y ahora esos pensamientos, esas emociones y esas reacciones que te llevan a seguir un camino u otro.

¡Cómo no vamos a sentirnos tan culpables!

Por eso, por muchos talleres que se hagan, por muchos cursos, por muchas sanaciones, la culpa SIGUE estando ahí. Sigue surgiendo. Puedes dejar de sentirte culpable por una cosa, pero luego aparece otra. Y así sucesivamente. Porque no se está VIENDO la raíz. Porque se está presuponiendo que tú eres el AUTOR, el jefe, el director, el guionista, el controlador, el mando de tu vida. Y no es así.

La culpa no sólo es motivada por las religiones con sus “mandamientos”, sus pecados, sus condenas y sus “lo que sea”. También la *espiritualidad*, el mundillo de la consciencia, del autoconocimiento y demás, está lleno de condiciones. De “deberías y de tendrías” que se ocultan disfrazándolos de fuegos artificiales de luz y amor. Cambian los nombres, pero las formas son las mismas. Y los efectos de las formas, también.

Intentan saltar de la culpa a la responsabilidad para que no suene tan religioso, pero es idéntico porque la ilusión del “yo” separado con sensación de autoría sigue siendo igual.

¿De qué se supone que eres responsable si has sido programado (y sigues siéndolo sin que puedas evitarlo) por la misma vida que eres para ser como eres en cada instante?

Evidentemente, si sigues creyendo que tienes libre albedrío, que tienes voluntad propia, seguirás creyendo que cualquier emoción, pensamiento y reacción que tengas es responsabilidad tuya porque tú así lo has elegido. Y en cuanto no Seas como la imagen, la idea, que tienes en la cabeza que deberías ser, ¡zasca! Ya estás sufriendo con la culpa, condenándote y castigándote a ti o a otros por ello. Por no ser tu “mejor versión” (mejor según tus creencias e ideas).

Sé honesto. Recuerda ayer. ¿Elegiste todas las emociones, pensamientos y reacciones que tuviste? Porque si no es así, ¿qué tipo de libre albedrío se supone que tienes? ¿El de que aciertas 1 de cada 10.000?

Y si tienes el libre albedrío que dices tener, ¿por qué no actúas siempre de la manera correcta que crees que debes actuar? ¿Por qué no te sientes siempre alegre, contento y feliz? ¿Por qué no tienes sólo pensamientos positivos?

Cuando siento que me equivoco, yo pido perdón. Pero es un “perdón humano”. La Verdad es que no nos equivocamos nunca porque esa supuesta equivocación no la hemos elegido. Ha sido una “reacción automática a” todos esos condicionamientos que no controlamos. Reacción que incluye el impulso que sientes de que tienes que pedir perdón.

Por eso, ni somos merecedores de castigo por nuestra *oscuridad* ni tampoco de premio por nuestra *luz* porque ninguna de ellas la hemos decidido, HECHO, nosotros. No somos responsables de ellas. Forman parte de la programación de cada uno. Del destino de cada uno.

Es como si te premian por tener el pelo rizado o si te castigan por ser calvo, cuando ¡te ha venido de serie! Igual que te viene todo lo demás, aunque PAREZCA que no.

O como si castigan a una pistola por disparar a la gente y premian a una manguera por apagar un fuego.

Y dirás:

- Es que el Ser Humano no es un objeto.

Yo te digo que cuestionas lo que significa “ser persona”, “ser humano”, “yo”, “tú”. Te digo que me digas cuándo has estado libre de condicionamientos (del tipo que sean) para decidir lo que has decidido. Para sentir lo que sientes. Para tener las creencias que tienes.

Te digo que me señales ese “quién” que crees que eres y que crees que es el autor de todo lo que acontece en tu vida (dentro y fuera).

Y si crees que no eres el autor de todo, pero sí de una parte..., cuestionate por qué eres sólo de una parte y no de todo. ¿Qué hace que no puedas serlo de todo?

Y si tú no eres el autor de todo, ¿quién es, entonces, el autor de lo restante?

VERDAD

Las únicas verdades que podemos descubrir son las mentiras que se cuentan. Que nos contamos. Pero por muchas mentiras que desmantelemos, la Verdad, la Gran Verdad, estará a años Luz de nosotros.

Es como si un granito de arena quiere saber cómo se creó el Desierto y hacia dónde se dirige. No puede. No alcanza a Ver... esa información Total y Absoluta.

Yo siempre he sido de preguntarme de todo. De cuestionarme mis verdades indagando en ellas. Dudando de ellas. De "mí". Cuando sentía la certeza de algo, al poco tiempo surgía una pregunta que echaba por tierra esa verdad inamovible. Y vuelta a empezar.

Quería Saber. Y no saber cualquier cosa. Lo quería Todo. La Verdad Absoluta. No me conformaba con irme por las ramas...

Y es curioso cómo esas preguntas han dejado de ser preguntadas al Comprender que esa Verdad que tanto ansiaba no podía ser Vista por "mí". Por este organismo cuerpo-mente llamado Emma en el que la Verdad ES.

Se disolvió esa necesidad de saber. De encontrar respuestas. Ya no interesan. Ya no tienen importancia.

Ahora, sólo SOY. Sin más.

Me he dado cuenta de que cuando me preguntaba "quién soy, de dónde vengo y a dónde voy..." había una IDEA en mi mente de cuál sería la respuesta. Lo cual no tiene ningún

sentido porque esa pregunta surge de la ignorancia. Por lo tanto, la idea-respuesta también.

En ningún momento se me ocurrió que la Respuesta era que no podía encontrar la respuesta. Que la Verdad no podía Saberse.

Cuando nos hacemos preguntas *espirituales*, cuando nos cuestionamos, debemos estar ABIERTOS a que las respuestas, a que la verdad, sea algo inimaginable. A que nos quedemos totalmente desnudos de “nosotros mismos”. A que todo aquello que hemos construido, se derrumbe por completo. A que toda nuestra verdad, a que todo lo que hemos defendido con uñas y dientes, sea en realidad una mentira más.

Creía que iba a ganar algo y lo que sucedió fue que lo perdí todo.

La única sabiduría que añades es saberte ignorante.

Pero pocos cuentan esta verdad... porque no interesa. Porque si nos dicen al empezar a los buscadores que lo que vamos a encontrar es Nada y a Nadie, que todo ya está bien tal y como está, que no hay ninguna iluminación que alcanzar y que ya estás en casa, nos daríamos media vuelta. Porque cuando empezamos..., lo que buscamos es dejar de sufrir. Es cambiar el mundo. Es respirar una sola cara de la moneda. Y nos CREEMOS (respuesta-idea) que, al llegar al final de la búsqueda, al ser nuestra mejor versión, al Regresar al Hogar, al Iluminarnos, lo lograremos.

Y ése es nuestro anzuelo. A eso es a lo que nos enganchamos para poder pescar algo de la paz y la felicidad que no tenemos. O que creemos que no tenemos...

