

Andares

Análisis existencial del ser




Palabra en vuelo

Primera edición, 2005.

Diseño de portada: MAM/APH.

Diseño editorial: APH.

El cuidado de edición estuvo a cargo de Adriana Arrieta Munguía y Concepción Rodríguez.

D.R. © Dr. Manolo Arrieta Munguía, 2005.

D.R. © Palabra en Vuelo, S.A. de C.V., 2005.

Palabra en Vuelo, S.A. de C.V.

Calle Miguel N. Lira 301

Col. Villa de Cortés

C.P. 03530, México, D.F.

Tels.: (01 55) 56 96 56 63 y 55 79 07 93

palabraenvuelo@yahoo.com.mx

Ens universalis

Dr. Manolo Arrieta Munguía

andares@sybrem.com.mx

psiqueetania@hotmail.com

ISBN: 968-6090-22-3

Impreso y hecho en México.

Andares



Dr. Manolo Arrieta Munguía

*El primer paso es el comienzo
para recorrer el camino de la vida
con infinitas posibilidades,
sólo necesitamos darlo.*

Agradecimientos

A Dios, por haber puesto el camino, y a mí en él; por las posibilidades y el don de la conciencia para encontrarlas; por el amor y todas las abstracciones que me crean como un ente dispuesto a luchar; porque éste sea un lugar mejor para ser-estar.

A Jessy, Marifer y José Manuel, por ser la fuente de mi iluminación como ser humano, y a todos los seres vivos que habitan armoniosamente en casa.

A todos mis maestros, seres humanos que me han dado luz y amor; a mis padres árbol del cual soy fruto, y a ti, que estás buscando el camino y has compartido la esperanza.

Adrian the poet, por todo tu cariño y apoyo durante el largo proceso. Eres la mejor madrina que puede tener *Andares*.

Todo gran espíritu hace en su vida dos obras: su obra de vivo y su obra de fantasma. El vivo habla a su siglo en la lengua que éste comprende; él, el genio, tiene en cuenta la imbecilidad; él, la antorcha, tiene en cuenta la sombra. Mientras el vivo realiza la primera tarea, el fantasma pensativo, de noche, durante el silencio universal se despierta en el vivo, ¡oh terror! —¿Qué?, dice el ser humano. ¿No es eso todo? —No, responde el espectro. Levántate, ponte de pie; sopla un viento poderoso, los perros y las zorras ladran, las tinieblas reinan en todas partes, la naturaleza tiembla y se estremece bajo la cuerda del azote de Dios; los sapos, las serpientes, los gusanos, las ortigas, las piedras, los granos de arena nos esperan: ¡de pie!... ¡ven a realizar tu otra obra!

Albert Beguin

PRÓLOGO

EL CAMINO DEL HOMBRE

Hace ya algún tiempo que al inicio del año aparece una llamada que no falla: es Manuel Arrieta para desear que la presencia de Dios siga bendiciendo mi vida y la de mi familia. A veces coincidimos en el auricular, a veces no, pero su voz con el mensaje se abre paso invariablemente. Así, poco a poco, su vida se ha ido haciendo presente en mi existencia. La permanencia es muestra del amor de amigos que avanza a pesar de la distancia: él vive en Querétaro y yo en Zapopan.

MANUEL ARRIETA: VIDA Y OBRA

Manuel Arrieta, nacido en México Capital un 7 de agosto de 1968, es un hombre plurifacético en varios sentidos: actúa como esposo, padre de familia, empresario, psicoterapeuta y un amante de la naturaleza y los animales. Fundó *Ens Universalis*, en donde promueve actividades para el crecimiento personal y la psicoterapia. Tanta actividad le lleva a exclamar con Erich Fromm: “me devoró el Tener sacrificando indudablemente el Ser”¹, y añade:

¹ Cfr. Fromm, Erich. *¿Tener o ser?* Primera parte, cap. I.

...ahora lo acepto, nada es eterno y ahora sé lo frágil que es el mundo material, acepto lo maravillosa que es mi profesión que calladamente me ha dado tanto a través del tiempo.²

La formación a la que se refiere el autor inicia con una licenciatura en psicología en la Universidad del Nuevo Mundo (UNUM). Más tarde, en el Instituto de Terapia Gestalt Región Occidente (INTEGRO), realizó la maestría en terapia gestalt y el doctorado en psicoterapias existenciales. Cuenta con algunos diplomados en alcoholismo y otras adicciones, psicodrama fenomenológico gestalt, exclusión social y encierro, y trabajo corporal con gestalt. Esto le permite desarrollarse como docente, facilitador y psicoterapeuta individual y grupal.

El 9 de septiembre de 2004, tuvo la dicha de recibir en sus brazos a su segundo hijo Manolito (José Manuel). Este nene se suma a la familia en la que ya existe una hermana Marifer (María Fernanda) y su esposa Jessy (Jessica). Además, en su casa hay tres perros, cuatro tortugas y docenas de golondrinas. En su hermoso hogar la vida prolifera por todas partes.

Manolo, como le decimos algunos de sus amigos, ha sido, como puede verse, un hombre inquieto en muchos sentidos: su empresa le hace andar por muchos lugares del mundo; la terapia le lleva a recorrer el paisaje interior de sus pacientes y sus clases le llevan a transitar por los vericuetos del pensamiento. No me extraña que el nombre de su obra sea *Andares* a la cual me introduce con estas palabras:

Partimos de tres preguntas básicas en la vida y nunca terminamos de preguntarnos: “¿quién soy?, ¿dónde

² Correspondencia personal entre Manuel Arrieta y Miguel Jarquín. 3-sept.-2004.

estoy?, ¿a dónde voy?”. Estas preguntas las tenemos que hacer cada vez que queremos ubicarnos en tiempo y espacio en una realidad. Al comenzar el ensayo definimos los términos con los que nos referiremos a nuestra propia estructura, inmediatamente buscaremos la esencia del ser (¿quién soy?) para seguir con la existencia (¿dónde me encuentro ante la humanidad?) y finalizar con la trascendencia (¿a dónde quiero ir?) con toda la responsabilidad que esto implica.³

La obra es una amalgama de filosofía, poesía y psicoterapia. Es una visión en la que se une el enfoque existencial-fenomenológico-transpersonal. La obra invita a personajes tan antiguos como los caminantes de Oriente, y a forjadores del pensamiento occidental como Aristóteles, quien nutre más tarde a Tomás de Aquino. En el siglo xx pone a dialogar a la psicología, la filosofía y la mística con testimonios de los filósofos existenciales, los psicólogos junguianos y los psicólogos transpersonales. Una obra valiosa y potente en su configuración intelectual. También es una historia de los hombres por aprender a crecer, por medio de los pensamientos que se hilvanan al servicio del desarrollo humano.

EL HOMBRE: UN PERFIL POR FORJAR

El concepto del hombre se va armando a lo largo de la obra con un primer criterio: “El primer paso es el comienzo para recorrer el camino de la vida con infinitas posibilidades, sólo necesitamos darlo”.⁴ Sin embargo, el autor sabe que este andar de construcción tiene un fundamento ontológico al que llama “esencia” y lo describe así:

³ *Idem.*

⁴ En adelante, cuando me refiera a la obra *Andares* de Manuel Arrieta, sólo colocaré la página correspondiente antecedido por la sigla A como ahora: A. p. 6.

Es una estructura que [...] nos cruza, nos trasciende, nos da vida y la sabemos nuestra por las posibilidades que ésta genera, por la fuerza que le da a nuestra presencia en nuestro mundo y por la trascendencia que dejamos por nuestras obras para otro mundo que no nos toca presenciar.⁵

El propio autor apunta su trabajo como una labor en proceso, y usa una metáfora contundente: “es como el humo que va saliendo de la chimenea de un tren en marcha...” Este escrito es un horizonte que se amplía con el avance de la conciencia que piensa y se piensa a sí misma. Cada capítulo va “deshilando [...] el manto” que cobija la estructura que arma al ser humano, y que se enuncia como “yo”, y mejor dicho, como el “yo del ser”.

Ya aquí puede notarse la visión transpersonal que Manolo Arrieta ostenta del hombre frente a su existencia. Se podría enunciar así: el ser humano existe en tanto se coloca ante los otros, es decir, toma posición y esto acontece desde el ser. Puede notarse la influencia de los pensadores de la existencia como Gabriel Marcel, quien apuntala esta idea al finalizar su primer *Diario*, con unas palabras fechadas el 24 de mayo de 1923:

...Lo esencial que hay en estas reflexiones es que parece que hacen posible un paso de la metafísica a la ética: nosotros valdremos tanto menos, cuanto más restringida, más pálida, más vacilante sea nuestra afirmación de la existencia.⁶

El hombre se pregunta por qué no puede pasar por la vida como un bulto que se avienta en el cajón de las maletas de un autobús y se le manda a algún destino. El

⁵ A. p. 19.

⁶ Marcel, Gabriel. *Diario metafísico*. Segunda parte, p. 307.

hombre se interroga por qué hace de su vida una destinación. Él se plantea a dónde quiere ir. El hombre es un caminante en voluntad de caminar hacia la dirección que desea y parte del ser que lo sustenta: “‘Yo soy Yo’ desde la energía más esencial que me crea al momento mismo de que sucede mi propia concepción y hasta que alcanzo la muerte”.⁷

Este ser es el origen de todo y su manifestación primordial es el amor, que a su vez sustenta todo. Allan Watts acerca Occidente a Oriente con un texto aleccionador: el Tao significa la energía del universo como camino, corriente, curso o flujo, a la vez inteligente y espontáneo...⁸

Este texto nos prepara para comprender que la vida tiene caminos diferentes para cada uno. El hombre necesita aprender a descubrir esos caminos y ser fiel a ellos. Esto le permite al autor plantear una de sus creencias centrales: “...los seres humanos somos únicos, maravillosos, perfectos e irrepetibles”.⁹ La clave de la vida se enunciaría así: actuar con conciencia para ser responsable. Cada conciencia se relaciona con el mundo de manera diferente a partir de su singularidad y eso genera una respuesta única y personal. Nadie puede responder por “el otro”.

Aparece la pregunta central del pensamiento del autor: ¿por qué nombrar “Yo” a esta estructura esencial del ser humano que nos hace tan distintos de todas las demás criaturas de la Tierra, así como del resto de los seres que nos rodean? La obra avanza tratando de desentrañar una respuesta para esta interrogante. Se le llama “Yo” porque el hombre posee un alma como principio organizador. Además, el Yo unifica la *psyche et anima*.

⁷ A. p. 21.

⁸ Watts, Alan. *El futuro del éxtasis y otras meditaciones*. p. 35.

⁹ A. p. 25.

El hombre se descubre como un ser con dignidad y ésta le viene de dos realidades: 1) la capacidad de saberse merecedor de este mundo y, 2) que puede ser consciente de su ser y, que es consciente de que dirige su rumbo. Aquí surge la angustia por la responsabilidad del actuar en libertad. Éste es el camino por medio del cual el hombre le da sentido al mundo: “es así como al sabernos actores de tal obra y creadores del verbo respondemos ante el potencial que nos da la vida y nos lanzamos al acto”.¹⁰ En este proceso el hombre ve que puede perder tantas posibilidades! Con qué facilidad el hombre puede perder el rumbo. Ésta es la labor del *anima*: es orientadora.

El corazón no siempre tiene razones para la mente, como ya lo había planteado Pascal:

El hombre conoce la verdad no solamente por razón, sino por el corazón; de este último modo es como conocemos los primeros principios; y en vano el razonamiento, que no tiene en ellos arte ni parte, intenta combatirlos.¹¹

Aprender a vivir-se es fortalecer el “desde sí mismo”,¹² la subjetividad. Ésta describe la constitución endógena de estructuras que lo hacen no sólo capaz de recibir, a su modo, impresiones de fuera, sino que además le hace notar que está dotado de un dinamismo interno propio de alta calidad. La tradición cristiana había hecho de la subjetividad el hogar en que se daban las grandes transformaciones en las que Dios obraba dentro del alma.

El concepto más amplio de esta tradición encontró en la subjetividad la enunciación del “yo” o, mejor dicho,

¹⁰ A. p. 31.

¹¹ Pascal. *Pensamientos*. XXII, I, p. 106.

¹² Cfr. Jarquín, Miguel (compilador). *La verdad desde sí mismo. Tres paradigmas en la investigación cualitativa*.

de la “persona”. Para la psicología, la subjetividad expresa el modo como el yo se siente afectado, ya sea por la interioridad o por la exterioridad, pero finalmente como centro de iniciativa con respecto a las afecciones. El autor de esta obra lo afirma con estas palabras: “...entendaremos que vivimos con subjetividad el contacto con el mundo, ya que depositamos una carga emocional propia en cualquier objeto concebido por nuestro ser”.¹³ En la tradición fenomenológica esto aparece como la capacidad de fundar la donación inter-subjetiva o interpersonal o, dicho de otro modo: la subjetividad se funda y constituye en la relación interpersonal de la misma. Husserl inicia sus reflexiones hablando sobre el “yo” de la actitud natural:

Lo que más primariamente se deja descubrir como el quién de la actitud mundano-vital es un sujeto empírico en su singularidad (digamos *Jemeinigkeit*) o individualidad [...] Husserl respondería diciendo que ese yo es un ser personal y que para comprenderlo no basta investigarlo estáticamente en sus propiedades egológicas (habitualidades, convicciones, carácter, personalidad, etc.), sino también, más relacional y genéticamente, en su emergencia como ser-en-el-mundo, es decir, atendiendo a su capacidad para fundar en torno a sí mismo, proveyéndolo de sentido, un *Umwelt* [...] Este intrincado campo de mediaciones al que se acaba de aludir encuentra un modo privilegiado de expresión en la comunidad personal, pues, efectivamente, la actitud personalista se realiza concretamente como actitud comunitaria, es decir, como la actitud frente al mundo de un sujeto que no se encuentra aislado sino que, por el contrario, es miembro de una comunidad de personas, y ya no sólo parte del mundo.¹⁴

¹³ A. p. 34.

¹⁴ Moreno, César. *La intención comunicativa. Ontología e intersubjetividad en la fenomenología de Husserl*. Primera parte, t. 4, pp. 73, 75 y 78.

Esta capacidad de iniciativa ha hecho que los pensadores vean en la subjetividad el principio de unidad del ser humano ligado a la libertad, como lo manifiesta Millán Puelles:

Ser a la vez sujeto de la radical necesidad de decidir y de la radical posibilidad de no decidir no es ser sujeto solamente unas veces de lo uno y otras de lo otro, sino conjuntamente de los dos. Claro está que estos dos no son respectivamente el optar y el no optar, sino por un lado la radical necesidad de lo primero y, por el otro, la radical posibilidad de lo segundo. Ahora bien; este “por un lado” y “por el otro” no expresa una disyunción. El sujeto es el mismo: el *unum* fundamental de la subjetividad.¹⁵

La subjetividad se manifiesta a través de la presencia que Manolo describe con las siguientes palabras:

De esta forma se crea la presencia de nuestra *ánima*, esta esencia creadora de nuevas posibilidades que van transformando nuestra vida. Esta presencia también es temporal, pues nace con la concepción y termina con la muerte del ser humano.¹⁶

Finalmente, busca una unidad en el ser humano:

Así entonces, el hecho de que el tiempo sea incierto no implica que sea irreal, si para mi razón un minuto son 60 segundos y para mi corazón son 80 latidos, eso no descalifica uno para que exista el otro, se complementan como dos realidades paralelas [...] Ya sea a 60 segundos por minuto o a 80 latidos mientras sean auténticos ritmos de nuestra vida.¹⁷

¹⁵ Millán Puelles, Antonio. *La estructura de la subjetividad*. Tercera parte, Sección segunda, IV, 3, p. 415.

¹⁶ A. p. 37.

¹⁷ A. p. 38.

LA EXISTENCIA: CAMINO DE TRASCENDENCIA

Un dato fundamental: este ser existe en un cuerpo y es en éste en el que avanza hacia la trascendencia y así está escrito: “nuestro cuerpo es la morada de nuestra *psyche et anima*”.¹⁸ Con el cuerpo el hombre camina por el mundo. El cuerpo invita al hombre a responder. Es el mensajero del mundo. El cuerpo marca su esencia. El cuerpo hace presente al hombre y lo expresa.

Al paso del libro aparece un esfuerzo por unir a los tres personajes que han aparecido hasta el momento:

Nuestro *corpus* es el navío, nuestro Yo (*psyche et anima*) es el capitán que nos guía hacia puerto seguro durante el trayecto que duren nuestras vidas, pues nos permite navegar de forma consecuente y hacer tangible en nuestro *corpus* nuestras emociones y pensamientos para no encallar en tiempos de tormenta o perdernos en la densa neblina de la vida.¹⁹

A veces, estos tres personajes pelean por ganar el estrellato y entonces rompen al hombre en mil pedazos. La tarea del psicoterapeuta es cooperar a descubrir la traición que el hombre se hace a sí mismo al fomentar esta ruptura. Recibir el amor de los otros favorece esta labor, ya que el amor de los otros fortalece al individuo al “confirmarlo existencialmente”, lo impulsa a ser genuinamente él mismo y no una copia.

Al saberse amado, el hombre puede lanzarse a correr riesgos y en esos riesgos puede apostar por la autenticidad como un modo de ser que le hace único e irrepetible. Por eso puede verse que esta obra es un canto a la cultura del amor. Amor y conciencia se toman de

¹⁸ A. p. 38.

¹⁹ A. p. 41.

la mano: es necesario que tengamos una idea de nuestro propio potencial para actuar consecuentemente con las posibilidades que creemos tener. “Tomamos la vida en nuestras manos y hacemos nuestro el presente, conscientes de nuestras fortalezas y debilidades”.²⁰

Esta creencia en el amor es una luz que puede orientar la vida: “si respondemos a la libertad que nos da la vida de forma amorosa haciendo de cada obra un ritual sagrado, todos nuestros actos serán sagrados y llenos de vida”.²¹ En el misterio del amor, la vida acerca al hombre a Dios. El hombre trasciende el tiempo y se instala en lo eterno: “...cuando estamos en acto puro no conocemos el principio ni el fin; estamos con Dios haciendo que este momento presente sea eterno”.²² La muerte aparece como el fin de este camino, y así se aprende que cada obra está llamada a su terminación.

Es tiempo de llegar al fin: el niño aprende a hacerse hombre al aprender a levantar la cabeza y mirar el horizonte. *Andares*, sin lugar a dudas, enseñará a sus lectores a levantar la cabeza y saberse en un nuevo horizonte. Bienvenida esta obra y el esfuerzo estupendo de Manolo por regalar al público el fruto de su esfuerzo vuelto palabra.

Dr. Miguel Jarquín

²⁰ *A.* p. 165.

²¹ *A.* p. 220.

²² *A.* p. 232.

INTRODUCCIÓN

ANDARES EL INICIO DEL CAMINO

En el camino hacia nuestro interior encontramos la esencia, el *quid* de una estructura que tiene una fuerza avasalladora, pues desde esta misma generamos el mundo, las preguntas y las respuestas. Ésta se explica desde sí misma y desde las posibilidades que nos da para abstraer del universo las ideas, las sensaciones y los sentimientos que a su vez podemos convertir en símbolos, los cuales transformamos en diferentes significados comprensibles para otros seres humanos que entran en este mismo círculo virtuoso de razón, conciencia y espiritualidad. Es una estructura que por su esencia nos cruza, nos trasciende, nos da vida y la sabemos nuestra por las posibilidades que ésta genera, por la fuerza que le da a nuestra presencia en este mundo y por la trascendencia que dejamos por nuestras obras para otro mundo que no nos toca presenciar. Me refiero a la trascendencia como la posibilidad de haber legado mi obra (acto puro) cuando muera; como la constancia de que existe una realidad más allá del mundo material en que vivo ahora. Examinaremos esta estructura desde dos enfoques principalmente: el existencialista y el transpersonal, por considerar que estas corrientes abarcan con suficiente fuerza el *quid* del Yo (*psyche et anima*) a través de la visión del ser

que existe y del ser que trasciende por medio de sus propios recursos.

Es necesario que partamos de una idea única para tener un criterio sólido que genere la posibilidad de dimensionar esta maravillosa estructura, la cual ha sido llamada de diversas formas desde que el ser humano se ha cuestionado por sí mismo. A lo largo de este libro, iremos deshilando juntos el manto que escinde a esta estructura en múltiples formas y con múltiples nombres. Al igual que pasa en el cielo con el humo que sale de la chimenea de un tren en marcha, irán surgiendo dudas que esclareceremos de manera tal que no quede mayor cuestionamiento sobre lo que fuimos, y de esta forma podamos ocuparnos de lo que somos, gracias a esta estructura que en lo sucesivo nombraremos Yo (*psyche et anima*) o el Yo del ser.

Luchamos a través de la vida por encontrarnos, desde que nacemos y no podemos sostener nuestra cabeza por propio deseo, hasta que somos capaces de dirigir nuestra mirada con voluntad hacia donde nuestra razón nos dicta, en el instante en que aparece en nuestras conciencias:

ese mirarse por encima del hombro en un horizonte abierto e infinito.¹

Los seres humanos vamos transformándonos constantemente por una gran cantidad de factores que influyen en el desarrollo de cada uno de nosotros. Para llegar a comprender lo que somos hoy día, es necesario buscar cuáles son los factores específicos que nos involucran con la vida misma en cada caso específico; para poder entender el contexto individual que nos conforma como seres humanos auténticos es necesario comprender nuestra relación con el entorno.

¹ De Sahagún, Juan. *Las dimensiones del hombre*, p. 17.

Somos seres de ciencia (objetividad) y de creencia; me refiero a la creencia como posibilidad de la existencia del mundo desde la subjetividad. Somos el sujeto creyente que se abalanza a las abstracciones del mundo y las hace suyas, las evoca en palabra y obra, trascendiendo a otros seres pobres de espíritu que tuvieron sus creencias y se las tragaron, y ahora mismo descansan en el pasado junto con sus pensamientos que yacen en el olvido. Somos el ser humano que crea sus posibilidades en busca de la verdad, más allá de su entendimiento. No esperamos que lleguen las respuestas, vamos por éstas y nos comprometemos a cada instante. Nos cuestionamos sobre nuestros orígenes, sobre el medio que nos rodea y sobre lo que puede ser la verdad para cada uno. Tratamos de hacer consciente nuestra existencia y nos cuestionamos por ésta para no ir por la vida como un objeto más en el universo. Este proceso de búsqueda se reduce a una pregunta: ¿quién soy? Y somos nosotros mismos los que respondemos por medio del intelecto, pues es nuestro Yo (*psyche et anima*) el que cuestiona y responde.

“Yo soy Yo” desde la energía más esencial que me crea al momento mismo en que sucede mi propia concepción y hasta que alcanzo la muerte. La muerte del cuerpo, pues el espíritu queda impreso como testimonio de nuestras ideas en la obra que dejamos todos y cada uno de nosotros.

Nos transformamos a partir del amor. “El amor es una cosa cósmica”;² trasciende el espacio en que vivimos y se convierte en una forma de vida. El amor es la energía más pura y es capaz de generar cambios inexplicables en la razón. El amor es un potencializador sin igual capaz de llevarnos o empujarnos a conquistar las más grandes proezas.

² Buber, Martín. *Yo y tú*, p. 20.

Si crees en la sencilla magia de la vida, al servicio del todo, comprenderás lo que significa ese aguardar, ese esperar ansiosamente, ese “tender el cuello hacia delante” de la criatura.³

Nos lanzamos a la búsqueda de lo maravilloso, de las esencias, de lo que nos hace seres humanos, diferentes, únicos, irrepetibles; nos reconocemos grandiosos y distintos del resto de la humanidad y lo referimos nombrándonos a nosotros mismos un Yo entre los otros seres. “El Yo, en sí mismo, es decir, en su cualidad de existente, es cosa diferente del ser universal”.⁴ Compartimos infinidad de cosas con otros seres humanos que tienen diversas formas de responder a la vida. Cada uno a su manera se apodera del momento y de la posibilidad que se crea en el instante de responder ante lo que la vida nos ofrece. Este maravilloso momento tenemos que vivirlo para hacerlo nuestro, ya que es éste el que crea nuestra existencia y nosotros tenemos en nuestras manos el ser partícipes o no de la historia viva de cada uno.

El existente está siempre situado no ante, sino en la posibilidad de optar entre dos modos de vida, la auténtica y la inauténtica que a pesar de ciertos matices, se puede prácticamente confundir con la cotidianeidad.⁵

La autenticidad tiene que ver con la libertad y con el compromiso que asumimos con ésta al momento de enfrentar cada instante de nuestra vida. Por ende, la

³ *Ibid.*, p. 21.

⁴ Berdiaeff, Nicolás. *Cinco meditaciones sobre la existencia*, p. 59.

⁵ Mounier, Emmanuel. *Introducción a los existencialismos*, p. 98.

inautenticidad es la forma en la que perdemos la responsabilidad de nuestros actos y nuestra vida.

De esta forma, los seres humanos que habitamos el mundo en forma auténtica y que vamos en la búsqueda del camino hallamos en nuestro andar las maravillas que nos regala nuestra vida.

Esta vida en la que “destino y libertad están recíprocamente prometidos. El destino únicamente encuentra a quien realiza la libertad”.⁶

Y no puede haber un espacio más libre que en el interior de cada ser, en su mente, el cual permite al preso, al excluido, al marginado, al olvidado, recordar sus anhelos, sus deseos, sus sueños, permitiendo que la voluntad y la esperanza lo lleve a encontrar en su interior una chispa que le dé vida y lo haga libre desde la exclusión, y permitiéndole así crear infinitud de formas posibles desde ese espacio intangible que es la conciencia.

Cuando el pensador se piensa a sí mismo no puede hacerlo más que suprimiendo su existencia.⁷

De esta manera nadie puede robarnos ni privarnos de nuestra libertad pues el Yo (*psyche et anima*), que es la esencia de nuestra existencia, no está al alcance del cuerpo. Nuestro Yo (*psyche et anima*) no puede ser arrebatado de su libertad, pues éste es la libertad.

Entonces, la conciencia pura es la potencia que nos crea plenamente y nos lleva a andar el camino. La conciencia se gesta con la fascinación que nos envuelve al

⁶ Buber, Martin, *op.cit.*, p. 52.

⁷ Berdiaeff, Nicolás, *op. cit.*, p. 60.

encontrar nuestro reflejo en el agua y saber que somos ese reflejo y a la vez somos diferentes de éste. Conocer nos da la posibilidad de crearnos y re-crearnos en la responsabilidad, la voluntad y la libertad que nos da Dios ante el mundo y ante los seres humanos.

Capítulo I

Fundamentos

Ego

SOY MENTE, SOY ALMA, SOY CUERPO...

SOY UN SER HUMANO

Comencemos el recorrido, hagámoslo con paciencia y amor, al igual que lo hacemos cuando plantamos una semilla: la cuidamos, la regamos, esperamos a que germine y crezca para que después de una vida termine convirtiéndose en una flor o un roble. Así, demos el primer paso sin mayor pretensión que la de dar un paso, solamente un paso a la vez, para recorrer el camino de nuestra vida; ese primer paso implica cuestionarnos sobre el ser humano que cada uno es “aquí y ahora” y cómo hemos llegado hasta este momento de nuestras vidas.

Los seres humanos somos únicos, maravillosos, perfectos e irrepetibles. Y todos tenemos a través de nuestra existencia millones de formas para recorrer el camino de la vida, generando cientos de posibilidades a cada paso que damos. Éstas comienzan desde el momento mismo de nuestra concepción y concluyen hasta nuestra muerte. En el camino vamos descubriendo que el mundo tiene infinitas formas para andarlo, y descubrimos que cada forma de andar por la vida genera diferentes condiciones

que facilitarán o dificultarán el siguiente paso. A este andar lo conocemos como el camino de nuestra vida.

El camino está lleno de misterios, de maravillas, de sucesos y de realidades que podemos apropiarnos gracias a nuestro intelecto, conciencia y razonamiento que nos permiten estar en el mundo, comprender el mundo, amar al mundo, transformar al mundo, con certeza de nuestra capacidad para hacer cambios en éste. Con la conciencia de nuestro poder, nos convertimos en criaturas eternas con un potencial infinito para vivir cada momento de la mejor forma posible, sabiéndonos responsables de nuestros actos y del peso que éstos tienen sobre el mundo en que vivimos y su repercusión en nuestras vidas. De esta manera nos percatamos de que existe un mundo real y diversas formas de afrontarlo y que está en cada uno el convertir ese instante de relación con el mundo en un infierno o en un paraíso. Así, asumimos que en el momento en que respondemos a la vida conscientes de nuestras decisiones habremos elegido la mejor opción en el momento idóneo, pues a pesar de nuestra decisión, o gracias a ésta, cada uno es “el que es”. Nuestros actos sustentan nuestra presencia y es por medio de nuestra conciencia que asumimos los actos como propios y podemos responder por éstos ante el mundo. Sabemos que no existe forma de corroborar si al haber actuado de otra manera hubiéramos obtenido una mayor satisfacción o mejores resultados realmente, pues al actuar con conciencia depositamos en nuestros actos el potencial de nuestro ser.

Los seres humanos nos referimos a nosotros mismos con el pronombre Yo. Por lo tanto, en este trabajo me referiré de esta forma a la estructura esencial del ser humano que nos distingue de las demás criaturas de la Tierra, así como del resto de los seres que nos rodean; más adelante analizaremos la esencia de esta estructura

así como el *quid* que nos da el potencial de ser distintos a todo cuanto conocemos.

Partiremos de una premisa fundamental y es que somos seres animados; una fuerza interna nos mueve con dirección precisa gracias a que contamos con un alma. (En griego *psyche*; en latín, *anima*; en inglés, *soul*; en francés, *âme*; en alemán, *seele*; en italiano, *anima*). Y aunque todas las palabras nos refieren al alma, es importante reconocer el valor que tiene cada palabra y los diferentes significados que se forman de las mismas, tanto en nuestro idioma como en otros, debido al peso que ostentan dentro de su trasfondo cultural. Es importante, a su vez, considerar hacia dónde nos llevan las palabras al expresarlas con un contexto que las respalde. Esto me recuerda las palabras de un amigo:

el idioma alemán se creó para dar órdenes, el francés para conquistar a la mujer, el italiano para cantar ópera y el español para hablar con Dios.¹

Sin duda alguna, el peso que cada lengua da a sus palabras cambia el sentido de las mismas, por lo que debemos ser muy cautelosos al momento de nombrar la esencia humana. Recordemos que el contexto que acompaña a las palabras les da un valor diferente, por ejemplo, en la frase “es el alma de la fiesta”, alma tiene un significado diferente a “es un alma que festeja con júbilo” o “festejo que sea un alma feliz”. En los tres casos nos referimos a un alma distinta. En la primera es un alma que le da vida a un evento; en la segunda hablamos de un alma que le da vida a algún ente; en la tercera es un estado del alma. Su semejanza o diferencia con cada una varía en relación con el entorno y esto lo dan las palabras que las acompañan.

¹ De viva voz, Prior P. A. Eduardo Cuenca.

La palabra castellana “alma” podría decir mucho del ser humano, mas nuestra esencia la supera, pues oculta mucho de lo que somos. En el contexto del idioma español no se ha podido expresar toda la magnificencia del ser, por tal motivo usaré la conjunción de las palabras *psyche et anima* para referirme al Yo, que es la esencia humana del alma. Basaré este criterio en dos puntos fundamentales, el primero es porque con esta conjunción podemos abarcar la totalidad de los conceptos que nos refieren a la esencia del ser humano. El segundo es porque estas palabras provienen de las dos principales lenguas de las cuales se derivan la mayoría de los idiomas conocidos en nuestro tiempo que son el griego y el latín. Gracias a ellas podemos englobar la esencia universal del ser desde una muy amplia perspectiva.

