

Yo y el Mundo

Comprender y sentir la vida que vive en mí

El Universo, inmensidad incomprensible.

En un lugar sereno, con un cielo lo suficientemente limpio, tumbado bajo el manto celeste, dejo mis ojos que se acostumbren a la oscuridad de la negrura de la noche. En pocos instantes, una muchedumbre de cuerpos luminosos como un inmenso enjambre se aprietan en la inmensidad del espacio. Millares y millares de estrellas y otros cuerpos celestes aparecen a simple vista. ¡Qué bello y enorme es el Universo!

Mirando imágenes de fotografías de las galaxias y nebulosas, nidos donde nacen y mueren continuamente millones de enormes estrellas, y leyendo y escuchando un poco sobre lo que nos dicen los astrónomos del universo, a poco que pongamos un mínimo de interés, te quedas boquiabierto con rostro de asombro e incredulidad. Realmente, tal como reconocen los científicos, la noción del tamaño y riqueza del universo se escapa a nuestra capacidad de entendimiento como humanos.

Ahí en un muy modesto apartado de esa infinitud, al igual que una mota de polvo en

medio del desierto, está nuestro planeta la madre Tierra. En ella es donde una serie de individuos peculiares, llamados en su conjunto la humanidad, viven prácticamente ajenos al resto del despliegue de la existencia.

Ensimismados en sus pequeños y grandes problemas de su particular mundo, transcurre su efímera vida, ignorando que en realidad, son casi inexistentes para el Universo.

El Mundo, hogar de la humanidad.

Realmente, nuestra conciencia de pertenecer a algo muchísimo más grande, y nuestra atención a ese universo de dimensiones incomprensibles que nos contiene, en el día a día, no nos interesa casi nada o nada. Tendemos a pensar, casi en exclusiva, en el mundo de los seres humanos como herederos de la tierra y de la vida que hay en ella. Predicamos valores como justicia y solidaridad; nos preocupan las guerras y que las personas se maten; nos preocupan las enfermedades y la bonanza de la economía; nos preocupan el sufrimiento de nuestros hermanos y el futuro que nos depara.

Se comprende fácilmente que el ser humano como tal, tenga sus intereses en su especie y en los suyos. Cuando decimos la palabra "el Mundo", en gran medida nos estamos



refiriendo a todos esos temas. Hay que caer en la cuenta, que la conciencia que tenemos en estos tiempos del Mundo, es muy distinta a épocas anteriores. Actualmente recibimos información de todos los países, continentes y sus inquietudes. Podemos viajar relativamente rápido a cualquier parte del mismo. Conocemos mucho más las diversas culturas, y en nuestro corazón sabemos muy bien que tenemos un vínculo de unión íntimo con la humanidad al completo.

Mi mundo, espacio de mi vida cotidiana.

Pero yo, como individuo, sé que existe la humanidad pero a la práctica se de ella por la información que me proporcionan los demás, los libros y los medios de comunicación. Realmente yo no conozco cada uno de sus miembros, ni cada uno de sus rincones, ni cada una de sus formas de vida y particularidades. En realidad yo conozco un par de centenares de personas, por decir una cifra. En realidad yo me relaciono en algún nivel, de forma directa con un grupo muy reducido de personas. Algunos familiares, compañeros de trabajo, amistades, vecinos, compañeros de actividades y algunos transeúntes.

El mundo, realmente para mí, a efectos prácticos, son unos cuantos lugares y personas con los que me he relacionado, o me relaciono. Pero si mido la calidad de esas relaciones, con los que mantendré algo más que cuatro palabras o protocolos sociales, serán tan solo un puñado mucho más reducido. La pareja, los hijos, los padres, algunas amistades, algún compañero. Un pequeño grupo que puede ir cambiando con los años; diez o veinte personas por decir otro número. Este es mi grupo más íntimo, ya que con el resto mantengo mucha más distancia, mucha menos confianza, o claramente desconfianza.

La soledad, la consecuencia del miedo a la vida.