Pero la Verdad es que SIEMPRE estuvo todo bien. Incluido el mal. Que ese sufrimiento era perfecto. Y lo sigue y seguirá siendo. Que Dios, que la Totalidad, que el Espíritu, que la Vida, que el Amor, que el Hogar, ES lo que Somos y lo que siempre hemos sido, siendo buscadores o siendo futbolistas. Y que lo único que no veíamos era lo que teníamos a simple vista: "Lo Que Es" es lo que Ya eres. Con sufrimiento o sin.

Lo único que nos separa de la Verdad es la idea que tenemos de ella.

Queremos encontrar la Verdad en un lugar distinto al que estamos (Presente) porque nuestra respuesta-idea no contempla el Aquí y Ahora porque ese Aquí y Ahora no nos gusta. Queremos un Aquí y Ahora resplandeciente y que, si llueve, que sea sólo Amor. Pero ese Aquí y Ahora sólo existe en nuestra mente. En nuestra mente condicionada.

No existen los Aquí y Ahora futuros...

Por eso la ceguera nos dura tanto. Porque no podemos creernos que "esto es lo que hay". Como si "lo que hay" fuese una nimiedad. Como si Sentir no tuviera ninguna relevancia, cuando es lo más Bello que podemos experimentar. Y también lo más doloroso, según las circunstancias.

Y esa Belleza que va de la mano del Dolor es la respuesta que tanto nos cuesta asumir. Por eso, por muy delante de nuestras narices que la tengamos, no la Vemos porque no la aceptamos. Porque queremos que el mundo sea de color

de rosa, cuando el mundo ES toda una gama de colores. Desde el blanco hasta el negro. Desde el más caliente hasta el más frío.

Y no me refiero a una aceptación intelectual, sino a la que está integrada en uno mismo. Una donde no surja el rechazo ni la “lucha contra o la lucha a favor de”. Una donde no aparezca el “sí, pero no”.

La Verdad que alcanzo a Ver es que todo está bien, aunque lo sienta (no elijo mis sentires) como mal. Que todo y todos somos lo mismo. Que el “yo” que creía ser y que creía que era el que tomaba decisiones, es una ilusión. Que nada está separado por muy separado que aparente estar. Que Todo es UNO, aunque se perciba como varios. Desde “tú” hasta “yo”. Desde el tiempo hasta el espacio. Desde el Cielo hasta la Tierra. Desde el frío hasta el caliente. Desde la vida hasta la muerte. Desde la calma hasta la tempestad.

Más allá de eso, más allá de lo que comparto en este libro, lo único que puedo decir es que “sólo sé que no sé nada”.

Un No-Saber que es muy de Verdad...

¿Verdades relativas? Millones pululando por la vida humana. Millones de ideas-respuestas queriendo ser encontradas por millones de “yos” que se preguntan para responderse lo que tanto desean.

¿Verdad Absoluta? Ninguna. Porque NADIE es capaz de Verla.

Porque **LA VERDAD es lo que Somos**. Y lo que Somos no puede encontrarse ni saberse sino SER(se). Y SER ya somos SIEMPRE. Nos guste o no.

No puede encontrarse lo que nunca se perdió. No puede encontrarse ni unirse lo que nunca se Separó.

FELICIDAD

Con la Felicidad sucede lo mismo que con la Verdad. En Realidad, todo sucede de igual modo.

Queremos encontrar la IDEA de Felicidad que está en nuestra mente. Que la sociedad, la familia, la religión, la espiritualidad nos ha metido y mete continua-Mente.

Yo también tenía una idea de Felicidad. Supongo que la misma que la mayoría: sentirme contenta, alegre, serena, plena a todas horas. Y como esta idea es imposible debido a la dualidad en la que habitamos (dentro y fuera), debido a esas dos caras de la moneda que experimentamos sí o sí, también era imposible que me sintiera feliz.

Cuando te enamores y tengas pareja, serás feliz. Cuando trabajes en lo que te apasiona, serás feliz. Cuando seas tu mejor versión, serás feliz. Cuando te ilumines, serás feliz.

Un “cuando” que nunca es Ahora. Un anzuelo más. Una trampa más. Una ceguera más. Una ignorancia más.

Yo puedo sentirme feliz en algún momento. O en muchos. Pero ese sentir, que es más una emoción que otra cosa, no es permanente. Porque una emoción (o un pensamiento), un sentir, nunca lo es. Viene y va. Tan pronto aparece como desaparece. Y cuando desaparece, nos frustramos por creer que hemos hecho algo mal. Que hemos fallado. Que hemos vuelto a fracasar en nuestra misión terrenal...

Y esa frustración, nos aleja, a su vez, de esa supuesta felicidad que tanto queremos alcanzar. Un *alcanzar* que

siempre implica un tiempo futuro. Por eso, nunca la alcanzamos. Porque **no puedes sentirte feliz Ahora si tu idea de felicidad late en el mañana.**

Luego está la paz. El “yo no quiero ser feliz, yo sólo quiero estar en paz”. Hemos sustituido felicidad por paz, pero, de nuevo, la premisa es idéntica.

Da igual que quieras alcanzar la felicidad o que quieras alcanzar la paz. Ambas las estás proyectando en mañana. Ambas son las ideas que tienes de ellas.

Y vuelvo a lo mismo. Puedo sentirme en paz, serena, en calma, la mayor parte del tiempo y dependiendo de la época y de las situaciones que esté experimentando. Pero tampoco son estados permanentes.

Así que la cuestión es:

¿Hay algún estado permanente de Dicha que pueda ser en mí?

Mi respuesta, por mi experiencia y Visión, es que no. Si la vida es cambio constante, si la vida humana que es la que estamos experimentando funciona con la dualidad, si nosotros somos esa vida, ¿cómo va “lo que sea” a permanecer estático y fijo?

Tal cosa como la Felicidad eterna no es real (al menos en esta experiencia como humanos. Más allá, no lo sé). La Vida lo es Todo: todas las emociones, todos los pensamientos, todas las experiencias. Desde lo positivo hasta lo negativo. Desde el placer hasta el dolor. Desde la luz hasta la oscuridad. Desde el silencio hasta el ruido.

Cuando escucho la pregunta de si soy feliz, no sé ni qué responder porque no es ni un sí ni un no ni un a medias. Es como si el concepto de felicidad hubiera desaparecido de mi entendimiento.

A lo máximo que puedo llegar a responder es: en este momento me siento feliz o en este momento no me siento feliz. Pero poco más. Porque SÉ que lo que en este instante sienta puede ser lo contrario a lo que en el siguiente vaya a sentir. Y lo que en este instante crea pueda ser completamente distinto a lo que en el siguiente pueda creer.

Somos cambio. Y cualquier tipo de compromiso que hagamos o nos hagamos está destinado a fracasar porque el compromiso va en contra de nosotros mismos. Del cambio que somos. Del cambio que es la vida.

Me comprometo a amarte hasta que la muerte nos separe. Me comprometo a ir al gimnasio durante un año. Me comprometo a permanecer en este trabajo indefinidamente... Me comprometo a ser tu amiga para siempre. Me comprometo a hacer un viaje dentro de seis meses.