La palabra *psyche* en griego, y *anima* en latín, en una conjunción *psyche et anima*, unifican la totalidad de la esencia del ser humano con el trasfondo de lo que implica cada una. Si traducimos de las lenguas de origen al español o a otro idioma, encontraremos: alma (en griego) y alma (en latín). Mas en el análisis de la contextualización de las palabras hallamos una sutil diferencia que hoy día se da y es que la palabra *psyche* se refiere al alma relacionada con el pensamiento, junto con las funciones corporales, perceptivas y mentales en su totalidad. En el sentido estricto, *anima* se relaciona con la parte espiritual, sensitiva, afectiva, energética; con el soplo de aliento; con la fuerza trascendental del ser. Y para nuestros fines encontramos que el ser humano no es sólo *psyche* ni tampoco *anima*. El ser es y se nombra a sí mismo Yo.

Los seres humanos volvemos nuestra vista a nosotros mismos y nos relacionamos con el mundo; hacemos que el mundo sea parte de nosotros; lo integramos a nuestra existencia y somos concientes de lo que pasa. También desconocemos parte de este mundo y nos lan-

zamos con esperanza a la búsqueda de respuestas de un mundo desconocido y mágico. Esto se hace posible por la estructura dinámica que se forma a partir del cúmulo de experiencias que asimila cada ser a través del potencial del Yo (*psyche et anima*).

PSYCHE

ANTES DE QUERER SABERLO TODO, ME PREGUNTO
QUÉ ES A CIENCIA CIERTA TODO

A los seres humanos se nos lanza al mundo como entes de carne y hueso, materia similar a la de otros animales que también fueron arrojados al mundo,² sólo que los seres humanos somos distintos a los otros animales. Según Jean Paul Sartre:

el hombre posee más dignidad que una coliflor; una mesa, una flor.³

Así es que a diferencia de la coliflor, la mesa, la flor o cualquier animal que more este planeta, los seres humanos tenemos la capacidad de pensarnos merecedores del mundo, ya que estamos conscientes de que somos y que dirigimos nuestro rumbo. Vamos haciendo el camino que recorreremos; sabemos que formamos camino, sabemos cómo lo hacemos y también sabemos que más tarde podremos andarlo.

Somos capaces de elegir nuestros actos y saber que esos actos determinados nos podrán llevar a cierto lugar junto con una serie de consecuencias específicas. Los seres humanos nos sabemos responsables de este destino y del poder que tenemos para cambiar algunas situacio-

² Según el Antiguo Testamento: “Dijo Dios: Produzca la tierra animales vivientes de diferentes especies, bestias, reptiles y animales salvajes [...] y vio Dios que esto era bueno [...] y dijo Dios: hagamos al hombre a nuestra imagen y semejanza [...] y creó Dios al hombre a su imagen” (Génesis 1).

³ Sartre, Jean Paul. *El existencialismo es un humanismo*, p. 8.

nes que se nos presentan. Asimismo, sabemos que no estamos solos en el mundo y que cada decisión que tomamos afecta a otros seres, porque somos parte del universo y, como tal, todo lo que hacemos nos afecta en lo particular a cada uno y a su vez nosotros afectamos el entorno de otros seres y al universo. Esto nos crea una angustia por el peso universal de nuestras decisiones particulares y nos hace pensar en el camino para andarlo con más cautela; reflexionando en los pasos que damos y en los que dejamos de dar.

Así, nos vemos con la posibilidad de actuar ante esta angustia de distintas formas, y sin importar cual sea la que elijamos, nos sabemos responsables ante otros seres por la transformación que generamos en el cosmos, por las decisiones que tomamos a cada momento. Esto nos da una presencia que nos diferencia del resto de los animales. La conciencia y la libertad nos permiten decidir ante las posibilidades que el mundo nos ofrece para actuar y enfrentar la vida con las capacidades que tenemos en ese instante, de esta manera no pretendemos tener las capacidades de otro ser humano, ni respondemos de manera diferente a la capacidad que poseemos en el momento: ni con la fuerza de un elefante, ni con la fuerza de una hormiga, con “mi fortaleza” que es suficiente para bastarnos cada quien, es el “yo mismo” que nos indica la capacidad con que contamos al momento de actuar. Cada instante de nuestra vida, cada uno de nosotros se autodetermina creándose a sí mismo, comprometiéndose con su existencia, haciéndola diferente a la de cualquier otro ser, respondiendo al universo de tal o cual modo en libertad y aceptando las consecuencias de esa libertad.

Los seres humanos somos capaces de buscar el camino que deseamos. De esta forma cada ser es “lo que él se hace”.⁴

⁴ *Ibid.*, p. 33.

Cada quien es responsable de su existir en la búsqueda que efectúa por encontrarse a sí mismo en el mundo y en la verdad. Significamos⁵ el mundo a cada momento, lo transformamos en ideas y éstas a su vez las traducimos en palabras que crean el verbo. Dichas palabras hacen eco en nuestro interior a través de cada acto que realizamos y por medio de las elecciones que tomamos en la universalidad de posibilidades. Con la conciencia de nuestra libertad, cada ser realiza el *actus purus* (acto puro) en el que:

la vida interior está consciente, el Yo despierto, el ojo del espíritu mira hacia el interior y hacia el exterior; puede asumir con inteligencia todo lo que va hacia él; dotado de una libertad personal, puede responder de tal o cual manera.⁶

Es así como al sabernos actores de tal obra y creadores del verbo respondemos ante el potencial que nos da la vida y nos lanzamos al acto.

En el camino de la vida descubrimos que poseemos un gran potencial. Nos damos cuenta de lo que somos capaces de hacer en lo particular y lo que podemos provocar en los otros. Estas acciones son significativas, ya que generan modificaciones definitivas en los caminos o formas de andar propias y de otros seres. También nos percatamos de lo que los otros seres hacen y cómo también sus actos nos provocan reacciones de transformación personal. Damos significado a tales situaciones y captamos el sentido por medio del *intellectus* (inteligencia) para respondernos a nosotros, al mundo y a otros seres de la mejor forma posible con el fin de vivir en armonía con nosotros mismos y con nuestro entorno.

⁵ Se usa esta palabra en su acepción de dar significado, igual que en el argot terapéutico.

⁶ Stein, Edith. *Ser finito y ser eterno*, p. 386.

Al momento que adquirimos conciencia de lo que percibimos, convertimos determinada situación en objeto de conocimiento. Si no hay conciencia, el momento sólo fue una sombra, un fantasma (el contacto se da sin que haya presencia). Existió una relación con el entorno, mas en ningún momento se registró en la mente. No podemos decir cabalmente que estuvimos ahí, pues no somos capaces de dar razón de lo acontecido. La diferencia se encuentra en la presencia, en el instante mismo de la relación, en el contacto con el entorno y en el acto que nosotros hayamos realizado hacia el mundo y cómo nos hayamos comprometido con éste. Cuando nos relacionamos con el mundo contamos con dos momentos: el de seres-actuales presentes con nuestro acto en el momento o el de seres-potenciales que todavía no estamos presentes hasta el momento de efectuar el acto, muchas veces ese acto no es consciente, pues aunque lo realicemos, no estamos presentes en tanto que no asumimos la responsabilidad del acto como propia. Podemos vivir sin comprometernos con la vida en un camino continuo de azar sin que haya actos de voluntad, sin responder por nuestra existencia.

Quien ya se halla en el sendero, no existe para sí mismo sino para los otros; se ha olvidado de sí para poder servirles; es como una pluma en la mano de Dios, a través de la cual pueda fluir el pensamiento divino y encontrar, aquí en la Tierra, una expresión que sin tal intermedio no podría tener. Pero al mismo tiempo es un evidente penacho de fuego, irradiando sobre el mundo el divino Amor que inunda el corazón.⁷

En realidad, la vida es infinitud de instantes y si queremos vivirla plenamente no podemos más que experimentar segundo a segundo, ya que es en el momento presente

⁷ Krishnamurti, J. *A los pies del maestro*, p. 92.

que vamos creando nuestro camino. De esta forma comenzamos por discriminar qué hay y qué podemos hacer con lo que hay. Determinamos qué es importante para nosotros, qué no es importante, qué cosas podremos hacer fácilmente y cuáles nos serán más difíciles o lejanas; cuáles tendremos que dejar ir, pues no están a nuestro alcance; descubriremos cuál es nuestro potencial y cuál es el acto preciso para vivir cada momento. Asimismo, descubriremos que existen infinitas situaciones que se encuentran fuera de nuestras manos y ante las que poco o nada podremos hacer; aunque esto implique una gran carga y dolor.

Sabemos que todo momento nos transforma, ya que tanto nosotros como nuestro entorno es dinámico. Nos encontramos en constante cambio. Todo lo que percibimos del mundo lo asimilamos y lo convertimos en abstracciones manejables para cada uno de nosotros. En este proceso de abstraer el mundo y hacerlo propio vamos conociendo nuestra capacidad de razonamiento y el potencial de nuestro intelecto; comenzamos a responder ante el mundo de forma inteligente. Esto significa que reaccionamos ante los constantes cambios que sufre el universo y hacemos nuestro éste mundo nuevo y desconocido desde el ser renovado. La vida nos enseña que en el camino hay situaciones en las que nuestros actos nos dan frutos; otras en las que los esfuerzos son estériles; algunas que están fuera de nuestro alcance y otras más que son dolorosas, ya que a cada instante enfrentamos un mundo diferente, siempre en transformación. Cada momento será un nuevo reto, una nueva oportunidad de vivir el presente. Nos transformamos entonces a cada instante para no perdernos en esta vida cambiante, mas encontramos que existen situaciones en las que la razón y la inteligencia no tienen nada que hacer por tratarse de funciones que tienen que ver con el *ánima* humana,

como son el amor, la fe y la esperanza, que se hacen presentes en cada una de nuestras vidas con “harta” fortaleza, pues esa *anima* es la esencia de lo que somos nosotros.

ANIMA

DE LA COSIFICACIÓN DEL SUJETO

A LA PERSONALIZACIÓN DE LA COSA

Hay que tener la capacidad de recibir con el corazón aquello que nos da el universo; de aceptar lo que nos ofrece tal cual es, antes de cuestionar si es bueno o malo, antes de pensar si lo que recibimos nos llega en el contexto experiencial idóneo. Hay que abrirnos a una nueva forma de valorar el momento “desde el interior de nuestro ser”, “desde lo más profundo” y permitir que fluya eso que sentimos hacia el mundo. No podremos saber a ciencia cierta si lo que pensamos es verdaderamente lo que necesita nuestro corazón, puesto que nuestro corazón no piensa, nuestro corazón siente y no hay un parámetro que nos dé certeza de lo que pasa o quiere desde la razón. Partiendo de este criterio, entenderemos que vivimos con subjetividad el contacto con el mundo, ya que depositamos una carga emocional propia en cualquier acto concebido por nuestro ser.

El mundo es materia, masa que no cambia; somos nosotros quienes lo cambiamos cuando lo tocamos con el corazón, lo re-significamos, y por tanto, este mundo cobra vida en nuestro interior; se vuelve mágico, creador y tiene poderes que no comprendemos; se convierte en el “objeto”, diferente a cualquier otro. Es el objeto entre los objetos; es el objeto que nos da “ese algo” que hace falta en nuestra vida. Intentaremos buscar el significado emocional de “ese algo”, ya que “ese algo” no posee un significado aparente *per se*, no se basa en razones, solamente es y nosotros lo conformamos como tal. Somos conscientes que desde nuestro interior se crea el mundo

y sabemos que ese objeto-del-sujeto es parte de este mundo y que la diferencia primordial está en que no significa lo mismo para todos los seres humanos. Es diferente para cada quien. Se convierte en “mío” cuando me lo apropio (fenomenológicamente no es descriptible más que como el objeto tal cual). Sabemos que en el objeto hay “ese algo” que lo une a cada quien. Hay una presencia del objeto que solamente se explica por la creación de un artesano superior, pues el intelecto no puede dar cuenta del objeto más que como tal, sin distinguir mayor diferencia entre éste o cualquier otro objeto del mundo. No obstante mi corazón llama al objeto desde “ese algo que lo une a mí” y es entonces cuando las posibilidades de descubrir el mundo cambian, ya que parten del alma en la que se funden con el amor, la fe y la esperanza.

Por tanto, hay algo no palpable que hace que nuestro interés hacia un objeto sea especial, que éste signifique algo para nosotros, algo que motiva nuestro actuar hacia ese objeto, es decir, nuestros actos hacia el objeto se convierten en *actiones voluntatis* (voluntad de actuar). Nuestra tendencia nos lleva al objeto, la voluntad se convierte en “la potencia que tiende a algo”.⁸ Es un acto entre el sujeto cognoscitivo y el objeto conocido; es un acto con infinito potencial que nace desde el interior de quien lo vive; *quid recipitur ad modum recipientis recipitur* (lo que se recibe, toma la forma del recipiente).

Así es como nosotros creamos nuestro mundo con sujetos, objetos y creencias que le dan sentido a nuestra vida. Apoyándonos en éstos encontramos el rumbo para hacer que nuestro viaje a través de la vida sea más sensible y armonioso.

Existen situaciones en el universo que no podemos comprender conscientemente (la muerte, la enfermedad,

⁸ Ferreter Mora, José. *Diccionario de filosofía*, p. 1879.

la locura, etcétera). Muchas de éstas son necesarias para nuestra vida y aunque no las comprendamos seguirán existiendo y nada o muy poco podremos hacer para cambiarlas. Nuestra alma no comprende cabalmente algunas de las situaciones que suceden, mas ésta palpita y percibe lo que nos lleva a aferrarnos a la vida, a los sujetos y objetos que están con nosotros en el mundo. Sólo el alma conoce el lenguaje del espíritu; nuestra razón conoce el lenguaje de la mente, y aunque nuestra alma nada sabe del mundo material como tal, pues lo físico no está en el plano de su entendimiento, lo inmortaliza en abstracciones y símbolos que le dan fortaleza a nuestro existir: el lenguaje secreto del alma probablemente nunca lo podamos explicar con la razón, pues yace en el corazón de cada uno de nosotros. Ese lenguaje se escucha quedamente en nuestro interior, es la voz del viejo sabio que vive y muere en cada decisión que tomamos y es el único que en todo momento, todo lo sabe. La razón no nos ayuda a escucharlo, nos ayuda a entenderlo; probablemente sólo el tiempo nos enseñe a apreciar ese exquisito sonido que escapa del centro de nuestro ser en cada latido, en cada suspiro, en cada risa.

No tiene sentido que busquemos razones para comprender al corazón, pues su lenguaje es más complejo que el entendimiento que podamos tener de éste. No hay respuestas intelectuales sensatas para nuestro corazón. Si no comprendemos por qué reímos, por qué suspiramos o cuál es el motivo que nos hace luchar cada día por la vida cuando tenemos un vacío existencial, eso no es importante para el corazón. Lo importante es que luchamos por vivir de la mejor manera posible con lo que la vida nos da. Ya sea que entendamos o no la magia que nos inspira a vivir cada día de la manera en que lo hacemos. Para que vivamos cada día a la vez, hasta que podamos voltear para atrás y ver toda una vida.

TEMPORALIDAD

YA NO HAY ARENA EN LA PARTE SUPERIOR DE MI RELOJ,
PERO NO TENGO PARA QUÉ VOLTEARLO, NADIE ME ESPERA,
NO TENGO PRISA, YA HE LLEGADO

Tenemos la posibilidad de transformar cada instante de nuestras vidas, imprimiendo conciencia en nuestros actos para que éstos no sean como los granos de arena del reloj que pueden pasar inadvertidos entre millones de granos de arena.

*Kino to kyo to Kuashite asukagawa nagarete hayaki tsu nari
keri.*⁹

De esta forma se crea la presencia de nuestra *anima*, esta esencia creadora de nuevas posibilidades que van transformando nuestra vida. Esta presencia también es temporal pues nace con la concepción y termina con la muerte del ser humano. Así, el tiempo marca el *alfa* y *omega* de las posibilidades que se generan en cada ser. Entonces nos es claro que es durante un periodo determinado de vida que podemos desarrollarnos hacia la plenitud trascendental en cada experiencia vivida.

Ya que existimos y cambiamos a cada momento, cualquier descripción de nosotros mismos o de nuestras percepciones es verdadera solamente para el momento en que se lleva a cabo.¹⁰

En ese espacio infinitamente pequeño en el que vivimos es en el que podemos descubrirnos, ese espacio presente que no permite otro momento más que el “aquí y ahora”, ya sea en la mente o en el alma de cada uno de nosotros.

⁹ Haramichi no Tsuraki. Poeta japonés del siglo ix. (Cual ayer dije, pasé el día y hoy lo paso [...] según digo y así mañana río fugaz el tiempo). N del Ed.: Todas las traducciones de inglés son de Adriana Arrieta, las demás son del autor.

¹⁰ Oldham, James. *El riesgo de vivir*, pp. 114-115.

*Inochi dani kokoro ni kanahu mono naraba. Nanika wakare no kanashi karamashi.*¹¹

Mas es tan sólo un brevísimo momento en el que vivimos y lo único que tenemos seguro es ese latido de corazón, que ahora nos da vida.

Así entonces, el hecho de que el tiempo sea incierto no implica que sea irreal, si para mi razón un minuto son 60 segundos y para mi corazón son 80 latidos, eso no descalifica uno para que exista el otro, se complementan como dos realidades paralelas. El desconocimiento de la realidad o las razones que generan los hechos no implican que no existan ni que perdamos responsabilidad sobre éstos, pues cada uno de nosotros responde por lo que hace o no hace ante sí mismo y ante el mundo. Podemos vivir sin ser conscientes del latido de nuestro corazón y esto no nos exime de la responsabilidad que tenemos ante éste. El hecho de que hagamos alguna acción con o sin conocimiento no nos libra de ser responsables, aunque desconozcamos la realización del acto como tal. Por tanto, buscaremos siempre el camino que nos dé la vida de la forma como nos dicte el corazón, buscando la paz y la armonía entre lo que soy y quiero ser. De esta forma existirán más seres humanos felices y satisfechos. Sólo tenemos una vida para vivirla, que entonces sea de la mejor manera.

Ya sea a 60 segundos por minuto o a 80 latidos, mientras sean auténticos ritmos de nuestra vida.

CORPUS

CON UN DEDO TAPO EL SOL, CON EL OTRO LA LUNA...

Y A MÍ QUIÉN ME CUBRE CUANDO TENGO FRÍO

Nuestro cuerpo es la morada de nuestra *psyche et anima*. Éste es el espacio que nos conforma físicamente por un

¹¹ Shirome. Poeta japonés del siglo x. (Una vida tan sólo [...] Pienso que si viviera siempre, no me entristecería la despedida.)

tiempo determinado; es por éste que conocemos el mundo y nos diferenciamos de él. Durante el periodo que vivimos en el cuerpo, vamos grabando en éste todas nuestras experiencias físicas y emocionales. Nuestras vivencias van transformando paulatinamente la estructura y la forma de nuestro cuerpo. Al mismo tiempo, vamos integrando las experiencias y transformándonos en seres con características específicas que nos permiten vivir holísticamente en nuestro entorno. Nuestra historia está escrita con sangre y piel en nuestro organismo. Ésta surge a partir de la vivencia particular, de nuestro propio cosmos biológico, de cada uno de los complejos sistemas y estructuras que a través del tiempo se van transformando hasta formar el ser autónomo que cada quien es.

El sujeto es hombre, persona, ser viviente, morador en el seno del Ser.¹²

Somos el sujeto entre los objetos durante el periodo que recorreremos el mundo a partir de las posibilidades que nos da nuestro cuerpo. Luego éste se deteriora y muere llevándose consigo las posibilidades terrenales.

Por medio del cuerpo recorreremos el camino. Durante el trayecto de nuestra vida, cada uno de nosotros conscientizamos algunos instantes de la experiencia diaria, tomamos algunos momentos y los hacemos nuestros.

El acto de tomar conciencia no es un acto pasivo, es querer alcanzar algo con ímpetu y coraje; implica seleccionar lo que se quiere, es enfocar la atención a nuestro deseo; es decir, de la infinidad de eventos que están sucediendo en nuestra conciencia, elegimos poner atención solamente a uno o dos.¹³

¹² Berdiaeff, Nicolás, *op. cit.*, p. 50.

¹³ Oldham, James. *El riesgo de vivir*, p. 41.

Nuestro cuerpo se prepara para responder a las exigencias de cada instante de la forma como le sea más accesible en ese momento, nosotros permanecemos con la conciencia de que existen necesidades actuales que podrán ser cubiertas y otras más que tendrán que ser pospuestas o eliminadas por carecer de la fortaleza para alcanzarlas en ese instante, de esta forma tendremos que asumir la frustración que implique no cubrir plenamente nuestras expectativas para crecer con el momento y formar un parámetro real de nuestras capacidades.

Interactuamos con el medio cada vez que buscamos satisfacer alguna necesidad física; ampliamos nuestra atención para poder cumplir con nuestras necesidades en el instante preciso. En algunas ocasiones podremos responder con prontitud a los retos que nos da la vida. “Los mensajes serán claros y las respuestas estarán en nosotros en todo momento”. Sabemos que en otras ocasiones permitiremos que sucedan eventos que creemos que no están a nuestro alcance y por los que no podemos responder, ya que nuestra atención y posibilidad de responder sólo se puede enfocar en unos cuantos hechos para así cumplir con el objetivo específico que nos planteamos. En cuestión de milésimas de segundo vamos evaluando las acciones y la forma como respondemos al entorno. Dependiendo de nuestra capacidad, lograremos resolver con mayor o menor dificultad cada situación y de acuerdo con los resultados, transformaremos la energía corporal en estrés o satisfacción. Esto cambiará la forma como interactuemos con el medio externo, así como con nuestro mundo interno, y modificará la forma como veamos el mundo y a nosotros mismos.

Somos conscientes de que vivimos gracias al cuerpo, ya que éste es nuestra morada, sin éste no existe la posibilidad de vivir. Somos la conjunción *psyche, anima et corpus* (mente, alma y cuerpo). Nuestra esencia se encuentra ple-

namente marcada en cada parte de nuestro cuerpo, de este maravilloso castillo que habitamos y que imprime nuestra presencia en el mundo en cada acto realizado durante nuestras vidas, gracias a la voluntad de actuar que se genera por medio de nuestro Yo (*psyche et anima*).

Solamente podremos encontrar el sentido de lo que pasa dentro de cada uno y del universo por medio del *corpus*, a través del intercambio que tenemos con el mundo, pues es por el *corpus* que tomamos contacto con el universo para hacerlo nuestro. De la misma forma como en ocasiones lo hacemos con nuestro *corpus*, “en vez de decir la cabeza, el estómago, el hígado, digo mi cabeza, mi estomago o mi hígado”.¹⁴ Asimismo, podemos decir mi mundo, mi sentir del mundo. Respondemos al mundo a través del *corpus*, “mi cuerpo”, y permitimos la interacción con el cosmos, mi cosmos. Lo re-significamos desde nuestro propio potencial. El *corpus* no puede ser sin un mundo que lo contenga; el *corpus* necesita del mundo para existir. Este *corpus* es un espejo de lo que pasa en nuestro interior, así como nuestro entorno es un reflejo de lo que somos. Nuestro *corpus* es el navío, nuestro Yo (*psyche et anima*) es el capitán que nos guía hacia puerto seguro durante el trayecto que duren nuestras vidas, pues nos permite navegar de forma consecuente y hacer tangible en nuestro *corpus* nuestras emociones y pensamientos para no encallar en tiempos de tormenta o perdernos en la densa neblina de la vida. Nuestras vidas no son tormenta, ni mar en calma, en todo momento existe marea baja y pleamar, y en todo momento está el faro (Dios) que nos da luz y guía para poder tomar el rumbo adecuado, sin importar cuán oscuro sea el trayecto.

A través de nuestro *corpus*, nuestra esencia humana se proyecta al mundo, ya que nuestra verdadera esencia es

¹⁴ Schnake, Adriana. *Los diálogos del cuerpo*, p. 45.

etérea. “La mente, el espíritu y el alma son aspectos de todo ser viviente”,¹⁵ que no podrían proyectarse sin un *corpus* que los lanzara al mundo, a su vez, nuestro Yo (*Psyche et anima*) se complementa con el *corpus*, pues gracias a éste da vida a los actos que de otra forma no podríamos realizar; actos maravillosos como la risa, el llanto, la palabra o el silencio que fluyen en cada uno de nosotros.

Pienso en nuestro *corpus* como el castillo que hemos morado desde nuestro nacimiento hasta ahora. El *corpus* nos permite mostrar por medio de sí mismo lo que el corazón y el cerebro guardan; aquellos sentimientos, emociones o pensamientos que habitan en el ser. Entonces podemos mostrarnos felices o tristes. Cada molécula de entendimiento o negación del mundo se escribe en nosotros perdiendo su dimensión real, exacta y concreta, y se forma un nuevo significado. Somos seres pensantes, reflexivos, emotivos. Podemos decir que este *corpus* soy yo sin que exista distancia entre éste, la *psyche*, el *anima* y el cosmos, pues toda distancia es sólo espacio entre el ser y el mundo con el que nos relacionamos. Sabemos que el mundo está en cada uno, pues somos parte de este universo en transformación. Somos uno con el universo, tomamos de éste y le damos de nosotros para poder subsistir ambos en una armónica ecuación de vida.

Es por el *corpus* que expresamos realmente quiénes somos en el mundo. Nos hace presentes en el aquí y ahora. Debemos reconocer que la forma como nos relacionamos con el mundo es muy similar a la forma como nos relacionamos con nuestro *corpus* y cuando esta relación es tóxica, negativa, agresiva, se refleja inmediatamente en el *corpus* como un grito silencioso, permanente, doloroso, que queda impreso en cada uno como la historia viva de cada ser. Sin embargo, podemos esperar un efec-

¹⁵ Lowen, Alexander. *Bioenergética*, p. 52

to contrario si cuidamos de nuestro *corpus*. Es importante recordar que con el paso del tiempo este recinto maravilloso se va deteriorando hasta que un día lo alcanza la muerte. Entonces, el *corpus* que fue morada, se entierra, desaparece, pues es inevitable la descomposición de la carne, los músculos, las vísceras, el corazón, el cerebro. De todo lo que fuimos sólo queda el recuerdo en las obras que hicimos por medio de nuestros actos creativos gracias a nuestro *corpus*.

El tiempo es implacable y hace su labor. Nuestro *corpus* no resiste su embate y momento a momento va mostrando su finitud. Eso es lo que le pasa a la morada, esta casa finita que alberga nuestra conciencia del mundo y que nos permitió ser durante nuestra estadía como individuos únicos interna y externamente, e irrepetibles por la complejidad de cada uno de nuestros sistemas y estructuras, así como también maravillosos por las experiencias que el cuerpo le permitió vivir a cada ser que lo habitó.

El carácter del ser humano es ser opuesto a lo que está encerrado sobre sí, cerrado como una caja.¹⁶

Es por medio de nuestro *corpus* que podemos salir al mundo y a la vez dejar la presencia de nuestro estar en el universo. Nuestro ser sale de esta casa a crear sus obras y aunque esta casa ya no esté más, el ser permanece eterno.

Nos cuestionamos sobre nuestra finitud y es a partir de esta pregunta que pretendemos explicar y justificar algún fenómeno que satisfaga la necesidad de continuidad, pues no aceptamos esta realidad de temporalidad. No nos conformamos con esta realidad humana, no aceptamos ser la criatura preferida de Dios y tener un fin tan tajante, tan definitivo, pues entre todas las criaturas de la tierra Dios nos hizo a su imagen y semejanza a excepción de nuestra

¹⁶ Mounier, Emmanuel. *Introducción a los existencialismos*, p. 92.

finitud. *Corpora lente augescunt cito extinguuntur*. (El cuerpo crece lento y muere rápido.)

Se puede decir que en el recorrido de este camino cada uno va a su tiempo y modo reuniendo experiencias que se van encarnando en cada ser. Mas el día que nos vamos, al momento en que el camino termina para nosotros, no nos llevamos nada. El *corpus* se queda con todo lo que tomamos del mundo, y lo devuelve amorosamente para que otros que lleguen después lo puedan tomar a su vez. El legado serán las transformaciones materiales o espirituales que hayamos logrado durante el tiempo de nuestra estadía. Eso es lo único que quedará para dar fe de nuestro paso por este maravilloso planeta.

INTENCIÓN

QUIÉN SOY YO Y QUIÉN ES ÉSE EN EL REFLEJO DEL POZO,
QUE CADA VEZ QUE MIRO ADENTRO ME VE CON ASOMBRO

Desde siempre los seres humanos nos hemos cuestionado por nuestra esencia. En algunos pensamientos de los antiguos griegos podemos encontrar puntos interesantes que nos ayudarán a esclarecer los orígenes del Yo desde su conjunción *psyche et anima*. Encontramos que en su cosmovisión ellos ya se cuestionaban sobre la inmortalidad del ser por medio del “alma”.

Con la muerte corporal muere el hombre, mas no el *anima*. Imaginemos nuestra *psyche* desde los ojos de Homero, la veremos como esencia pura. Ahora, pensemos en esta esencia vagando en el *Hades* como una sombra: una pura nada. Mas si mediante la ofrenda de nuestra vida pudiéramos dejar nuestros conocimientos, nos elevaríamos más allá de la masa corpórea para convertirnos en seres grandiosos por encima de la mera esencia de la existencia humana. La *polis* nos daría un lugar en su pensamiento y la inmortalidad como seres ideales, es decir, nos daría un nombre para que los demás se

puedan referir a nosotros una vez que ya no existamos como entes de carne, vísceras y huesos.

Existe una esencia cósmica que nos hace eternos, con la cual podemos observarnos desde una visión que nos relaciona con el universo, en la que la *psyche* no es más que parte del *pneuma*, el cual se encierra por un periodo determinado en nuestros cuerpos. El *pneuma* es el aliento de vida del cosmos. “El *pneuma* o aliento, o el aire, abarca el cosmos entero”.¹⁷ Entonces, siguiendo este pensamiento, nuestra *psyche* está en relación directa con el cosmos puesto que viene del cosmos, y esto nos convierte a los seres humanos en criaturas poseídas con la esencia del todo, ya que somos parte vibrante del cosmos y éste es parte de nuestro ser.

Esta idea la podemos encontrar en algunos poemas del siglo vi: “La *psique* que entra en el hombre al nacer, llevada sobre el soplo del viento”.¹⁸ Asimismo en la *Iliada* encontramos frases como “la *psique* se le escapó volando de la boca”.¹⁹ En ambos casos podemos ver que la *psyche* no es eterna en el cuerpo humano y se pierde con el último suspiro; *animam efflare* (exhalar el alma). Así, cuando respiramos, cada uno de nosotros vive y muere parcialmente, pues no permitimos que se vaya nuestra *psyche* totalmente del cuerpo que habitamos. Mas en el momento en que el cuerpo muere, la *psyche* se funde con el *pneuma* y se extiende al universo. El cuerpo se integra al mundo, pues, como lo indica la teoría de la relatividad de Albert Einstein, la materia no se crea ni se destruye, sólo se transforma. Así, este cuerpo, morada del alma, se convierte en polvo, “cenizas somos y en cenizas nos convertiremos”. Mientras que nuestra *psyche* (aliento) nos habita, nos inspira a abrir los ojos, a mirar el horizonte y a sabernos

¹⁷ Jaeger, Werner. *La teología de los primeros filósofos griegos*, p. 83.

¹⁸ *Ibid.*, p. 83.

