

## DESCUBRIR EL AMOR QUE SOMOS

Quiero expresar la serena felicidad que siento al amar la vida, al amar lo vivo, al amarte a ti, al amarme a mí. Quiero compartir contigo la alegría de descubrir el Amor que Somos.

Tengo la inmensa fortuna, con la felicidad que genera ser protagonista consciente, de asistir a mi nuevo nacimiento como ser humano. No tengo nada que borrar u olvidar de mi vida pasada, antes al contrario, los continuos darme cuenta con que me sorprende a cada momento de este mágico aprendizaje, me permiten observar mi pasado desde la calma y con el cada vez más profundo conocimiento de mi mismo, transformarme en un ser humano mejor; con todo lo que ello supone no sólo para mi sino por supuesto para todos los seres con los que me relaciono. Al fin y al cabo es el periplo que representa mi vida el que me ha conducido hasta aquí.

Me he desprendido de mi orgullo, de la soberbia distante y rígida con la que encorsetaba la vida; también de la ira rabiosa que dominaba mis frustraciones, del sufrimiento estéril por egoísta; he sanado de la ceguera limitadora y ausente. Hoy desde la serenidad con la que contemplo el ancho horizonte que tengo por recorrer, vuelvo a retomar la inocencia con la que mirar con genuina limpieza de conceptos. Veo que los momentos de helador vacío, habidos en mi biografía, eran la preparación necesaria para lo que estaba... está por venir. Lo que la vida quiera darme lo tomaré agradecido, aquello que me quite lo aceptaré sin miedos; esta es la sincera confianza que he aprendido.

Detallar cómo he llegado hasta aquí lo considero, en este momento, un entretenimiento innecesario; cuando yo estaba dispuesto, preparado, la Vida dispuso ante mí de manera casi mágica lo preciso para el alumbramiento. En el corazón de mi alma atesoro los rostros y las manos de aquéllas almas generosas que, compartiendo gozosamente su sabiduría, dan Luz; mi gratitud es modesta ante la gracia con que la Vida recompensa a quienes la sirven.

La etapa que inicié y que continúo, quiero que me abra al despertar de mi conciencia, quiero dejar testimonio de este viaje cuyo destino yo he elegido: mi devoción a Dios.

Yo nombro a Dios para ver la fuente de donde procede la energía que a mi llega y sé que tú, en tu pecho sientes lo que yo aunque de tus labios, quizá, surja otro verbo. A Él es al que doy gracias por la aventura de la vida, de descubrirme, de crecer, de tropezar y aprender. Gracias por la comprensión que no busca causas ni enjuicia sólo ve y actúa desde la compasión del Amor con la alegría de servir.

Ahora entiendo mi vida como un gran viaje que, en la conciencia se revela épico y conduce a descubrir la esencia de nuestro Ser; con momentos en los que se saborea la dulce miel del paraíso ante los prodigios que despierta la atención; momentos para sentir la paz, profunda gratitud, una tranquila alegría y confianza. Y otros en los que la soledad vuelve a rodear de triste confusión, abate

el cansancio y luchar por substraerse a él produce más fatiga. Mas si regreso a la serenidad, siempre persiste en mí el sentimiento de libertad con el que mirar el amplio horizonte que se despliega ante los ojos del alma, y que pacientemente aguarda mi llegada. Momentos lúcidos en los que experimentar la magia de la Vida... y Amarla.

¿Cómo llegar a ese estado nuevo de conciencia? entiendo que en la calma, fuera de mis pensamientos y emociones. Los maestros nos indican cómo: a través de la meditación, del silencio.

Descubrir que yo no soy mis pensamientos, que esa representación teatral que se representa en mi mente unas veces con alguien que actúa con mi papel en forma de monologo y otras, las más numerosas y que recrean la ficción de lo creído de un modo espectacular; descubrir que todo eso es una falsedad, un engaño de mi mente figurativa, tabulada y conceptualizada es: zambullirme en la libertad.

De qué manera afrontar el temor a la libertad, esa desconocida que no sé que requerirá de mí y la posición en que me pondrá. Busco la fuerza en la certeza de que no hay vuelta atrás, respirando el instante presente. Libertad es lo que ahora me doy cuenta que siempre he tenido mientras que yo, por el contrario, me creí esclavo.

Llegar al Ser implicó arrancar la broza que creció entre las paladas de olvido con la que cubrí el alma, no es tarea fácil y me llevó su tiempo. Pero conforme van llegando los primeros rayos de luz, de aire fresco al alma desnuda, van surgiendo los milagros; oír el canto del Ser, escuchar al Amor y vivir en Él.

Entregarse requiere valor y voluntad. El Amor lo da todo pero también lo pide todo, no caben ambigüedades, se ha de ofrecer con determinada generosidad el bálsamo de la gratitud y el perdón.