¿Eres consciente de la esclavitud a la que nos sometemos cada vez que nos comprometemos a algo o con alguien? Ya sé que suena fatal y que lo de “he dado mi palabra o ya me he comprometido” lo tenemos grabado a fuego por nuestra educación, pero ¿cómo sabes si tu compromiso de hoy, si tu sentir de hoy va a durar tanto tiempo?

¿Cómo sabes si lo que ahora te apetece, te va a apetecer mañana?

Es como si te hicieras un menú para todo el mes donde cada día TIENES QUE comer lo que te han dicho (o te has dicho) que tienes que comer para “lo que sea”. Sólo de pensarlo ya me agobio.

Por eso nadie aguanta hacer una dieta de ese estilo. Ni dieta ni no dieta. Y, si lo hace, es con sufrimiento de por medio. Porque va en contra de nuestra naturaleza. Porque los compromisos, por muy bonitos y saludables que puedan ser, implican tiempo futuro. Y tú no sabes mañana lo que tu cuerpo te va a pedir. Va a necesitar.

Al cuerpo, al corazón, a uno mismo, se le tiene que escuchar instante a instante. Y no con tus creencias, con tus ideas espirituales y saludables, sino con el vacío de todas ellas.

Lo que hoy te hace sentir feliz, mañana puede que ya no. Y la mayoría de las personas, con tal de no romper su compromiso y su palabra y sus creencias, se son infieles a sí mismas y hacen aquello que no les aporta felicidad o tienen relaciones (de pareja o amistad o trabajo) sólo porque están enganchadas a ese decreto energético o de papel que hicieron.

¡Y nos preguntamos por qué no somos felices ni tenemos paz cuando lo raro es que actuando así lo fuéramos!

¿Estás haciendo AHORA lo que te hace sentir felicidad y/o paz? ¿Estás yendo AHORA en contra de tu sentir? ¿Te estás relacionando AHORA con personas que te restan en lugar de sumar?

La Vida no siempre va a ser como nos gustaría. Cuando un familiar se pone enfermo, cuando se daña a sí mismo, cuando “lo que sea doloroso”, vamos a pasar por una etapa de sufrimiento, queramos o no. Y aunque nuestro sentir feliz nos invite a salir de fiesta, a cantar, a estar solos, a bailar, a actuar como si no pasara nada o a huir de ese escenario porque “ojos que no ven, corazón que no siente”, nuestro sentir-consciencia-paz con nosotros mismos seguramente (o no) nos lleve a quedarnos.

Escuchar a nuestro corazón no siempre va a dar como resultado una experiencia de alegría, de felicidad, tal y como la entendemos.

En ocasiones, “lo que hay” es una situación delicada. Y el sentir va acorde a esa situación no a una imaginaria de fuegos artificiales. Cuando AHORA la realidad no es bonita, la voz de tu corazón te indicará que tomes una decisión para estar en “paz contigo misma”, aunque haya dolor de por medio.

Cómo reaccionemos a nuestra realidad dependerá de las características, personalidad, condicionamientos de cada uno. Algunos son más compasivos que otros. Algunos son más empáticos que otros. Algunos son más valientes que otros. Algunos tienen más fortaleza que otros para sostener según qué situaciones.

Mientras unos huyen de la dureza de la vida, otros se quedan y la afrontan. Pero ninguno de los dos ha elegido ser como es. Ninguno de los dos es responsable ni culpable de las decisiones que se toman a través de él.

Todo está bien. Todos “somos” bien, actuemos como actuemos porque ninguno somos los autores de esas decisiones. Sólo como un vehículo por donde la Vida ES.

El bien y el mal, el correcto y el incorrecto, no habitan en la Vida, en Dios, en el Uno.

La Vida no tiene principios ni valores ni moral, aunque juegue con ellos. Para la Vida, para Dios, todo es Sagrado porque Todo es Vida y es Dios, diga lo que diga la moral “humana”.

Para hablar de la Unidad, de la Totalidad, se tiene que utilizar un lenguaje de separación, dual, como el que utilizo yo. Si no, no podría expresarse nada. Y de ahí muchos errores de interpretación.

Estoy diciendo que Dios no tiene principios ni moralidad y, a la vez, digo que Dios es todo, incluidos esos principios y esa moralidad. Es contradictorio, sí. Y si no se ve es difícil de entender porque parece que o es una cosa o es la otra.

Es como si tú estuvieras interpretando un papel en el que eres un asesino, pero en Realidad no eres un asesino.

Pues algo así es la Unidad, el Todo, la Totalidad, Dios. Interpreta el papel de “muchas cosas”, pero sólo es UNA. Interpreta el papel de moralidad, pero no tiene ninguna.

Y la “vida humana” es como una película que está interpretando la Vida.

La realidad que vemos los humanos, que percibimos a través de nuestros sentidos, no tiene nada que ver con la realidad de un gato o de un delfín. Hay animales que ven,

escuchan, perciben muchísimo más que nosotros. Tienen otra realidad distinta a la nuestra que sucede en el mismo espacio-tiempo.

Quiero decir con esto que tu realidad, que mi realidad, que la realidad humana no es La Realidad. Y la realidad de un gato, tampoco.

Estamos limitados por nuestros sentidos, por nuestra mente. Por eso, todo aquello que “el hombre” pueda descubrir de la realidad, todo lo que pueda conocer de ella, no será de La Realidad, sino de la realidad humana que en ese momento puede percibir.

Por eso, primero la Tierra era plana, luego tridimensional y luego “a saber”.

Nuestra ignorancia sobre La Vida, sobre La Realidad, es inmensa. Tan inmensa que ni siquiera vemos que no podemos ver prácticamente nada. Y, aún y así, nos creemos los reyes del mambo de la Existencia. Nos creemos que nuestra realidad es LA REALIDAD.

¡Ignoramos hasta qué es la Felicidad! Así que imagínate...

No hay ningún camino hacia la felicidad porque no hay ningún camino que puedas elegir tú caminar.

Así de simple.

Eso no significa que no vayas a sentirte feliz y que está todo perdido. Significa, como llevo diciendo todo el libro y seguiré erre que erre, que ni “tú” ni “yo” decidimos nada. Significa que lo que tenga que suceder, sucederá SIEMPRE independientemente de “ti” y de “mí”.

PAZ

La Paz aparece cuando no hay lucha. Cuando no hay rechazo. Cuando no estamos en guerra con nosotros mismos. Con lo que hacemos. Con lo que sentimos. Con lo que pensamos.

Y eso ya lo sabemos todos. Y, en cambio, seguimos en lucha, rechazando, juzgando, condenando y castigándonos.

¿No te resulta raro que teniendo claro lo que tienes que hacer para estar en Paz no seas capaz de hacerlo?

Y pensarás: es que es un proceso, es que tengo muchas creencias limitantes, es que estoy llena de heridas sin sanar, es que tal, es que cual.

Y sí, es cierto. El proceso existe. Igual que requiere de un proceso el florecer de las rosas o la transformación de crisálida en mariposa.