¹⁹ Homero, *La Iliada*, ix, p. 409.

vivos. Mas nuestro potencial trasciende este concepto de “aliento”, pues no es lo suficientemente vasto como para cubrir todo lo que pasa en ese inhalar-exhalar. Como fenómeno de vida y muerte, estaríamos dejando fuera el acto de la voluntad en este intercambio que implica la forma en que vivimos y morimos cada instante, cuando soltamos el aire que hay en nosotros y tomamos del mundo una nueva oportunidad de vivir. Así, día a día, sabemos que en este hecho se compromete nuestra vida y nuestra muerte, y nosotros podemos cuestionarnos sobre esto. Es necesario, entonces, que incluyamos diferentes acepciones mentales y espirituales que estén involucradas en los procesos más puros del ser, más allá del “aliento”, en el corazón del ser, en la morada del alma.

Nuestra *psyche* está pendiente de la vida en tanto que nos hace responder a cada uno por sí mismo; nos hace estar presentes para poder seguir aferrándonos de la vida aunque sea por instantes. Nuestra *psyche* se apoya del *noûs* (intelecto) como principio de orden y movimiento para vibrar armónicamente en el cosmos. Sabemos que nuestra *psyche et anima* regresa a cada instante de la muerte, ya que estamos vivos para constatarlo. Este proceso se da de manera automática, pues existe en todo ser humano la pasión, la voluntad o la fe innatas hacia la vida. Nuestra *psyche et anima* se sustenta a sí misma por amor. Bajo ese mismo principio puede ceder ante la muerte si es necesario, para preservar la vida de algún ser amado que pueda significar más que nuestra propia existencia. Podemos ceder el aliento de vida conscientes de ello o podemos seguir viviendo cada día de la mejor manera, inhalando y exhalando con la importancia que tiene cada respiración. En ese aliento encontramos una genialidad lo suficientemente fuerte como para podernos contemplar ampliamente, con toda la luz que poseemos, así como con toda la oscuridad que llevamos dentro; sin perder el rumbo del camino.

Al *anima* se le consideraba como “una sustancia extraña de la vida intelectual”.²⁰ Además de que transformaba la existencia terrenal, daba posibilidades mas allá de lo tangible. En la antigua Grecia buscaban por medio de los actos de voluntad llegar al *areté*, la excelencia humana; una superioridad que poseían los seres no humanos sobre los humanos, la fuerza de los caballos, la destreza de los dioses, la virtud. Gracias a la gran capacidad que poseían los pensadores de maravillarse ante el ser humano se fueron generando principios filosóficos que hoy nos ayudan para entender lo que somos, y que nos permiten trascender nuestra existencia para alcanzar el *areté*.

Somos seres superiores a partir de nuestro Yo (*psyche et anima*) que nos diferencia y nos da la posibilidad de encontrar el *arjé* principio de todas las cosas y a nosotros mismos. Por el Yo (*psyche et anima*) conocemos todo, y así todo nos es dado y quitado por él; creamos y destruimos ideas, objetos, cuerpos y almas.

El *anima* no entiende de razones, es la *psyche* con su pensamiento racional que toma posesión del mundo. Así se desarrolla progresivamente y va devorando todo cuanto hay a su alcance. Todo lo analiza hasta que cada vez queda menos por analizar, cuestionar, o pensar, pues ya no hay interés en saber más. Al encontrarse inmersa en la razón se siente vacía, voltea al *anima*, en la que encuentra la nada, el vacío fértil a partir del cual comienza a transformar el mundo. Desde la visión del razonamiento, acariciado por el corazón de cada ser humano que habita en este maravilloso mundo, se fascina en la búsqueda de cuestionamientos a partir de esta nueva perspectiva que no se podría dar sin la integración de ambos.

No hay nada al parecer, mas en ese espacio intangible que existe entre *psyche et anima* se da la conciencia pura. Ahí

²⁰ *Ibid.*, p. 87.

no hay justificación ni razón netamente objetiva. Entonces quedamos a merced de cualquier posibilidad, ya sea la de responder desde el *anima*, o la de responder desde la *psyche*. Es ése el momento para cobrar fuerza, para ser suficientemente humanos; es el instante en el cual cada ser se puede apoyar en sí mismo para sostener el cosmos unos instantes y después soltarlo a través de su aliento para luego regresar a él. Cada ser puede vivir y morir cada instante plenamente, apostando su genialidad a esa inspiración profunda que lleva a nuestras intenciones a convertirse en actos de enorme belleza en el momento íntimo de la introspección.

Y van pasando los años
y al fin la vida no puede ser
sólo un tiempo que hay que recorrer
a través del dolor y el placer;
quién nos compuso el engaño
de que existir es apostar a no perder.

Vivir es más que un derecho,
es el deber de no claudicar,
el mandato de reflexionar
qué es nacer, qué es morir, qué es amar
el hombre porque está hecho
y que eres tú, libertad, libertad, libertad...²¹

Es por esto que desde los pensadores griegos hasta nuestros tiempos nos hemos expresado de forma tan singular del *anima*. Con pasión y compromiso, con una significación específica que le da la virtud de infinito al ser que tenga esa *anima* que sostenga al mundo desde la posibilidad del conocimiento. Aunque sea necesario para esto una gran carga de sufrimiento para la persona, podemos comprender que del dolor nazca la fuerza para descubrir la necesidad del conocimiento, puesto que toda necesi-

²¹ Aute, Luis Eduardo. *¡Mira que eres canalla, Aute!*, pista 7.

dad humana que no es satisfecha provoca *pathos* (sufrimiento, vivencia emocional) y éste nos genera una voluntad para conseguir lo que nos hace falta, pues sin éste, el conocimiento y nuestro existir serían incompletos.

El sufrimiento es una vivencia personal *excrucio* (causa de gran dolor) del *anima* que nos marca profundamente. Conocemos solamente el propio y para entender parcialmente el del “otro” es necesario que usemos la *techné* (intercambio de información de viva voz). Nos tenemos que relacionar íntimamente, escuchando atentamente y con todos los sentidos el mensaje del otro-sufriente. En un momento *modicus* (ordinario) podríamos recibir el mensaje íntegramente sin ningún problema, mas en la presencia del sufrimiento se convierte el instante en *eximus* (extraordinario) por lo que nuestra figura ante el otro tendrá que ser *unique* (única). Aun así, debemos reconocer que el conocimiento sobre el “otro” será incompleto ya que sólo tenemos la capacidad de acercarnos a su dolor. Es por esto que modificaremos la forma como se dé la *techné*, para estar lo más próximos al otro, ya que es fundamental avecinarnos al “mismo-dolor” para entender la fortaleza que lanza al otro-sufriente al mundo y comprender la intensidad de su vivencia.

Aunque no podamos sentirlo de igual forma podremos comprenderlo y compartirlo a través del acercamiento a la vivencia del otro por medio de la *techné*, sin ésta no podríamos relacionarnos como seres humanos, pues la posibilidad de encontrar verdaderamente al “otro” se da desde el conocimiento de su esencia, desde lo más profundo de su corazón. De otra forma sería imposible acercarnos. Así, para saber del otro-sufriente tenemos que adentrarnos a nuestro corazón y desde ahí preguntarnos sobre lo que sentimos referente al otro-sufriente. Luego dirigimos la pregunta a ese ser que está frente a nosotros. El acercamiento se dará en la medida en que tengamos la

capacidad de cuestionarnos a nosotros mismos sobre nuestro sufrimiento, aceptando y respetando el dolor del otro y sólo se podrán establecer preguntas cercanas en la medida en que las hagamos bajo un marco de referencia similar al que encontramos en el otro-sufriente.

De esta manera podremos darnos cuenta de que las preguntas y respuestas serán parecidas, mas nunca idénticas, pues ese ser que está enfrente es diferente y único, y se encuentra vibrando en un canal emocional profundo, al cual trataremos de acercarnos hasta el punto en que sea seguro, sin perder nuestra realidad, siendo conscientes en todo momento de nuestra identidad.

Tú eres tú y yo soy yo, y tu dolor no es el mío, te puedo escuchar amorosamente, mas no puedo sentir lo que sientes, te respeto y te acepto con tu dolor, que es diferente al mío.

Es ese instante preciso en el que nos encontramos *participare* (participando) en una comunión que nos genera *velascere* (crecimiento) a ambos al mismo tiempo, por medio de la *techné*, ya que en ese momento somos almas en comunión compartiendo la esencia primordial del ser humano de co-existir en armonía.

Es importante conocer nuestra esencia para cuestionarnos correctamente sin perdernos en las voces del *anima* del otro, ya que ésta tiene un lenguaje único que contempla el mundo interno del ser que está presente ante nosotros. Cuando la comunicación proviene auténticamente del *anima*, los seres se disuelven ante la sensibilidad, dejando dos esencias puras que comparten amorosamente desde la intimidad del corazón todo cuanto existe y se puede dar.

Una vez que nuestra alma ha tocado el corazón de Dios con un acto amoroso, no necesita de un cuerpo para existir.

De esta forma y gracias a las posibilidades que nos da el *anima*, los seres humanos no deseamos someternos a una concepción de existencia que no nos tome a cada ser como única y última medida de nuestra existencia. Cuando con el *cogitationis* (pensamiento) llevamos a cabo nuestra más alta aspiración de libertad, nos vemos obligados a reconocer nuestra carencia de ésta, pues dependemos del *corpus*.

Nuestro *corpus* nos ha llevado desde nuestro nacimiento hasta el momento presente, después nos contendrá hasta que concluyan nuestras vidas, y entendemos que hay un momento en el que el *anima* se tiene que separar del *corpus*. Éste es finito y nuestra *anima* no lo es y por tanto se gesta en cada uno la necesidad de trascender y dejar esculpida la piedra que dé razón de lo que fue nuestro paso por el mundo. Aunque nuestra alma no es finita, tampoco es tangible para que sea ella por sí sola la que atestigüe nuestros *actus* que son lo que dejan huella en el mundo y en quienes lo habitan como nuestra *opus magnum* (obra inmortal), la cual nace desde nuestro interior, desde nuestro eje primordial, expresando en ésta nuestra verdad última, nuestro *fiduciarium* (compromiso). Así, “nace ese dejo de tristeza” y la aceptación de nuestra mortalidad, que paradójicamente surge sólo al momento de aceptar que somos inmortales a través de nuestra obra y es cuando realmente comenzamos a vivir y a morir en el presente perfectísimo: “aquí y ahora”.

Ningún acto que hagamos en contra de nuestra voluntad podrá profanar la pureza de nuestra alma.

Asumiendo la importancia que tiene nuestra *anima* regresemos por un momento con los antiguos pensadores. Sócrates era un médico del interior del hombre, de la vida espiritual. Exigía que en vez de preocuparse por los ingresos, el hombre se preocupara por el alma como su misión suprema.

Caracteriza más concretamente el cuidado del alma como el cuidado por el conocimiento del valor y de la verdad (*frontesis* y *alétheial*).²²

Sin nuestra *psyche* no hay valores ni verdad ni cuestionamiento que nos pueda llevar a dudar si existe o no el valor y la verdad. Entonces, de qué valdría que nos preocupáramos por los bienes materiales si no sabríamos qué hacer con éstos. Podemos tener infinitos bienes que nos convertirán en esclavos de éstos o podemos tener los bienes que nos dicte nuestra conciencia, como necesarios para satisfacer lo que pide nuestra *anima*. Necesitamos entender esta premisa como verdad absoluta, “no podemos costear el sacrificio de la vida de ningún ser humano en favor de ningún bien material”, pues esto sería tanto como aceptar que somos objetos de comercio y daríamos el primer paso hacia la despersonalización. Si no nos conocemos, no podremos saber nuestros requerimientos mentales, físicos y espirituales. Si no sabemos nuestros requerimientos, no conoceremos nuestros límites, y no podremos estar en paz y aceptar algún parámetro como nuestra *opera magna* (obra maestra).

Esta *essentia* humana que se conoce y que conoce el *pneuma* podría sucumbir algún día de no creer en nuestra obra y en la permanencia después de la muerte que ésta nos da, entendiéndola más como legado de la *techné* que como creencia religiosa, la cual a su vez se convierte en una verdad superior, un valor puramente interior, basado en el potencial del ser de trascenderse y transformar a otros.

Si la pureza del alma de toda injusticia constituye su salud y la mancha de la culpa, en cambio, su pérdida y enfermedad, el juicio del más allá equivaldría a un examen médico del alma. El alma desnuda comparece ante el juez, que es a su vez un alma desnuda,

²² Julién, Nadia. *Enciclopedia de los mitos*, p. 417.

y éste explora que han dejado en ella todas las cicatrices, todas las heridas y todas las manchas que han dejado en ella los sufrimientos de la propia injusticia que en la vida padeció.²³

De esta forma, al conocer cada quien su *anima*, se convierte en responsable de su vida y de cómo la ha de vivir, al momento que busquemos trascender a otro mundo, ya sea como herederos de conocimiento o como almas bondadosas, serán nuestros actos los que nos lleven a estar parados frente al juez para justificar lo que hicimos y lo que dejamos de hacer en vida.

Si un alma se muestra sana en ese juicio es porque se entregó al deseo de conocer y realizar el bien, por tanto, sería liberada inmediatamente a la isla de los bienaventurados. A las otras se les enviaría al *Tártaros*, infierno de la mitología griega donde ordenaban Hades y su esposa Perséfone. Ellos lo imaginaban como una inmensa mansión de bronce rodeada de murallas, a la que se accedía por unas puertas de hierro que forjó Hefesto o Poseidón. Se sabía que Zeus enviaba allí a quienes habían ofendido a los dioses con grandes crímenes: “este es el lugar donde los culposos reciben su merecido”.²⁴ Éstos eran los incurables, almas de tiranos en su mayoría y de hombres de poder, a los que ya no les es posible alcanzar su salvación con ninguna terapéutica. El mundo posterior a la muerte se vuelve una continuación y perfeccionamiento de la *paideia*, “de la lucha del alma a lo largo de toda la vida por liberarse de la ignorancia acerca de los bienes supremos, ignorancia que se apodera de ella y le cierra el camino hacia la verdadera salvación”²⁵ de la vida terrenal y espiritual. Recordemos que:

²³ Jaeger, Werner. *Paideia*, p. 542.

²⁴ Julián, Nadia. *op. cit.*, p. 358.

²⁵ Jaeger, Werner. *Paideia*, p. 542.

la *psyche* de la persona viviente fue originalmente el alma-exhalación o el alma-aliento [...] directa de la experiencia animal del hombre.²⁶

Con el tiempo, esta esencia se transformó hasta convertirse en la *psysis* (principio) del *logos* (razón o expresión de ésta). Heráclito la usó como razón cósmica de todo lo intangible en el mundo inteligente, ya que es el orden en el mundo lo que le da sentido al ser humano y crea las posibilidades a partir de ese punto de re-ordenamiento. Este *noûs* (intelecto) interno es creado por el *anima*. Anaxímenes de Mileto usó el concepto *doxa* (opinión) para indicar una de las potencias básicas del ser a través del *anima*. Para Heráclito, este potencial del intelecto fue el *logos* (razón), el principio normativo del universo y del ser humano. Otro pensador que se cuestionó sobre el *anima* fue Anaxágoras, quien sostuvo que el *anima* es inteligente y se dirige a la búsqueda de una finalidad o bien en el universo. Parménides pensaba que la vía real del conocimiento es la que proviene de la experiencia sensible y que produce una opinión.

A fin de cuentas, después de esta breve recapitulación del pensamiento de los antiguos pensadores griegos sobre el *anima*, nos damos cuenta de cómo el *anima* se cuestiona por sí misma aunque no se pueda encontrar más que en las mismas preguntas, pues las respuestas no nos dan razón de ella.

Pensemos por un momento que el *anima* como tal se concibe por algunos rasgos que dan fe de su existencia. El *areté del aretai* o virtudes esenciales del *anima* abarcan la valentía, la ponderación, la justicia, la piedad, los cuales diferencian al ser humano de cualquier ser vivo. Estos son procesos aprendidos a lo largo de la vida y, según las costumbres, se valoran y exaltan en algunos casos.

²⁶ Jaeger, Werner. *La teología de los primeros filósofos griegos*, p. 82.

Sabemos cómo decir muchas cosas falsas que suenan como verdades; pero también sabemos cómo expresar la verdad cuando lo preferimos.²⁷

Esto es gracias al potencial del Yo (*psyche et anima*) para discriminar lo tóxico de lo nutritivo que nos es dado en la *vita universalis*.

CONOCIMIENTO

DE LA NOBLEZA DE NUESTRO RAZONAMIENTO SURGE
LA BELLEZA DE NUESTRO ACTO, DE LA BELLEZA DE NUESTRO
ACTO SE DESPRENDE LA TRANSPARENCIA DE NUESTRA LIBERTAD

Los pensamientos se van integrando y formando un complejo sistema de diferenciación en nuestra *psyche et anima*, ésta los agrupa, los clasifica y los determina en valores; éstos serán sopesados de acuerdo con los recuerdos vivenciales que tengamos, consideraremos positivos y de alto valor aquellos que nos lleven a sentirnos tranquilos, satisfechos, alegres, y negativos y de bajo valor las representaciones que nos provoquen sentirnos angustiados, insatisfechos, temerarios, tristes. Cada uno de estos valores nacen de una vivencia específica que quedó guardada en nuestra *psyche et anima* por su grandeza, ésta quedará como un recuerdo específico que le dará vida a un valor, de este acto surgirá la información que usaremos para generar un proceso más elaborado. Esto es, nos meta-cuestionaremos, nuestra *psyche et anima* se preguntará a sí misma sobre nuestros pensamientos, nuestros sentimientos y nuestras obras y la implicación afectiva que tienen para nosotros y para el mundo en diferentes contextos; se cuestiona sobre lo que podemos hacer con esta información. Cómo podemos crear ambientes nutritivos y cómo podemos transformar ambientes tóxicos en estados armónicos con nosotros, con nuestro

²⁷ *Ibid.*, p. 17.

entorno y con el resto de los seres con los que co-habitamos en el cosmos. Este pensar va por un camino de meta-cuestionamientos que encuentra siempre eco en el Yo (*psyche et anima*), pues el Yo es el único que conoce la pregunta y las múltiples respuestas. Es por el constante cuestionamiento que el potencial del ser se transforma en luz, con toda la riqueza que nos da “tener una pregunta para cada respuesta”. Esa chispa que surge de nuestra *anima* para generar el cuestionamiento nos lleva a encontrar las verdades que nos ayudan a enfrentarnos a la vida. Es el ser interesado por su mundo, su vida y su esencia quien se cuestiona por ésta, partiendo como lo hemos hecho de las más sensibles o primitivas formas de pensamiento, como nos enseñó Empédocles:

el principio del conocimiento abraza los cuatro elementos, para poderlo conocer todo.²⁸

Hacemos nuestro el mundo, abstrayendo el entorno.

Simile simili cognoscitur. (Similares entre sí se conocen).

Sabemos que el *anima* es la parte más noble de los seres humanos, ya que es por ésta que vivimos, sentimos y nos sustentamos; es el origen y la causa misma de la vida, pues mientras tengamos vida sabemos con certidumbre que existimos, que sentimos y que pensamos. Podremos seguir dudando sobre la forma y peso del *anima*, de la cual no tenemos conocimiento tangible, podremos dudar si se creó antes que nosotros o al mismo tiempo y si será percedera o inmortal, mas no podremos dudar de nosotros mismos. Mientras vivamos, ella nos cobijará de la ignorancia de nuestro existir.

²⁸ Espasa, José. *Enciclopedia universal euroamericana*, t-IV, p. 772.

Sé que soy, existo, y con eso me basto para vivir de la mejor forma posible cada día.

Cuando nos vemos imposibilitados para satisfacer las necesidades de nuestro espíritu con las realidades del mundo, entonces lo hacemos desde nuestro propio microcosmos, desde nuestra *psyche et anima*, en la que se encuentran plenamente libres nuestros corazones; no hay engaños, somos nosotros mismos verdaderamente, es el momento de nuestro encuentro ante el juez supremo, desnudos; es el momento en que nuestro ser interno halla la libertad; surge la luz de la creatividad que vertimos en el mundo para transformarlo en un espacio de arte. Sea cual sea éste, se convierte en un lienzo y nosotros nos convertimos en colores, formas, texturas, dejando el legado de lo que fue ese momento estático, inmortalizado en nuestra obra. Pienso en el arte como la posibilidad de expresarnos de forma auténtica. Ya que a través de nuestras obras plasmamos y transmitimos nuestra realidad, de tal forma que puede ser entendida por otras personas de la forma como fue intencionada. Aunque la creación fuera momentánea y hecha sólo con el fin de satisfacernos a nosotros mismos, ese momento permanecería en el corazón de cada uno y sería el principio de un instante que por su belleza podrá ser infinito.

*Those who danced where thought to be quite
insane by those who could not hear the music.*²⁹

El hecho de que desconozcamos lo que existe no implica que eso sea irreal, solamente implica que desconocemos parte del mundo que nos rodea y eso no es razón para negar la infinitud de sucesos que desde el parámetro personal nos son ajenos. A su vez, podemos aceptarlos aun-

²⁹ Ángela Movet, Kabbala centre international, Intro-Sec-1 class 0. (Aquellos que danzaban fueron vistos como dementes por aquellos que no pudieron oír la música.)

que no los conozcamos y “dejar que sean”; podemos cuestionarlos y tratar de integrarlos a nuestra realidad, mas no podemos hacer que no existan puesto que no está en nuestra voluntad crearlos o destruirlos.

Nuestra *anima* se concibe como un soplo, aliento o hálito; se concibe como una sombra que viaja por su cuenta, que se puede ver en lugares desconocidos por el ser humano. Ese aliento y esa sombra son distintos del cuerpo y tal como llegan se van, abandonándolo. Nuestra *psyche et anima* se aleja de la casa que les albergó; perdiéndose en la búsqueda de su aspiración.

Liberarse del cuerpo para regresar a su origen divino y vivir, por decirlo así, entre las ideas, en el mundo intangible.³⁰

No sabemos hacia dónde podríamos ir al momento de morir, mas sí sabemos que el conocimiento y la búsqueda de la verdad (desde la perspectiva propia) engrandecen el *anima* de uno mismo y del mundo, *anima mundis*.

Es evidente que dependiendo de lo que hagamos de nuestras vidas será la forma en que podamos alcanzar la fortaleza de nuestra *anima*. Nuestras vivencias son la forma en que logramos alcanzar la inmortalidad, es decir, en la que transformamos nuestra esencia entera y cabalmente en “alma pura”.³¹ Cuando cada ser se aleja de la concupiscencia se vuelve contemplativo y “entre todas sus facultades ha ejercido principalmente la capacidad de pensar en las cosas inmortales y divinas”.³² Es entonces cuando adquirimos en nuestras vidas un potencial incorruptible, racional, inteligible, contemplativo y por tanto, inmortal.

³⁰ Ferrater, José. *Diccionario de filosofía*, t-I., p. 102.

³¹ Espasa, José. *Enciclopedia universal euroamericana*, t-IV, p. 771.

³² Ferrater, José, *op. cit.*, t-I., p. 102.

Capítulo II

Esencia

SER

NO SOY UN ESPECTRO, TÓCAME, SIÉNTEME, HUÉLEME,
SÉ QUE EXISTO, SÉ QUIÉN SOY

Preguntémonos ahora sobre nuestra esencia; busquemos más allá del suspiro, más allá de la vida misma, pues la vida se encuentra también en las plantas y los animales. Buscaremos respuestas sobre la realidad que nos conforma a partir de nuestro Yo (*psyche et anima*). Esta esencia que le da a nuestras vidas el poder de iluminación, y nos hace libres, pues esa luminosidad es el potencial transformador de la humanidad. Pondremos toda nuestra atención en la capacidad de crear a partir del razonamiento del ser en potencia.

Nada existe, si algo existiera no podríamos conocerlo.
Si pudiéramos conocerlo no podríamos comunicarlo.¹

Borgias

Afirmar que nada existe desde esta perspectiva, consiste en que nada existe fuera del mundo de nuestras percepciones.

¹ Xirau, Ramón. *Introducción a la historia de la filosofía*, p. 35.

El hombre no tiene existencia aparte del mundo, y el mundo no existe aparte del hombre.²

Somos vehículos portadores de información conceptualizada por medio de nuestra razón. Estos conceptos son abstracciones del mundo, estímulos que llegaron a nuestro ser por medio de nuestros sentidos y que fueron almacenados en nuestra memoria como imágenes, sonidos, sensaciones, etcétera. Estas imágenes significan nuestro mundo, puesto que simbolizan lo que nosotros conocemos, creemos y pensamos que es el mundo del cual podemos dar cuenta. Esta información puede o no ser real y transformará la verdad del ser mas no la realidad fáctica. Cada quien percibirá parcialidades del mundo y de esas parcialidades sólo podremos responder por una mínima parte. El resto se nos escapa y es por eso que los conceptos de nuestro entendimiento no son reales, pues siempre se remiten a la percepción y la percepción a su vez es engañosa. Entonces, en efecto, nada existe que pueda ser comunicado, ya que cada uno posee sólo una pequeña fracción de la realidad universal que todos somos capaces de conocer y la nuestra es “una realidad particular” del conocimiento diferenciado que tenemos cada uno de los billones de entes que somos sobre la realidad universal.

ESENCIA

UN CACTUS ES UN CACTUS, Y LO MÁS MARAVILLOSO DEL CACTUS ES QUE NUNCA HA DESEADO SER UNA ROSA, POCO LE VALDRÍA EN EL DESIERTO

Pongamos de ejemplo la flor y, para ser más concretos, la rosa, que es una flor proveniente del arbusto espinoso cuyo nombre es el rosal, de la familia de las rosáceas. Esta flor tiene un peculiar aroma y textura. Ahora bien, si habla-

² Binswanger y Boss. *La teoría existencialista de la personalidad*, p. 22.

mos de la rosa en los términos con los que nos referimos arriba, será común para una persona que cultive esta planta. Un poeta verá otros aspectos más apegados al entendimiento del alma. Probablemente el pintor no pueda ver estas abstracciones o reconocerá diferentes matices más concretos en cuanto al espacio, con colores definidos y nítidos. Y así, cada quien verá en el rosal rasgos distintos, diferentes y reales para cada una de sus percepciones.

Este pensamiento lo podemos analizar desde un razonamiento de tipo cartesiano: *cogito ergo sum* (pienso, luego existo) en el que el pensamiento tiene un valor independiente de la realidad.

La verdad se halla seguramente en el sujeto, pero no en un sujeto que se halla frente al objeto y en consecuencia se desvía del ser, sino en el sujeto como existente.³

El hecho de cuestionar la realidad nos da la posibilidad de existir desde nuestro propio ser. “Pienso y soy yo el que piensa y esto lo puedo validar, mas este hecho no me da la posibilidad de decir tú piensas, luego existes, pues sólo el pensante valida su pensamiento”.

Tenemos una forma de razonar, de concebir la idea de lo que es el mundo, y ésta se da a través de nuestra *psyche et anima* y por medio de las abstracciones mentales que somos capaces de generar. Cada ser conoce el mundo de forma independiente y solamente está preparado para integrar una realidad, la propia; de la realidad del otro no podemos saber más que lo que el otro nos comparta desde su ser. Entonces, una vez que el otro nos ha compartido su realidad, tendremos la posibilidad de saber realmente lo que el otro piensa o siente. Ya no serán suposiciones, que en muchos casos po-

³ Berdiaeff, Nicolás. *Cinco meditaciones sobre la existencia*, p. 50.

drán ser muy cercanas a la realidad por el grado de empatía que tengamos con la otra persona. Siendo conscientes de que nada sabremos del otro ni el otro podrá saber de nosotros a ciencia cierta si no es comunicado persona a persona.

Recibimos la representación que el otro hace del mundo sin importar lo similar o diferente que sea de la propia. Por medio de ésta vemos parte de lo que el otro ve a través de nuestra perspectiva, mas nada sabemos de lo que en realidad observó, sintió o asimilo y, por supuesto, no podríamos expresar más que acercamientos de lo que nosotros creemos que pasa en el mundo interno del otro.

Nuestra *psyche et anima* genera la verdad mediante las ideas que son alcanzables y razonables para nuestra conciencia; parte de las creencias surgen de parámetros individuales que son completamente diferentes a la realidad tangible de cualquier otro. Esto es maravilloso, pues todas las personas tenemos pensamientos propios que nos hacen ser independientes y grandiosos con la capacidad innata de crear.

VIVENCIA

EN TANTO NO HAYA UNA CAUSA QUE JUSTIFIQUE
UN MOTIVO POR EL CUAL TENGA QUE PENSAR IGUAL
QUE EL RESTO DE LOS HOMBRES, PENSARÉ POR MÍ MISMO
DE MANERA PARTICULAR

El razonamiento es el lugar en el que existe la posibilidad abstracta del conocimiento. La razón es un lugar en el que somos creadores de todo cuanto existe y de todo lo que es posible conocer. Entonces, desde esa perspectiva, cada quien podrá acercarse al mundo con diferentes criterios, consciente de su realidad y su verdad, y sin pretender la realidad de nadie más. Esto que pensamos es nuestra realidad, la que nos acerca al mundo con todo lo que existe fuera del cuerpo propio.

Por nuestra experiencia personal, todos sabemos que podemos ser nosotros mismos sólo en nuestro mundo, y a través de él, y que puede decirse con razón que “nuestro” mundo morirá con nosotros aunque “el” mundo seguirá existiendo sin nosotros.⁴

Nuestra realidad se instauro momento a momento en la vivencia cotidiana, en ese instante único e irrepetible que se crea en el presente, que es en el que vamos creando nuestro mundo y haciendo el camino de nuestras vidas. Ese instante dura el tiempo que realmente vivimos y es el cimiento de nuestro universo interno. Así que lo que nuestra vista, oído, gusto, tacto y olfato tomen del mundo, eso será lo que nosotros reconozcamos como el momento vivido y gracias a éste se dará la forma como cada uno de nosotros descubra conscientemente al mundo. Así será la construcción de los microcosmos de cada quien, independientemente de que sólo contengan lo que cada uno quiso o no percibir y entender. Esa construcción es propia y su realidad es sólo equiparable al constructo mental del que la crea, nunca a la realidad física universal.

Ocupamos un lugar privilegiado en la cadena de los seres vivientes. Gracias a nuestra dimensión de criaturas pensantes y conscientes nos encontramos en la cima de la creación. Somos el espejo en el que el universo se mira y se conoce. Encontramos el universo en el fondo de nosotros mismos, pues sabemos que existe “una estrella que brilla sólo para nosotros”; este saber se da desde nosotros mismos, desde nuestro entendimiento. Entonces podemos decir que para conocer es necesario descender a “uno mismo”. El conocimiento de la realidad aparece a partir de una contemplación interior que proviene de una experiencia vivida.

⁴ Laing, R. D. *El Yo dividido*, p. 15.

Es un nacimiento, encontramos a dios en nuestra alma o un co-nacimiento (*co-naissance*) de dios y de nuestra alma.⁵

Nos hacemos presentes ante el mundo y ante nosotros mismos. Somos conscientes de nuestra propia existencia aunque en ocasiones desconozcamos el *quid* de nuestra esencia. Es probable que no concretemos en toda una vida esto tan maravilloso que estamos destinados a hacer; esa misión que nos encomienda el destino. Es probable que veamos el atardecer y no nos percatemos de que éste nos regala infinitas opciones por el simple hecho de entender que existe un horizonte. También es factible que no nos genere ninguna emoción saber que al abrir los ojos cada día podremos contemplar un amanecer más. Aun así, estamos expectantes de que algo suceda, pues ésa es nuestra naturaleza.

