***31º***

***Iluminación: La Bendición de Irse Dando Cuenta.***

*Tus creencias no están hechas*

*de realidades sino más bien*

*es tu realidad la que está*

*hecha de creencias.****RICHARD BANDLER*** *(Cofundador de la PNL)*

La luz sirve para alcanzar a ver donde estaba oscuro. Esa es mi más concreta e incipiente explicación de lo que es la iluminación para una vida práctica. Y una de las más grandes dichas de la luz es que, sirviéndonos para iluminar aquel lugar que estaba oscuro, así descubres que en realidad, ahí no había nada. “Darse cuenta” es lo que desvanece toda atemperante reacción y al mismo tiempo hace surgir una amorosa comprensión que permite que Todo sea. Esa es la bendición de un despertar a una Nueva Conciencia. Sin embargo, sé que me podrías preguntar: ¿Darme cuenta… de qué? Y mi respuesta es lo que en esta nota te voy a comentar, darte cuenta de tu iluminación.

            Aunque pueden existir una miríada de estados de conciencia, es decir, niveles desde los cuales te puedes dar cuenta, hoy, en forma extremadamente resumida, te nombraré cuatro a mi entender, desde uno de los más primitivos estados de conciencia hasta otro mucho más evolucionado:

-         Nivel 1: Te sucede algo.

-         Nivel 2: Te das cuenta de que te sucede algo.

-         Nivel 3: Te das cuenta que te das cuenta de que te sucede algo.

-         Nivel 4: Observas que te das cuenta que te das cuenta de que te sucede algo.

Explicaré brevemente cada uno.

**En el primer nivel**, eres conciente de lo que te sucede, pero tu conciencia de esos eventos consiste sólo y exclusivamente en reaccionar ante ellos. Por eso, por ejemplo, cuando alguien no te trata como tú crees merecer, te molestas o te decepcionas, y la incipiente forma de darte cuenta de que no se te trató como tú querías, es experimentando tu molestia o decepción. Es decir, tu reacción es la única forma en como sabes que algo te sucede; estás en la forma; aquí no piensas, solo reaccionas, y según tú, en total justicia y equidad ante los hechos. En este nivel, el comportamiento humano obedece una ley newtoniana muy antigua: a toda acción corresponde una reacción de igual magnitud pero en sentido contrario. Reacciones clásicas del reino animal. Este primer nivel de conciencia es muy sustentado en el ego de cada uno de nosotros, aquella parte nuestra que siente merecer y cree debe ser tratado de determinada manera en virtud de lo que damos o somos. En este nivel eres una víctima de las circunstancias, una clásica trampa del ego que te abre las puertas al infierno aquí en la Tierra.

         **Segundo nivel.** Asciendes al tercer nivel de conciencia cuando deliberadamente deseas sentirte bien y para ello quieres saber más de la evolución del ser humano y dedicas tiempo y espacio a estudiar y leer al respecto para transformarte. En el segundo nivel existe un cambio muy sutil, a veces imperceptible, con respecto al nivel previo. Aquí también reaccionas, pero te das cuenta de que estas reaccionando. Aquí ya piensas, ya piensas que se está tratando de una reacción. *Te preguntas* porqué sientes tal o cual sentimiento, en lugar de sólo sentirlo. Aquí empiezas a ver que tu molestia o decepción (para seguir con el ejemplo inicial), es algo que surge de ti y no tan solo en respuesta a. En este segundo nivel todavía te molestas o te decepcionas, pero ya empiezas a preguntarte, es decir, a pensar en que tú no tienes por qué ser una víctima, aunque lo sigas siendo.

         Tercer nivel. Asciendes al tercer nivel de conciencia cuando deliberadamente deseas sentirte bien y para ello quieres saber más de la evolución del ser humano y dedicas tiempo y espacio a estudiar y leer al respecto para transformarte. En el tercer nivel te percatas de que se está repitiendo un patrón. Para seguir con el ejemplo, percibes que alguien te trata mal, desmerecidamente, piensas que deberías reaccionar como lógica consecuencia, pero ahora, al observar lo que siempre te pasa, ahora prefieres no hacer nada. Aquí dejas de reaccionar con manifestaciones externas o formas. Aquí hay solo un desencanto interior ante el trato que recibiste. Pero no pasa de eso. Aquí dura menos el malestar que ahora se volvió sólo interior. Ya empezaste a ir más allá de la forma exterior.