Pero si también sabes que es un proceso y, por lo tanto, no puedes avanzarte a él, no puedes *florece*r antes de tiempo, ¿por qué sigues sintiendo culpa, por qué sigues sintiendo frustración, por qué te castigas, por qué luchas contra el tiempo que el proceso requiere?

Sólo muestro. Sólo apunto. Sólo cuestiono.

Primero, sólo sabes lo que te está sucediendo en este momento. ¿Eso lo tenemos claro? Todo lo demás, son suposiciones. Es decir, nada certero.

Entonces, si sólo podemos saber lo que AHORA nos está sucediendo, ¿cómo puedes saber que lo que te sucede ahora requiere de un proceso que implica un tiempo FUTURO?

¿Cómo sabes que estás en un proceso de “lo que sea” si no puedes Ver el Final del proceso, por lo que no sabes en qué te tienes (supuestamente) que convertir?

Sólo muestro. Sólo apunto. Sólo cuestiono.

Lo que intento decir es que nos aferramos a un resultado (futuro) positivo para que el presente *negativo* no nos duela tanto. Y puede funcionar durante un tiempo, hasta que nos damos cuenta de que ese resultado nunca llega. Y es cuando aparece la frustración y demás.

La Vida sólo existe en el Aquí y en el Ahora. Todo lo que creamos, soñemos, planeemos, proyectemos, visualicemos del mañana no es real. Lo siento, pero tan sólo es un anestésico que utilizamos para la realidad actual que no nos gusta experimentar.

Y repito: este libro no va de “cómo dejar de anesthesiarse” ni de decirte lo que tienes o no tienes que hacer con tu dolor, con tu vacío, con tu soledad.

Sólo muestro. Sólo apunto. Sólo cuestiono. Sólo describo...

Lo que hagas o dejes de hacer siempre estará bien porque siempre TODO ES PERFECTO. Haya anestesia o no.

Nuestra vida humana es un constante experimentar. Experimentar sufrimiento, belleza, dolor, placer, soledad,

compasión, hermandad, vacío, encuentro, perdición, calma, alegría, tristeza, dicha y desesperación.

Es lo que hay. “Es lo que Es”. Y la lucha contra las experiencias sufrientes nos provoca mucho sufrimiento extra. La lucha contra una parte de la realidad, contra una de las caras de la moneda de la vida, nos mete en una guerra contra la vida misma. Contra nosotros mismos que somos esa Vida en forma de dualidad.

Nos acojona Sentir la parte oscura de la vida. Y es normal porque ya la hemos experimentado, si no, no nos acojonaría. Pero también sabemos que después de la tormenta, viene la calma. También sabemos que después de las caídas, nos hemos levantado. Y tras levantarnos, nos hemos vuelto a reír. También sabemos que TODO PASA porque TODO CAMBIA.

Así que, quizás, la Paz habite en Comprender que el sufrimiento forma parte de la vida humana. Que no pasa nada por sufrir. Que no pasa nada por tener miedo a sufrir. Y que sintamos como sintamos, que nos sintamos como nos sintamos, somos Perfectos así. Que no somos culpables de ser como somos. De pensar como pensamos. De sentir como sentimos. Que no podemos evitarNOS. Que no podemos huirNOS. Y que luchar contra nosotros mismos no tiene ningún sentido.

Hacemos (más bien, la Vida *nos hace*) lo que podemos y sabemos con lo que somos y tenemos. TODOS, sin excepción.

Nadie nos está observando desde ningún lugar para juzgarnos. La Vida (que es lo que somos) es AMOR INCONDICIONAL. Un Amor Incondicional que nada tiene que ver con una experiencia de amor incondicional ni con un sentimiento ni con una emoción.

Haz, sé, piensa lo que te de la mismísima gana porque siempre acertarás. Porque la Vida (que es la que en realidad *hace* a través de ti, no “tú”) nunca falla. Nos guste el resultado o no.

Un resultado que, como Todo, habita siempre Aquí y Ahora, no mañana y en el Más Allá...

AMOR INCONDICIONAL

Cuando se habla del Amor, la mayoría lo hacen desde la vertiente humana. Desde un Amor que es un Sentir. Que va de la mano de “lo bueno”. Que está bañado de la cara bonita de la moneda. De la luz.

Pero ese Amor está repleto de condiciones para SER Amor. Es un Amor dualizado. Un Amor que respira Separación.

Y es precioso. Yo me enamoro casi cada día. Y no me enamoro “del objeto” sino del Sentir.

Cuando sentimos maripositas en el estómago por alguien, nos creemos que es de esa persona de la que nos enamoramos. Pero, en realidad, lo que nos atrae, lo que nos acelera el corazón, lo que nos hace temblar es el Amor que sentimos nosotros en nosotros.

De *quien* nos estamos enamorando es de la energía del Amor, no de alguien o algo en particular.

Una mirada, una voz, un gesto, una sonrisa, un amanecer, una melodía, un aroma, una poesía... Me resulta fácil activarlo. Lo difícil es que me apegue a ello. Lo disfruto cuando llega y es soltado con agradecimiento por la Belleza sentida cuando se va (yo no lo decido).

Casi todo el mundo (yo también antes) quiere POSEER el objeto de *enamoración*... Y en ese apego, en esa dependencia, dejan de disfrutar de esos momentos mágicos que SON en su interior, no en el interior “del objeto”. Y pasan

a sufrirlo en lugar de a amarlo. Y pasan a cortarle las alas de mil y una maneras, en lugar de gozar de su vuelo en Libertad.

No se puede poseer NADA porque NADA es nuestro. Nada está quieto. **Todo es Vida en movimiento.** Desde una emoción hasta un pensamiento.

Cuando meditaba, quería *poseer* “la mente en calma”. Ése era mi objetivo. Mi propósito. Mi misión. Sabía que una mente vacía de pensamientos negativos producía paz. Lo había experimentado durante un tiempo y, tal como vino, se fue. Se me escapó de las manos.

Quise volver a recuperar esa paz mental meditando de nuevo y más. Y cuanto más meditaba, cuanto más intentaba, cuanto más me ESFORZABA por alcanzar ese estado de iluminación mental, más se aceleraban mis pensamientos. Y menos calma. Y menos paz. Y menos serenidad.

Porque la paz y el esfuerzo son incompatibles. Cuando hay un esfuerzo que implica un rechazo a “lo que es”, por muy caótico que “lo que es” sea, la Paz jamás va a aparecer porque no habita ahí. No baila con el ruido, sino con el Silencio. Con el Silencio de tus objetivos, de tus propósitos, de tus misiones y de tus intenciones de alcanzar cualquier cosa, emoción, pensamiento, estado que no esté Presente. Que no se esté dando en este Instante.

Y, a lo mejor, este Instante está lleno de lágrimas, de dolor, de ira y de tristeza. ¡Bienvenidas sean! ¿Qué problema hay en ellas? Yo te lo digo. Tu juicio sobre ellas, que nada tiene ver con ellas.