Nuestra esencia humana no permite que nuestras vidas se nos vayan de las manos sin hacer nada, sea la razón que sea. Quizás ignoremos que existe la posibilidad de hacer algo en determinado momento, pero nuestra esencia humana siempre busca el *quid* y es entonces cuando sabemos qué hacer sin necesidad de estar conscientes. Esto es, el potencial creador de cada uno de nosotros está ahí esperando despertar de las sombras de la ignorancia. Ningún ser humano del que yo tenga noción y mientras tenga las facultades físicas que se lo permitan, esperará a que otro lo riegue y lo saque al sol como un vegetal, aunque intentara serlo, porque existe esa conciencia de ser diferente a un vegetal y a un animal. Si en algún momento de nuestra farsa pudiéramos ver el centro de nuestro ser, por mucho que pretendiéramos ser otra cosa, seguiremos encontrando la esencia divina del ser humano. Lo que cambiará es la

⁵ Beguin, Albert. *El alma y el sueño*, p. 75.

forma como nos relacionemos con el mundo a cada momento, asumiéndonos o negándonos, permitiendo que nazcan nuevas experiencias minuto a minuto, sabiendo que cada uno es importante, único e irrepetible en este mundo y el universo entero, con todo el potencial creador que nos da el hecho de ser entes con esencia y existencia propia.

Si estamos convencidos de que existimos, entonces, al pensar sobre nuestra existencia, estaremos ubicados en la auto-contemplación en la que “yo sé que soy”. Existe la conciencia de mi existencia, por ende, al estar conscientes podremos repetir “yo soy”, una, dos, tres o las veces que queramos, entendiendo que estamos descubriendo “mi presencia en el mundo” y no la de la especie humana en general. Por tanto, sólo podemos sustentar que “yo existo y sé de mi existencia”. Esta autonomía es lo que nos hace ser. El Yo que mira al otro y al mundo como posibilidades distintas a la propia.

Cada uno de nosotros conoce el mundo y transforma la experiencia vivida, la cual puede tener dos formas de integrarse a nuestro ser. Si se da con conciencia (consciente y pre-consciente) y se guarda de tal forma que podemos recurrir a la memoria para usarla y hacer abstracciones de tal recuerdo; o si surge sin conciencia (inconsciente) cuando no tenemos control de la información que se guarda en nuestro cerebro de forma clara. Mas la sabiduría de nuestro organismo hallará la forma de usarla en su momento, aunque en ese instante no sepamos dar cuenta de lo que ocurre.

Si en el momento de experimentar⁶ un acontecimiento no hay la suficiente conciencia, la vivencia no tendrá la suficiente fuerza para ser reconocida como tal o no

⁶ Los sustantivos experiencia y vivencia se aplican como verbos experimentar/vivenciar, del mismo modo que en psicoterapia Gestalt.

llegará a formar figura⁷ en nuestro contexto experiencial y sólo conseguirá ser una abstracción como parte del fondo, por tanto no habrá conocimiento consciente. Luego entonces, ese momento no nos pertenecerá como tal, pues no podremos saber qué significó al no quedar guardado en nuestra conciencia; estará fuera de nuestro alcance. En otros términos, si podemos cuestionar o pensar aunque sea vagamente sobre el instante, ese instante nos pertenecerá a otro nivel distinto de entendimiento y esto nos generará nuevas posibilidades, puesto que “la duda es la herramienta necesaria para el conocimiento”.⁸ De esta forma, asumimos que hubo la fuerza y la claridad suficiente para que ésta se asimilara y se mantuviera a nuestro alcance por lo menos para podernos cuestionar sobre ese momento específico. Por tanto, podremos ser conscientes de ese momento.

El número, tamaño, densidad de la información consciente o inconsciente que puede guardarse para nuestro uso es todavía desconocido. Mas las posibilidades que la información nos genera son infinitas, como nuestra alma.

La idea de que un alma es un objeto tan grande y tan capaz de arrobar a los espíritus con su belleza que, si tuvieras la idea de tu alma, no podrías pensar en otra cosa.⁹

Es tan cierta como que si viéramos al sol directamente quedaríamos ciegos, así el alma es tan luminosa que sólo requerimos de pequeños vistazos a la vez para poder iluminar nuestro sendero, cualquiera que éste sea.

El camino y la idea que tengamos de éste son propios; podemos transformar la misma experiencia en un abismo o una montaña.

⁷ Me refiero a la Gestalt (figura-fondo).

⁸ Tillich, Paul. *El coraje de existir*, p. 119.

⁹ Beguin, Albert, *op. cit.*, p. 478.

Si entrenamos la mente de manera constante, podremos cambiar nuestras percepciones o actitudes mentales, y eso hará cambiar nuestras vidas.¹⁰

Así, cada quien puede saber que a partir de sí mismo puede crear y crearse dentro del cosmos; a partir de cada uno nacen todas las posibilidades a las que somos capaces de acceder.

La fuerza con la que nos desprendamos del mundo de las apariencias y nos lancemos al infinito de posibilidades creadas a partir del compromiso, será el sello de la voluntad de la razón personal, que a su vez es la luz del alma proyectada en las ideas que llegan hasta el otro. Cuando convertimos estas ideas en acto, nos permiten expresar nuestra intención de qué es lo que realmente damos al otro y lo que el otro realmente recibe. Quizás no sea lo que quiere o quizás no esté en posibilidad de recibir, mas es lo que nosotros damos. El otro, en ese intercambio, le dará vida a nuestros actos y a nuestras intenciones en una danza interminable de razones que no perecerán con la muerte sino que permanecerán inmortales por la voluntad de la humanidad.

Podemos vivir aparentando innumerables máscaras o aceptar lo que somos y ser conscientes de que en nuestro ser está el cosmos y el infinito participando en la creación del milagro de la comprensión y de la grandiosidad de nuestro propio ser *per se* (por sí mismo), ya que “yo doy cuenta de mí mismo como una de las infinitas posibilidades”. Yo soy quien me cuestiono y soy yo mismo quien responde y niega o afirma sobre las respuestas. A cada instante defino mi “para qué” en el cosmos.

Quidditatem sive essentiam entis, es decir, el ente teniendo en cuenta lo que él es.¹¹

¹⁰ Dalai Lama. *El arte de la compasión*, p. 14.

¹¹ Stein, Edith. *Ser finito y ser eterno*, p. 300.

Reconocemos que sabemos por nuestra propia convicción, ya que podemos validarnos en tanto que somos los únicos que verdaderamente conocemos sin engaños, lo que deseamos y determinamos qué tan grande es ese deseo. También sabemos sobre nuestras posibilidades y debilidades, así que sólo nosotros conocemos a ciencia cierta las respuestas a las preguntas en torno a nosotros mismos.

De esta manera, es importante asumir desde una visión socrática que “el ‘alma’ es objetivamente reconocida como el centro del hombre. De ella irradian todas sus acciones y su conducta entera”.¹² Y es por esto que las preguntas y las respuestas emergen del mismo sitio. Así aceptamos que tenemos un centro que nos mueve. En este momento lo ubicamos como el Yo (*psyche et anima*) y es esta esencia la que nos ha dado luz y entendimiento desde que comenzamos a cuestionarnos por nuestro existir. Es entonces esta misma luz la que nos ha servido durante siglos como la posibilidad de conocer a un nuevo ser cada día. Hoy seguimos cuestionándonos y avivando esa posibilidad de encontrarnos, de descubrir y saber que somos seres únicos en la universalidad de entes que habitan nuestro mismo entorno, y que pueden ser similares en forma, mas nunca en esencia.

EXPERIENCIA

ESTOY VIVO, LO SÉ PORQUE EL VIENTO TOCA MIS
MEJILLAS Y ME RUBORIZO ANTE TAN DESCARADO COQUE-
TEO DE LA NATURALEZA

Podemos hablar de nuestra alma como “la inspiración que da vida”. Ésta aparece con el *pneuma* (el suspiro) y se marcha con la muerte. Este periodo, que no tiene un día asignado para iniciar ni para concluir, posee una verdad absoluta, sin importar cuan largo o corto sea nuestro paso

¹² Jaeger, Werner. *Paideia*, p. 257.

por este mundo. Todo momento de inspiración será presente. Si ese presente es pleno, entonces ese será el tiempo que nuestra alma tuvo para vivir en el mundo con su sabiduría, con la calidad de vida que imprimamos, no la cantidad de vida que tengamos. Entonces, los segundos se pueden vivir con ese valor de presente absoluto y con la enorme grandeza que tiene cada segundo, hasta que se crea una hora, entendiendo que no llega un segundo hasta que el otro se ha ido y es durante ese tiempo que vivimos plenamente. Como lo comenta Hiu-neng:

*the absolute tranquillity is the present moment. Though it is at this moment, that there is no limit to this moment, and herein is eternal delight.*¹³

Para que podamos vivir una vida plena, una vida sin límite, necesitaremos experimentar con toda la fuerza de nuestro ser ese instante, que es lo único seguro que hay para cada uno de nosotros hasta que llegue el momento inevitable de la muerte.

Será la experiencia vivida la que guarde nuestro corazón, nuestra mente y nuestro cuerpo; el legado de cada momento vivido. Si la experiencia es plena, entonces habremos aprendido las partes dolorosas o desagradables del momento para formar un criterio propio y utilizar esas enseñanzas en otras circunstancias. También habremos conocido y disfrutado de las partes agradables. Si la experiencia no es plena, si hacemos como que vivimos, entonces quedará un espacio vacío, pues al no responder a la vida con plenitud no sabremos lo que es la vida.

Nuestra alma busca la plenitud, acepta la vida como es, pues es holística. No entiende la vida fragmentada y

¹³ Capra, Fritjof. *The Tao of physics*, p. 179. (La tranquilidad absoluta está en el momento presente, en el momento presente no hay límites, es ahí que se encuentra su eterna belleza).

busca algo que le dé sentido, cada vez que la fragmentamos viviendo a medias; nuestra *anima* busca eso que le hace falta a nuestro ser. Mas si no hay experiencia no hay recuerdo, y al no encontrar lo que busca dentro, buscará fuera de sí, sin mayor éxito, pues sólo viviendo el presente plenamente podremos descubrir lo que hay en el mundo y sólo descubriendo lo que hay en el mundo, podremos saber si somos seres humanos plenos. Esto es paradójico ya que sólo desde una vida plena se puede encontrar la plenitud. No necesitamos saber que vamos a morir para comenzar a vivir y satisfacer cada instante de nuestra existencia, aunque esto implique que sufiremos plenamente en algunos momentos de nuestras vidas.

Mas aún después de hecha la elección, debes recordar que de lo real y de lo ilusorio hay muchas variedades y que se debe discernir todavía entre lo recto y lo erróneo; entre lo que tiene importancia y lo que no la tiene; entre lo útil y lo inútil; entre lo verdadero y lo falso; lo egoísta y lo desinteresado.¹⁴

Cómo podríamos saber si somos felices si no nos permitimos vivir la tristeza. Sólo la experiencia personal plena podrá servirnos de parámetro. La conciencia que tenemos de la propia experiencia nos dirá qué hay a cada instante y qué instante es mejor o peor, mas no podremos tener esa conciencia si no nos permitimos vivir todo momento aceptando lo que la vida nos regala. Aunque no podamos encontrar sentido a lo que pasa inmediatamente, la vida nos obsequia esos momentos para asombrarnos de todo lo que desconocemos en este mundo y todo lo que podemos llegar a conocer.

Existimos porque estamos vivos y ésa es nuestra posibilidad y realidad actual. Lo que hagamos o dejemos

¹⁴ Krishnamurti, J. *A los pies del maestro*, p. 26.

de hacer será entonces lo que nos cree a cada instante. La muerte es inevitable, entonces, la forma como decidamos vivir y recibir lo que nos dé cada a momento, puede ser la diferencia entre vivir plenamente o pasar por la vida. Al vivir plenamente asumimos cada minuto de nuestras vidas con dolor o tristeza, felicidad o amor, y cada instante vive y muere dentro de cada ser, dejando tan sólo el recuerdo del momento.

Al pasar por la vida y no vivir en el aquí y ahora no nos comprometemos con el momento. Lo vemos irse, mas una vez concluido sufrimos buscando la permanencia en el mundo para completar todos los instantes no vividos, no aceptados en el ahora. Nuestras almas se buscan en el mundo y no se encuentran a sí mismas, pues no se reconocen, ya que cada alma es una totalidad; es libertad, armonía y cada uno la fragmenta al no vivir plenamente, la priva de encontrar nuevas experiencias.

Si nos diéramos cuenta de lo que es, entonces la verdad del sufrimiento, de la transitoriedad, del encarcelamiento, liberaría al pensamiento de su propia ignorancia.¹⁵

Nos podemos aventurar al mundo para tomar lo que nos dé, experimentando totalmente cada instante que se presenta y liberándonos de la ignorancia que surge al no enfrentar el mundo como es, mientras pensamos cómo quisiéramos que fuera. De todas maneras, el mundo no va a cambiar, ni el momento presente se va a transformar si no lo vivimos. Lo que vamos a perder es la posibilidad de actuar conforme a nuestro potencial y la oportunidad de adaptarnos al mundo y hacer con nuestro intelecto los cambios que están a nuestro alcance.

¹⁵ Krishnamurti. *Reflexiones sobre el Yo*, p. 232.

Somos la creación de nuestros actos y nuestras voluntades, ya que cualquier cosa que creamos, pensamos o generamos es obra propia; *ex me natus est* (ha nacido de mí). Sin importar si la escuchamos, vimos, o sentimos antes, al momento que sale de nuestro ser se re-significa. Si ahora mismo comentamos alguna frase que se haya escrito en este ensayo, ya no es sólo parte del escrito sino de quien la cuestiona; pertenece a cualquiera que la comente desde su compromiso con las palabras originadas por su razón, puesto que las letras son la voz o el pensamiento del que las dice, mas el significado es del que las escucha o lee. Es el entendimiento el que crea la razón sin importar cuánta verdad haya en el mismo.

La *physis*, natura de lo que surge, lo que nace, naturaleza; *nascor* de nuestro Yo es la estructura propia de cada ser, es lo que transporta a la individualidad humana al universo para dejar plasmada nuestra huella como creadores irremediables de nuestro entorno y así dejamos un matiz particular en cada acto. Esto implica que todos poseemos la naturaleza humana como facultad innegable para engendrar por habilidad innata, obra y creaciones propias distintas a las de cualquier otro ser humano, desde el momento mismo en que las pensamos, aunque solamente tengan vida en el mundo de las fantasías. Aquí, lo importante es entender nuestras creaciones; una vez que lo hayamos entendido podemos compartir con el mundo nuestra obra.

La realidad se genera partiendo de las experiencias que van generando nuestra estructura psíquica, sin importar el cuerpo de cada cual o el estado del mismo (la excepción física es el daño neurológico), mas el comentario no se refiere al tamaño o a la fortaleza del cuerpo, ya que nuestro ser no es el cuerpo *per se*, ni la mente, aunque por ésta sepamos quiénes somos. Es la relación de nuestra *psyche*, *anima et corpus ad universum* (mente, alma y cuerpo en el universo) lo que genera la posibili-

dad de nuestro ser, y en este punto es necesario *aequam servare mentem* (mantener una mente inamovible) y aceptar que cada uno de nosotros somos un pequeño cosmos holístico en el macrouniverso que vibra en armonía. Sin importar cuan grandes, pequeños, gordos, flacos, jóvenes o viejos podamos ser.

Vamos recorriendo día a día diferentes caminos, cada uno de éstos se irá generando por el momento histórico que viva cada quien. Todo momento nos va llevando a un lugar diferente sin importar cuan similares puedan ser nuestras vidas. Cada persona experimentará el momento de forma distinta. La reacción de cada cual será muy diferente ante estímulos equivalentes, mas las respuestas propias serán muy similares en cada ocasión que respondamos a un estímulo igual y la tendencia a repetir esa conducta será mayor cada vez que respondamos a estímulos similares.

Las tendencias constituyen la piedra angular de la vida anímica.¹⁶

Así se va conformando la vida de cada quien y estas directrices van modificando nuestra estructura. Ésta es en sí la vida plasmada en nuestro ser. Dependiendo de las vivencias que acumulemos, así será nuestra historia y dependiendo de nuestra historia, se conformará la estructura con las particularidades de cada ser.

Una vivencia puede modificar a otra posteriormente. Esto se debe a nuestra capacidad de recordar y modificar los pensamientos (creencias). Esto es posible gracias a que tenemos memoria y con ésta podemos traer el pasado al presente para tomar la información necesaria y hacerla consciente. Entonces podemos modificarla según nuestras necesidades actuales para usarla. Así, también pode-

¹⁶ Lerch, Philipp. *La estructura de la personalidad*, p. 105.

mos ir al futuro con la imaginación para planear el próximo capítulo de nuestras vidas, que se escribirán en la experiencia presente. De esta forma labramos el camino que pisamos, con piedras de vivencia, de experiencia y de posibilidades. Y aunque el camino no tiene un final claro para ningún ser humano, podemos andar el camino de la vida por el sendero que decidamos sea el mejor en el momento; sin miedo a equivocarnos, pues de haber tomado otro sendero nunca podremos saber cuál habría sido la mejor elección. Sólo hay un momento presente. Sólo hay una elección y hay millones de posibilidades dependiendo de la elección que se tomó.

Hoy decido para mí cierto camino, cualquiera que éste sea; elijo andar o dejar de andar el resto de los caminos y nadie sabrá, ni siquiera yo, cuál podría haber sido la mejor elección, mas yo sé cuál fue mi elección, y cómo me siento con este aquí y ahora.

EXISTENCIA

NO EXISTE NADIE IGUAL A MÍ, SOY UN SER ÚNICO
E IRREPETIBLE... PUEDO DAR LUZ Y CALOR DESDE MI
CORAZÓN AL MUNDO, SIN SER SOL

Cada uno de nosotros creamos el mundo desde nuestra vivencia, desde nuestro microcosmos, desde cada “darnos cuenta” de qué es lo que está pasando.

Como un ojo abierto al mundo, todo lo que este ojo ve existente, existe, todo lo que este ojo deja de ver es inexistente, todo lo que percibo, siento o pienso se refiere a mí, y yo soy el único árbitro de la existencia de lo que percibo, siento o pienso.¹⁷

Protágoras

¹⁷ Xirau, Ramón, *op. cit.*, p. 34.

En esta reflexión se describe una visión de la existencia *vivencial*. Todo lo que sentimos o captamos por nuestros sentidos es real para cada uno de nosotros (aunque para el otro no lo sea) y deja de serlo en el momento en que nuestros sentidos dejan de percibirlo. Mas lo captado pasa a ser recuerdo inmediatamente, y de la experiencia tan sólo queda esa memoria. Así que el recuerdo no es puro, no es real, en tanto realidad del cosmos, de la humanidad, sino que es real en tanto que cada uno de nosotros lo vivimos y lo recordamos. Pensamos que fue así. Mas también es real que ese recuerdo puede diferir de nuestra propia realidad en tiempo y espacio, y de la realidad de otro que lo haya vivido. Y la realidad del otro no se puede sumar a la mía para crear una realidad universal, pues ésta ya existe *per se*. Siempre existirán tantas realidades como personas.

La experiencia cambia de contexto una vez asimilada y esto varía a cada instante, pues no somos los mismos antes y después de la experiencia y más aún, una vez que hemos comprendido lo que ha pasado, la experiencia cambia su esencia, pues nosotros la hemos significado. Es la experiencia presente, actual, lo que es real en la vivencia misma, independientemente de cómo se perciba. Esta realidad es verdadera para mi persona sea cual sea la perspectiva del resto del mundo. Entonces, se desprenden dos posibilidades: existe una realidad universal que es el hecho y otra realidad particular que se crea a partir de la vivencia de cada persona. Así, la posibilidad de escuchar otras experiencias de la misma vivencia puede ayudarnos a conocer más acerca de la realidad universal. Nos podremos acercar desde la particularidad y retirar de la universalidad del cosmos para conocer la realidad, para construir una verdad que sea real en el entorno del que

formamos parte, es decir, una realidad congruente y que dé certeza, pues si es cierta para la razón, es posible que en algún momento pueda serlo para el corazón y entonces podamos vivir o morir por eso que creemos. De cierta forma es una luz para no perdernos en el universo como el polvo de las estrellas, una bandera que nos identifica como seres únicos y diferentes de todos los demás.

En este intento de conocer el mundo, caemos en la cuenta de que mientras cada uno sea un yo o un ente particular, no será ni tendrá todas las posibilidades del mundo, sino las posibilidades de un ser libre en el cosmos. Al momento de asumir estrictamente una *essentia* (la de ser humano) perdemos el potencial de ser otra *essentia* más que nos dé una dimensión diferente en cuanto a cuerpo, alma, espíritu, materia, etcétera. Como dijo Meister Eckhart:

despréndete de ti mismo, de suerte que ya no seas ni tengas esto ni aquello, y serás en todas partes. Así, cuando no eres ni esto ni aquello, lo eres todo.¹⁸

Esta totalidad la encontramos en el momento presente, en el instante mismo en que nos permitimos vivir en el aquí y ahora y sólo desde la propia humanidad. En ese momento podemos tener la certeza de que la presencia de Dios se encuentra en nuestros actos, en tanto potencial divino que está en todas partes, omnipotente y omnipresente. Ese momento es infinito y divino por sus posibilidades y por su gracia. En ese momento “yo soy uno con el creador”, pues sin mi presencia ese momento no existiría.

¹⁸ Beguin, Albert, *op. cit.*, p. 112.

CREENCIA

EN UNA LÍNEA HAY DOS PUNTOS, UNO SOY YO Y EL OTRO ES DIOS, SI QUITAS UNO EL OTRO DESAPARECE Y NO HAY MÁS LÍNEA

Amplíemos un punto básico acerca de la postura que se tiene de Dios en este ensayo. El ser humano se desprende de Dios, ya que Dios es la energía del cosmos que llega al ser en el primer suspiro de vida y se va en el estertor de su finitud. El ser se desprende de Dios, pues Dios es la vida misma; en el momento en que vivimos plenamente, los seres nos trascendemos a nosotros mismos, aceptándonos como parte del milagro de la vida. Reconocemos nuestra omnipresencia por medio de nuestra obra, ya que es por medio de ésta que alcanzamos lo *divinum* (la divinidad). Encontramos el *Deus absconditus* (dios oculto) en nuestros actos, cuando estos actos se realizan con voluntad hacia el bien, cuando se elevan a un carácter divino. Se alcanza la divinidad por medio de la virtud de las perfecciones humanas como son el amor, la verdad y la bondad, entre otras virtudes. Por lo tanto, si actuamos libremente basando nuestra vida en actos amorosos, verdaderos, bondadosos y nos arrojamamos al mundo con valor, sin saber lo que vamos a recibir a cambio, nos convertimos en criaturas poderosas, porque el valor es la virtud que arrostra el peligro y aun la muerte, cuando es preciso. A través de éste logramos que se cumplan nuestros deseos y que se haga nuestra voluntad; en ese momento nos encontramos actuando con Dios, y la divinidad humana aflora como *realiter* (realidad) de esos actos, que fueron engendrados por *quoad nos* (del intelecto) para actuar con voluntad, como facultad para resolver cualquier acto sin tener mayor obligación interior o exterior.

Uno de los principios básicos de la humanidad es que los seres decidimos hacer el bien por considerar que es lo mejor para nuestra vida y nuestro entorno. Por tan-

to, no hacemos el mal o lo que podamos considerar como malo. Ahora, pensando en lo que es el bien o el mal, podremos decir: “no hacer a otro lo que nos desagrada a nosotros”, o lo que es lo mismo, hacer al otro lo que deseamos para nosotros (siempre que esto nos lleve a la vida, respetando al otro y al entorno), esto podrá considerarse como el bien o lo bueno. En nuestras vidas actuamos con la intención de devolver el bien; en ocasiones, agradecemos los bienes o las bondades que se nos ofrecen. Perdonamos a quien nos ha hecho mal cuando esto no transgrede nuestros corazones. Entonces, en el momento en que verdaderamente creemos en la vida en paz con nosotros y con nuestro entorno, cuando vivimos en armonía con el cosmos, surge del centro mismo de cada quien *ex parte motus* (desde el lugar de movimiento) la evolución, y nos convertimos en “un ser justo, ecuánime, un ser con Dios” y en ese momento preciso es en el que nos transformamos. *Qui dii ex hominibus facti esse dicuntur*. (De quienes se dice que de hombres se hicieron dioses). Tal como nos señala Zaratustra en el diálogo del monje:

hago canciones y las canto, y, al hacerlas, río, lloro, gruño; así alabo a Dios.

Pues así se vive plenamente cada momento, cada día; de esta forma, permitiendo desde la belleza de la cotidianidad encontrar el *Deus absconditus* que todos llevamos en el corazón.

Somos seres maravillosos, mucho más de lo que suponemos, mucho más que cualquier idea que tengamos de nosotros mismos, mucho más que las posibilidades que entendemos desde nuestro propio ser. A partir de cada ser, junto con su realidad inalcanzable, surgen preguntas complejas que ha llevado siglos contestar y que aún hoy no existe una respuesta satisfactoria para todos aquellos capaces de cuestionarse ¿quién soy? ¿De dónde

vengo? ¿Dónde estoy? ¿A dónde voy? Probablemente si pudiera hacer estas preguntas a cada ser humano encontraría tantas respuestas que me sería imposible descifrar u ordenarlas de forma que no perdiera fuerza cada respuesta, ya que estamos hablando de la particularidad de cada ser y ésta no puede clasificarse igual a la de otro, puesto que su verdad es distinta.

El secreto de la persona nos incita por sí mismo a nuevos y cada vez más profundos intentos de desciframiento.¹⁹

Esto es, si cada uno de nosotros ve al ser humano *talis qualis* (tal cual), desde una visión propia, habrá tantas visiones como seres humanos, así como tantas clasificaciones de la esencia humana como ideas. Y esto se convierte en un círculo vicioso, pues mientras exista la posibilidad de pensar, existirá la posibilidad de cuestionar y seguirán surgiendo teorías *ad infinitum* (hasta el infinito). Lo interesante es que en la pregunta “¿quién soy?” se puede encontrar una respuesta absoluta de nuestra existencia: el ser que es capaz de sentir, oler, palpar desde la experiencia cotidiana. Podremos llegar de esta forma a la conclusión de lo que somos y queremos ser, conscientes de que no podemos encontrar la respuesta de otros seres.

De dónde venimos y a dónde vamos. El tiempo, como los ríos, sigue su cauce y seguimos preguntándonos sobre nuestros orígenes. Nos damos cuenta del gran vacío que nos genera no saber nuestro origen, cómo nos constituimos y hacia dónde vamos como especie y como entes independientes, y qué será de nosotros al momento de morir. Quizás estemos más preocupados por la muerte que por la vida misma; por lo que nos depara el destino una vez que concluyamos el camino. Es paradójico que nos pre-

¹⁹ Dilthey, Wilhelm. *Estructuración del mundo histórico*, p. 237.

ocupemos por saber que pasará al final cuando ya no existamos y que no nos ocupemos ahora que somos existencia pura. En el transcurso de esta vida no tendremos la posibilidad de saber qué pasará al final; no hay forma de averiguarlo y no hay forma de evitarlo. Somos únicos y por tanto, cada uno de nosotros tiene sus propias preguntas por descifrar durante el tiempo que dure su camino. Por eso nos aterra la muerte y entonces “buscamos por medio de la ciencia encontrar la vida eterna”.²⁰ Buscamos descubrir si además de seres humanos podemos ser pequeños dioses terrenales, eternos e infinitos.

RAZONAMIENTO

ME PREGUNTO SI, QUIZÁS, EXISTA ALGUNA RESPUESTA SIN PREGUNTA

Hoy en día aún no hay respuestas, no obstante se plantean más preguntas cada vez y alguna de éstas quizás llegue a satisfacer por lo menos momentáneamente a alguna mente indomable que no cese de cuestionarse. De esta manera, existe en cada uno de nosotros una labor titánica: cuestionar desde cualquier punto lo que genere respuestas satisfactorias para cada uno de nosotros y que den la posibilidad de crear un mundo mejor para vivir. Tengo la posibilidad de cambiar el mundo a partir de una simple pregunta, si ésta tiene la fuerza necesaria, comenzará a transformarme; entonces, el cambio iniciará conmigo, después con la gente cercana y así, hasta que haya logrado hacer un cambio en el universo.

Detengámonos por un instante para ver cómo un cuestionamiento puede llevarnos a transformar nues-

²⁰ Como prueba de esto, en 2002 se habló del primer ser humano clonado, “Eve”, por una secta “RAELISTA”.

tras vidas. Volvamos a tomar la premisa de René Descartes: *cogito ergo sum* (pienso, luego existo). En esta fórmula existe de antemano una intuición, un dato inmediato por el cual tiene que entrar una reflexión de tipo deductivo. Por tanto, la segunda parte de esta sentencia (*ergo sum*) se entiende por el *cogito*, ya que el sujeto que piensa es alguien (un individuo). Esto nos revela y nos muestra que existimos. Ahora, esta revelación queda en el ámbito del ser-consciente en tanto que hay dos premisas que son verdaderas para mí en este momento, ya que yo soy capaz de saber que existo a partir de este pensamiento revelado. Este fenómeno se presenta en cualquier ser que contemple la posibilidad de cuestionar y cuestionarse, a su vez, y nos revela la existencia de la misma forma que se le presentó a Descartes. Por esta premisa sé que soy un ser existente y pensante.

Aunque resulte lógico, en el pensamiento de Descartes queda un vacío por llenar, pues el hombre no es sólo pensar; existen otras posibles funciones que complementan el pensar y que crean al ser. Por ahora sólo continuaremos con las posibilidades que se generan de un individuo que existe y piensa.

Nos encontramos con un ser que al momento de leer esto puede probar que existe, ya que está leyendo. Mas esta posibilidad tan sólo nos lleva a los fenómenos del pensamiento que no prueban la existencia de un “tú” o de un “nosotros” o del mundo como tal. Se puede generar la posibilidad de preguntarnos sobre el universo, sobre este mundo que a momentos es tan sólo probable, hasta que es cuestionado, pues se realiza tan sólo por ideas que parten de uno mismo y que comprueban con cierta seguridad nuestra relación con éste y con los fenómenos que ocurren y cómo suceden según la ley de causa y efecto.

Es cosa manifiesta y evidente que debe haber por lo menos tanta realidad en la causa eficaz y total como en su efecto.²¹

Por tanto, si nuestro parámetro de interacción con el mundo y con otros seres es superficial, la realidad que vivamos y padezcamos será superficial. Y a la inversa, si nos comprometemos con la existencia, arriesgándonos a cada instante para que salga de nuestro ser todo lo necesario, de tal manera que podamos enfrentar al mundo, vaciándonos a cada instante y en cada momento, entonces nos llenaremos en cada segundo de existencia, pues dejaremos en el mundo nuestra esencia y por tanto, nuestra huella, al igual que la de cada uno de los que se atrevan a vivir plenamente a cada segundo.

CAUSALIDAD

ACEPTO QUE SOY EFECTO DIRECTO DE MIS ACCIONES,
CONCLUYO QUE MIS ACCIONES SON LA CAUSA DE MIS
INTENCIONES

Así, aclaramos que para cada quien la causa es distinta. La causa de mi ser soy yo mismo; la causa de mi ser son también los seres que tienen la misma realidad que yo (mis padres); la causa de mi ser es Dios. Dios es el único que llena el vacío, pues es más grande que la posibilidad de llenar el espacio con dudas. Dios es el espacio y las dudas. “Entonces yo tengo una idea de Dios”, y ya que tenemos vida sabemos que Dios existe y por tanto podemos afirmar: yo existo momento a momento y Dios es infinito y crea al mundo constantemente, así como me crea a mí. Por tanto, en la misma forma como lo desarrolla Descartes, podemos concluir que yo, ser viviente, existo; mi existencia, insuficiente en sí misma, requiere de la creación constante de mi ser. El ser que me crea constantemente es Dios.

²¹ Xirau, Ramón, *op. cit.*, p. 197.