Hay sentimientos y pensamientos que no compartimos con nadie. Llega un momento que el mundo sigue encogiéndose hasta limitarse a un espacio tan pequeño en el que nos quedamos solos. Hay cosas que ni siquiera las personas de nuestro círculo íntimo las van a entender, y eso nos da miedo. Observando, vemos que hay muchas cosas que creemos que no debemos compartir ni expresar. La única realidad que hay detrás de esa actitud es el miedo. Hay demasiadas cosas que no

queremos que los demás vean o sepan de nosotros; tenemos miedo de ser juzgados en negativo.

En resumen, se reduce a un ancestral sentimiento del miedo a ser rechazados o ignorados por los demás. Si nos juzgan y el veredicto es culpable, no lo podremos soportar. En un planeta repleto de personas, en muchas ocasiones vivimos un profundo sentimiento de soledad e incompreensión. Las consecuencias de sentirse separado del resto, es el desgarramiento del sufrimiento. Cuanto más cosas guarde para mi intimidad, cuanto mayor sea mi blindaje hacia el resto del mundo, mayor es el miedo que me separa; más profundo estará arraigado el sufrimiento.

Pero mi realidad es esa; tengo pánico de desvelar mis miedos; tengo miedo de desvelar y no poder sobrellevar un sentimiento que hace que tenga miedo al juicio de los demás. Un sentimiento que es el miedo a no ser suficiente en lo que se espera de mí. Dolor de vivirme como menos, faltar, incapaz o deficiente en algo. Falto en alguno de los aspectos de la expresión del amor, de la energía o de la inteligencia.

El desarrollo de la posibilidad de mi vida, un retorno al camino perdido.

En resumen, descubro que la estrechez de mi



mundo es lo que siento que me ahoga. Sólo cuando esto está bien claro para mí, la acción empezará a dirigirse al derribo de los muros que me aprisionan y que han sido construidos por mi ignorancia. No esperaremos que tras muchos años de penurias, la vida vaya desarrollándose poco a poco en el mejor de los casos y, sin duda, a base de decepciones y sufrimiento. Aceptaré que, aparentemente, es mi creencia en mi posible déficit el que me separa de los demás, y decidiré conscientemente desarrollar aquello en lo que siento desventaja.



En cierto grado, eso muchas veces ya lo sé, y en ocasiones intento cubrir con esfuerzos esa posible desventaja que me atormenta. Pero mi objetivo es conseguir algo para demostrar que eso no es así. Y el resultado es que nunca lo consigo con totalidad. Hay algo distinto y muy importante que es necesario entender. Es la dinámica de mis energías a todos los niveles lo que me desarrollará y aclarará mi preocupación por mi déficit. No los logros que consiga con ello. Soltaré todo mi potencial, tenga el que tenga en cada momento, y el que pueda movilizar en cada instante. No es más que un aprendizaje que está con toda seguridad en mi mano; sólo debo comprenderlo bien para que se relaje la actitud que impide que se dinamice.

Siendo consciente que soy un potencial de posibilidades que puede ejercitarse y desarrollarse; aprendiendo a ser cada vez más total en la experiencia; me anclo de forma espontánea en la realidad del presente, y a

medida que lo voy reconociendo, su aroma me aclarará toda duda.

Los pequeños retos de la vida cotidiana encierran los secretos del cielo.

La vida en su totalidad, en lo más cotidiano, es mi práctica y mi maestro. A todo lo que ella contiene prestaré todo mi amor y mi atención. Especialmente a lo más inmediato; lo más sencillo; lo que más apremia; lo que mi intuición claramente me muestra aunque no quiera escuchar. Resolveré todos los

pequeños detalles del día a día; esos pequeños sentimientos que no hago caso; esos pequeños retos que ignoro porque digo que no son nada; esas modestas relaciones con las personas, sean o no de mi círculo íntimo. Me aproximaré cada vez más a cada una de ellas, no porque me dirija hacia ellas, sino porque dejo de distanciarme.

Procuraré no aislarme con ninguna estrategia, ni seguir prácticas que se separen de lo que en sí es mi vida. Mi vida necesita cohesión, no fragmentación. Una cierta dosis de decisión y valor personal me hará falta, no maestros ni maestrillos que no tienen nada real para mí. Si tuviera suerte celestial, quizás en mi vida se cruzará algún ser que me sirviera de ejemplo por su sincera honestidad.