Las dos caras de la moneda. El bien y el mal. La luz y la oscuridad. Los pensamientos positivos y los pensamientos negativos. Las emociones positivas y las negativas. Dualidad.

Nos han enseñado que una es correcta y que la otra es incorrecta. Nos han repetido (y siguen haciéndolo) hasta la saciedad, hasta que se nos ha tatuado en los sesos, en las entrañas y en el alma, que una nos lleva al cielo y otra al infierno. Que una es pecaminosa y otra divina. Que una nos hace evolucionar (¿evolucionar hacia qué si ya somos Dios?) y la otra nos arrastra hacia abajo. Dualismo.

Y en cuanto sucede en nosotros la cruz de la moneda, surge el juicio, la condena y el castigo. Una cruz que es inevitable porque la Vida (que es lo que somos) funciona en dualidad en TODOS.

Así que o Comprendes que una cosa es la dualidad y otra el dualismo, que una cosa es que existan las emociones positivas y las negativas y otra muy distinta que debemos rechazar y eliminar de nuestra vida todo lo etiquetado como “negativo” para ser dignos de Dios o de la Luz o del Amor (tanto monta monta tanto...), o Comprendes cómo funciona Realmente la Vida... o te vas a pasar tu vida humana sufriendo por las interpretaciones juiciosas que haces de la Vida.

¿Te imaginas un AMOR INCONDICIONAL que destierre de sí mismo “lo que sea”? ¿Te imaginas un AMOR INCONDICIONAL que ponga condiciones para Amar?

Sólo tenemos que abrir un poquito los ojos, sólo tenemos que pararnos un momento, para poder DARNOS CUENTA de que las ideas que tenemos sobre el Amor no tienen nada que ver con el AMOR. Que esas ideas están llenas de mandamientos, de cadenas, de barrotes, de esclavitud, de alas cortadas, de asfixia, de reglas, de normas, de barreras, de fronteras, de SEPARACIÓN.

El AMOR INCONDICIONAL late en Unidad. En Totalidad. No excluye nada ni a nadie. Quien lo hace son los humanos con sus IDEAS religiosas, de espiritualidad, de dualismo.

Muchos se hacen llamar trabajadores de la Luz. Se creen salvadores de “lo que sea”. Y hablan en nombre del Amor Incondicional cuando ni siquiera saben lo que Es en Realidad. Porque si lo supieran, no se harían llamar como se llaman porque Comprenderían que TODO es Luz, por muy oscuro que se sienta. Que TODO es Dios. Que el AMOR no es algo que pueda sentirse ni pensarse ni alcanzarse porque ES LO QUE YA SOMOS TODOS.

Se habla desde un lugar de Separación y desde la Separación sólo puedes transmitir Separación, por muy “todos somos Uno” que se grite a los cuatro vientos.

Si “todos somos Uno” no hay que llegar al UNO porque ¡ya lo somos! Otra cosa es que se perciba como muchos, pero también se repite a los cuatro vientos que esa percepción es una ilusión, entonces:

¿A qué estamos jugando? ¿A repetir frases que no Comprendemos para nada?

Obsérvate. Párate. Deja de correr tras tus ideas. Tras todo el conocimiento con el que te has empapado y que está hecho un ovillo en tu cabeza. Tras todas las medias verdades o mentiras que se cuentan en los libros y en lo que no son los libros.

Cuestiónate a ti. Cuestiona a los Maestros, Gurús, Iluminados, Sabios, Chamanes, Sacerdotisas a las que has subido a un pedestal. ESCUCHA a tu sentido común porque al final es de sentido común.

Si reflexionas un poquito podrás DARTE CUENTA de que tus “ideas sobre” no tienen ningún sentido y están llenas de fisuras.

Y desde algo tan obvio (que obviamos...) como que el AMOR INCONDICIONAL no tiene condiciones y no paramos de ponérselas.

O como que si “todo es Uno” no pueden existir millones de almas sino UNA sola. Ni millones de Consciencias sino UNA sola.

O como que si ya somos ese UNO porque sólo existe UNO y ese UNO-DIOS-AMOR INCONDICIONAL-CONSCIENCIA está ya iluminado (porque es Perfección Absoluta siempre), la Iluminación que tanto se anhela alcanzar es otra falsa percepción. Es otra idea. Es otra ilusión. Igual que el Despertar.

No hay nada a lo que despertar porque ya somos “lo despierto”. Es el yo-ego, la identificación de la consciencia

con el organismo cuerpo-mente que se cree algo separado de la Vida, de “lo que es”, el que tiene la IDEA de que tiene que evolucionar, regresar al hogar, alcanzar la iluminación, su mejor versión o hacer de este mundo humano un mundo con una sola cara de la moneda cubierta únicamente de lo que han llamado amor-luz. Pero es sólo una IDEA falsa provocada por la identificación errónea. Por la falsa percepción de separación y de autoría personal.

Es como si la forma humana-plastilina se creyese que tiene que evolucionar hacia la plastilina cuando ¡YA ES plastilina!

¿Ves la trampa? ¿Ves lo absurdo que es toda la búsqueda de la iluminación y del Hogar?

¡Lo que buscamos es lo que YA SOMOS!

Y vamos por ahí SEPARÁNDONOS en despiertos y dormidos, en conscientes e inconscientes cuando los que se creen despiertos están igual de dormidos que los dormidos. Cuando los que se creen conscientes son igual de inconscientes que el resto porque tienen una IDEA de la Consciencia que se basa en la misma idea de Separación que tiene el resto, en la ilusión de una identidad individual, hacedora y autora de lo que sucede.

¿Significa eso que TENGO QUE dejar de buscar, de querer ser mi mejor versión, de alcanzar la Comprensión, de hacer de este mundo un mundo más compasivo y amoroso, de ser más consciente...? ¡No! Todo forma parte de la Gran Película. Todo es Perfecto tal y como es. Harás lo que estés destinado a hacer (no depende de ti porque “ti” no existe). La Vida hará “contigo” lo que quiera. No serás tú el que haga

con tu vida lo que quieras porque “tu vida” (ilusión de Separación) no es real.

Sólo señalo. Sólo muestro. Sólo describo.

Existe UNA VIDA que es la misma que se vive a través de tu organismo cuerpo-mente llamado Pepe que la misma que se vive a través de mi organismo cuerpo-mente llamado Emma.

La electricidad que ES a través de la lavadora es la misma que ES a través de la nevera. En la VIDA-UNO, como Todo es UNO, la lavadora y la nevera también serían la electricidad, pero adquiriendo esa forma. Como si la Plastilina adquiriese la forma lavadora-plastilina.

Todo es AMOR INCONDICIONAL. Y no exclusivamente el Amor-emoción-sentimiento-estado, sino TODO, incluido el amor humano. Incluida la oscuridad humana y no humana.

El AMOR INCONDICIONAL, DIOS, la TOTALIDAD, el UNO, la CONSCIENCIA, el UNIVERSO, el ESPÍRITU, la FUENTE, la VIDA (diferentes nombres para la misma *cosa*) no es un “algo ni un alguien”. Es la EXISTENCIA. Es un SIENDO.