El que no crea en Dios no puede ser geometría.²²

Y en este mundo, por lo menos en este que vivimos, todo es geométrico porque es perfecto, porque así lo ha hecho Dios. El Dios de cada uno, es el poder superior de cada quien, la fuerza de inspiración, la creencia máxima sin importar religión y como cada ser lo entienda; es *alfa* y *omega* desde el mismo momento en que el tiempo es opción para nosotros y hasta el fin mismo de los minutos. Entonces sé que Dios es la vida misma, es la potencia suprema, es el Amor que me crea.

Siguiendo con este pensamiento, añadimos: “yo soy parte de Dios, ya que Dios es la pregunta y la respuesta, y yo soy el espacio y el tiempo encarnado en el que se cuestiona y responde a la vida, y soy a su vez el mismo que duda y escribe en su cuerpo la voluntad divina de la vida”.

Se pretende que lo absoluto sea, no concebido, sino sentido e intuido, que lleve la voz constante y que sea expresado, no su concepto, sino su sentimiento y su intuición.²³

Con tal pretensión, no queda sitio para otra cosa que no sea vivir plenamente cada momento, permitiendo que se empapen todos nuestros cuerpos de la vivencia experiencial, para que la asimilemos, no como una realidad, sino como un instante de vida que nos hace vibrar y que va más allá de las realidades psíquicas, pues en éstas se encuentra la trascendencia de cada uno de nosotros.

La aceptación plena se da porque somos conscientes de que vivimos cada momento, y aquello que algún día pasó forma la experiencia de nuestro ser que vibra del presente al presente continuo, conmoviéndonos ante lo grandioso y lo sutil que sucede a cada instante, como

²² *Ibid.*, p. 197.

²³ Hegel, G. W. F. *Fenomenología del espíritu*, p. 10.

es nuestro existir. Aunque en ese existir no sepamos más que la noción de que estamos vivos.

La razón última de la vida podría estar en su hermosura misma.²⁴

Entonces, podríamos estar viviendo con este razonamiento: yo soy yo y lo que soy no necesita cambios, así es y lo acepto aunque existan otras cosas. Así, si fuera pétalo de rosa podría vivir mi existencia de pétalo de rosa; pétalo de rosa acariciado por el viento, bañado por el rocío de la madrugada, bendecido por los rayos de sol sin pretender ser clavel ni nardo, y consciente de la magnificencia que tengo como pétalo, no como la totalidad de la rosa, sino como pétalo de rosa.

La experiencia *per se* es grandiosa, maravillosa, exquisita, mas la conciencia (*conscientia*) es el poder integrador y unificador de lo que nos da la vida con lo que somos. A partir de esto, se nos da la posibilidad de vincularnos con el mundo y con nosotros mismos, con la noción clara de qué es y hasta dónde llega el mundo, y con la realidad de quiénes somos y cuáles son nuestras limitantes. Nos sabemos parte del entorno, y a la vez somos diferentes y conscientes de nuestras limitantes y nuestras potencialidades con sólo pensar en ello.

Platón lo mencionaba como el diálogo interno del alma consigo misma, aunque podremos ir más a fondo si recordamos a San Agustín:

recuerdo tener memoria, entendimiento y voluntad; entiendo entender, querer y recordar, y quiero querer, recordar y entender.²⁵

Este pensamiento nos lleva a entender que cada una de las facultades de nuestra alma se mira a sí misma y se

²⁴ Lafourcade, A. *La obra o influencia de todos y cada uno*, p. 88.

²⁵ San Agustín. *Confesiones*, p. 152.

define en su relación consigo misma. Así podemos observar cómo se van modificando nuestras vidas a cada instante; desde la percepción del mundo, la significación en nuestra *psyche* y la re-definición del recuerdo experiencial, hasta su consecuente significación y re-significación. La *veritas* (realidad) del alma se concibe como una conciencia abstracta que refleja el mundo pero que se encuentra situada fuera de éste, o junto a éste. Por ende, esta realidad se halla en una relación que no es sólo de influencia casual, transcendemos el momento en cada “darnos cuenta” del mundo y de nuestra presencia en el cosmos.

INTROSPECCIÓN

HAY UN VIEJO SABIO EN EL CORAZÓN DE CADA UNO
QUE CONOCE TODAS LAS PREGUNTAS Y RESPUESTAS PARA
QUE PODAMOS VIVIR ARMÓNICAMENTE CON NOSOTROS
MISMOS Y CON NUESTRO ENTORNO

Gracias a la conciencia que tenemos del momento presente podemos tomar decisiones para modificar lo que va a ser el momento futuro. Cada uno de nosotros tiene una forma específica de actuar en cada situación que le presenta la vida, en algún momento inesperado, en ese espacio entre el potencial y el acto.

Está ahí, así, sin razón alguna [...] Cuando se despierta a la conciencia y a la vida, ya se está ahí, sin haberlo pedido.²⁶

En ese instante mágico reaccionamos al entorno. Esta reacción puede ser externa o interna aunque en el momento desconozcamos cómo y para qué respondimos de cierta forma. Tenemos la certeza de que nuestra intuición sabrá seleccionar el mejor camino, ya sea por deducción o por conocimiento certero. El paso lo damos a cada segundo,

²⁶ Mounier, Emmanuel. *Introducción a los existencialismos*, p. 50.

incluso cuando no estamos conscientes de que lo estamos haciendo. Hasta en nuestros sueños avanzamos por la vida.

Si en un momento futuro tuviéramos una experiencia exactamente igual a la del momento presente, la forma en la que reaccionáramos sería diferente, pues la primera vez que experimentamos esa situación no había conciencia sobre ese tipo de vivencias, ni existía nada que nos pudiera llevar a la idea de cómo sería ese momento. Y en una segunda ocasión, aunque fuera idéntica, podríamos esperar que algo diferente pasara, de la misma forma como sucedió en la primera, o por lo menos, no esperaríamos sorpresa alguna. Mas cada experiencia es única y la fuerza con la que se viva será lo que determine el momento. Así nuestro Yo —*psyche*— que trabaja incansablemente, nos presenta la vida con un matiz diferente a cada instante.

Está en cada uno prestar atención y hacer conciencia de cada detalle que se nos dé en la vida, pues estamos en el entendido de que ese lapso será irrepetible. Los minutos pasarán con oportunidades únicas que no se repetirán y aunque se repitieran ya no seríamos los mismos. Se transforma el cosmos y nos transformamos nosotros *ad infinitum* hasta que encontremos descanso el día de nuestra muerte. Mientras exista vida, habrá posibilidades distintas en cada ser humano. El camino de cada uno de nosotros es completamente distinto, ya que se conforma de piedras de vida, de experiencias únicas e irrepetibles como nuestra existencia y de la forma como se viva este periodo definido.

RESPONSABILIDAD

SOY LO QUE PIENSO Y EL MUNDO ES MI CREACIÓN, POR TANTO, NO HAY QUEJA SOBRE EL MUNDO EN QUE VIVO

“Sólo el conocimiento de nosotros mismos, ese descenso a los infiernos, nos abre el camino de la divinación”,

como bien lo refiere Hamann. Estoy convencido de que somos ángeles y demonios por propia voluntad y vibramos con el cosmos segundo a segundo descubriendo el universo, y al ser humano que cada uno es, el que verdaderamente es, el que habita el mundo con miedo, ira, gozo y demás sentimientos, pensamientos y emociones propios, que por ser propios son importantes y maravillosos ya que nos hacen seres plenos con el potencial para conocer el mundo.

Me refiero al entorno que nos es conocido, a la materia que nos une con el cosmos; esa materia que nos descubre sin caretas porque no sabe de caretas ni de escondites. Es clara, transparente y puede ver a través de nosotros, así que no tiene ningún caso tratar de aparentar lo que no somos, por lo menos ante el mundo, ante el otro, aquel que me conoce. Sólo hay un ser y una esencia, una existencia. Comenta Heidegger:

Lo que importa al ser es la existencia, y no solamente su esencia, sobre la cual la existencia tiene primacía.²⁷

Existimos y somos vida, espacio, momento, color, creación continua que se plasma en el universo para ser compartida por la humanidad. Cada uno de nosotros deja en todo acto su esencia, lo que realmente es. Así nos sabemos únicos y reconocemos que cada persona verá algo diferente en cada uno de nosotros. Si vemos con los ojos del corazón podremos ver corazones; si vemos con los ojos de la razón veremos razones. Y si no pretendemos ver desde ninguna postura y sólo observamos, veremos realidades. Y si percibimos realidades, podremos vernos a nosotros mismos sin más. Así, como criaturas vivientes únicas e irrepetibles, con una historia y su presente; seres vibrantes que aunque no conozcan su *quid*, tienen la

²⁷ Berdiaeff, Nicolás, *op. cit.*, pp. 57-58.

capacidad de conocer a Dios y responderle con una sonrisa, y ser a su vez, el reflejo de esa sonrisa.

Somos creaciones perfectas pues reflejamos la imagen de Dios. El cuerpo parece ser el molde maravilloso del alma, ya que expresamos por medio de éste todo tipo de emociones, sentimientos y sensaciones que se perciben en la profundidad del cuerpo y que serán codificadas y proyectadas al mundo desde la misma presencia física del ser.

El hombre se encuentra en el interior del ser. Él es, antes de conocer lo que es; y la posibilidad de su conocimiento existe en razón de lo que hay de ser en él.²⁸

Desde lo más oscuro se ve la luz; desde la luz no se puede ver lo más oscuro. La posibilidad de ver cualquier situación desde los ojos del alma, nos hace más sensibles, pues ese conocimiento nos completa y nos hace uno-en-presencia-ante-el-mundo.

Integramos todo lo que pasa fuera de nuestros cuerpos; en este mundo sorprendente en el que co-existimos, hay situaciones que vivimos como torbellinos, ecos ensordecedores que no comprendemos, otros momentos son asimilados como experiencias armoniosas que son sinfonías para nuestras almas. La forma como reaccionemos al momento experiencial refleja lo que pasa dentro de nuestro ser; el grado de integración de nuestra *psyche et anima*. Nos cuestionamos sobre el grado de unificación que tenemos con el mundo como consecuencia exclusiva de nuestra vivencia, que por su grandiosidad y diversidad no podemos abarcarla toda. Nuestra alma toma control parcialmente del instante y refleja con atinada imperfección la gloria o el infierno que se teje en nuestros adentros, permitiéndonos externar al mun-

²⁸ Berdiaeff, *op. cit.*, p. 47.

do lo que realmente recibimos del entorno y lo que estamos sintiendo con una expresión:

una sonrisa o una lágrima que transforma un atardecer en una profunda emoción de dolor o de placer.

Al relacionar perfectamente nuestro sentir con el entorno actual, sea cual sea, damos al momento la pasión innegable que sólo la emoción puede dar al instante. Nuestra razón no podrá descifrar los misterios del alma y esta fuerza quedará para ser vivida. Así, simplemente, sin preguntas, y lo que queda en ese eterno espacio de cuestionamientos, en ese interminable roer mental, será para los sueños, que sólo algunos seres se atreverán a descifrar respetando su colorido emocional.

Es innegable que no podemos ser y vivir tan sólo de la razón, pues la facultad del conocimiento *a priori* o *a posteriori* no nos hace más conscientes ni más humanos. Nos ayuda a conocer el mundo, mas el ser humano es en sí y por sí mismo la totalidad y su potencia consiste en usar todos sus recursos, para lo cual el Yo es el maestro orquestador.

Como ser que surge de su propia nada y termina siendo lo que él se propone ser, porque no existe nada ni nadie que establezca de antemano lo que tiene que ser.²⁹

Mas si sólo fuéramos conciencia o razón, de dónde podríamos tener pasión o coraje para hacer lo que creemos; cómo podríamos defender un ideal, algo que fuera trascendente, si el hecho de hacerlo nos implicara dolor, sufrimiento o frustración. La razón nos llevaría a buscar un camino sin espinas, sin dolor, y la razón nos dice que el camino recto es el más cercano entre dos

²⁹ De Sahagún, Juan. *Las dimensiones del hombre*, p. 124.

puntos aunque no haya emociones en el recorrido. Esto se explica desde el mundo de la razón, mas el motor para lanzarnos al mundo y luchar por la vida, en muchas ocasiones no tiene que ver tanto con la razón como con el corazón.

INCLUSIÓN

**AHORA SÉ QUE SÓLO NECESITO VOLUNTAD
PARA EMPRENDER EL CAMINO**

El organismo desempeña millones de funciones en un mismo momento. El Yo se responsabiliza de muchas de éstas y las debe ordenar para que respondamos al entorno de la mejor manera y con la autonomía necesaria. Por ejemplo: los ojos del alma humana no pueden desempeñar a un mismo tiempo dos tareas distintas. Si el alma quisiera ver la densidad de la luz de la luna y contemplar la galaxia en general con sus contrastes espaciales, tendrá que localizar la luna y luego perderla para contemplar el espacio, o viceversa. Y así, si el alma quiere observar los destellos de la eternidad con el ojo derecho, y con el ojo izquierdo pretende ver la densidad de la luz de la luna, solamente verá fragmentos de la luna y de los destellos. Es preciso que el ojo izquierdo y el derecho sigan el mismo camino, pues es imposible que el ojo izquierdo se abstenga de todo intento por observar, que renuncie a ver la luna y que se comporte como si estuviera muerto. Y luego pedirle al ojo izquierdo que vuelva a su tarea de observar la luna mientras el ojo derecho muere momentáneamente cediendo ese espacio de contemplación; es decir, dividir la capacidad de observar.

Ocuparse del tiempo y de las relaciones espaciales es cosa de la criatura pensante. Es una función del Yo decidir qué es lo que se contempla con mayor fuerza y qué se queda como fondo, y cuándo cambiar ese fondo

para hacerlo figura. Las posibilidades que se crean por la estructura propia del ser humano son innumerables.

Los objetos percibidos por el Yo se experimentan como reales. Los pensamientos y los sentimientos de los que el Yo es el agente son vivos y se considera que tienen sentido. Las acciones del Yo se consideran genuinas.³⁰

Aun cuando es nuestro Yo el que crea las acciones, éstas lo trascienden pues él mismo no tiene la capacidad de descifrar todos los enigmas que hay dentro de sí. En momentos podemos transformar algo que es claro y tangible como una flor en un sentimiento que nada tenga que ver con esa flor o con el instante vivido, mas es lo que creemos que es real para cada quien y de esa manera tenemos dos perspectivas por lo menos, la real y la que nosotros damos del objeto.

Descartes dividió la realidad en una *res cogitans*, cuyo nombre no designa otra cosa que la conciencia vivencial, y una *res extensa*, bajo la cual debe considerarse como sustancia, entendiendo por sustancia un ser independiente en sí y por sí.³¹

Es esta conciencia vivencial la que transforma las lágrimas, las risas o los cantos en significados concretos para cada ser humano.

Cómo explicar lo que ocurre fuera de nuestros cuerpos si no podemos explicar con certeza todo lo que ocurre dentro. Podemos darnos una idea de qué pasa dentro y fuera del organismo, y tener la suficiente fuerza para vivir y crear nuestro camino. Joubert decía con más sencillez:

cerrad los ojos y veréis.³²

³⁰ Laing, R. D. *El yo dividido*, p. 77.

³¹ Lerch, Philipp. *La estructura de la personalidad*, p. 25.

³² Beguin, Albert, *op. cit.*, p. 254.

Desde la oscuridad del exterior podemos comenzar a ver la luz interior de nuestro ser, ya que es nuestro ímpetu el que nos lanza con fortaleza para sortear cualquier trance. Claudel escribió:

antes de abrir los ojos, yo ya lo sé todo de memoria.³³

Cada uno sabe todo sobre la forma como se nos da el cosmos a cada instante, ya que el alma toca los instantes del mundo y se los apropia, cualquier momento, como podría ser éste mismo momento. El lugar y el tiempo ya son nuestros y podemos hablar de ellos y quedará la huella de cada uno de nosotros en un lugar específico, y a la vez, cada quien quedará como testigo de ese instante.

Los seres humanos poseemos una estructura mental compleja y cada porción del cerebro tiene alguna función determinada. El Yo se encarga de hacer su justa distribución y permite que hagamos múltiples actos a la vez, como puede ser comer, platicar y observar a la persona con quien compartimos los alimentos mientras nos deleitamos con las viandas. A su vez, tenemos la atención suficiente para escuchar y analizar el significado de lo que esa persona nos comenta. Podemos mover el brazo y la mano para acercar otro bocado y luego llevar el tenedor a la boca, teniendo la capacidad de diferenciarlo del alimento que está dentro de nuestra boca. Podemos paladear y seguir degustando los alimentos, y así consecutivamente.

El proceso de pensamiento y razonamiento tiene un ritmo diferente en cada persona. Cada uno de nosotros posee cualidades diferentes; cada uno de nosotros posee una estructura psíquica personalizada que se exterioriza con nuestro comportamiento, gracias al análisis que hagamos del momento, a la capacidad de asombro o la cu-

³³ *Ibid.*, p. 391.

riosidad de todos y cada uno de los que creamos la experiencia. Este potencial se convierte en acto puro a través de la vivencia al instante que respondemos ante ésta.

Para la auto-conciencia la cosa es en sí la realidad objetiva. Ya no es la certeza inmediata de ser toda realidad, sino una certeza para la que lo inmediato en general tiene la forma de algo superado, de tal modo que su objetividad solamente vale como la superficie cuyo interior y esencia es la auto-conciencia misma.³⁴

Tenemos conciencia de lo que hay en el mundo porque lo vemos, lo escuchamos, lo sentimos y sabemos que lo percibimos porque nos cuestionamos sobre eso que puede o no ser conocido. De esto nos damos cuenta por nuestra percepción, y nuestra creencia de ésta. “En la medida en que dude de mi realidad me convertiré en un fantasma y me perderé en la bruma”.

POTENCIALIDAD

HE INTENTADO ENCONTRAR LAS PALABRAS EXACTAS
QUE PUEDAN DESCIFRAR EL MISTERIO DE TUS OJOS,
PERO EL SILENCIO SE ACERCA MÁS A LO QUE VEO

Así, aunque cada uno de nosotros tiene una forma diferente de descubrir el cosmos, en esencia podríamos decir que todos venimos al mundo con un equipo similar de potencialidades. Al correr de los años, el polvo y el viento van dejando su huella en el alma y se va gestando una personalidad influida por todos los momentos que se dieron, por aquellos que no fueron y quedaron grabados en nosotros como experiencia, aunque sean minúsculos recuerdos por los que hoy podemos responder desde las páginas de nuestra propia historia y mas allá de éstas.

³⁴ Hegel, *Fenomenología del espíritu*, p. 209.

El comienzo del mundo y la extinción del mundo no están en mí, pero tampoco están fuera de mí; no 'son' en absoluto, sino que acontecen incesantemente, y su acontecer tiene lugar también conmigo, junto con mi vida, con mi decisión, con mi obra, con mi servicio, depende también de mí, de mi vida, de mi decisión, de mi obra, de mi servicio.³⁵

Y al momento que las posibilidades verdaderamente se extinguen en nosotros es porque ya pertenecen al mundo, al espacio, al otro que se las apropia y las hace suyas para dejarnos morir. Y es así como dejamos parte de nuestra obra en el universo del otro, si es que en algún lugar hay alguien que pueda creer en aquello que percibimos o creímos y dimos al mundo; eso que fuimos en el intercambio de la vida con el universo, eso que dejamos como legado; esa creación personal.

El hombre es dueño de él, pero también quisiera serlo del otro universo, el grande, y hacer de él, la libre expresión de sí mismo. En esa alegría de expresar en ese mundo lo que está fuera de él, de realizar la aspiración esencial y primitiva de nuestro ser, es donde se encuentra el origen del arte.³⁶

Cuando expresamos nuestros sentimientos o razonamientos de una manera particularmente comprometida, creamos arte desde nuestra propia perspectiva, pues vaciamos nuestra esencia en el acto de forma creadora para que el mundo la reciba y la haga suya. Nos entregamos al mundo en nuestra obra. Algunos de nosotros seremos capaces de aceptar esto que hacemos cotidianamente como arte, otros lo negarán pues todos estamos abiertos a la posibilidad de

³⁵ Buber, Martín. *Yo y tú*, p. 87.

³⁶ Beguin, Albert. *El alma y el sueño*, p. 392.

ser descubiertos por la mirada del otro, la mirada crítica del tú-ello, o el corazón abierto del yo-tú.

Entonces, dependerá en gran medida de qué tanto vivamos juzgando a los demás para aceptar que seremos juzgados desde la misma mirada. Es un dicho conocido aquel que dice: con la vara que mides serás medido.

Somos seres que nos regimos por principios naturales y uno de estos principios es: el de vivir en *communione*m (comunidad) con otros seres de nuestra misma especie. Creo en este principio:

el hombre es bueno por naturaleza, más existen circunstancias y factores múltiples que provocan el cambio en ese hombre para que actúe hacia el mal, entendiendo como el mal cualquier forma de autodestrucción.

Recordemos que en el caso de un delito la primera víctima es el victimario, pues en el acto delata su impotencia de haber sido víctima en algún momento, y esa trasgresión se instauró y quedó latente, hasta el momento en que se manifestó como acto delictivo. Para que se dé la comunión entre los individuos es necesario que exista algún tipo de comunicación y los seres humanos estamos bendecidos con la palabra entre las demás criaturas que poblamos este maravilloso mundo, la palabra es la fuente más rica para convivir con el otro. Al referirme a la riqueza, pienso primordialmente en la línea de las posibilidades que genera el habla, más que a su vastedad expresiva. Sobre todo si se piensa en todas las diversas formas que existen para comunicar. Mas la palabra escrita, así como la fónica (*phone*), nos dan la posibilidad de expresar de una forma clara y precisa las ideas, los

pensamientos, las sensaciones, los sentimientos, las emociones. Así nos encontramos con otra posibilidad (*possibile*) de dejar plasmado aquello que de otra forma no podría ser conocido (*cognoscere*) por el otro.

La emoción se grabó para siempre en mi alma. Cuando me llama ¡Clemens!, yo respondo en voz baja: ¡O Pia!, en mi última hora, ten misericordia de mí. O Clemens, o Pia, o *idulcis Virgo María!*, recibe a mi alma en tus brazos.³⁷

Por medio de signos llenos de emociones el ser humano comenzó a comunicarse y a descubrir el mundo. Compartió con otros de viva voz lo que para él era conocido y llegó aún más lejos cuando plasmó en diversas formas sus ideas para que después de su muerte quedará el legado de su paso por el mundo. Esos signos se volvieron cada vez más complejos y numerosos hasta que hoy en día encontramos una infinidad de símbolos que representan el mundo. Estos surgen del potencial de la estructura psíquica de cada ser humano, pues éste tiene su historia grabada en su memoria y en su cuerpo y de alguna forma la proyecta al mundo. La historia representa los años de vida y todo lo que ha sucedido durante los mismos. Se incluyen memorias, recuerdos e ideas. Entonces guardamos cada momento por su intensidad, y estos aportan un significado a nuestra vivencia cotidiana. Somos nuestra historia. Vivimos la verdad desde los signos que cada quien crea. Damos significado a la vida desde la experiencia de cada individuo.

El conocimiento descubre el sentido tras el no-sentido, el orden tras el des-orden, el cosmos tras el caos.³⁸

³⁷ Beguin, *op. cit.*, p. 341.

³⁸ Berdiaeff, Nicolás. *Cinco meditaciones sobre la existencia*, p. 79.

Somos una ecuación en el cosmos. A partir de nuestro potencial, todos tenemos la forma para inter-actuar con el mundo, para escucharlo, para sentirlo, para recrearlo donde sea necesario, donde la ecuación interior implique volver a las partes del camino recorrido en las que hubo sufrimiento y dolor. Nuestro Yo, maestro de cada uno, buscará el camino de la luz, de la vida, desde el momento de la concepción hasta que no sea posible buscar más. La *psyche* busca la luz aunque la tenga que extraer desde las mismas entrañas de nuestro ser para poder así iluminar al mundo.

REALIZACIÓN

SERES DE AMOR Y BARRO COCIDOS EN EL FUEGO
DE LA CONCIENCIA Y LA FE

Nuestra esencia surge de lo más íntimo de cada uno. Es lo que revelamos a los demás y lo que los demás observan; lo que nos da fortaleza o debilidad de sentimiento y razón; lo que nos hace unificarnos o aislarnos de las cosas exteriores y retomarlas para volver a nosotros mismos. La esencia es la fuerza interna de cada ser. Nada conoce mejor al ser humano que lo que es más accesible, y lo más accesible al ser humano es él mismo, pues su esencia y significado se crean desde el mismo lugar; son lo mismo.

En la esencia humana sin duda es el Yo, que nos permite ser conscientes de nosotros mismos, reconocernos ante y en el mundo, esa mismidad puede, en un momento dado, lesionarse, fracturarse, desquebrajarse y confundirse con otras cosas del mundo que no son ella misma, cuando sucede esto se crean dos polos opuestos: el yo y el no-yo. El Yo es aquel que sin dificultad se reconoce entre los demás seres que le rodean y se diferencia sin problema de los objetos, reconoce su camino y los pasos que ha dado y los que pueden venir. El no-yo se desconoce

a sí mismo y por lo tanto no reconoce al otro o al mundo, depende del resto del mundo para ser validado, aunque paradójicamente no regresa al mundo nada a cambio. El yo toma del mundo y regresa al mundo lo que toma transformado, se ocupa por sí y por los demás, valida sus actos desde su corazón y permite que sus actos hablen por él. El Yo se guía por el camino en el que lo primordial es cuidar la vida, conservando las facultades vitales *yang sheng* (cuidado vital). Esta fuerza interna cobra fuerza en diversos momentos de nuestra vida y a través de nuestros actos la podemos robustecer o desquebrajar.

VOLUNTAD

CRIATURAS ETERNAS, PRESENTES A GOLPE DE SOL, ATADOS A ESA REALIDAD QUE ES LA VIDA MISMA

Percibimos del mundo estímulos que nos apropiamos. Esos estímulos cobran vida en nuestra alma con ciertas cargas energéticas; es decir, su sola presencia logra cambios específicos en cada individuo. Estos estímulos se relacionan con la historia viva de cada persona y con el momento en que fueron instaurados en las raíces del Yo para ser retomados posteriormente en el momento en que los necesitemos. Somos nosotros quienes por medio de nuestro Yo los hacemos patentes y manipulamos su estadía, de forma tal que ejercemos control aparente sobre los mismos, esto es, mientras podamos transformarlos en otras energías que nos sean útiles para vivir sin que esto afecte nuestra existencia. Hasta que reconozcamos en el entorno los estímulos y los signos que lo conforman podremos construir una verdad. Y sabremos si sobre-vivimos a través de éstos o éstos viven en nosotros como consecuencia de la vivencia.

La aspiración a la verdad no es otra cosa que el despliegue del Yo —*ánima*— y del contenido que existe en

éste por propia naturaleza. Esto lo vemos reflejado en nosotros cuando buscamos en nuestro interior las respuestas a nuestro existir por medio de la introspección. Existe un proceso de autognosis progresivo y gradual en el espíritu. A la experiencia sensible le corresponde despertar en el *anima* el recuerdo de la esencia de aquello que contempló “desde la eternidad”.³⁹ Esto sólo es posible si el alma está dispuesta a observar hacia la eternidad y buscar ahí los recuerdos que yacen en ésta.

Conocer la existencia, es asegurar la dirección y acrecentar la luz de dicha existencia, iluminar el ser y, por consiguiente, regenerarlo y enriquecerlo con aquello que todavía no existe.⁴⁰

Aunque existen elementos dentro del mismo ser que podrían desviar la verdad del individuo, éste sólo podrá enfrentar esas desviaciones y afrontar la realidad a partir de su voluntad (*voluntatem*). Puede hacer las preguntas desde su *psyche* y desde ésta misma puede esperar las respuestas; puede escuchar atentamente los mensajes que le regala el cuerpo, las ideas y otros estímulos que pasan a su alrededor y que deja ir sin percatarse de si tienen algo que ver con el momento para ser aprovechados.

¿No es por medio del razonamiento que el alma descubre la verdad? Pregunta Sócrates a Fedón. Sí —responde Fedón a Sócrates.⁴¹

El *anima* tiene dos formas primordiales de encontrarse con el mundo. La primera es por medio de los sentidos y la segunda a través de la razón. Aunque son distintas, no son ajenas como se pensaba en la antigüedad.

³⁹ Jaeger, Werner. *Paideia*, p. 559.

⁴⁰ Berdiaeff, Nicolás, *op. cit.*, p. 81.

⁴¹ Platón. *Fedón o el alma*, p. 392.

¿Cualquiera de nosotros que quiera examinar con el pensamiento lo más profundamente que sea posible, lo que intente saber, sin duda, sin mediación del cuerpo, se aproximará más al objeto y llegará a conocerlo mejor? —Seguramente.⁴²

Desde la perspectiva de este pensamiento, la función del *anima* estaría en lugar distinto al cuerpo y en realidad es a través del cuerpo que podemos llegar al objeto. Ahora, ese objeto puede estar en lugar distinto al *anima* y a los sentidos. Por lo tanto, traemos el objeto a nuestros cuerpos para que nuestra *psyche* lo abstraiga y lo convierta en razonamiento. Y es así que el objeto puede hacerse invisible al resto de los estímulos externos para permitirnos concentrar toda la atención en la *psyche*.

Cualquier pensamiento se puede acompañar de la mediación del cuerpo para facilitar su comprensión, pues el cuerpo tiene mucho que ver en el proceso del pensamiento, al ser una realidad integral que ayuda a crear el mundo por medio de los sentidos.

El instante más común en el que nos podemos encontrar inmersos en nuestros pensamientos (razón) para buscar el objeto sin la intervención activa del cuerpo es en el proceso psíquico de la duda. En este proceso el cuerpo se hace intangible, y hace invisible el entorno para poder encontrar en el interior las respuestas que alguna vez estuvieron rondando en el mundo.

PERCEPCIÓN

EL SOL SALDRÁ POR EL ORIENTE Y SE PONDRÁ POR EL
PONIENTE, ESTO MARCARÁ EL PRINCIPIO Y EL FIN DEL DÍA
O DE LA NOCHE

De esta forma nos queda claro que los sentidos pueden darle mayor fortaleza a nuestros pensamientos y mayor

⁴² *Ibid.*, p. 394.

claridad a nuestras ideas. Cuando experimentamos plenamente una situación podemos referirnos a ella con lujo de detalle; podemos comentar sobre su color, olor, sabor, textura, intensidad, etcétera. En este proceso, el cuerpo no participa activamente y aparentemente deja de aportar más información, no obstante la *psyche* recorre silenciosamente cada milímetro de nuestro ser para satisfacer la necesidad de encontrar la verdad que está inscrita *in corpus ire* (en cuerpo propio).

Qué pasa cuando no vivimos plenamente ese momento o fueron demasiados los elementos que había en nuestra *psyche*. Comenzaré por explicar esto mediante un ejemplo: vamos a tomar una taza de té a un lugar muy agradable lleno de estímulos que podemos disfrutar. Sin embargo, al momento de estar en ese sitio sufrimos una jaqueca, un enojo o cualquier malestar que nos robe la atención del lugar. Si al regresar a casa nos cuestionamos sobre el sitio en el que estuvimos, responderemos con claridad acerca de los estímulos que afectaron el momento y por el malestar, y omitiremos los estímulos débiles como la luz o el sonido dentro del lugar o, muy probablemente, ni siquiera los contemplaremos. Cuando hagamos referencia a esos estímulos tendremos que recordar el sitio y tendremos que filtrar el dolor de cabeza, el enojo o lo que haya sido nuestro malestar para describir con objetividad la situación vivida. Pero al hacer una descripción fenomenológica a través del recuerdo, ésta no será muy objetiva pues tuvimos que desviar nuestra atención (por la causa que sea) del lugar. Así que probablemente si se le pide a otra persona, que se hubiera encontrado en el mismo lugar a la misma hora, que dé una descripción fenomenológica, ésta será distinta a la nuestra y probablemente será más detallada, si es que la persona a la que le preguntemos estuvo plenamente en el lugar y si no existió una variante que hubiera interferido en el relato, como

podría ser la jaqueca. Esto no implica que nuestra descripción sea falsa, sino que es distinta y la hemos modificado por factores diversos que surgen de nuestro ser (de adentro hacia afuera).