Reconocer, saberme en el corazón de Dios me lleva a ver el Amor en todos los rostros, en todo lo vivo y bello; lo encuentro en la sonrisas, también en sus gestos agrios y toscos. Sé que la Verdad está en todos los corazones, en los que gozan y en los que sufren; en los que aman y en aquellos que el dolor de encontrarse perdidos sólo les deja enseñar los dientes e ignorar el Amor.

Espontáneamente con el Amor brota el sentimiento de compromiso con la Vida, el deseo de ayudar, de ser útil. El deber de seguir el llamado de la conciencia que no admite soslayo, Vivir en esta certeza ayuda a esperar pacientemente lo que ha de llegar; ***“cada uno tiene la ayuda y los desengaños adecuados a su tipo de error”***.

Lo imprevisto, las decisiones equivocadas, los fracasos... qué ocurre cuando todo ese abanico de definiciones con el que se busca definir un punto en concreto de nuestra vida, el cual nos gustaría poder borrar y rehacer de nuevo con la presunción de que en esta ocasión acertaríamos, deja de importarnos y en esa quietud descubrimos que todo está bien como está y que no deseamos que el presente, fuera de otro modo. Ocurre que el velo que cubría nuestra mente fragmentada se desintegra y la verdad nos sacude al darnos cuenta que el Universo siempre nos dio los hilos con los que tejer nuestra existencia; pero al instante de recibirlos lo ignoraba y por tanto las más de las veces

rechacé contrariado aquello que no se ajustara a las previsiones realizadas por la mente del pequeño yo.

Convertir al Amor en compañero paciente y callado que brota jubiloso a la atención. Amor, Amor, Amor... fuerza transformadora que invita a recogerse en el silencio, a aceptar en el perdón; a gozar en la serenidad; a compartir en la alegría; a comprender en la compasión. Amor que da Luz, Paz... pero que exige un espacio limpio vibrando en armonía, en atención para contemplar la extensión del horizonte del Ser.

Sé que tengo en el Amor la herramienta para toda comprensión, con Él accedo a mi conciencia y desde ella siento la Unidad. Al entrar en la contemplación del Amor mi alma sencillamente Ve. Lo siento recorrer por todo mí Ser, la conciencia se ve colmada en la exquisita sencillez de la comprensión.

El Amor hace las veces de chisquero de la conciencia de hecho guía al nivel más profundo de ésta. El Amor está dentro del ser humano, la vida que nos fabricamos dentro de una sociedad competitiva, consumista y ensimismada nos lleva a olvidarlo. Tal desprecio a la verdadera esencia del Ser lo pagué con el vacío que se instala donde debía resonar con fuerza la voz del alma, que acallada, amordazada por la ignorancia va extinguiéndose. Despertar el Amor dormido dentro de los corazones que sufren; ese Amor puede brotar con un paisaje, música, poema, libro cuadro, una mirada, una caricia, unas palabras... una vez que aflora el Amor barre y arrastra las costras del dolor que se han acumulado en años y llega la comprensión plena de la Vida.

El goce de Ser, la serenidad de saberme en el corazón de Dios.

Entiendo a mi Ser viajando en un corriente de energía divina que por ser el propósito de Dios lo es de Amor y Luz; esa corriente es toda la Creación, en ella vamos todos los seres creados. Me veo en ese río de vida que discurre sin principio ni fin, soy el río; esa Conciencia que veo es mi auténtico ser. Desde mi ser veo como el ego se aferra al espacio-tiempo por el que la Corriente atraviesa. La imagen que se me representa es como la de un pasajero de un tren que se identificara con el paisaje por el que discurre en su viaje; al pasar por un páramo desolado y árido sufrirá; viendo los campos helados por la escarcha su corazón se helará; contemplando los arboles desnudos con sus hojas muertas él morirá con ellas. Por el contrario si pasa entre campos verdes llenos de vida él vivirá con ellos; si ve gente feliz disfrutando en la abundancia de la cosecha, su corazón será feliz; pero puede que en ese instante de gozo sus ojos se fijaran en una nube amenazadora sobre el horizonte y con ese pensamiento él vuelve a sentir el dolor de los campos áridos, helados, muertos y del gozo pasará al sufrimiento. Todo esto porque el pasajero ha olvidado que va en un tren que discurre sin detenerse, se ha identificado con lo que percibía por sus sentidos que consiguieron entretenerle y confundirle en el hilo de sus pensamientos. Ni una sola vez miró hacia dentro del tren que es donde en realidad él iba, olvidó quién era, qué hacia y adonde iba; olvidó subyugado por cuanto ha su alrededor se representaba, se encadenó a las emociones que tal ficción le provocaba. No soy yo quien para juzgar el espacio por el que atravieso con mi persona en la Corriente Infinita. Vivo el espacio-tiempo que me corresponde sin más intención ni propósito que servir al plan de Dios.

En aquellos momentos de duda o ansiedad en los que me encadeno a mi mente pensante, tan sólo debo mirar hacia la Luz que soy, hacia el Amor que me guía para ver su poder y encontrarme de nuevo con mi esencia, con Dios.