Notas que ya no tienes fuerza para explotar, porque ya no te interesa y sabes que te desgasta. En este tercer nivel, ya sabes de ese tremendo desgaste por gran experiencia. Por eso aquí te das cuenta que te das cuenta que te sucede algo. Y ese darse cuenta ya conlleva una información muy valiosa para ti basada en la experiencia, de tal manera, que empiezas a optar por no conferir tu energía vital a tan desgastantes consecuencias de la forma, mismas a las que te puedes adelantar y así las evitas. En este estado de conciencia empiezas a darte cuenta de que todo parece tratarse de una lección que debes aprender. Como aquí te das cuenta que te das cuenta que te sucede algo, alcanzas a ver que ya se está repitiendo mucho el mismo patrón, atraes al mismo tipo de personas, te suceden las mismas “desgracias” una y otra vez, se te aparecen los mismos estilos de carácter aunque sea en diferentes cuerpos. Entonces empiezas a suponer que quizá se trate de ti y tu causa de atracción (nivel vibracional). Te empiezas a dar cuenta de que el único común denominador de todo lo que te pasa eres tú (con tu ego) y tu necesidad de juzgar lo que está bien y lo que está mal para como se te trata, y para con todo. Incluso te empiezas a cuestionar si algo está mal en ti. Te llegas a responder que quizá sí.

        **Cuarto nivel**.  Asciendes al cuarto nivel de conciencia cuando deliberadamente deseas sentirte bien y para ello quieres saber más de la evolución del ser humano y dedicas tiempo y espacio a estudiar y leer al respecto para transformarte. En el cuarto nivel de conciencia, observas. Y alcanzas, como una bendición, a darte cuenta de que quien eres realmente es precisamente ese, el que observa. Sucede como un mágico desprendimiento de la forma (ego). Ya no eres al que le sucede algo, ya no eres el que se da cuenta de que le sucede algo, ya no eres el que se da cuenta que se da cuenta de que le sucede algo, sino que descubres que eres el que observa todo aquello. Y cuando te llegas a identificar plenamente con el observador, a su vez, en otro divino avance en tu estado de conciencia sucede que te das cuenta de que “el observador” siempre esta bien. ¡Siempre! Pase lo que pase. Porque no le pasa a él. De hecho al observador no le pasa nada, solo observa lo que sucede en los demás estados de conciencia. Por ello resulta en una bendición identificarte con el observador, resulta divino, porque el observador no es otra cosa que tu espíritu. Llegas a una dimensión donde descubres que, como mero observador, con la única y exclusiva actividad de observar, ya no hay cabida para ningún juicio origen de todo malestar, ya no juzgas, ya no te debates entre si algo está bien o mal. Solo observas pacíficamente el desenvolvimiento de las cosas y te regocijas al entender que todo obedece a frecuencias vibratorias que coexisten naturalmente como un todo. Aquí no solo te das cuenta, como en el nivel anterior, que con cada conflicto se te presentaba una lección que aprender…, sino que ¡aquí la logras aprender! Y con ello desaparece la insistente aparición de cíclicas circunstancias que sentías que te dañaban.

 Aquí alcanzas a observar que lo que te pasaba no estaba ahí para castigarte, sino para darte otra oportunidad de aprender la lección, una y otra vez. Al observar, te dices: ¡Esta bien, he aprendido la lección! ¡Todo se trataba de mi ego y hoy sé, gracias a que observo mi verdadero ser, que no soy un ego! Entonces, en el acto, desaparecen todas las necesidades del ego. *En el acto, te transportas del infierno al paraíso*, aquel divino lugar donde lo normal es estar bien. Llegas a un lugar donde no hay cabida para ningún conflicto ni en la forma ni en el fondo, cuando mucho, observas el conflicto pero muy, muy de lejos. Ya no tienes ningún interés, ni el más mínimo, por discutir, por ganar, o por demostrar nada. De hecho, ya no hay ningún interés. Te encuentras en paz observando, pero observando desprendido de todo sentimiento negativo, desprendimiento que se sucede al entender y libremente enfocarte a lo que sigue. Con cada avance en tu estado de conciencia logras transformarte.

            Si has notado, en cada nivel te nombro la palabra “transformarte”, y no es casualidad. Mira que hermoso, permíteme arrojarte luz en esta palabra para que la observes bien (¡me emociona explicarte esto!): si divido la palabra **“transformarte”** en tres, obtengo “*trans-form-arte*”, donde ***trans*** es el prefijo puesto a las palabras con el significado de la parte opuesta, significando “atravesar, ir más allá de”; ***form*** se refiere a la “forma”, es decir, la apariencia externa de una cosa (ego) en contraposición a la esencia de que está compuesta (espíritu); y ***arte*** la define el diccionario como conjunto de procedimientos para producir ciertos resultados, habilidad, destreza. De esta manera, aquí en Nueva Conciencia has de entender que “Transformarte” es la habilidad como conjunto de procedimientos para atravesar e ir más allá de la de la apariencia externa de las cosas, es decir, la destreza para ir más allá de la forma (ego) y conocer tu esencia, tu espíritu.

Transformarte es hacer con gran destreza lo necesario para darte cuenta de que no eres un ego; transformarte descubre tu identidad verdadera que está mucho más allá de eso, alcanzando tu espíritu. Y así, llegando allá, a esa identidad esencial, *dejas de sufrir*. Ahí, en nuestra esencia espiritual, **lo normal es estar bien**. ¡Eso es *trans-form-arte*! Quizá a partir de ahora veas con más respeto y admiración a esa palabra por lo que encierra. Como ves, todo te cambia cuando te das cuenta. Todo lo percibes distinto cuando hay iluminación.