Otro caso es cuando encontramos demasiados estímulos, o éstos son de gran intensidad. De la misma forma que en el ejemplo anterior, podremos imaginarnos en un café degustando alguna bebida con toda calma y en ese lugar (simultáneamente) entra una persona que significa mucho para nosotros. Alguien muy amado(a) nos habla en ese mismo momento; la persona con la que estamos nos comenta algo y el mesero pasa frente a nosotros con algún postre apetitoso y no nos es posible atender los tres estímulos al mismo tiempo. Existe la probabilidad de que descartemos el estímulo de menor intensidad en un primer intento, aunque los tres lleguen a tener algún peso en nuestras necesidades. Al minuto exacto de que pasaron los tres estímulos es posible que no recordemos más que aproximaciones sobre lo acontecido. Es probable que perdamos la noción de lo que estábamos hablando o de lo que habíamos hecho anteriormente. Cuando alguien nos pregunte sobre lo ocurrido sólo referiremos algunas de las situaciones, mas todo fue parte de la realidad del momento y si nos cuestionamos lo explicaremos como si hubiera sido un sueño: es cierto que pasaron otras situaciones mas no tenemos la certeza de qué fue lo que pasó.

INTUICIÓN

TAN PRONTO SALEN LAS PALABRAS DE MI BOCA YA VAN DE REGRESO; CUANDO VEO TU SEMBLANTE, ENTIENDO EL PESO QUE HAY EN ELLAS

Los recuerdos se almacenan según el grado de importancia o de plenitud con que se haya experimentado

el momento presente, y éstos van perdiendo fuerza conforme van llegando otros recuerdos que los sustituyen. Algunos simplemente sólo son recuerdos pasajeros que no permanecerán más que por unos cuantos minutos. Ahora bien, ¿cuál es la diferencia entre recordar, soñar e imaginar? Al momento que soñamos traemos imágenes del día que recién vivimos principalmente. Éstas se unen a algunos recuerdos previamente guardados en nuestra memoria y a los estímulos o necesidades que estén presentes en nuestra mente. Así, cuando recordamos lo soñado, es común que existan imágenes no soñadas que aparecerán en nuestro relato, y es probable que no podamos distinguir cuál es la realidad del sueño y cuáles son los recuerdos de otros tiempos, ya que el sueño no tiene un tiempo real y la claridad de lo soñado puede variar de la claridad de lo recordado. Las imágenes soñadas son representaciones fragmentadas sin orden y no siempre nos dan una imagen nítida de lo acontecido, son como una serie de fotografías; el recuerdo es una película que corre en tiempo real. Por ende, la realidad es perturbada en la calidad del recuerdo soñado, de ésta, nada claro podemos saber más que si hubiera sido una fantasía, una ilusión o una alucinación, y en realidad es un recuerdo vago, un espectro psíquico. Ahora podremos entender mejor por qué el momento presente cobra un nuevo valor potencializador en nuestra realidad externa y en la realidad de nuestros pensamientos.

Ya que es en el aquí y ahora que se gesta la realidad, toda información que integra el ser de su entorno es susceptible a quedar guardada en nuestra memoria, y de ésta surgirán los recuerdos al momento en que busquemos imágenes de algún momento vivido y las traigamos al presente. Ahora bien, podemos a su vez manipular

dichas imágenes una vez que están en nuestra mente, creando escenarios distintos a los que fueron o podrían ser; en ese momento estamos “imaginando que”, ampliando el margen de posibilidades que se crean con esa misma información que fue previamente guardada en mi *psyche*.

Este punto es muy importante pues sabemos que las creaciones vienen de nuestra *psyche* y cuando recordamos traemos imágenes de nuestra mente. Mas cuando soñamos también vienen imágenes de nuestra *psyche* que surgen de similar manera que cuando imaginamos. Lo que cambia es la forma como percibimos. Cuando experimentamos algo, estamos conscientes de que lo experimentamos así, si hace calor, nuestra mente trabajará para buscar los estímulos que satisfagan a nuestro ser en ese entorno específico, por lo que se nos puede apetecer beber algo fresco para disminuir la sensación de calor. Si la idea de querer beber algo fresco se guardó en nuestra *psyche*, entonces podremos reportar que tuvimos antojo de beber algo fresco. Al momento de beber satisfeceremos la necesidad y utilizaremos esa energía que estábamos ocupando en nuevas necesidades. Ahora, si ese estímulo no fue satisfecho, de igual forma quedará guardado y pasará al inconsciente como parte de los estímulos insatisfechos del día. Además existe la probabilidad que ese estímulo busque su liberación en el ámbito inconsciente por medio del sueño. Es posible que a la mañana siguiente reportemos que soñamos algún acontecimiento que, con gran certeza, cubrió la necesidad del día anterior en dicho sueño. Esto quiere decir que nuestro inconsciente liberó los recuerdos no satisfechos de beber algo fresco durante el día y en el transcurso de la noche pudimos atender esa necesidad, por lo menos de manera inconsciente, en el ámbito de la fantasía.

No confundas tus cuerpos, ni el físico, ni el astral, ni el mental, con tu Yo. Cada uno de ellos pretenderá ser el yo, a fin de lograr lo que desea, pero tú debes conocerlos a ellos y reconocerte a ti mismo como dueño.⁴³

Nuestra *psyche* sólo puede crear sobre lo que ya ha sido introyectado. Usando esta información, nuestra mente podrá hacer variaciones en cuanto al tamaño y la forma, mas los elementos esenciales serán los mismos. Después de haber experimentado algún hecho y, pasado un tiempo, es factible que confundamos las imágenes con otros eventos vividos con igual intensidad; existirá la duda entre lo real y lo imaginario, y haremos el proceso de selección en el que, por deducción, diremos que lo que vivimos fue “cierto hecho” y no “otro” que podemos recordar con igual intención y claridad. Esto será factible gracias a todo el cúmulo de información que guardamos en nuestra *psyche* y en nuestro cuerpo. Si ahora partiéramos un limón y lo probáramos, probablemente comenzaríamos a salivar desde el momento mismo de traer la imagen del zumo de limón que escurre al momento justo de ser cortado, sabiendo que lo siguiente será probarlo. En este caso existe un hecho real provocado por un acontecimiento específico. Mas nuestro Yo, al ser conocedor de las reacciones corporales ante dicho estímulo, podrá generar reacciones aun antes de tener contacto con el estímulo. Nuestro cuerpo entrará en alerta antes del contacto, e incluso podría mandar señales tan poderosas que el cuerpo viva plenamente el estímulo antes de que aparezca, es decir, antes de volver a experimentarlo. Esto quiere decir que existe una respuesta ante un estímulo dado. Estas investigaciones se las debemos al científico ruso Pavlov⁴⁴ y a los experimentos “estímulo-respuesta”

⁴³ Krishnamurti, J. *A los pies del maestro*, p. 28.

⁴⁴ Ivan P. Pavlov (1849–1936).

que realizó con perros. Es importante reconocer que existen procesos mentales distintos que pueden afectar nuestras vidas de diversas formas, como lo comenta John B. Watson:

decir es hacer, en otras palabras, es conducta. Hablar de una manera manifiesta, o hablarnos a nosotros mismos, pensar, es un tipo de conducta tan objetiva como el beisbol.⁴⁵

A cualquiera de nosotros, al sufrir algún hecho doloroso, penoso, angustiante de cualquier tipo, ya sea físico o psicológico, nos quedará instaurada una carga energética mnémica (memoria), independientemente del desgaste vivencial que hayamos sufrido al momento mismo de la experiencia; esta carga que queda en cada quien se estará manifestando durante nuestras vidas durante un tiempo incierto hasta que logremos asimilarla totalmente.

Queda la sombra de la presencia del fantasma rondando por los pasillos del castillo, el fantasma espera atento afuera del castillo a que salgamos para descubrirnos, y devorarnos.

Esto es que en un evento, que llamaremos traumático, nuestra *psyche et anima* pierde el equilibrio y el control momentáneo de nuestro ser; por decirlo de alguna manera, la información que llega a nuestro ser es tan grande o pesada que éste sólo puede recibir parte. En ocasiones, estos eventos pueden producir reacciones corporales inmediatas como sufrir un desmayo, vómito, llanto, etcétera. Durante el incidente, nuestro Yo intentará responder de la mejor manera, aunque es probable que por la magnitud no sea capaz de asumir la totalidad de dicho evento, perdiendo el control parcial o total de la situa-

⁴⁵ M. H. Marx y W. A. Hillix, *Sistemas y teorías psicológicos contemporáneos*, p. 164.

ción. Inmediatamente después de restaurarnos, nuestros mecanismos de defensa bloquearán, transformarán o re-significarán parte de los contenidos para que podamos seguir en pie.

Cada vez que escucho una sirena, enmudezco y me siento desprotegido... tú ya no estas aquí para sentir nada.

Esto es que en el momento en que logramos recobrar el equilibrio (*aequilibrium*), una parte de nosotros quedará marcada por dicho evento. La realidad fue distorsionada y de cierta forma escindida, de manera que en dicho suceso quedarán espacios modificados, re-significados y hechos accesibles para nuestro potencial actual, y otros estarán guardados en nuestra memoria por tiempo indefinido hasta que volvamos a tener la fortaleza para asumirlos, aceptarlos y dejarlos ir; de esta forma podremos seguir el camino para no quedarnos atorados en tal situación. Sin embargo, quedan ciertas cicatrices sumamente frágiles que con gran facilidad podrán abrirse durante nuestras vidas.

Tomar una copa de vino, en una mesa de dos, contemplando lo hermoso que es el atardecer en puerto “callao” me recuerda lo frágil que soy y lo vulnerable que es el recuerdo.

Son innumerables estímulos los que pueden traer los recuerdos de dicho evento, éstos se pueden dar a nivel emocional o racional, ya que fueron muchos los pensamientos y emociones que fueron modificados y re-significados para restaurar nuestro equilibrio psíquico; esto es algo que pasa con frecuencia en las fobias y en algunos casos en los que nos llegan recuerdos repentinos o súbitos (fracciones mnémicas) que nos estremecen, pues son fracciones de la dolorosa totalidad que está calladamente guardada en nuestro ser y aunque la mayor parte de ésta fue transferida a otros objetos secundarios,

quedan reminiscencias del objeto primario que fue el causante de dicho traumatismo, por ejemplo: es mas fácil para un crío tener miedo a la oscuridad que aceptar tener miedo a su padre golpeador (la fobia o las fracciones mnémicas se instauran en algún momento de la paliza en nuestra psique, ésta buscará un mecanismo que nos permita funcionar y de esta manera transferirá la carga emocional del padre a la noche, para poder seguir “viviendo con papá” y temiendo a la noche).

Cualquier elemento puede abrir las cicatrices, el recuerdo que se encuentra guardado y negado despierta por cualquier situación o por el menor estímulo, como puede ser una prenda, un olor, alguna voz, alguna conducta, etcétera. Inmediatamente y sin estar conscientes, comienza la lucha interna contra dicho estímulo; comenzamos a sentirnos temerosos, angustiados, dolidos, tristes o cualesquiera que hayan sido las emociones que quedaron ahogadas, mutiladas o sin resolver, pues éstas, aun negadas, existen y buscan salir.

Mi mano busca la tuya y lo único que encuentra es el suspiro que queda atrapado en mi puño, el terror de abrirlo y no encontrar nada, o peor aun, de no tener la fuerza para volver a intentarlo.

En algunos casos, el estímulo es bien conocido, sabemos a qué tememos y por qué le tememos. “Sé que temo a mi padre porque es golpeador”, “sé que temo ser atacado en la oscuridad por una experiencia pasada”; de esta manera nos podemos proteger del estímulo cuando sabemos que puede presentarse y ser nocivo para nosotros. Y a su vez, somos conscientes de qué es lo que está provocando en nosotros la emoción o los pensamientos tormentosos. El problema que se puede presentar en este caso es que generalicemos y nos protejamos en momentos en que nos encontramos seguros, esto es, que no permitamos que existan otras realidades,

por ejemplo: ser temerosos con todas las “figuras de autoridad” y no permitirnos aceptar que es sólo una “figura de autoridad” la que nos hace daño y en muchas ocasiones bajo ciertas circunstancias: “alcohol, droga, etcétera”.

Ya sea que seamos conscientes o no de esa situación, ésta nos va mermando la vida. Lo que es cierto es que si queremos vivir plenamente cada día, por doloroso que sea, en algún momento tendremos que enfrentar a nuestros fantasmas más temidos para librarnos de ese peso y andar el camino sin tener que mirar para atrás, excepto cuando queramos ver nuestro avance.

Tendremos que abrir las heridas y sanarlas, siendo muy respetuosos con nuestro dolor, escuchando atentamente cuánto es lo que queremos y podemos soportar. Esto lo haremos una vez que tengamos la fuerza necesaria para levantarnos por nosotros mismos y soportar nuestro peso; una vez de pie, podremos iniciar paso a paso el camino que nos lleve a nuestras heridas. Una vez que estemos ciertos de las situaciones y personas que nos lastimaron cuando no teníamos la capacidad de responder por nosotros mismos, con mucho amor nos daremos la oportunidad de encontrarnos con el niño, joven, adulto interior lastimado y lo acompañaremos desde la visión de este ser que somos hoy día. Con pasos muy pequeños como los de un bebé y con mucho amor empezaremos nuestro nuevo camino.

Hasta que no hayamos cerrado las puertas que quedaron abiertas en algún momento de nuestra vida, no podremos ser verdaderamente libres. Específicamente, el recuerdo y la imaginación son procesos del pensamiento que pueden darnos mucha luz o total oscuridad. En el momento en que quedamos atrapados por un hecho traumático perdemos muchas posibilidades por el terror (fundamentado) de volver a sufrir con tal brutalidad, pero eso implica vivir a media luz y no podemos darnos el

lujo de quedarnos en tinieblas cuando lo mejor apenas comienza: “cada día es mejor al anterior” si nosotros queremos que así sea, así sea, así será.

COMPASIÓN

LA LUZ DE TU MIRADA SE TURBA ANTE LA TORMENTA
QUE SE AVECINA, TUS OJOS INFANTES SE VUELVEN
CUCHILLOS QUE SE CLAVAN EN MI CORAZÓN

Existen dos modos a través de los cuales nos relacionamos con el mundo: la información que está en nosotros (interna) y la de los datos que provienen del mundo (externa). Dentro de la información interna sabemos que también existen dos tipos fundamentales de referencias: la psicológica y la biológica. Básicamente los pensamientos son ideas (conceptos) que pertenecen al mundo de la razón (*psyche et anima*) y, por otro lado, la percepción y la sensación pertenecen al mundo de los sentidos, por tanto, entran en la información biológica (*corpus*). La información externa será toda la que provenga de nuestro entorno y que nosotros recibimos a través de los sentidos.

También convenimos en que hemos sacado este pensamiento (no podía salir de otra parte) de alguno de nuestros sentidos, por haber visto o tocado o en fin, por haber ejercitado cualquier otro de nuestros sentidos.⁴⁶

Así conocemos el mundo: primero lo tomamos con nuestros sentidos y después procesamos esa información y la guardamos en nuestro Yo.

Siguiendo con este pensamiento, si recordamos cómo adquirimos los conocimientos, admitiremos que sin duda es a través del cuerpo o los sentidos (olfato, gusto, tacto, oído y vista), y más aun, si pensamos dónde se ubican los pensamientos, sin titubear encontraremos que es en el

⁴⁶ Platón. *Fedón o el alma*, p. 400.

mismo cuerpo. El asunto de la memoria corporal es más complejo, sin embargo, para los efectos de este ensayo es primordial eliminar el dualismo yo-cuerpo como forma integral del pensamiento. Entonces, la forma como podremos crear, asimilar y recordar las experiencias del pasado, será por medio de la totalidad de nuestra *psyche, anima et corpus*, ya que somos seres corpóreos y esta corporeidad es la casa de nuestra *psyche et anima*, y ésta, a su vez, no es ajena a sus voluntades, sino que funciona en armonía generando lo que hoy somos. Sin la *psyche et anima* no podría verme ante el espejo y saber que lo que está al otro lado es sólo el reflejo de lo que soy.

Sin nuestro Yo no hay razón de ser; sin nuestro *corpus* no hay forma de ser.

Hay que reconocer que en los procesos que se vivieron con mayor plenitud, la memoria corporal está presente y ayuda a que los recuerdos permanezcan accesibles al Yo por un tiempo mayor. Igualmente, ésta ayuda a que se re-instalen con facilidad en nuestra memoria recuerdos muy profundos, que de otra forma hubieran permanecido en el archivero neuronal por un periodo indeterminado. También podemos recordar cómo ciertos estímulos mentales producen cambios fisiológicos. De la misma forma, las alteraciones físicas promueven los cambios mentales de fondo. Dos ejemplos claros de esto son:

1. Recuerda una persona significativa de tu infancia. Alguien que haya sido muy especial, alguien que te haya amado mucho y a quien tú hayas amado. Visualízalo, escúchalo, huélelo, siéntelo y ahora revisa tu respiración y tu ritmo cardíaco. Sin duda hubo algún cambio. En ocasiones, se nos pone la “piel de gallina”, sale alguna lágrima o se esboza una sonrisa en nuestro rostro.

2. Si pasamos un dedo desde la nuca y lo deslizamos lentamente sobre nuestra cabeza y rostro pasando por la nariz y boca, cuando lleguemos a la base del cuello habremos terminado el experimento (reportando alguna sensación que generará cierto sentimiento o recuerdo). Las caricias en la cabeza y en el rostro son pautas que generan sensaciones añejas, ya que de bebés existe mucho contacto con la cabeza, el cuello y la cara, mismo que se pierde comúnmente en la edad adulta.

De esta forma, nuestro Yo, con el potencial que le brinda la experiencia, actúa en plena libertad desde su morada, permitiendo el intercambio de energía entre las posibilidades que nuestro *corpus* ofrece.

No es el Yo individual como tal el que se afirma a sí mismo, sino el Yo individual como portador de la razón. El valor de ser como uno mismo es el valor de seguir la razón y de desafiar la autoridad irracional.⁴⁷

De qué podría servirnos “ser” si no nos hacemos presentes ante el otro y ante el mundo. Es bueno recordar que todo lo que hacemos y dejamos de hacer desde el potencial humano es causa y efecto de todo cuanto hay. Sabemos y porque sabemos nos es imposible callar, porque de hacerlo nos convertiríamos en cómplices, peor aún, no tendríamos nada que ver con lo que pasa en el mundo; perderíamos nuestra esencia creadora, nos estaríamos mintiendo, estaríamos luchando en contra de nuestra naturaleza (*natura*).

El contenido de las experiencias vitales es algo que por su intensidad retiene nuestra memoria con mucha fuerza, para que podamos hacer uso de esta información. Se presume que existe un contenido específico en ésta que

⁴⁷ Tillich, Paul. *El coraje de existir*, p. 114.

genera una fuerza psíquica que nos puede servir de alerta para enfrentar o retirarnos en el instante preciso; debemos estar muy atentos a lo que nos dice nuestro cuerpo en el aquí y ahora, muy atentos a nuestra intuición, para encontrar en qué momento podemos relacionar el mensaje con el momento actual y cómo es nuestra percepción de éste para poder hacer uso en otras ocasiones de esta capacidad. Mas si en el momento actual no podemos usar esta información por cualquier razón, la podremos utilizar en cualquier otro momento en el que sí contemos con la capacidad para emplearla y expresar el contenido latente que vive en nosotros.

Es como si un volcán esperara contar con la fuerza necesaria para hacer erupción, aunque el momento no sea el mejor para el resto del mundo. Cuando exista la energía, haremos erupción para liberarnos y seguir adelante.

La *psyche* se hace consciente en la experiencia; se hace presente, vive cada momento y construye nuestro mundo desde ahí. De esta forma tenemos elementos para reír o llorar en determinados momentos. En algunos instantes de la vida pareciera que nuestro Yo se encuentra vacío, que estuviera inmerso en la nada. Mas no existe un espacio vacío en nosotros, pues somos acto puro, y cada espacio es llenado por la experiencia más significativa para cada individuo. Es ese momento de aparente vacío (fértil) en nuestras vidas que se convierte en algo especial. Cada vez que recordamos algún instante vivido, éste trae consigo alguna emoción. Este objeto de conocimiento se representa como vivo para nosotros por medio de la *psyche*, y nos permite re-encontrarnos con un momento pasado que ya no es posible revivir, más que por medio del recuerdo y la razón.

En algunas ocasiones, nuestro Yo encuentra espacios que aparentan no estar conectados con la realidad, lagunas mentales sin recuerdos. Esto se genera por las diferencias emocionales que existen en cada situación vivida, tanto en las experiencias pasadas como en las experiencias actuales. Los momentos que fueron vividos con plenitud tendrán mayor fuerza y predominarán en nuestros relatos, los que pseudo-vivimos no contarán con la suficiente fuerza y serán recordados vagamente, en algunas ocasiones ni siquiera podremos recordar las partes más significativas. En su lugar aparecerán pequeños fragmentos de fantasía que le darán sentido y continuidad a nuestro pensamiento. Nuestro Yo podrá encontrar en este proceso una base sólida para lograr integrar una secuencia lógica de pasado-presente sin que esto llegue a perturbarnos.

Aunque somos conscientes de que una parte de nuestra historia será falsa en tanto que estará llena de recuerdos que pueden no ser fieles representaciones del conocimiento anterior, puesto que se encuentran repletos de evocaciones vagas, así como de imágenes confusas y fantasías, el Yo se apoyará de todo lo que esté a su alcance, comenzando por la memoria del *corpus* para armar el rompecabezas creado por tantos vacíos. Para llenar estos espacios creará imágenes que a su vez no cuentan con ningún significado para la mente consciente y editará el recuerdo de forma que tenga cierto sentido lógico, ya que no estamos acostumbrados a decir: “fui al cine, a ver una cinta realmente aburrida, después hay un vacío en mi experiencia, luego fuimos a cenar”. Tenemos que reconocer que por la cantidad y calidad de estímulos que recibimos diariamente existen momentos en los que no nos encontramos ni a nosotros mismos, y entonces nos cuestionamos y buscamos algo que dé algún tipo de referencia a nuestra realidad, ya sea interna o externa. En caso de no encontrar algo que nos satisfaga con la suficiente fuerza, nos conformaremos con

aceptar lo representado al momento, hasta que encontremos las ideas que concuerden con nuestro ser, lo que dependerá del grado de importancia que tenga para nuestra existencia aquel momento vivido.

Este punto lo podemos ejemplificar de la siguiente forma: alguna vez todos hemos querido a alguien en particular y hemos tenido el deseo de abrazarle y de estar cerca. En el momento en que hayamos tenido este contacto podremos recordar un sin fin de estímulos que hacen que ese abrazo sea diferente a cualquier otro abrazo, tales como el olor, la forma, el momento, etcétera. Entonces, si pensamos en algún momento en que haya sido sumamente significativo dar o recibir ese abrazo, encontraremos que hay algo del momento que no se puede repetir de la misma manera. No obstante, cuando nuestro corazón siente que esa parte falta, que el tiempo le ha robado ese sentir, lo busca y llena ese espacio con la pasión melancólica de un enamorado. Esto deja de ocurrir en situaciones en las que respondemos de manera condicionada, aunque en ocasiones esto sea positivo, pues no nos permite lastimarnos. En otros momentos puede ser negativo, ya que no nos permitimos vivir para no sentir y no volver a sufrir. Esto proviene de una creencia formada durante nuestro aprendizaje, y no necesariamente porque tenga que haber dolor en ese instante.

Una mujer me ha envenenado el alma,
otra mujer me ha envenenado el cuerpo;
ninguna de las dos vino a buscarme,
yo, de ninguna de las dos me quejo.
Como el mundo es redondo, el mundo rueda.
Si mañana, rodando, este veneno
envenena a su vez, ¿por qué acusarme?
¿Puedo dar más de lo que a mí me dieron?⁴⁸

⁴⁸ Bécquer, Gustavo Adolfo (1836-1913). *Rimas* LXXX.

Si nos permitimos vivir cada momento, aunque sea con miedo, probablemente el sentir no será el mismo, mas el corazón embelesará los sentidos y esto será tan sutil que no notaremos diferencia alguna.

Los seres humanos somos demasiado complejos para tratar de entender todo lo que nos sucede; somos extraordinariamente diferentes para abarcar a la humanidad en su totalidad; compartimos este espacio maravilloso con millones de seres que poseen diferentes creencias religiosas, ideologías, pensamientos y hasta estructuras mentales distintas. Somos poseedores de una *psyche et anima* fantástica que nos permite acercarnos a otros seres humanos sin importar cuan diferentes sean. A su vez, nuestro Yo nos diferencia del resto de los seres vivientes. El hecho de que no podamos entender completamente lo que somos en la universalidad de los seres no es una desventaja si sabemos aceptarnos como somos, pues podemos vivir en la particularidad potencializándonos a nuestra máxima expresión en cada acto. El compromiso de cada uno es buscar durante el tiempo que se pueda el mayor número de cuestionamientos que nos acerquen a nosotros mismos. Buscar en nuestros actos la obra que nos dé la vida infinita y buscar el amor que nos haga trascender con el otro para conocer la comunión que da templanza al alma.

Capítulo III

Existencia

RAZONAMIENTO

EXISTO, PIENSO Y SÉ QUE PIENSO Y EXISTO,
POR TANTO, SOY UN SER PENSANTE

Los seres humanos no podemos ser un ente diferente a lo que somos, esto es, no podemos pretender ser otra persona. Debajo de nuestras máscaras estará nuestra verdadera esencia en todo momento. Nos aceptemos o no, lo que somos es la esencia de lo que proyectamos al mundo, lo que el mundo en realidad sabe de nosotros y esto es gracias a nuestros actos: el otro ve y valora lo que hacemos.

Mientras seamos o existamos, estaremos “en esto” que implica nuestro acto, asumamos o no la responsabilidad del mismo. El acto es lo que desarrollamos independientemente de que seamos un “ser ahí”, es decir, un ser existencial con la peculiaridad de “convenir” con el medio o con cualquier otro ser en un momento determinado.

El hombre tiene su existencia por ser-en-el-mundo, y el mundo existe porque hay un Ser para descubrirlo.¹

Esto nos convierte en *ens trascendens* (seres trascendentes), pues queda la preeminencia del “ser ahí” entre todos los

¹ Binswanger y Boss. *La teoría existencialista de la personalidad*, p. 8.

entes, “en esto” que es lo que hacemos y nos representa. Entonces es cierto que somos seres actuando “en esto” y ese acto lo realizamos en un espacio determinado que es “ahí”. Nuestro ser “ahí” (en ese espacio) efectúa acciones “en esto” que es lo que nos ocupa, y en ese momento se imprime nuestra presencia en el mundo.

*Illud quod primo cadit sub apprehensione est ens, cuius intellectus includitur in omnibus, quaecumque quis apprehendit.*²

Aunque todos somos similares en cuanto a la clasificación como seres humanos, cada uno es diferente como realidad existencial. En otras palabras, gracias a nuestra presencia en el mundo, somos diferentes psicológicamente, antropológicamente, etnológicamente, etcétera.

Podremos saber las diferencias y las similitudes entre cada uno de los seres humanos que nos rodean; podremos saber cualquier información sobre la especie humana o sobre un ser en específico, mas la información como tal no trascenderá si nosotros no la usamos. De qué nos sirve saber que los seres humanos sufrimos, amamos, odiamos, si no hacemos nada al respecto, si ignoramos nuestras capacidades en pro de la humanidad. Somos conscientes de que diariamente mueren miles de personas por hambruna, enfermedades, violencia. Sabemos que una gran cantidad de personas están devastando el planeta, que es la casa de todos (peor aún, muchos de nosotros devastamos el planeta) y nos negamos la posibilidad de hacer algo al respecto.

En ocasiones, ni siquiera hacemos un esfuerzo acerca de nuestra humanidad, la de cada quien en particular o la de alguien que amamos. Permitimos que la vida pase por nuestras existencias sin participar de esta obra mag-

² Heidegger, Martín. *El ser y el tiempo*, p. 12. (Cierta comprensión del ser se incluye en cada caso en toda aprehensión de un ente.)

na; permitimos que conductas destructivas sean el alimento de nuestra alma (malos hábitos, fumar, beber, vida sedentaria, apegos a situaciones que nos dañan). Si pensamos ahora mismo cómo adquirimos estas conductas, nuestras palabras se quebrarán en momentos cuando recorramos espacios de dolor o amor que no supimos o no quisimos tomar en nuestras manos. Los silencios se harán ecos que sólo nosotros entenderemos. No existe el “hubiera” como posibilidad transformadora, sólo existe el ahora. De esta forma comprendemos la importancia de nuestro “ser ahí” con plena responsabilidad y conciencia de nuestros actos, sabiendo lo que implica que aceptemos la presencia del otro en “mí”, de la misma manera que nosotros estaremos presentes en el otro.

En el momento en que logremos comprender nuestra presencia “ahí” habremos dado un gran paso puesto que: “el ‘ser ahí’ lo llamamos existencia”.³

Y es ese instante en el que nos proyectamos al mundo sin importar su finitud, en el que nos creamos y, por añadidura, en el que emerge de cada quien la invaluable esencia sin necesidad de buscarla. De esta forma comenzamos a ser infinitos con esa presencia y podemos trascender en cada acto, dejando huella en el mundo y en el otro que recibe de nosotros nuestra obra transformadora. Entonces podremos decir que el otro fue tocado por nuestra alma y, a su vez, que nuestra alma ha sido tocada por el otro y por el universo, marcando nuestras existencias en un intercambio interminable de actos de realización.

*Tobu tori no-koe mo kikohenu
okuyama no- Hukaki kokoro wo
hito ha shiramu*⁴

³ *Ibid.*, p. 22.

⁴ Poeta japonés anónimo del siglo xv. (De las aves que vuelan/ni siquiera las voces/puedo sentir en el lejano monte/así mis hondas reflexiones/el corazón de los demás ignoran.)

De la profundidad de cada uno surge una inmensa luz que nos hace presentes en el otro, en el ser que se sustenta como un Tú para mi Yo, y que al igual que Yo, tiene “la posibilidad humana de hacer patente el ser-en-sí, en su espiritualidad, gracias a la cual se hace intencionalmente todo”.⁵ De cada quien nace la posibilidad de que surja una idea, que ha habitado en lo más hondo de su alma y que se pueda entregar al otro que está ahí. Si está en nuestra voluntad y si así lo decide “el otro”, ese “tú” podrá cobijarla con el manto de su espíritu si tan sólo existe la intención (*intentionem*) de aceptar y entender el lenguaje secreto de nuestras almas. Aun con las diferencias que existan entre nuestras convicciones y sabiendo que éstas son las que nos hacen únicos.

