

LA DESGRACIA

La desgracia no consiste en ser poco agraciado físicamente o que los demás no me quieran como a mí me gustaría, o bien que las cosas me salgan torcidas. Desde la verdad que somos, la desgracia consiste en no vivir desde donde yo soy yo. Desde la verdad. Desde la Realidad. Ésta es la gran desgracia en la que muchos de nosotros estamos hundidos. La identificación me ha convertido en un ser desdichado. Donde había libertad, donde había paz, donde había inocencia, la confusión y el error han usurpado su lugar. La desgracia ha ocupado el lugar de la sabiduría y de la paz.

La desgracia consiste en una falta de aceptación de las circunstancias. En no comprender. En no ser sincero y humilde conmigo mismo. En desear, en no estar nunca conforme con nada. En envidiar las circunstancias de los demás. Al tener los ojos puestos en lo falso, estoy obsesionado con la mentira, y no me doy cuenta de que la verdad y la felicidad están y han estado siempre en mí. La desgracia es el camino del necio: aquel que cree que lo sabe todo. Que ha entregado su vida a lo efímero. Que se ilusiona con fantasías y delirios de grandeza.

En la verdad están todas las respuestas. Nada puede ser sin Él. Todo es Él. La desgracia se va diluyendo en el conocimiento. En la comprensión. En el amor.

La desgracia es sólo un pensamiento de la mente, que desea y que busca. Nunca he sido desgraciado. Sólo debo cambiar mi mente y, gozosamente, abrirme a la vida en cada instante, como un niño que juega y que ha reñido con su mejor amigo hace cinco minutos, pero que ya se están abrazando entre risas. Olvidarlo todo es paz.

La desgracia se ha producido al desconectarme del fondo, de lo que soy. La desgracia consiste en vivir a partir del yo idea, proyectado hacia un ideal. En la medida en que me alejo del ideal acercándome más a la idea o complejo de inferioridad, me vivo como desgraciado. Los síntomas de vivir la idea son: estrés, ansiedad, miedo, angustia, tensión, etc.

El fin de la desgracia comienza con la comprensión progresiva de lo que soy. Cuanto más auténtica y genuina es la comprensión, más felicidad, más paz y más alegría experimento.

Aunque en la experiencia de mi vida puedan aparecer sucesos que podría calificarlos de desgracia, el problema fundamental consiste en vivirlos siendo yo, como la única realidad, con gran intensidad. Si pudiera vivir desde lo que soy, me daría cuenta de que aquello a lo que le estoy dando plena importancia, no la tiene tanto. Al no vivir desde el fondo, estamos habituados a estar más pendientes de quedar bien, ser admirados, valorados o queridos que de ser. La fortuna no está en las riquezas externas, sino dentro de nosotros, y consiste en vivir el presente, instante a instante. La desgracia se reproduce una y otra vez en la identificación mental, cuando tomo lo falso por real, es decir, las sensaciones, los deseos, las emociones, los conceptos y las ideologías. Observar el espacio infinito en lugar de los objetos mentales me llevará a que los mecanismos de la mente pierdan intensidad y realidad.

Algo tan simple como aprender a aflojar el cuerpo y la mente, los pensamientos, es un gran gesto que me acerca al presente más allá del pensamiento repetitivo.

La desgracia sólo es un concepto con el que se alimenta el personaje. Yendo más allá de los conceptos, se soluciona la desgracia personal.

Todo está bien, todo lo está creando la inteligencia en el momento presente.

Lo que percibimos no es ni más ni menos que esa tríada inteligencia-energía-felicidad. Desde lo real, el dolor físico se puede vivir sin desesperación, con aceptación total.

Felipe García