            En el cuarto nivel de conciencia del que hoy te estoy hablando, alcanzas a observar que todo conflicto de los previos estados de conciencia, desea ser resuelto inherentemente. De hecho, este deseo de ser resuelto es el motivo de su reiterada aparición. Observas, como una bendición, que la aparición de un conflicto resulta ser una invitación a darte cuenta y si lo logras, así avanzar al siguiente estado de conciencia. Por eso, el conflicto, a menos de que tú no decidas resolverlo, se seguirá apareciendo una y otra vez, hasta que aceptes la invitación a evolucionar dejándolo atrás. Todos estamos, todo el tiempo, invitados a evolucionar, a ir hacia la luz. Por eso, has de resolver el conflicto para avanzar.  ¿Cómo resolverlo? Fácil: observando. Observando claramente (gracias a la iluminación) que la esencia de tus conflictos son trampas del ego, y cuando observas al ego actuando sobre ti, le quites el poder, lo descubres, lo desnudas, y francamente así, te das cuenta de que el conflicto era tan solo la escenografía y la tramoya que te distraían del autor de la obra: el ego; y al observarlo, tienes claramente la opción de deshacerte de él y sus necesidades puestas en escena. Incluso, con el tiempo, mientras más estés en este cuarto nivel de conciencia, te sorprenderás hasta con risa de ti mismo, por cómo te alcanzaste a creer la “desdichada puesta en escena” de los estados de conciencia previos.

No podrás dar crédito de cómo creíste en (y con ello creaste) una obra para niños, niñititos tontos, donde siempre elegiste participar con el papel de víctima. La alegría y misericordia con la que te observarás no tienen igual. Sentirás un gran amor por ti y hasta por los que montaron la obra, incluso por su autor y coautores, tu ego y el ego de los demás. Aquí experimentas una enorme bendición en forma de gran dicha cuando descubres que todo se trató de una lección y que al fin, la has aprendido. Todo sufrimiento se desvanece en el acto. La oscuridad desaparece en el instante en que la luz hace su aparición.

            Por último, he de confesarte algo de gran envergadura y solo para aquellos que estén dispuestos a vivir, una y otra vez, una Nueva Conciencia, es decir, a evolucionar espiritualmente en forma continua, transformarte. Pon atención en esto, que bien podría tratarse de un quinto nivel, el más sorprendente quizá hasta donde he alcanzado a conocer intuitivamente:

-         **Nivel 5**: Observas el Todo como Unidad.

Para tu sorpresa, en este nivel ya no hay distinción entre luz y oscuridad. Se funde la famosa dualidad en Una sola existencia. Alcanzas a ver que se trata de una sola sustancia, un solo poder, una sola fuerza, con sus dos lados. Alcanzas a ver que en presencia de uno, el otro está necesariamente implícito. Te das cuenta que puedes elegir en todo momento de qué lado estar, pero sin rechazar ni “pelearte” con el otro. Sino amorosamente aceptando la coexistencia, porque en verdad se trata de lo mismo. En este nivel de conciencia te empiezan a hacer sentido frases como esta: “El miedo y el odio son amor, pero en sentido contrario”. Resuenan con gran intensidad frases que hace mucho que habías escuchado pero que hasta hoy recobran una tremenda verdad en tu interior: “En el mundo no hay maldad, sino abundante ignorancia”. Comprendes que muchas personas se han equivocado “de sentido” pero que todos estamos recorriendo la misma única carretera. Comprendes que hasta el “más equivocado”, el que va para el sentido contrario, y para colmo rápido y con fuerza, llegará a un punto (¡llegará!) en el que no tenga de otra mas que darse cuenta de que el sentido correcto era para el lado contrario y emprenda el regreso. Comprenderás que no hay prisa. Estarás preparado para comprender delicadas verdades de unidad total como esta:

            “Tan pronto como tú decidas qué ser y hacer, todo lo contrario a ello se te hará presente en tu espacio para que te puedas descubrir. La verdad acerca de los opuestos es que en realidad no existen, excepto en el espacio de lo otro. Debido a que algo no es nada salvo en el espacio donde no es, sucede que cuando te conviertes en un ser que trae luz y cada vez más, no solo habrá una franca oposición, sino que la oposición misma *se incrementará*…, y deberás regocijarte. Observarás la oposición como signo seguro y cierto de que te encuentras en tu viaje de transformación, en el sendero al paraíso, en el elevado camino hacia la luz. Te alcanzas a regocijar al observar que a mayor oposición, más confirmación del elevado alcance de luz al que estás llegando. Y tú solo observarás pacíficamente el proceso como un Todo, donde incluso empiezas a amar a la oposición. Tu sorpresa: con ese amor se desvanece la ilusión de la dualidad, y todo está bien”.

            Con esto quiero decirte que estoy convencido que nacimos para ser felices, para no sufrir, si esto no sucede en tu vida, algo esta pasando. Este taller de autoestima es una invitación a vivir plenamente. Para que descubras la gran… ***¡Emoción por Existir!***