El ser individual deviene conscientemente de sí mismo en cuanto que ser-así-y-no-de-otro-modo.⁶

Esto es, proyectamos al mundo nuestra humanidad desde nuestro interior, desde el ser que piensa, sabemos que “el sujeto consciente es un sujeto existente”.⁷ Entonces, cuando nos lanzamos al mundo, somos sabedores de nuestros actos e intenciones; nuestra “verdad” se crea desde el alma que puede “considerar y reflexionar sobre ella”,⁸ asumiendo que lo que hacemos tiene consecuencias directas en el mundo y éstas se revierten hacia “nosotros” con la misma fuerza e intensidad con la que fueron creadas. De esta forma podemos decir “sé que sé” y con esto asumir que afectamos al mundo y que el mundo nos afecta a nosotros desde el conjunto de ideas que nos habitan al hacerlas realidad en “el acto”. Con esta conciencia podemos construir relaciones intencionales con el otro

⁵ Jarquín, Miguel. *Gabriel Marcel, Un testimonio de fidelidad*, p. 66.

⁶ Buber, Martín. *Yo y tú*, pp. 60-61.

⁷ Berdiaeff, Nicolás, *op. cit.*, p60.

⁸ Locke, John. *Ensayo sobre el entendimiento humano*, t. I, p. 141.

y con el mundo que *per se nos afficit* (por sí nos afectan), haciendo valer nuestra presencia con la conciencia plena por cada acto realizado.

Con la experiencia se crea un sin fin de posibilidades para cada ser y, entre éstas, la de expresar una idea que de otro modo sería lápida en el panteón de las intenciones. Esa idea “es un objeto que forma parte del mundo y al mismo tiempo lo constituye”.⁹ Ésta es distinta a todo; a las sensaciones, a las emociones, a los deseos, a la realidad palpable. Se encarna en un concepto que sólo cada ser puede devolver a su forma original. Mas ese concepto es flexible, dinámico; es la representación de la representación que cada uno da del mundo, ya que para pensar en algo antes tuvimos que haberlo creado y, para expresarlo, tuvimos que transformarlo en signos que tengan sentido para nosotros y para el otro. Por ende, esa realidad es única y valdrá la tolerancia que cada uno tenga para recibir otras interpretaciones de una misma realidad.

El primer paso para poder trascender es respetar a mi prójimo como “yo” deseo ser respetado y esto implica aceptar sus creencias y preferencias. Aunque sean completamente diferentes a las mías.

Existen ideas universales que se van creando a través de los años, como las doctrinas y los pensamientos religiosos, míticos y arquetípicos, entre otros. Éstos son procesos psíquicos relacionados con la esfera de lo intra-psíquico o inconsciente; sobre estos actos no tenemos conciencia, mas se repiten como patrones conductuales y representaciones comunes del orden colectivo. Éstos pueden ser predisposiciones compartidas en varias culturas que aseguran una similitud y hasta la igualdad; son formas a las que les dimos poder y vida, y a través de las cuales nos

⁹ Yalom, Irvin. *Psicoterapia existencial*, p. 37.

manifestamos en el mundo. Algunos de estos arquetipos pueden ser el padre, la madre, el hermano, el juez, el maestro, el verdugo, la víctima y otros más. Todos ellos juegan un papel importante en nuestra sociedad e influyen de manera significativa en los juicios o razonamientos grupales, ya que todos creemos saber algo acerca de tal arquetipo, pues de cierta forma lo sentimos nuestro, en tanto “han estado desde siempre con nosotros” y ya es algo que aparece en nuestro pensar como implícito: “todos pensamos que el héroe es bueno”.

Por otro lado, también existen ideas y pensamientos particulares que solamente los puede comprobar uno mismo; por ejemplo, el sentimiento que en este momento ronda a nuestro ser. Podremos saber que, por lo menos para nosotros, lo que sentimos es verdadero en tanto que lo sentimos, y es cierto en tanto que lo podemos cuestionar e invariablemente nos llevará al mismo punto, pues lo sentimos y somos capaces de describirlo, puesto que lo estamos viviendo. Sabemos que “la experiencia es la única fuente de verdad de cualquier conocimiento”.¹⁰ Entonces, la experiencia de cada individuo es verdadera porque “es” y podemos verificar ampliamente lo que sucedió en el plano de la sensación y razonamiento, sustentándolo en la naturaleza misma del hecho y, aun más, podemos fundamentarlo con la certeza de que eso que está inscrito en nuestra vivencia es verdadero por el principio de evidencia. El principio dice que todo lo evidente debe ser verdadero. Sin embargo, en todo momento existen varias dimensiones en el potencial de la experiencia y podemos cuestionar la objetividad de la misma.

Para examinar la verdad es preciso dudar, en cuanto sea posible, de todas las cosas.¹¹

¹⁰ Jarquín, Miguel. *La verdad desde sí mismo*, p. 65.

¹¹ Descartes, René. *Principios de la filosofía*, p. 149.

En este sentido, reconocemos que existe un mundo de objetos percibido por los sentidos y que éste se asimila al transformar los objetos en símbolos. Una vez que sucede esto, los objetos cambiarán de valor para el sujeto que los hace suyos. No damos por hecho algo que no sea cuestionado desde nuestra verdad. Una vez que cuestionamos esa verdad y regresamos al mismo punto de partida, contamos con la certeza de que aquello de lo que estamos hablando es cierto para cada uno.

La fuerza de nuestros cuestionamientos dependerá básicamente de cómo se encuentre en ese instante nuestro Yo y de cómo hayamos vivido el momento. Si vivimos el momento plenamente entonces tendremos un gran cúmulo de información en nuestra mente, y con ésta crearemos un recuerdo con el suficiente potencial para referir detalladamente lo acontecido. Ésta será nuestra verdad y la podremos sustentar con todos los hechos acontecidos, haciéndola cierta para nosotros. Podemos vivir el momento con poca intensidad y en nuestra mente habrá poca información para poder re-crear el instante vivido. Como consecuencia, no podremos detallar con firmeza todos los hechos y no podremos verificarlos, pues existirán vacíos que por nuestra naturaleza llenaremos con otros recuerdos similares que encajarán en la historia creada con cierta secuencia y ritmo pero nuestro espíritu será incapaz de comprender a ciencia cierta cuál es la verdad de la experiencia, pues no contaremos con la suficiente información que nos dé la capacidad de cuestionarnos y respondernos a nosotros mismos con la suficiente convicción de que nuestro cuestionamiento es cierto.

Partiendo de que somos nosotros los creadores del mundo de ideas y fantasías que alberga nuestra mente, podemos decir que existen verdades que no son ciertas para nosotros; son ilusiones creadas para sustentar una realidad con múltiples vacíos.

Comprender existencialmente, quiere decir: proyectarse sobre la posibilidad fáctica, y más peculiar en cada caso, del “poder ser en el mundo”. Pero el “poder ser” sólo es comprendido en el existir en esta posibilidad.¹²

Al momento de cuestionarnos sobre la experiencia, lo haremos desde “nuestra verdad”, y en ésta existirán dudas que se podrán disipar con la descripción fenomenológica del momento fáctico (existente-real). Después de cuestionarme si es posible que la realidad del momento concuerde con mi verdad, entonces el momento será cierto para mí. No obstante, es posible que existan realidades del mundo que no sean congruentes con mi experiencia o viceversa, de este modo sólo la duda me podrá llevar a la verdad y será la única que podrá desenmascarar la fantasía de la realidad.

Reflexionemos un instante sobre la realidad de las posibilidades y la realidad fáctica. Nuestro Yo cree en lo vivenciado, entonces existe una realidad que es verdadera, un *factum* que puede cuestionarse desde la reflexión de la vivencia y comprobarse desde la experiencia misma. Existe también una realidad desde las posibilidades, mismas que creamos para llenar un vacío con algún hecho que pueda cumplir con nuestras necesidades. Esta posibilidad la encontraremos basándonos en los datos que nos puedan arrojar experiencias anteriores o conocimientos previos en los que se haya presentado un resultado similar a lo que esperamos. Asimismo, ésta cubrirá la función de enlace entre la realidad que estamos viviendo en el momento y las posibilidades que se pueden crear en un futuro.

Es importante reconocer la existencia de la “realidad de las posibilidades” para que los hechos vividos

¹² Heidegger, Martin, *op. cit.*, p. 321.

puedan contar con cierta fluidez y secuencia, con un mayor sentido personal. La experiencia, cualquiera que ésta sea, se sustenta en el conocimiento previo que tengamos de la vida a partir de las ideas universales que tienen cierta comprobación desde nuestra propia duda. Esto es, si hacemos cualquier pregunta y la respuesta la encontramos en nosotros mismos, ésta será real para nosotros sin importar que la respuesta sea cierta o falsa. Por ejemplo: si nos preguntamos por la existencia de un dragón, responderemos desde nuestro propio conocimiento que es una criatura inexistente como realidad fáctica, mas existe en el mundo de la fantasía. Por tanto, el dragón es real como símbolo y ahora mismo podríamos describir uno; podríamos decir cuál es la función del dragón en las historias y podríamos mencionar algunos dragones famosos. Así, hablaremos de dragones desde esta perspectiva. Mas si comentamos que hemos visto físicamente a un dragón vivo haciendo de las suyas, al momento que nos preguntemos por las partes de la realidad que nos den parámetros para ubicar en tiempo y espacio tal evento, comenzaremos a tener diferencias que deberán llenarse con pensamientos mágicos, fantasías y falsedad. En tal caso, creamos la realidad como un acto esperanzador que pueda llenar algún vacío que no nos es posible asimilar por su contenido. Hay verdades que matan, realidades que el Yo mejor decide ocultar; hechos claros, contundentes, que nos deterioran, y si no tenemos la fortaleza para recibirlos, nos aniquilan. Entonces, en el momento en que cuestionamos esas realidades, la mente las edita y en su lugar pone imágenes que nos permitan vivir en armonía.

Existen situaciones de las que no tenemos certeza de cómo aparecieron en nuestra historia; existen momentos en nuestras historias que no sabemos si fueron posibles o no. Nuestras vidas contienen verdades que son

únicas. Podemos vivir aceptando estas verdades o podemos buscar una realidad que sea cierta para podernos re-inventar. Todo está en que volvamos a nosotros mismos y nos hagamos las preguntas correctas.

Todo preguntar es un buscar. Todo buscar tiene su dirección previa que le viene de lo buscado. Preguntar es buscar conocer “qué es” y “cómo es”.¹³

Si las respuestas que surjan de nuestro ser son satisfactorias ante las posibilidades actuales del entorno y del momento, éstas serán verdaderas para nosotros hasta que se descarten por no ser congruentes con la vivencia actual.

Aunque a fin de cuentas somos los seres quienes preguntamos desde nuestra razón en todo momento, y somos nosotros los que buscamos las respuestas que satisfagan las verdades de nuestra existencia desde nuestro espíritu, la realidad es única, sin importar la visión o la creencia de quien la busque. Así, somos conscientes de que no todo lo que creemos es verdadero, sabemos que existirán creencias falsas, que difieren de la realidad. Mas la duda nos guiará, por medio de los cuestionamientos, al camino en que es cierto todo aquello que podamos constatar desde algún parámetro, cualquiera que éste sea, y será falso todo aquello que se busque en otro contexto distinto al de la verdad y que no puede ser cuestionado por no tener respuestas que satisfagan a nuestra *psyche et anima*. Nuestra reflexión podría ser la causa de un constante cuestionamiento que no encuentre fin ni descanso, ya que si somos nosotros mismos los que preguntamos y respondemos, y a su vez valoramos las respuestas de estos cuestionamientos, seremos parte del sistema que mide y es medido. Somos el receptáculo del objeto medido, la medida y el objeto.

¹³ *Ibid.*, p. 14.

Siguiendo este pensamiento de que puede haber una pregunta que no pueda validar a ciencia cierta nuestro intelecto, buscaremos por otros medios la respuesta regresando en todo momento a nosotros mismos, hasta que encontremos algo que sacie nuestra necesidad de búsqueda. No perdamos de vista que somos racionales y sentimentales. Somos criaturas afectivas y por medio de nuestros afectos damos un peso específico a cada experiencia.

Las representaciones y el pensamiento mediato nos indican solamente el modo de ser y el diferente ser de esta realidad.¹⁴

Es, al final de cuentas, la totalidad de cada experiencia la que da un sentido a nuestras vidas, aunque ese sentido carezca de fundamentos científicos tangibles y sea subjetividad pura.

Lo que experimentamos interna o externamente es real para cada uno de nosotros, sin olvidar que esa verdad es individual, pues el impulso del espíritu, libera cada experiencia vivida guardando el conocimiento del mundo adquirido a través de la experiencia. Mas ese conocimiento no es obligatoriamente cierto, ni da certeza a otro que no lo haya vivido con la misma exactitud ni con los mismos recursos, ya que éstos son diferentes para cada quien. Por tanto, la experiencia será un conocimiento real en tanto sea un acto vivido del que se puede hablar y que se puede recordar; será cierta en tanto que es la creencia particular de cada quien. Mas quedará la duda de la objetividad del que no lo haya vivenciado. Una persona no le da valor universal a sus vivencias. Es la repetición de esta vivencia por otras personas lo que la hace universal. De esta forma se establecen parámetros culturales que pueden darnos una certeza de lo que dice la *vox*

¹⁴ Scheler, Max. *El puesto del hombre en el cosmos*, p. 37.

populi, mas la historia habla *per se* indicándonos que las creencias cambian con el tiempo. Recordemos que sólo las voces que trascienden el tiempo resultan ser ciertas, las otras mueren en el olvido.

La certidumbre de las convicciones hecha ya una institución por el hábito [...] Cuando alguien obra por un pequeño número de motivos, pero siempre los mismos, adquieren sus acciones gran energía.¹⁵

De esta forma podemos decir que amamos, odiamos, tememos porque son hechos que conocemos y que hemos repetido en varias ocasiones. Esto nos da una sensación determinada que toca nuestra alma cada vez que surge la posibilidad de reiterar esa capacidad específica. Se abren nuestros corazones y nuestra razón a un momento preciso; fluyen en ese instante ríos de imágenes y recuerdos para encontrarse en un “ahora” en el que predeterminamos la congruencia de nuestro actuar sin importar que nuestro sentir esté de acuerdo con el acontecer y con el contexto de la experiencia existencial actual.

Para esclarecer lo anterior recurriré a un ejemplo: si hiciera una cena e invitara a cinco personas a comer y como menú ofreciera “cochinita pibil”, platillo típico de Yucatán que requiere de un proceso de elaboración tardado y cuidadoso, al momento de cocinarlo pensaría cómo hacerlo apegándome a la receta original y así poder deleitar a mis comensales. Uno de mis invitados es judío ortodoxo, otro es indio (budista), el tercero es musulmán, el cuarto es un aborigen de Nueva Zelanda y el quinto es yucateco. Por la diferencia de creencias y costumbres encontraría discrepancias sorprendentes; aun si les ofreciera el banquete por separado, me encontraría con cinco tipos de respuestas totalmente distintas que

¹⁵ Nietzsche, Federico. *Humano, demasiado humano*, p. 177.

variarían desde el agradecimiento hasta la agresión. Para algunos podría resultar ofensivo el que ofrezca carne de cerdo o que éste no esté cocinado de cierta forma. Y nada de esto cambia la intención primaria de hacer un platillo especial, típico de mi país. El problema no es mi platillo, ni soy yo, es la realidad del contexto vivencial y experiencial de cada persona; es como cada quien decida vivir el “aquí y ahora”, y su realidad en un tiempo y espacio determinados.

Podremos dudar de la cruda verdad en sí misma, mas no de la verdad del espíritu, la que encarnó la experiencia, la que da valor a nuestras vidas y es por medio de ésta que se proyecta nuestro ser al mundo.

Cada ser posee una verdad, la suya, que es un tanto particular y un tanto universal, puesto que la conciencia humana está relacionada con el cosmos en un sistema intencional. Esta conciencia es conciencia de algo y ese algo está en relación con el mundo, con el cosmos. Sólo en la experiencia que es la relación que existe entre el Yo y el ser que descubre (conoce) se crea la realidad del ser. Sólo creyendo en lo que hacemos lo magnificaremos a una latitud de realidad verdadera, por tanto, cierta. Entonces podremos decir que “estamos ciertos” de cualquier cosa, ya que el dudar sólo me llevaría a reiterar mi conocimiento. Entonces obraré por convicción propia y ésa será mi bandera, sin importar la religión o las creencias que haya adquirido desde mi infancia. Comenzaré a ser un poco dios con Dios y a aceptarme tan humano como mis posibilidades me lo permitan.

Cada ser tiene por lo menos dos posibilidades: la de ser-en-sí o la de negarnos al respecto, que es la de ser-como-sí. Desde el ser-en-sí nosotros respondemos al mundo y en esa proyección mostramos lo que pueden ser verdades o falsedades ante los ojos de los otros. A partir

del ser-en-sí contactamos con lo que construye nuestro Yo (*psyche et anima*) con lo que cada ser posee: “las verdades propias”, que se pueden liberar por medio de actos que son verdaderos para el que los crea. El ser-como-sí duda de sí mismo y proyecta lo que cree que el mundo necesita sin percatarse de sus necesidades personales; aparentemente se da para el otro, mas como no se ve a sí mismo, no sabe cómo darse. Vive en falsedad consigo mismo y con el mundo. No cree en sus verdades porque no las conoce. Su alma no vibra sintónicamente con sus actos por no haber congruencia entre él, éstos y la realidad existencial del ser.

Los seres humanos somos subjetivos, pues somos nosotros los que nos determinamos y determinamos el mundo. No podremos ser objetivos al referirnos a otros seres humanos, pues no somos objetos de conocimiento.

Objetividad es la posibilidad de ser determinado por la manera de ser de los objetos mismos.¹⁶

Los seres humanos nos encontramos con nuestro entorno y nos transformamos con éste; somos uno con el mundo. El entorno podrá no sufrir cambios aparentes, podrá permanecer igual antes y después de nuestro contacto con éste para aquel que no vivió la experiencia en el lugar preciso en que se generó, así, para aquel que sea ajeno, ésta tendrá matices diferentes.

Todos los ojos podrán ver tan sólo parte de la historia, menos los míos que son la historia.

Cada visión es única e irrepetible. Cada quien vivencia el momento de forma particular y podemos converger en algunas partes, mas no habrá una historia exactamente igual, pues no hay un ser idéntico.

¹⁶Scheler, Max, *op. cit.*, p. 56.

Cualquier objeto puede medirse de manera cualitativa y cuantitativa, y sabemos que los parámetros de medición serán objetivos. En el caso del ser humano nos topamos con infinidad de factores que harán que cualquier tipo de medición sea subjetiva y que esté llena de valores creados por cada quien; el que mide pondrá sus parámetros y decidirá que es mucho o poco. Para un cardiólogo no será lo mismo leer un electrocardiograma de un paciente neutro que el de un pariente. Aunque la lectura del papel sea la misma y pueda interpretarse de igual forma por cientos de cardiólogos, lo que el papel dice de la persona es lo que le da el significado verdadero, no la interpretación que cada quien haga del mismo. Nuestro espíritu crea los objetos dentro de sí y así podemos aprender la cualidad misma de los objetos, pero nunca seremos objetos por más que los conozcamos. Nuestro espíritu es libre, tiene conciencia de sí y de lo que recibe del cosmos. Por tanto, tenemos mundo, tenemos cosmos, somos el mundo, somos el cosmos. Así, no podemos ser medidos pues somos parte de lo que se pretende medir. Somos “juez y parte” de un proceso que no nos puede abarcar totalmente, ya que de nuestro espíritu o de nuestra conciencia no existe medición alguna.

El “querer tener conciencia” es comprenderse primero a uno mismo. El *factum* (hecho) de “poder ser” nos permite retornar a nosotros mismos para tener la certidumbre de nuestra existencia ante nuestros propios ojos. Somos y sabemos que somos.

La conciencia es como un recipiente y los conocimientos son como el agua que se amolda al tipo de vasija que los reciba.

Nuestra conciencia retendrá sólo los conocimientos que sea capaz de retener. Los conocimientos se amoldarán a nuestra conciencia (valores, creencias, experiencia, etcé-

tera) y luego podrán ser vertidos a través de nuestros actos, y de esta forma podremos, por medio de los efectos que incite nuestro actuar, permitir que nuestra conciencia reciba nuevos conocimientos. En ese sentido, la siguiente metáfora nos aclara el proceso:

el agua si se estanca, se pudre y de ser un elemento de vida pasa a ser un desperdicio.

De igual forma, si no se usan los conocimientos se estancan y se pudren. De nada sirve conocer algo si no se usa ese saber de alguna forma. Sabemos que tenemos gran capacidad para amar, y no nos permitimos amar por cualquier razón, ya sea porque tenemos temor a ser traicionados, miedo a equivocarnos, angustia de no ser correspondidos. Por tanto, nos quedamos en la posibilidad de ser amados, mas no lo somos hasta que utilizamos nuestra capacidad “de hacer ante la posibilidad”.

Entonces sabemos qué es lo que creemos, sabemos qué es lo que hacemos, pues tenemos conocimiento de ello. Nos elegimos como seres humanos por las ideas que nos forman y transforman durante el tiempo que vivamos. Éstas son parte viva de nuestro ser, parte esencial de nuestro Yo; éstas dan color, sabor, armonía a nuestra vida. De esta forma nos hacemos presentes en el mundo con nuestra esencia. Dejamos en el mundo nuestro “espíritu como fuente de actos que hacen a la persona y constituyen al hombre en sus características propias”.¹⁷ Permitimos que nuestra esencia quede en cada acto que acaricia nuestro quehacer cotidiano. Lo que hagamos tendrá nuestro sello personal, pues en nuestros actos está la voz de nuestro ser; la voz de nuestro espíritu respaldando nuestra obra. Esta obra nos representará y existe mucha personalidad en todos nuestros

¹⁷ Parent, Juan. *Un cuerpo propiamente dicho*, p. 144.

actos, tomando en cuenta que mucho de lo que defendemos en la vida podrá no tener el mismo sentido ni valor para otros y no por eso vamos a cambiar el contenido de nuestras ilusiones, ni tampoco trataremos de cambiar las ilusiones de otras personas.

En cada ser humano hay un potencial en tanto que en él se encuentra en todo momento la posibilidad de ser acto puro. Somos un proyecto del que nada antecede, nada hay escrito de lo que haremos más adelante. Somos libertad y camino. “El ser de este ente es, en cada caso, mío”.¹⁸

Creamos el mundo y nos creamos a nosotros mismos. Nos conducimos hacia nuestro interior partiendo de la posibilidad que se gesta de éste (éste-es) y que comprendemos de alguna manera. Nos vemos inmersos en nuestro mundo personal, uno distinto al mundo externo que conocemos, en el que el *anima* nos toca y nos transforma. Dejamos de ser ajenos a nosotros mismos. Somos parte del universo que todos habitamos y del cosmos que nos crea. Entonces aceptamos ese espacio único que nos diferencia del resto de los seres humanos que es nuestro universo interno.

La esencia de este ente está en su “ser relativamente a”. El “que es” (*essentia*) de este ente, hasta donde puede hablarse de él, tiene que concebirse partiendo de su ser (*existentia*).¹⁹

Somos y nos vemos como una parte fundamental de la humanidad y es que la esencia de nuestro ser, como la de cualquier otro ser humano, tiene la posibilidad de tocar desde lo más profundo del *anima* el universo. Transformamos a cualquier ente que permita ser tocado por nuestras almas. Así, todo ser tiene el potencial de transformarse a

¹⁸ Heidegger, Martín, *op. cit.*, p. 53.

¹⁹ *Ibid.*, p. 54.

sí mismo y a otros. Se puede decir que todo ser tiene el potencial para decidir qué rumbos construir “desde su entendimiento, razón, ingenio, su arte de descubrir y de observar en el contexto de sus facultades de sentimiento, conocimiento y deseo”.²⁰ En el espacio efímero de la experiencia se van gestando las posibilidades que permiten a cada individuo crear su cosmovisión y con ésta surgirá el campo en el que se abrirá la posibilidad de florecer ante la vida y las adversidades que nos dé ésta. Podemos luchar en todo momento por nuestras convicciones; “la propiedad fundamental de un ser [espiritual] es su independencia, libertad o autonomía existencial”.²¹ Así, nos abrimos al mundo desde nuestra visión personal; nos acercamos a las posibilidades que nos habitan, que existen dentro de cada ser humano para enfrentar el entorno y tomar plena responsabilidad de nuestro actuar-en-el-mundo de la mejor forma posible, permitiéndonos ser auténticos con nuestra esencia natural.

Con cada paso que damos en la vida nace en paralelo la responsabilidad de lo que hacemos y surgen por lo menos tres cuestionamientos. Sobre el camino, sobre cuánto hemos recorrido y sobre el fin de ese camino. Pensemos en un camino (cualquiera que sea el destino); podría ser un sendero con destino incierto. Ahora pensemos que nosotros estamos en éste. Nosotros no cambiaremos radicalmente, el cambio es un proceso de vida, seremos básicamente los mismos. Somos “el ente constituido esencialmente por el ‘ser en el mundo,’ el mismo en cada caso en su ‘ahí’ ”.²² Somos los mismos y a la vez somos diferentes puesto que cambiamos a cada instante. Esto implica que cada paso que damos nos constituye en seres más experimentados, por lo menos un paso más experimentados; la gran trans-

²⁰ Espasa, José. *Enciclopedia universal euroamericana*, t. iv, p. 776.

²¹ Scheler, Max, *op. cit.*, p. 55.

²² Heidegger, Martín, *op. cit.*, p. 149.

formación requiere de cierto tiempo y esfuerzo, momentos cumbre de amor o dolor pueden ser cruciales para nuestra evolución, o simplemente el vivir plenamente día a día de la mejor manera. Ya lo dijo Heráclito de Éfeso:

no nos podremos bañar dos veces en el mismo río
pues no serán las mismas aguas ni seremos nosotros
los mismos.

Mas si no existiera el río seguiremos siendo personas, y aunque no existiéramos el río seguirá siendo río. Entonces, ¿qué es lo que nos queda ante el camino? Podemos elegir o no tomar alguna decisión, y en ambos casos sere-mos responsables de la elección. En la primera elegimos no elegir y en la segunda elegimos tomar un camino. Al momento de elegir estaremos transformando nuestro rumbo, pues en todo momento estamos viviendo nuestro destino. En el momento preciso en que tomemos cualquier elección nos volvemos infinitos, pues ésa es la posibilidad que nos da estar presentes en el acto. Nuestra historia nos dice lo que hemos recorrido y “gracias o a pesar de ella” nuestros actos nos han llevado a ser quienes somos y a poder mirar el horizonte desde donde nos encontramos parados; ése es nuestro lugar en el mundo, el que hemos ganado a pulso, lágrimas y sudor. Y no podría haber otro mejor.

Si nos comprometemos con el momento nos convertimos en un ser-en-situación, y debido a nuestra esencia como seres libres volvemos a elegir una y otra vez, así *ad infinitum*.

El ser absolutamente infinito abarca todas las perfecciones del ser.²³

²³ Aquino, Tomás de. *Suma contra los gentiles*, p. 187.

Ens perfectissimum (ser perfecto) es un ser dotado de la posibilidad que le da la vida de estar presente en el espacio y en el tiempo sin mayor pretensión que la de buscar otros espacios o tiempos, él vive en el momento presente aceptando y recibiendo lo que le toca vivir. Cualesquiera que sean nuestras elecciones estaremos solos en la creación del camino de nuestra vida. Toda responsabilidad caerá sobre nosotros, entonces, ¿por qué no asumirnos desde ahora y comenzar a hacer de nuestras vidas el proyecto que Dios ha puesto en nuestras manos? Además de que lo podremos hacer sin temor a equivocarnos, pues no hay más error que el de no asumirnos *ens perfectissimums*.

Sólo Dios es absolutamente infinito y acepta la vida tal cual es. No se detiene a pensar si podría ser esto o aquello, ya que Dios es el verbo, el *alfa* y *omega* en movimiento. Nosotros nos detenemos por momentos, buscamos opciones, dudamos de lo que hacemos, no nos conformamos con lo que la vida nos da, anhelamos tener más, aunque la vida nos concede todo. No obstante, al no ver lo que la vida nos da, negamos las bendiciones que la cotidianidad nos ofrece, no percibimos que tenemos una vida extraordinaria y seguimos sin aceptarlo e incluso deseamos aún más. Tampoco se trata de conformarse con lo que hay, sino de aceptar lo que nos toca; valorarlo, integrarlo, vivirlo y, después, hacerlo nuestro con plenitud. Sólo entonces podremos buscar más; entonces podremos escuchar a nuestro cuerpo para satisfacer otras necesidades que nos lleven a nuevas búsquedas.

Al encontrar nuestro quehacer en el mundo y vivir cada momento, nos damos la oportunidad de elegir y formar nuestra presencia única e irrepetible en el universo de acuerdo con las decisiones que hayamos optado y con los momentos que hayamos explorado o reprimido. Así permitiremos que nuestra autenticidad sea nuestra luz;

ésta será la claridad de nuestra proyección en el mundo.
La imagen del ser ante los ojos del otro en el mundo.

La idea es un principio heurístico (inventativo), un *fucus imaginarius* que señala la ruta del afán hacia lo absoluto.²⁴

Que tendrá mucho que ver con lo que cada uno de nosotros se haya proyectado desde el potencial de su voluntad.

Estar “ahí” implica ocupar un lugar espacial, un “en”. Habitamos el mundo, que es algo familiar para nuestro ser. En éste existen los objetos y los seres “ante los ojos”. Disponemos de la comprensión de nuestro ser (sí mismo) y de un conocimiento del mundo como una relación entre el sujeto y el objeto que no puede ser manipulada. El “ser-en-el-mundo” conoce.

Pero ni el conocimiento crea *ab initio* un *commercium* del sujeto con el mundo, ni este *commercium* surge de una acción del mundo sobre un sujeto.²⁵

Como seres humanos tenemos la conciencia de que conocemos el mundo porque lo hemos encarnado como algo que está “a la mano” en la vida cotidiana; algo ante lo que podemos responder, algo que nos es familiar. Lo reconocemos como parte de nuestro en-torno y “andar en torno tiene el carácter de cercanía”,²⁶ y como tal, experimentamos el universo cuerpo a cuerpo,

*nempe extensio in longum, latum, profundum substantiae corporeae naturam constituit.*²⁷

²⁴ Kant, Emanuel. *Crítica de la razón pura*, p. XLIV.

²⁵ Heidegger, Martin. *op. cit.*, p. 75.

²⁶ *Ibid.*, p. 117.

²⁷ *Ibid.*, p. 105. (La extensión, a saber, en longitud, latitud y profundidad, es lo que constituye el verdadero ser de la sustancia corpórea que llamamos “mundo”).

Por tanto, en el “mundo” conocido y el que tenemos “a la mano”, asumimos nuestro potencial de libertad para afrontar “allí” el camino, en ese momento “en el que ‘el allí’ es la determinación de algo con lo que hacemos frente dentro del mundo”.²⁸ Ese acto tiene que ver con el potencial de querer hacer y del hacer mismo, el *liberum arbitrium* (voluntad libre) por el que cada uno es “dueño de sí y de sus actos”.²⁹ Gracias a las diferentes posibilidades se gesta la opción de actuar ante lo que está frente a nosotros y de asumirnos en libertad de responder ante lo que existe aquí y ahora creando un sinfín de opciones a partir de un acto responsable de voluntad.

Las respuestas ante las interrogantes que se nos presentan se crean para cumplir cualquiera de las opciones que se generen en el momento. “La opción es el acto generador de la personalidad”.³⁰

Con la libertad para responder tomamos decisiones en todo momento y vamos formando un criterio de cuáles son las decisiones que nos funcionaron en determinado momento y cuáles no. Así respondemos asumiéndonos en cada acto.

La condición de un hombre hecho para la opción sólo puede ser la condición de un ser arriesgado.³¹

Somos nuestros actos y nos convertimos a cada instante en ese ser que fue arrojado al mundo y que tomó el mundo y lo transformó por medio de sus actos libres y su voluntad.

²⁸ *Ibid.*, p. 149.