Y la Existencia ES TODO. Sin excepción ni condición.

PREGUNTAS/RESPUESTAS

¿Cómo podría explicarse la no-dualidad desde una canalización? En ella, suelen comunicar bloqueos, dones, misión de vida, situación actual, proyecciones futuras, consejos...

La no-dualidad, el advaita, simplemente dice que “todo es UNO”. Y te señala la identificación errónea (y perfecta a la vez porque no hay nada que no lo sea) que la consciencia (que es la misma en todos los cuerpos-mentes) realiza con los cuerpos-mente, creyéndose algo Separado del resto y con una autoría personal e individual que toma decisiones. Es decir: la creencia de que “no todo es UNO”.

No te dice que lo que sucede no sucede. No te dice que el cuerpo no existe. No te dice que no existen los bloqueos ni las enfermedades, sino que no hay un “alguien” que los tenga. No hay una identidad individual dentro de ese cuerpo-mente-organismo que tenga una enfermedad. Sólo hay una experiencia de enfermedad. Una experiencia de vacío. Una experiencia de alegría. Una experiencia de sufrimiento. Una experiencia de placer que puede darse, que puede sentirse gracias al “objeto” cuerpo-mente y a la consciencia que es consciente de esa experiencia.

La consciencia tampoco es una identidad, un alma, un alguien. Sólo es un “ser consciente de”. No ser de “ser vivo” sino de existencia. De SIENDO.

La no-dualidad no explica una canalización igual que no explica cómo funciona un riñón.

La pregunta no es si las canalizaciones son reales sino ¿a QUIÉN se supone que se está canalizando?

Y a ese *quién* es a lo que constantemente está señalando la no-dualidad.

La pregunta a responder para que cesen las preguntas y la búsqueda es:

¿Quién soy?

Si, por ejemplo, una persona tiene “la disciplina” de hacer dieta y otra persona la deja a la mitad, según lo que explicas, no depende de la “voluntad” individual, sino de la “voluntad” de la vida. ¿Es así?

No existe tal cosa como la voluntad individual porque no existe tal cosa como individuos. Existen organismos cuerpos-mentes en los que la Vida ES. Organismos que, a su vez, son esa misma Vida que ha adquirido esa forma.

TODO es la Vida, Dios, Uno, la Totalidad (como lo llames). Nada está Separado de “Lo que Es”. De “sí mismo”. Las formas son esa misma Vida también. Se etiqueten como miedo o como amor. Como luz o como oscuridad.

Que una persona (organismo cuerpo-mente) sea disciplinada o no, no depende de ella sino de sus características. Igual que pasa con su estatura o el grosor de sus huesos.

El organismo cuerpo-mente no elige ser como es, sentir como siente, pensar como piensa, el color de su pelo o el de sus ojos, porque no tiene ese libre albedrío ni esa voluntad.

Igual que no la tiene una lavadora o una guitarra. Porque no hay un “alguien” que pueda tenerlos.

Ser disciplinada, ser empática, ser egoísta, ser agresiva, ser dulce, ser valiente, ser honesto, ser desordenado, ser solitario, ser reservado, ser tímido, ser sociable, ser compasivo, ser maltratador, ser pederasta, ser un santo... son características, no decisiones. No elecciones.

Un piano no elige sonar como suena ni tener la cantidad de teclas que tiene. Y una pistola no decide disparar o no disparar. Son sus características.

Cada persona, cada organismo cuerpo-mente, tiene las tuyas también que pueden cambiar (o no) por las experiencias que tenga, por los condicionamientos que reciba, pero no por elección propia, sino por un proceso natural. El mismo proceso que hace que tu cuerpo se desarrolle y crezca.

“Tú” no decides cuánto creces ni cuánto pelo tienes porque la identidad “tú” no existe y es lo que la no-dualidad, el advaita, señala.

Y es así con TODO.

Otro ejemplo: que la persona vea el vaso medio lleno o medio vacío, ¿depende de ella (con toda su historia personal, karma etc) o depende de la Energía de la Vida? Entiendo que según lo que escribes depende de una voluntad mayor.

La respuesta es la misma porque la pregunta se basa en la misma idea, creencia, de que hay una persona (o alma

individual) dentro del organismo cuerpo-mente que decide ver el vaso medio lleno o medio vacío.

La VIDA es un SIENDO. El ver el vaso medio lleno es un SIENDO, un movimiento de la Vida que es la única “persona” (no es una persona) que existe. Y puede que ese organismo pase de ver el vaso medio lleno a verlo medio vacío (o viceversa), pero no habrá sido por una acción elegida por la supuesta persona que se cree que hay dentro del organismo, sino por el proceso natural de vida que le lleva, a ese organismo en concreto, a transformarse. Igual que una crisálida lo hace en una mariposa.

Por otra parte, la crisálida ni siquiera sabe que va a convertirse en mariposa (si es que llega a hacerlo), así que no puede decidir los pasos para convertirse en lo que ignora que va a convertirse. ¿*Quién* está guiando esa transformación? El “ser humano” tampoco sabe en lo que “tiene que” convertirse, aunque se crea que sí. ¿*Quién* está guiando su transformación? La misma energía vital que no es un “quien guía”, sino “el guiar”.

La ilusión es la “persona”. Lo Real es la Vida (o como lo llames), que es la misma que ve, que ES, a través de “tu” organismo cuerpo-mente que la que ve, que ES, a través del “mío” (no existe ni tuyo ni mío). Y no ve, ES el Ver.

No todos los organismos, teniendo las mismas experiencias, van a transformarse de igual manera. Cada uno tiene un “destino” distinto. Algunos coincidirán y otros no. NO SE SABE porque sólo se sabe con certeza lo que AHORA está sucediendo. Se sabe “lo que es” no lo que podría “llegar a ser”. El mañana es un misterio y el Ahora es un constante

mañana porque tan pronto como llega, se va. La Vida es un misterio que no puede resolverse, por muchas canalizaciones y predicciones que se hagan.

No existen 7.000 millones de personas humanas decidiendo ser como son, tomando decisiones sobre “lo que sea”. Existen 7.000 millones de cuerpos-mentes en los que las decisiones se dan. En los que la tristeza se da. En los que el dolor y el placer se da. En los que la VIDA se da en millones de formas que adquiere: alegría, ira, paz... Igual que existen millones de lavadoras en las que el lavado se da. La lavadora no decide nada. Sólo es un objeto. Sólo es un *organismo-cuerpo* que es usado para lavar.

Lo que se llaman *personas* son también objetos, con la diferencia de que tienen intelecto, sensibilidad y consciencia. Lo único que ha ocurrido es que la consciencia se ha creído que es una persona por su identificación con el cuerpo-mente. Y a esta consciencia le ocurre lo mismo en el resto de cuerpos-mentes que existen, con el resultado de que hay UNA Consciencia que se cree ser 7.000 millones de personas distintas. No es que haya 7.000 millones de consciencias distintas en 7.000 millones de cuerpos-mentes distintos.