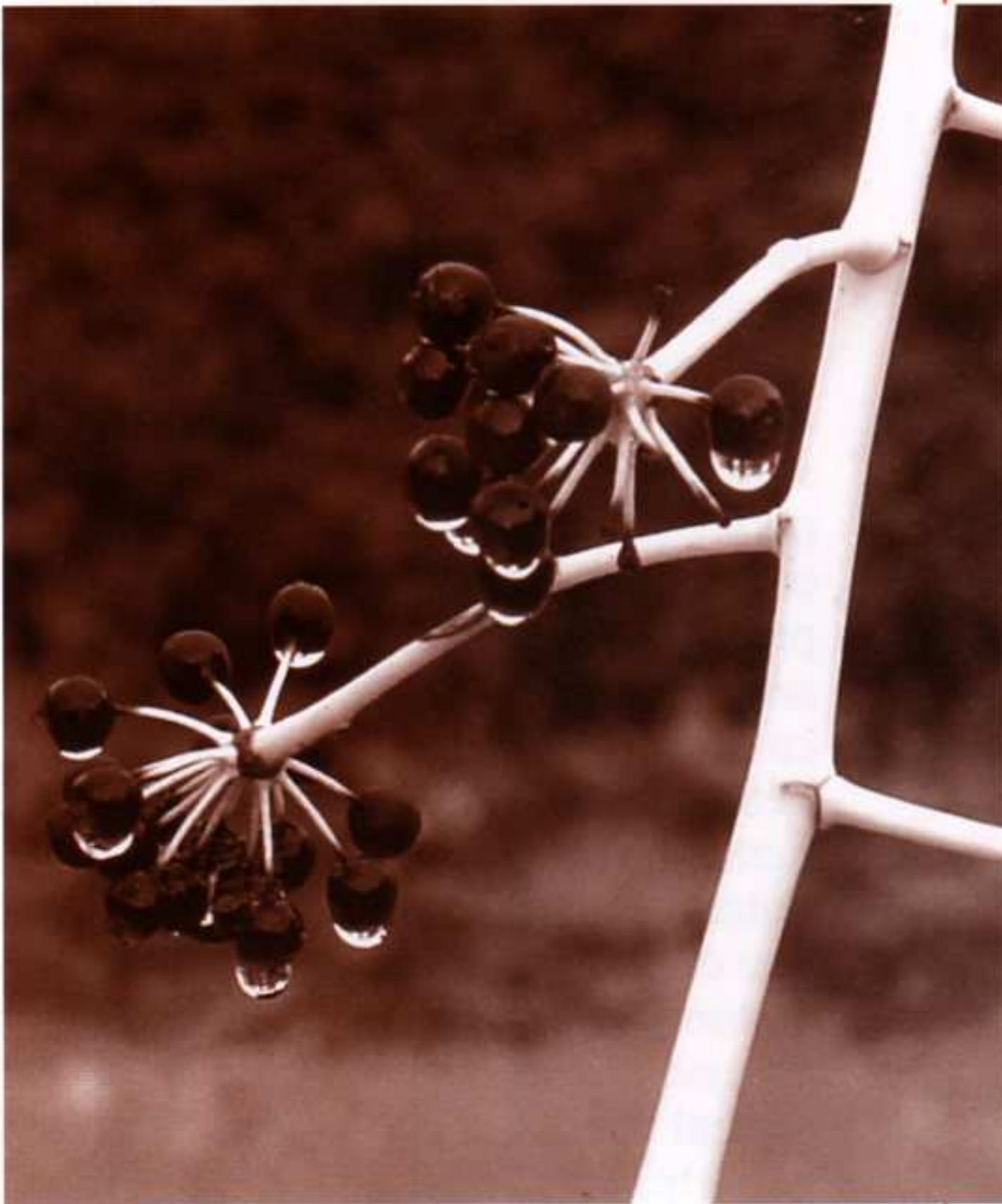
De esa que no hay ninguna duda y se siente en el Alma. Honestidad que no sale de la boca, sino de todos sus actos. Si fuéramos tocados por esa gracia, el trabajo no dejaría de ser nuestro, aunque un sol resplandeciente nos cobijara.