El respeto a la vida, la belleza llama al Amor. Me llegó un momento en que había palabras cuyas voces resonaban en mi mente; lecturas que en su momento no comprendí han permanecido como fértil poso en mi conciencia y en un momento dado comienzan a crecer integradas en mí. Descubro y experimento la certeza de que todo el Universo está dentro de mí; que soy Uno con todo lo Creado; que Dios está dentro de mí y con Él su Amor. Es de una sencillez tan inocente que verla ahora me conmueve en lo más profundo, su fuerza es delicada, serena. Yo soy, conmigo es, el Amor. Saberme en su seno es respirar la libertad, cualquier pregunta, duda, miedo etc. que necesite respuesta la encuentro en la observación dentro de mí; con el silencio de mi mente pensante accedo a mi Ser, mi verdadero Yo.

Cuesta creer lo Que Somos, los pensamientos se dirigen a épocas pasadas urdidas en una cotidianeidad gris, con algún destello de color que no eran sino eso, vagos espejismos de la verdad que el alma reclama como propio: la felicidad. Aquéllos pensamientos mediocres saben del poder que un día ejercieron y ahora, aún insisten en tomar protagonismo; son momentos en que se manifiesta el deber de permanecer atentos, centrados en la verdadera identidad del Ser; como todo ejercicio de la voluntad, fortalece cuanto más se practica. Yo he encontrado en la meditación regular, diaria, la herramienta que posibilita ese camino de voluntad y confianza; es en el sereno silencio de la meditación donde vuelvo, una y otra vez, a mi genuina esencia.

Me doy cuenta que atravieso por una realidad compleja de relatividades en la que por seguir el impulso del medio que me rodea trato de controlar, y no es así como funciona esto. Cuando escucho la voz de mi alma lo que oigo es mi amor a Dios; es Él con quien Amo a la humanidad, a la naturaleza, a nuestra Madre Tierra. En Él me embargan sentimientos de solidaridad y servicio; Él me inspira generosidad, alegría, comprensión...Paz.

Conforme voy aprendiendo a observar mi mente conozco mejor sus procesos con los pensamientos que genera, aumento mi capacidad para discernir. La mente racional me lleva por vericuetos que no llevan más que a la alimentación de si misma enredándose en un bucle hipnótico de pretendida inteligencia. Acceder a la contemplación es iniciar el camino a la expansión plena, no es tan sólo que me sienta libre, es que no me siento sometido a espacio alguno; contemplo mi estado de conciencia y el caudal del que se nutre: el Amor. Veo que lo descubierto permanece en mí y a la más leve caricia, con mi voluntad, brota poderosa la Presencia.

***“No son las ideas brillantes, ni los pensamientos pasajeros lo que ejercen control sobre la vida, sino los simples hábitos cotidianos. Vive de forma sencilla sin dejar atraparte por las complejidades del mundo”, (P. Yogananda).***

La otra mañana había un hombre en el paseo del río que, con una botella pequeña de las de agua mineral, se dedicaba a regar los pequeños árboles recién plantados y sedientos. El paisano,

provisto de tan encomiable afán, bajaba al río a llenar la botella una y otra vez; las vaciaba al pie de los arbolitos, que apenas eran unas varas con hojas, lo hacía con cuidado exquisito para que ni una sola gota se perdiera, como quien da pequeños sorbos a un enfermo. Pensé que no podría regar a todos los árboles pero que sin duda, aquellos que fueran bendecidos con su generoso trabajo lo agradecerían; y en su nombre la Vida.

Hay otros días en que no tengo la atención para ver gestos cargados de amor y humanidad, más bien al contrario me parece estar rodeado por la mediocridad e ignorancia; son momentos en los que mi ego se enreda con otros egos llevado por la prisa. Sin duda cuesta desprenderse de los viejos resabios, ya que en la mayoría de los casos la reacción ante estímulos externos se produce de forma automática, el pensamiento responde con los clichés mecánicos de costumbre. Al fin he aprendido que la identificación con mi ego me supone encadenarme a sus enredos ilusorios, me conduce al dolor, la ira, el vacío ignorante. También hay días en que confundo el camino con el movimiento y me cargo de obligaciones e intenciones que, a poco que miro, me doy cuenta no son mías; las dicta mi vanidad. Y recuerdo la lección más dolorosa de todas: mi Ser brotó en el momento que se encontró libre de orgullo, soberbia, ambición, miedo, rabia, resentimiento, desprecio...

Con la meditación regreso a mi serena integridad; en ese lugar no tengo dudas.

Quiero seguir describiendo mi experiencia y tan solo consigo tener la sensación de que con palabras lo más que logro es difuminar lo vivido; me alumbra el anhelo de compartir la belleza, el sentimiento. Deseo que tú que me lees, alma amada, lo sepas; sientas en tu corazón, en cada célula de tu ser que eres un alma a la que se Ama. Que en ese Corazón de Amor Somos todos. Deseo ser cantor que exprese la serena alegría de mi alma, el júbilo que vive en mí: el gozo del Ser.

TE AMO

---