TODO es lo mismo.

Y ésa es la Ilusión que tiene como efecto la vida humana tal y como la conocemos. Tal y como se manifiesta. Con todas sus infinitas creencias: religiosas, sociales, espirituales, políticas blablablá.

Y esa identificación, esa ilusión, forma parte del Juego. Es necesaria para que la vida humana, tal y como es en dualidad, se manifieste. No es que haya que lograr que esa identificación, esa ilusión no se produzca. No es posible porque la Manifestación funciona así.

Es como intentar que un embarazo dure 3 meses en lugar de 9. No se puede porque “está escrito” que dure 9, no 3. Es “lo que es”. Algo a aceptar y asumir, simplemente. No es algo a cambiar ni a arreglar ni a transformar ni a mejorar.

Es PERFECCIÓN ABSOLUTA, nos guste o no.

He quitado velos del camino aligerando mi andar. Tus escritos me acompañan ya desde hace rato... ¿Existe ese poder de elección o es una falsa creencia y la vida se encarga de ello?

La falsa creencia es creer que “tú” has quitado velos del camino. La falsa creencia es creer en la existencia del “tú” como algo o alguien Separado de la Vida.

Si ese “tú” no existe, tampoco existe SU poder de elección ni nada relacionado con ese “tú”.

Los velos se han quitado, el andar se ha aligerado, pero “tú” no lo has hecho. Sólo ha sucedido igual que sucede el llover. No hay “alguien” en las nubes que haga llover. El llover se da por una serie de circunstancias causa-efecto, no porque una entidad lo decida.

Tal y como funciona la naturaleza, funciona el llamado “ser humano”.

Cada organismo sí que tiene unas características particulares, igual que las tiene un ordenador, una planta, la luna o el sol. Pero no hay “alguien” dentro de ellos (ni alma ni no alma) que tome decisiones. Que sea hacedora (que haga) de “lo que sea”.

El llover sucede, pero no hay alguien que haga llover.

La Vida no se encarga de nada. La VIDA ES sin para qué, sin razón, sin propósito, sin misión.

La Vida no se encarga de aligerar los organismos cuerpos-mente. La Vida no se encarga de quitar velos. La VIDA ES el *aligeramiento* y el *quitar velos*.

La VIDA lo es Todo. No está separada de las acciones ni de las experiencias. No está separada de NADA. ELLA es también esas acciones y esas experiencias, sean del color que sean. Se tiñan de miedo o se tiñan de amor.

La Consciencia o Mente no dual ve esa Unidad en Todo y de Todo.

Eso es la Comprensión o la llamada Iluminación. Sólo eso. Es DARSE CUENTA de “Lo Que Es”. No es llegar a ser pureza ni bondad ni luz ni amor ni la mejor versión. Eso es una idea de iluminación (individual o colectiva) basada en la ilusión de Separación.

Podría añadir muchas preguntas más que seguro que te surgen o que surgen, pero las respuestas te señalarían lo mismo en todas ellas: la idea de Separación y de autoría personal que ya he explicado durante todo el libro.

Y hasta que no te des cuenta de ello, de esa ilusión, seguirás haciéndote preguntas desde ese lugar de Separación. Así que sea la pregunta que sea la que aparezca en tu mente, ya está respondida. Que lo Veas o no, que lo Comprendas o no, ya no depende ni de mí ni de ti (ti y mí no existen).

O el Ver Sucede o no Sucede. O florece la rosa o no florece.

Sea lo que sea, TODO es Perfecto porque tanto el Ver como el no Ver, tanto el florecer como el no florecer son la misma Vida. El mismo Dios siéndose de esa manera.

Que tú creas que para Florecer “tienes que florecer” es una idea más de Separación.

Ya estamos todos Florecidos porque Dios es el Florecer y todos (y todo) somos DIOS, hayamos “florecido” o no.

EPÍLOGO

Y ahora voy a dejar a un lado la filosofía “mi Advaita” (que es de lo que se habla prácticamente en estas casi 100 páginas de libro) y voy a centrarme en el Corazón que mencionaba al principio. Que es lo importante...

Los buscadores solemos estar muy en la mente. En el análisis de nuestras creencias. En que si me pasa esto es porque me viene de aquello. En que si me duele la rodilla es porque “no sé qué” emocional. En el estudio interminable de nuestra personalidad. En su autoconocimiento. En el transgeneracional. En que si las señales del Universo. En que si la sanación del karma. En que si Plutón está retrógrado. En que si soy un 5 del eneagrama. En que si los rituales para elevar la vibración del planeta... Constantemente buscando causas, razones, respuestas por todas partes. Y encontrando causas, razones y respuestas que se acomodan, sin darnos cuenta, a nuestros condicionamientos, a nuestras creencias. Creencias que muchos tildan de “La Verdad”.

Y cuando ese mecanismo, ese no parar, ese ruido (porque por muy “consciente y espiritual” que sea, es muchísimo ruido) es soltado, te DAS CUENTA de lo esclavo que eras de esa búsqueda. De lo dormido y ciego que estabas, aún y creyéndote muy despierto.

Te DAS CUENTA de lo poco Libre que eras. Una Libertad que nada tiene que ver con vivir fuera de lo que llaman Sistema social y la Mátrix, sino con la Libertad Real de vivir libre de “ti”. De tu búsqueda. De tus esfuerzos por iluminar

QUIEN te crees que eres. De tus esfuerzos por ser “la mejor versión” que te has creído que tienes que ser.

Y cuando todo eso es fulminado por un rayo, empiezas a vivir sin propósitos ni pretensiones. Sin reclamarle a la vida cómo tiene o no tiene que ser. Sin creerte que “tu forma de vida” DEBE SER la “forma de vida” de todos.

En el proceso de niños a adultos nos olvidamos de que Vivir, de que Sentir, es lo importante.

No alcanzar, no lograr, no obtener, sino sólo vivir la vida tal y como viene a nosotros. Y eso incluye el dolor desgarrador de perder a una persona amada o de cualquier otra experiencia dura que te suceda.

El cese de la búsqueda (o como cada uno lo etiquete) no implica el cese de la cara oscura de la vida, que es lo que todos creen que sucederá y lo que todos buscan (en el fondo) sin encontrar (por algo será...). No hará que sientas menos. No hará que seas menos sensible a la violencia, al abuso, que SEGUIRÁS viendo a tu alrededor. No te va a llevar a otra dimensión. No va a cegar tu empatía y tu humanidad. No va a hacer que dejes de enfermar.

Esas IDEAS son muy ingenuas e infantiles. Muy inmaduras (yo también las tenía y deseaba lograr). Verás la misma vida que veías antes, pero sin el concepto de autoría personal.

Porque la vida siempre ha funcionado de manera perfecta. Y no cambia su funcionamiento cuando TE DAS CUENTA DE. Cuando Comprendes. Cuando un rayo de Consciencia te fulmina. O más bien, fulmina tu “te”.