La respuesta a esos pequeños detalles y retos del día a día van transformando casi inadvertidamente mi acción en la vida. En su momento, generarán una masa crítica en la que se dará de forma súbita, pasos de gigante. Si he cultivado los detalles de lo cotidiano, la vida y la fuerza de la misma se pondrán a favor por su cauce natural, y el coraje necesario para los grandes problemas brotará en cantidades suficientes para que sean resueltos definitivamente.

La Simple Realidad Inmediata, la exclusiva solución a toda necesidad.

La naturalidad es la única condición posible para una vida plena. El Universo entero,

aunque aparentemente ajeno a mi vida, en realidad ha contribuido con cantidades inimaginables de energía y armonía para que Yo, aquí y ahora, sea. Miles de millones de años han sido necesarios para que Yo, aquí y ahora, sienta el inhalar y exhalar de la respiración. Todo el Universo ha deseado que en realidad la vida que lo impulsa viva en mí.



Es urgente que despierte a ello, que por mi propio pie lo sienta y descubra.

¿Por qué me aferro al temor? Como hijo del Universo quiero ser total y sin tapujos ni necesidades de protección; la confianza es mi gran valor. Corazón abierto, corazón noble que su calidad obedece a la vida. La transparencia con el mundo ha de tender a la totalidad. En su momento, inesperadamente, espontáneamente, se sabe y se siente en el alma que nada me falta, que siempre he sido completo, y que nada hay que pueda o deba ocultar ni desarrollar. El alma se hace transparente, la energía fluye sin esfuerzo, lo suave vence a lo rígido. En el mundo los valores dejan de estar invertidos, el Rey vuelve a ser Rey, y el siervo, siervo.

La distancia con los demás tiende a cero, y aunque la inercia del pasado te sacuda, al igual que un tente tieso, este oscila y el centro se recupera por las mismas leyes naturales que

han tomado el mando, sin que nadie intervenga. Nada puedo hacer para que ello suceda, pero simultáneamente todo yo al cien por cien debo estar entregado a ello. El círculo se cierra y la paradoja se resuelve. El esfuerzo deja de tener sentido, la ausencia del mismo es la fuente de la creatividad, y la desconfianza del corazón pierde la razón.

El hombre y la mujer hechos Ser Humano completo.

El Ser Humano completo es aparentemente igual al resto pero fundamentalmente muy distinto. Es el principio de un nuevo paso importante en la evolución de la humanidad. Otra dimensión de experiencia se manifiesta al mismo tiempo que se engloba todas las anteriores. Lloro, río, se emociona y siente como todos, pero siempre es total; la experiencia es consumida sin dejar rastro para el futuro.

Sabe y siente que nada debe ser retenido, y los sentimientos fluyen libremente por la mente sin estancamiento. Deja de generar depósitos de emociones que fertilizan la ira, el rencor y la envidia. El presente es su morada, en la cual no hay espacio y sólo se puede permanecer completamente desnudo. Consta de una única actitud. Su corazón está siempre abierto y sin protección pudiéndose libremente entrar y salir de él.

Desarrollo y transformación se convierten en su actividad indefinida y sin esfuerzo. Humilde y eterno discípulo de la vida es su oficio sin beneficio. Mira a los ojos con el corazón del bebé que no juzga sino que sorbe la vida que llena al completo en el momento. Pierde la facultad de ver al ladrón, para ganar la facultad de ver las fuerzas de la expresión impersonales dinamizando las energías. Se disipan las normas del mundo llenándose su espacio de silencio y el brotar fresco de la vida.

Sabiéndose que hay una ignorancia que cautiva a las personas, no las menosprecia por permanecer en la misma. No se alza como instructor o maestro de nadie, ya que fuerzas que son muy evidentes para él cuidan del mundo. Permanecer en él vibrando nítidamente es lo único que le ha sido encomendado. Aunque sabe que la identidad personal no es más que un convenio muy fugaz, el latido encarnado del Universo merece el respeto sagrado.

Joaquín Riquelme