La Vida es lo que siempre has tenido delante. Y eso es lo que se hace visible. Que a veces la vida nos acaricia y otras, nos apuñala. Y, en ocasiones, nos acaricia con puñales o nos apuñala con caricias.

Ésa es la Autenticidad de la vida humana. Y nos pasamos la búsqueda pretendiendo escapar de ella. De lo que nuestros sentidos perciben porque no soportamos tanta intensidad. Y nos autoengañamos de mil y una maneras para no aceptar que lo que en realidad hacemos es escapar de Ella.

Utilizamos la búsqueda espiritual para acabar con esa intensidad que no somos capaces de sostener. Y lo que no Comprendemos es que la VIDA, Completa, es TODO. Que esa vida con esa intensidad no es algo distinto a ti.

Es como si el Sol quisiera eliminar su alta temperatura porque siente que se quema. Cuando su alta temperatura es su Esencia.

Y la Esencia de la vida humana es esa intensidad que podemos llegar a experimentar de ambas caras de la moneda. Ya sea en forma de miedo o en forma de amor. En forma de ruido o en forma de silencio. En forma de luz o en forma de oscuridad.

¿Sabes qué pasaría si le arrancáramos a la vida esa parte que nos gusta tan poco? Que haríamos que la Libertad se quedara sin Alas. Y la alegría, sin sonrisas.

Un Mar sin olas, no es Mar. Una Vida, un Latido sin ondas, sin arribas y sin abajos, es una línea MUERTA.

Yo he experimentado muchísimo sufrimiento en esta vida. Muchísima soledad. Muchísima tristeza. Muchísimo vacío. Y

ojalá nadie sintiera lo que yo he llegado a sentir (y seguro que todos los que me estáis leyendo). Pero también he experimentado muchísimo amor. Compasión. Ternura. Placer. Alegría. Luz.

He podido experimentar sus polos más extremos (o quizás no tan extremos, pero bastantes). Tanto la Luz más luminosa como la Oscuridad más oscura. Y sólo yo puedo saber hasta cuánto de ambas. Sólo yo y nadie más.

¡Y aquí estoy! Caminando. Respirando. Cantando. Bailando. Riendo. Escribiendo. Unas veces más feliz que otras. Con la Sabiduría que me ha dado la vida de que por muy jodida que esté, la Vida es increíble.

Porque sí, hoy puede ser una mierda (y lo es muchas veces, seamos honestos y pisemos con los pies en la Tierra), pero mañana puede ser lo más Bello y maravilloso que te puedas echar a la cara.

Y sí, hoy puede ser una maravilla. Pero soy muy consciente de que mañana igual me vuelvo a hundir en mis cenizas.

¿Y qué? Ésa es la realidad humana. Ésa es la verdadera autenticidad de la vida humana que la mayoría quiere aniquilar. Y lo entiendo porque yo también lo quería. Pero, cariño, si quieres la Luz, tienes que asumir que en algún momento la Oscuridad vendrá a ti. Más intensamente o menos. Eso ya no se sabe. Porque ambas SON la misma moneda. Y, a no ser que te aísles del mundo o te vayas al Tibet a meditar 12 horas al día (menudo aburrimiento...), “lo que hay” es tanto el bien como el mal.

Así que, si Amas hasta las tracas, prepárate también para llorar hasta las tracas y más allá...

Hay vidas humanas que prácticamente no experimentan el sufrimiento. Que sus experiencias, desde que nacieron, fueron muy dulces y agradables. Ésas te aseguro que no se convierten en “buscadores” porque: ¿Qué van a buscar si lo buscado (paz, felicidad, serenidad) ya lo tienen? ¿Ya lo son?

Los que nos adentramos en el camino espiritual, en la búsqueda de la felicidad o iluminación (es lo mismo porque se busca lo mismo, aunque se enmascare con algo más místico), lo hacemos porque estamos sufriendo en ese momento. O hemos sufrido mucho y el miedo a volver a pasar por esa dureza (lo cual nos hace sufrir en ese momento) nos lleva a adentrarnos en ese camino. No a todos. A algunos. A los que sentimos esa “llamada a”. Que, por otra parte, no tiene nada de especial, como algunos se creen o quieren creer para sentirse especiales o “elegidos”.

Es decir, estamos desesperados. Y esa desesperación hace que busquemos y rebusquemos por cualquier lugar, y nos creamos cualquier cuento que nos cuente otro buscador, igual de desesperado que nosotros, que se disfraza de “maestro”, de “gurú” o de “santidad”.

Y esto hay que asumirlo. Una búsqueda sin honestidad con uno mismo lo único que hace es convertirte en una marioneta más. Una marioneta de ti mismo y de los demás, a los que acabas o bajando al sótano con tu dedo soberbio y acusador o subiéndolos a un pedestal, bajándote tú, de esa manera, a un lugar de inferioridad.

El asunto es quitarse máscaras, no ponerse más. El asunto es Ver, no volverse más ciego. El asunto es dejar de disfrazarse de lo que no eres. Y el mundillo espiritual está repleto de personas disfrazadas de “espirituales”. Disfraces que puedes sentir cómo les ahogan su verdad. Su humanidad. Sus ambas caras de la moneda. Su Autenticidad. Y con tanto ruido mental, con tantas ideas espirituales sobre cómo deberías ser, sentir, pensar, comer, hacer, actuar..., es imposible encontrar nada.

¿Sabes lo que sucede cuando me miro al espejo? Que me doy cuenta de que ¡estoy viva! De que ¡sigo viva! Y de que mientras mi Corazón siga latiendo, puedo seguir experimentando. ¿El qué? TODO.

¿Eres Consciente de lo que significa que tienes la posibilidad de experimentarlo TODO? ¿De que puedes enamorarte en cualquier momento? ¿De que puedes escuchar la pureza de un bebé? ¿De que tu piel puede temblar de emoción al escuchar una canción? ¿De que puedes saborear la comida que más te apetezca? ¿De que puedes disfrutar de un amanecer y/o de un atardecer? ¿De que puedes bailar bajo la lluvia y sentir cómo te moja el Cielo? ¿De que puedes abrazar y besar y gemir y acariciar? ¿De que puedes fundirte con la montaña y con el Mar?

¿Eres Consciente de lo que significa tener la posibilidad de VIVIR?

Porque yo no lo era, hasta que lo fui. Y muchas veces se me olvida que ¡estoy viva, coño! Y que, sólo estando viva, puedo Amar, puedo Respirar y puedo Sentir.

Y acabo... dándome el permiso de decirte una Auténtica absurdez porque te pido que hagas algo que no depende de “ti”, como llevo todo el libro compartiendo. Pero ahí va “porque sí”:

Deja de perder el tiempo en querer iluminarte, en querer arreglarte, en querer mejorarte y ¡Vive, joder! ¡Vive! Con todo lo que Vivir implica. Con todo el dolor que puedas llegar a sentir.

Estás arañando la superficie de la vida pudiendo comértela ENTERA y COMPLETA.

AHORA que puedes. AHORA que AÚN puedes...

¡VIVE!

Y que te quiten lo bailao.

Y que sea lo que tenga que SER.