²⁹ Sahagún, Juan de. *La dimensiones del hombre*, p. 207.

³⁰ Mounier, Emmanuel. *Introducción a los existencialismos*, p. 64.

³¹ *Ibid.*, p. 65.

PRESENCIA

LA PRESENCIA DEL ALMA CON SU SUBLIME ENCANTO
SUBSANA CUALQUIER HERIDA QUE HAYA DEJADO EL TIEMPO

Los seres humanos existimos en la inmensidad del cosmos. Somos criaturas conscientes de compartir un espacio por medio de un cuerpo de carne, huesos, vísceras, músculos y neuronas, el cual permanece patente mientras tiene vida. Con la pérdida de ésta, el cuerpo pierde todo sentido, todo movimiento, toda gracia en este espacio. El ente deja de ser para sí para unirse a la tierra. Así, “el hombre aparece en su originalidad sin rebasar lo que efectivamente es en el cosmos”.³² Somos las conciencias que moran el universo. Estamos presentes “ante” el mundo con nuestra humanidad corpórea. Somos parte fundamental del cosmos. Nos relacionamos con éste generando millones de microcosmos humanos y cada uno de nosotros es una partícula esencial creadora del magno universo.

Los seres tenemos vida propia y somos causalidad de nuestro destino. Fundamos nuestro porvenir por medio del *anima*. Nos creamos a nosotros mismos y a su vez, erigimos nuestro entorno modificándolo a cada instante. El *anima* es actualidad pura; su ente corpóreo se agota en la libre realización de sus actos, nos realizamos a cada instante por medio de nuestro *corpus* acoplándonos a los cambios del entorno, el cual se transforma segundo a segundo; se modifica y se adapta a los cambios del ente mientras que a su vez seguimos un ciclo en el que el ser cambia también y así *ad infinitum*. Ya nada es lo mismo, ni siquiera las posibilidades en el tiempo, en el espacio o en la imaginación. Lo psíquico es una serie de sucesos en el tiempo; una serie de acontecimientos en el espacio devorados por los sentidos y grabados en

³² Parent, Juan. *Un cuerpo propiamente dicho*, p. 145.

la mente para ser devueltos al mundo, una vez que la conciencia los haya transformado en acto puro.

Aquello por lo cual una cosa pasa del poder ser al ser en el acto, es su forma y su acto. Pero el alma hace que el cuerpo pase a ser en acto, a partir de una existencia potencial.³³

Pues es en el momento presente que se genera el cuestionamiento sobre qué hacer o qué no hacer cuando surgen los pensamientos que son *per se* existencia actual y es por ésta que dejamos huella. En ocasiones, cuando nos arriesgamos y tomamos determinaciones trascendentales, dejamos en esas huellas nuestra aportación al macrocosmos del que todos somos parte.

Nuestra alma toma la diversidad del mundo y la devuelve, a su manera, convertida en una noción de saber. Como conciencia del mundo, nos quedamos con una parte igual a la que tomamos, y repetimos este proceso de intercambio aceptando lo que el mundo nos dé infinitamente, cuantas veces lo deseemos, pues nuestra esencia nos ofrece la posibilidad de responder ante el medio de la forma como mejor nos parezca.

Libre es aquello que es causa de sí mismo; por tanto no es libre aquello que no es causa de su misma acción. Luego entonces, solamente los seres que se muevan por sí mismos tienen libertad de acción y sólo ellos obran por juicio.³⁴

Por tanto, somos responsables de todos nuestros actos, ya que somos libres de su ejecución y aunque pudiera aparentarse que nuestro actuar no tuviera otras alternativas y fuera la única y última opción, seguirá siendo obra de nuestras decisiones, pues existirá libertad en nuestro

³³ Aquino, Tomás de, *op. cit.*, p. 197.

³⁴ *Ibid.*, p. 182.

acto al existir la posibilidad de la elección del acto contrario, cualquiera que éste sea.

Por tanto, el potencial dirigido a la acción presente es la creación universal, pues lo que se ha hecho no se puede deshacer; lo que está pensado no se puede des-pensar.

Las ideas no existen antes, ni en, ni después de las cosas, sino son las cosas, y son engendradas únicamente en el acto de la continua realización del mundo (*creatio continua*) en el espíritu eterno.³⁵

En todo momento somos creadores de algo.

Mientras un ser tenga más perfecciones (es decir, más actos), y menos capacidades pasivas (es decir, indigencias), más cercano estará de la esencia divina, más perfectamente la reflejará.³⁶

El hecho de cuestionar si podrá existir el potencial suficiente para responder al mundo ya es un movimiento creativo. Al igual que ocurre con una obra maestra que necesita de silencios, fondos, pausas, de igual forma nuestra vida necesita de la contemplación, del cuestionamiento, del espacio de la nada para poder crear algo nuevo desde ese vacío fértil.

Es así como los seres generamos imágenes que poseen una dimensión distinta a las demás en el mundo. Podemos pensar en la obra de Diego Rivera (1886-1957), *La molendera* (1924),³⁷ la cual podrá ser una realidad cultural del país o una radiografía antropológica, o simplemente el sentir del alma del pintor en la imagen que guardó su memoria y que luego plasmó.

³⁵ Scheler, Max, *op. cit.*, p. 66.

³⁶ Aquino, Tomás de, *op. cit.*, p. xxxi.

³⁷ Museo Nacional de Arte, México.

Esta facultad de separar la existencia y la esencia constituye la nota fundamental del espíritu humano en la que se basan todas las demás.³⁸

Nuestro Yo abstrae la esencia de lo que recibe del mundo y lo forma como un símbolo especial y único para cada quien, depende de nosotros la manera en la que contemplemos a esa mujer moliendo maíz; es decir, es lo que reflexionemos y guardemos de esa imagen que para entonces ya tendrá mucho de nuestra propia historia, pues la intelectualidad arrebató la esencia inicial del artista y la convierte en nuestra posesión intelectual. “El ser se convierte en todas las cosas”.³⁹

Podemos pensar en ese lugar y en ese momento en 1924, cuando el maestro Rivera se inspiró para recoger aquellas imágenes y hacerlas llegar hasta nuestros días, podemos ver a través de su obra una verdad histórica, para entender el contexto, sin haber estado “ahí y entonces”.

Ahora pensemos en cualquier momento de nuestras vidas. ¿Cómo es que ahora puedo pensar en ese instante preciso?, ¿qué es lo que conforma el conocimiento de mi ser?

Nuestro conocimiento se origina en dos fuentes fundamentales del espíritu; la primera es la facultad de recibir representaciones (la receptividad de las impresiones), la segunda es la facultad de conocer un objeto mediante esas representaciones; por la primera nos es dado un objeto, por la segunda es éste pensado en la relación con aquella representación.⁴⁰

Esto significa que desde siempre el Yo ha tomado del mundo sus matices y los ha transformado en imágenes

³⁸ Scheler, Max, *op. cit.*, p. 69.

³⁹ Aquino, Tomás de, *op. cit.*, p. 181.

⁴⁰ Kant, Emanuel, *op. cit.*, p. 58.

que luego se han transformado en ideas y pensamientos por medio de la reflexión. Éstos son los que crean el mundo de cada ser humano. Mas cuando no nos apegamos a la realidad del entorno, de lo percibido, y nos lanzamos al mundo sin reflexionar, creamos un mundo de suposiciones que poco tiene que ver con el mundo real.

El uso especulativo de la razón lleva a forjar de lo inexistente supuestos objetos de conocimiento.⁴¹

Es necesario que entendamos el proceso de pensamiento, las variaciones que existen a cada momento y en cada tiempo, cómo es que se instauran las imágenes (por millones) que se encuentran ubicadas en nuestra memoria y cómo van emanando para ser utilizadas por nuestra razón para que podamos entender el mundo. Después de que hagamos un breve análisis de lo complejo de este proceso comprenderemos “el porqué” de la confusión existente en algunos momentos para traer imágenes de tiempos pasados al presente, y por qué esas imágenes en ocasiones se distorsionan y deforman nuestra vivencia actual. Asumiremos los cambios que hemos vivido en nuestra evolución personal, por la libertad o falta de libertad con la que nos encontramos y actuamos en tal momento y, por supuesto, por nuestra presencia en el aquí y ahora.

El destino no es palpable, como tampoco lo son las ideas del ser. Los sucesos presentes son los que llenan de verdad al ser desde su entender, desde su alma. Éstos momentos son los únicos tangibles. Entonces, negarnos a vivir el presente implica renunciar a nosotros mismos, a nuestra alma, a nuestra existencia, a la búsqueda de la verdad. No podríamos conocer el amor que es verdad absoluta. Nuestra naturaleza se perdería sin fe, pues aunque la fe se vea como un acto hacia un momento posterior, es

⁴¹ *Ibid.* p. XLII.

el conocimiento presente, es la emoción total lo que hace que exista, al igual que la existencia del amor existe gracias a que creemos en éste. El amor es esa vibración total y absoluta que nos trasciende, que provoca que ocurran transformaciones y, aun cuando no podamos tocarlo, creemos y ejercemos acciones por éste. Cambiamos las posibilidades en realidades por medio de los actos comprometidos, actos libres repletos de emociones, actos en los que nos vaciamos para poder estar listos para recibir al otro.

INTEGRIDAD

EL ÚLTIMO ALIENTO,

LA CONJUNCIÓN DE DOS CAMINOS

El Yo (*psyche et anima*) se ha gestado con la concepción del ser; se ha encarnado en ese ser particular para habitarlo mientras viva. Con la muerte desaparece el cuerpo, y con éste desaparece también el-ser-del-mundo-ante-los-ojos-del-otro; por lo menos de forma física e inmediata.

Cada vida marcha irremediablemente hacia la muerte. La muerte no es un accidente, no viene de fuera [...] mi muerte es mi posibilidad más personal, la más auténtica y la más absurda al mismo tiempo.⁴²

La muerte es lo único que con certeza podemos asegurar que alcanzaremos independientemente del nivel de conciencia, inteligencia o voluntad que tengamos. Vivir será asumir situaciones y responsabilidades siempre nuevas y rebasar continuamente la situación adquirida previamente para comenzar una nueva. De esta forma pondremos las piedras del camino que dejarán legado en este mundo.

⁴² Mounier, Emmanuel. *Introducción a los existencialismos*, p. 72.

Cada momento que trascendemos en la vida nos alejamos un poco de la muerte, ya que nuestra obra queda para atestiguar nuestro paso por el mundo.

De forma contundente y permanente. Nuestra existencia perdurará pues “existe una diferencia entre ‘una cosa que se llama vivir y otra cosa que se llama existir: yo he elegido existir’. Mi ser no se confunde con mi vida. Yo soy anterior a mi vida, yo no soy agotado por ella, estoy mas allá de ella”.⁴³ El potencial que se generó durante mi vida quedará rondando en el universo. Mi ser estará rondando por siempre, ya que mi *psyche* se convirtió en parte del universo —en el *pneuma*— en el momento en que decidí gozar plenamente de mi libertad, al estar consciente de mis actos.

Ser consciente es darse cuenta de que uno está creando su propio destino, al propio ser, su predicamento vital, sus sentimientos y, en algunos casos, el propio sufrimiento.⁴⁴

Es así como comenzamos a ver la vida con ojos nuevos. Cada momento es único y existen millones de posibilidades desde cada ser. Existir encarnando la esencia humana es la experiencia más maravillosa que pueda haber, el potencial del Yo permite que así sea. Nos convertimos en seres infinitos y nuestra obra queda como un péndulo en el cosmos. Sabemos que este péndulo no se detiene cuando muere nuestro ser, pues nuestra esencia queda en cada obra realizada y no es hasta que mueran todas nuestras obras que morirá nuestra alma, será entonces que no habrá nada que atestigüe nuestro paso por el mundo. Aunque nuestra alma puede ser eterna si

⁴³ *Ibid.*, p. 94.

⁴⁴ Yalom, Irvin. *Psicoterapia existencial*, p. 266.

en los actos que hacemos depositamos suficiente amor y creemos que “así es, así es, así será”.

*Through love all that is bitter will be sweet.
Through love all that is copper will be gold.
Through love all dregs will turn into the purest wine
Through love all pain will turn into medicine.*⁴⁵

Somos los responsables de nuestra vida y de nuestra muerte en todos los sentidos. En nosotros está que el tiempo que permanezcamos con vida sea excepcional, dándonos a cada momento todo aquello que nos haga felices y mejores seres humanos. La responsabilidad de cada uno es la de darnos un buen morir. Dejaremos nuestra huella por medio de nuestros actos y de esta forma nos convertiremos en seres infinitos, rondaremos en la eternidad cósmica transformando cada milímetro de materia esencial como legado para la posteridad. Cada segundo de nuestras vidas crearemos un mundo nuevo para un ser humano nuevo que está renaciendo a cada momento.

⁴⁵ Shoshanna, Brenda. *Zen Miracles*, p. 167. (A través del amor todo lo que es amargo será dulce. /A través del amor todo el cobre será oro. /A través del amor toda agua de pozo se convertirá en el vino más puro. /A través del amor todo el dolor se convertirá en medicina.)

CAPÍTULO IV

Trascendencia

ENCUENTRO

EL ESPEJO Y SU REFLEJO,

LA PRESENCIA CREA LA AUSENCIA

Ahora dilucidemos sobre la presencia del ser desde dos perspectivas diferentes que tienen que ver con el compromiso, con el momento actual de cada uno y con la forma como percibimos al mundo. Recibir implica una acción que puede ser pasiva y activa a la vez. Recibimos pasivamente los acontecimientos cuando suceden y no nos inmutamos de lo que nos da el entorno. Solamente pasamos como parte del contexto que nos rodea sin imprimir presencia en el momento. Podemos o no enterarnos de lo que sucede; nuestros sentidos se encuentran adormecidos y no estamos conscientes de lo que el mundo nos da para integrarlo a nuestra experiencia.

También somos capaces de recibir activamente, observar e ir transformando el entorno y a nosotros mismos mientras hacemos cualquier actividad. Abrimos nuestros sentidos para tomar del mundo todo cuanto nos dé y nos sea posible recibir. Es así como estamos presentes en el mundo dando cuenta de lo que pasa; marcando nuestro espíritu con lo que la vida entregó en nuestras

manos. Ya sea que vivamos pasiva o activamente, siempre nos encontraremos con una realidad y es que la verdadera acción implica la habilidad de estar plenamente en el aquí y ahora; totalmente presentes en el momento actual, escuchando, viendo, oliendo, listos para responder al mundo, para reaccionar ante el mundo, para estar en el mundo.

No se trata de estar haciendo algo en todo momento, se trata de realizar nuestras actividades con conciencia y plenitud.

Es un proceso cualitativo más que cuantitativo. Podemos observar lo que el mundo nos da y lo que vamos creando en nuestro entorno con plenitud. Se trata de ver lo que hemos hecho o dejado de hacer con total responsabilidad. Es una danza interminable de posibilidades que surge a cada instante, una tras otra, y mil a la vez, seamos o no conscientes. El tiempo está en marcha y lo que hagamos nos transforma a nosotros y al mundo en que vivimos. Somos movimiento existencial que va capturando las experiencias y significándolas. Tomamos del instante vivido las esencias que descubrimos en éste, y las hacemos nuestras.

Las esencias son y no dejan de ser aunque cambien las formas del *ens* (ente). La *esse* (existencia) permanece en la conciencia, ya que nuestra *essentia* (esencia) queda arraigada en nosotros en un momento clave de nuestra vida, que fue el momento preciso cuando pudo ser recibida y asimilada. El concepto “esencia” está latente, mas esto (sea lo que sea) no es real hasta que uno le da vida. El concepto del miedo es real al momento de experimentarlo. La esencia y el *quid* se vuelven reales. Ese miedo se concreta en el momento en que es sentido y se convierte en nuestra existencia del miedo, es en ese momento que da vida a un concepto que aún estaba

“muerto” en nuestra imaginación. Una vez sentido el miedo ya es conocido por-mi-ser, cobra vida, pues su esencia ya fue captada por nuestra *psyche*. Su *quid* entonces significa “algo para mí”, algo con un valor especial, pues está capturado en nuestro ser y para cada uno significa y nos significa como seres humanos con una existencia emocional específica “que nos aclara una realidad” a la que ya hemos respondido, y que de otra forma sería una fantasía, un hecho no consumado, pura especulación.

Es claro, entonces, que en el momento presente se da la transformación.

No obstante, la vivencia actual no es “el cambio” por sí sola, puesto que existen experiencias previas que nos ayudan a formar diversas respuestas ante el momento actual. Respondemos desde nuestro Yo, *psyche et anima*, como el eje de cada uno, como centro de cada ser. Nuestro *corpus* responde al llamado del Yo y se proyecta al mundo transformándolo desde el potencial creador que existe en sí y que se manifiesta en el mundo.

Es necesario que tengamos una idea de nuestro propio potencial para actuar consecuentemente con las posibilidades que creemos tener. De otra forma caminaríamos en un terreno fangoso, sobre arenas movedizas, de la misma forma como lo hacemos sobre terreno firme. Con la diferencia de que inevitablemente nos atasquemos y hundiremos en ese terreno. En los momentos en que nos encontramos atorados, es importante saber cuáles son los recursos emocionales con los que contamos, que son vitales para generar mayor energía interna y así afrontar el mundo. Solamente si somos conscientes de nuestras emociones podremos estar verdaderamente presentes en el aquí y ahora. Y solamente aquí y ahora podremos enfrentar nuestro destino y labrar el camino que cada uno desee.

Yo no puedo experimentar nada sin estar yo mismo presente en cuanto partícipe de la experiencia.¹

Por difícil que sea la experiencia, nadie más podrá vivirla, asimilarla o entenderla por nosotros, solamente viviendo el momento podremos estar al tanto de cómo entramos al atolladero y por tanto, de cómo salir del mismo.

Cuando me refiero a estar presentes quiero decir que estemos aquí y ahora, plenamente, totalmente, en *corpus*, *psyche et anima* con todo nuestro potencial listo y actuando en el momento.

Sin pretender ser o hacer, nada más siendo. Cada ser es lo que es: *ens est quod est* (el ente es lo que es).

Éste se proyecta al mundo y va plasmando en sus actos su presencia a cada momento. Todo ser posee la energía para ser auténtico en relación con sus posibilidades; esto es, puede o no utilizar la energía potencializadora para hacerse presente con el acto. Puede o no transformar su entorno, permitiendo la existencia del mismo con el menor número de cambios, ya que cualquier objeto es su esencia hasta que los seres humanos lo tocamos, en el sentido de que no se le ha dado un significado. Un árbol es árbol hasta que nosotros lo vemos como madera, esa madera es el tronco (cuerpo) del árbol, mas su esencia de tronco cambia a madera cuando los seres humanos la transformamos para convertirlo en mesa, silla, tótem. Esto es convertir la energía en *actus purus* (acto puro) que culmina como obra de la *intelequia* (*intelligenctai* = espíritu), por la que sabemos que hicimos y respondemos ante nuestros actos.

Al momento del acto puro somos potencial en movimiento y en ese preciso momento todo puede suceder. El umbral de posibilidades es infinito en ese intercambio

¹ Stein, Edith. *Ser finito y ser eterno*, p. 64.

con el mundo. Creamos al mundo y el mundo nos crea. Esta transformación con el mundo tiene que ver con las obras que hacemos y dejamos cómo permanentes en el mismo y a su vez, tiene que ver cómo el mundo transforma nuestra *intelequia* (espíritu). Partiendo de que el mundo existe *per se*, podemos deducir que primero el ser humano tiene que adaptarse a su entorno, el entorno le ofrece en ese momento “eso que hay” y es entonces “y sólo entonces” que el ser lo toma y lo transforma para poder usarlo y encontrar algún beneficio de éste; durante este proceso de adaptación los seres humanos podemos llegar hasta la muerte, en el caso de no entender y aprovechar lo que el mundo nos da, así también podremos vivir con facilidad y sin ningún problema en caso de que abramos nuestro corazón y entendimiento para asimilar y transformar aquello de lo que somos capaces. Cada instante es “cruzado” por nuestros actos y por éstos se reconoce nuestro andar y cada paso es un paso dado, un tramo del camino recorrido.

Yo reconozco mi obra; mi paso por el mundo no es vano, y desde el instante mismo en el que el mundo recibe mi obra es un mundo transformado en el que no hay vuelta atrás.

Es mi espíritu que crea al mundo, el que es a cada instante, dándole a cada minuto el valor infinito de la vida.

Entonces, podríamos decir que somos más espíritu cuando estamos en el mundo conscientes de nuestras respuestas y en muchos casos lo sentimos más nuestro, pues es “mi obra” la que se refleja en éste. El mundo deja de ser ajeno. Somos uno con el mundo, respiramos, comemos, vivimos de él. Esto sólo sucede en el momento presente en el que podemos encontrar el fluir constante y en el que se hayan las posibilidades que nos hacen presentes en el mundo; aunque exista o no la conciencia de ello.

Cada vez que caemos en cuenta de la nueva energía presente en nuestra *psyche et anima*, nace un nuevo ser humano con horizontes distintos al ser anterior, pues es alguien con un sí-mismo modificado, un ser infinito.

*In the spiritual world there are no time divisions such as the past, present and future; for they have contracted themselves into a single moment of the present where life quivers in true sense.*²

Luego entonces, la importancia del momento presente y de nuestra forma de estar tienen que ver con la trascendencia de cada quien, pues siendo concretos eso es lo que existe en nuestra vida en el aquí y ahora, con la infinitud de caminos que se nos presenten y las transformaciones que impliquen nuestros actos en el cosmos.

Paradójicamente, el único instante en el que se nace y se muere al mismo tiempo es el momento presente, un espacio en el que no estamos seguros del tiempo, puesto que nacemos y morimos sin saber que ése es el momento concreto de nuestra infinitud. No conocemos el principio o el final de nuestra experiencia presente. El momento presente es atemporal, por tanto, es el instante mismo en que vivimos la experiencia, el clímax de nuestra experiencia “en-un-mundo-que-no-es-hasta-que” y ésta es la única medida real del cosmos. Por lo tanto, esto nos deja una maravillosa posibilidad para ver cada instante como el mejor momento en el camino, porque cada instante es maravilloso, único e irrepetible desde la realidad que encarna cada ser.

Cada momento es él último momento y cada momento es un renacimiento.³

² Capra, Fritjof. *The Tao of Physics*, p. 179. (En el mundo espiritual no hay divisiones de tiempo como pasado, presente y futuro, pues se encuentran todas inmersas en un solo tiempo que es el presente en el que la vida vibra en un sentido verdadero.)

³ Wilber, Ken. *La conciencia sin frontera*, p. 105.

Es importante recordar de cuando en cuando que nuestro propósito esencial en la vida es hacer consciente nuestro *quid* y saber cómo podemos llegar a éste. También es importante sentarnos a un lado del camino para reflexionar sobre todo lo hermoso y doloroso que hay en éste, para no olvidar que la vida no es sólo un tiempo entre nacer y morir. Ser conscientes del gozo y del sufrimiento nos ayuda a no negarlos, a aceptarlos cuando lleguen, a aprender de ellos. Entendiendo que estas expresiones pueden ser físicas o espirituales.

El dolor como un discurso que pronuncia nuestro cuerpo sobre un tema de importancia vital, de una intensidad tal que llama inevitablemente a nuestra atención.⁴

Es importante no negar el incalculable dolor del alma que en momentos nos paraliza y hasta nos aplasta. Así como tampoco hay que perder de vista el gozo y la alegría que nos causa la vida, pues no somos mártires que venimos a pagar una ofrenda (manda) en esta vida.

*There is no joy like the joy of the heart.*⁵

La alegría es una piedra importante en nuestro camino, ya que gracias a ésta nuestros pasos se fortalecen y son armónicos. Son pasos motivados por nuestra *psyche et anima*. Cada vez que los damos nos sentimos satisfechos con nosotros mismos. Gracias a éstos nos es más fácil responsabilizarnos pues nos llenan de emoción y colman de luz algunos instantes de nuestro sendero haciéndolo más llevadero. Una forma sencilla de reconocer un momento de alegría, de

⁴ Cutler, Howard. *El arte de la felicidad*, p. 182.

⁵ Lankevich, George. *Wit & Wisdom of the Talmud*, p. 74. (No hay mayor gozo que el del corazón.)

verdadera felicidad es escuchar al sabio que vive en nuestro corazón y si no hay reproches ni arrepentimiento al vivir ese instante, sin duda es un auténtico momento de felicidad. En ese lapso de tiempo sabemos que estamos llenos de luz para nosotros y para el mundo.

*No man in the world is free from pain.*⁶

Paralelos y como dos partes de una misma piedra la alegría y el dolor son parte vital del camino, pues nos recuerdan que estamos vivos y que somos vulnerables y finitos. De esta manera no negaremos ni el dolor ni la alegría, que son piedra fundamental de la senda de cada uno, cada lado nos da su enseñanza y su valor para que encontremos en nosotros su *quid*.

El sendero, con todo y sus dificultades, se hizo (lo hacemos) para andarlo y aunque es conveniente detenernos para hacer una introspección de lo que ha sido nuestro andar por la vida en momentos, no podemos detenernos demasiado tiempo para dar otro paso, pues la vida sigue y, bien o mal, una vez dados nuestros pasos nos crean y nos dan la posibilidad de existir-ante-el-mundo, de estar presentes “tirando pa’lante”.

Cada minuto que pasa es real aunque no lo percibamos, aunque dejemos que pase el tiempo sin prestar atención. El tiempo no se detendrá para que tomemos lo que nos corresponde en ese momento. No regresará para convencernos ni para darnos una segunda oportunidad.

El tiempo es implacable, no tiene sentimientos ni razón, así que no hay forma de negociar. Un minuto perdido es un minuto muerto, finito, extinto.

⁶ Lankevich, *op. cit.*, p. 119. (No hay hombre en este mundo libre de sufrimiento.)

Así, nuestra presencia nos da un lugar en el cosmos y es necesario que cada uno encuentre el centro de sí mismo, su *essentia*, para hallar algo más fuera de sí que sea auténtico. De esta manera nos proyectamos al mundo como seres completos y suficientes de la forma que somos. Sólo necesitamos conocer lo que ya hay en cada uno de nosotros y cómo podríamos estar en armonía con lo que la vida nos regala en este mismo momento.

La vida es el objeto de todas las cosas. Por eso, la vida no puede tener otro objeto que ella misma.⁷

Es una oportunidad la que tenemos para vivir y afrontar lo que es la vida. Mientras más plenamente sea nuestro encuentro, más posibilidades tendremos de responder, dar y tomar de la vida misma.

Tenemos que aprender cómo las emociones y los comportamientos negativos son nocivos y cómo son útiles las emociones positivas.⁸

Partamos de la idea de que “positivo” es lo que nos da vida, y algo “negativo” es lo que nos la quita, ya que es tóxico para poder estar con y en el mundo. En muchas ocasiones nuestras respuestas son automáticas, sin que hagamos una reflexión antes de ejecutarlas, no pensamos si eso que hacemos es positivo o negativo para nosotros y para nuestro entorno, lo alarmante de esto es que podemos vivir en automático sin prestar atención en qué es lo que está pasando a nuestro alrededor, sin ningún compromiso ni pasión. Simplemente matando los minutos, las horas, los días.

Cuando le respondemos al mundo desde nuestra pasión (*furor*) es la verdad de cada ser humano la que se

⁷ Moan Jain Chandra (Osho). *Los misterios de la vida*, p. 28.

⁸ Cutler, Howard. *El arte de la felicidad*, p. 44.

relaciona y se encuentra con el mundo; es la bandera que lleva a cada ser humano a conquistar los más diversos retos, las más increíbles proezas. No obstante, cuando nos encontramos actuando apasionadamente perdemos objetividad. Actuamos sin hacer conciencia de los posibles riesgos. Nos lanzamos impulsivamente (subjetivamente) y nuestros actos los llevamos a cabo por lo que podríamos llamar nuestra fortaleza interna, el ímpetu y el coraje natos de cada ser, los cuales son muy parecidos a un impulso básico. Esta forma de ser nos lleva en muchas ocasiones a estar en el filo de la navaja, apostando todo a cada instante, viviendo y muriendo a cada momento por un ideal. Aunque en nuestros actos encontremos situaciones que sean “negativas” o que pongan en peligro nuestras vidas, al hacerlos con pasión, siempre habrá un sustento que le de fortaleza y vida a nuestros actos.

Si actuamos apasionadamente perdemos noción del espacio y del tiempo. Es a partir de estas experiencias que damos cuenta del mundo desde una perspectiva diferente; es de esta forma que nacen de nuestro interior nuevas posibilidades para afrontar la vida. El mundo no se nos da de forma tan clara como cuando somos conscientes. Cuando “recibimos el mundo sin pensarlo por estar inmersos en el acto” descubrimos un universo que no nos sería dado si buscáramos conscientemente encontrarlo, nos encontramos en lo más profundo de nuestro ser, en un estado alterado de conciencia en el que realizamos los actos más extraordinarios hasta que volvemos a nosotros del acto de *furor*.

Lo que no nos es dado lo creamos; rompemos los paradigmas que de otra forma serían obstáculos para lograr nuestros objetivos; damos de comer a nuestra alma sabiduría auténtica, pues ésta se encuentra siempre hambrienta por descubrir un universo que está en otras dimensiones y que de otra forma sería desconocido.

COMPROMISO

HAGO LO QUE PIENSO, DE ESTA FORMA, CUANDO PIENSO EN LO QUE HAGO SÉ QUÉ HE HECHO Y PARA QUÉ LO HE REALIZADO

Creamos el mundo desde nuestro interior y nos relacionamos con el universo y con los seres que lo habitan, de esta forma nosotros decidimos en qué lugar queremos estar y con quién queremos compartir ese espacio, valorando a su vez qué tanto nos queremos comprometer con el otro. Podemos ubicarnos en cualquier postura ante el otro; jugar cualquier papel, ser emisores, receptores, simplemente, ser parte del entorno sin una función específica. En este proceso podemos hacer contacto con el otro haciéndonos presentes en su conciencia o sin que el otro “dé cuenta de mí”. Dependiendo de la postura que el otro asuma sobre nosotros, nuestra visión hacia él variará. La relación entera cambiará al saber que el otro nos considera, que le importamos, que nos quiere, nos toma en cuenta, o no. Vamos a crear un espacio inevitable de juicio-hacia-el-otro que emitiremos por el valor que creemos que el otro puede dar de nosotros (como es nuestra representación ante el otro) son juicios que tendrán una función integradora entre las realidades universales y particulares de todos los que estemos interactuando y, que van desde un sencillo “me está haciendo caso”, hasta los más complicados pensamientos y fantasías. En consecuencia, interactuar implica suposiciones, creencias, valores y otras tantas formas mentales que hacen que las emociones y el pensamiento se mezclen al sabernos pensados-sentidos por alguien. Esto nos hace ser-con-el-otro/hasta-en-pensamiento y nos lleva a co-existir en un mundo de relación sumamente abstracto y subjetivo.

Hemos creado una relación con el mundo muy compleja en la que se toman en cuenta nuestros pensamientos aunque no los expresemos. Esto los hace nuestros y del

resto del mundo, es decir, el pensamiento puede ser expresado o no, y aun así seremos cuestionados pues ya existen parámetros conductuales que nos llevan a un punto en el que el mundo dice (sin temor a equivocarse) “tú piensas así”. Y así emitimos infinidad de juicios sobre las personas que nos rodean y, de la misma forma, ellos emiten infinidad de juicios sobre nosotros. Nuestros comentarios son manipulados por “el otro” al grado de poder alcanzar una realidad distinta, una realidad universal en la que los demás validan lo que pensamos desde parámetros muy distintos a los “reales” (propios). Entonces buscamos por distintos medios que los pensamientos propios “sean tuyos y de treinta más”. Buscamos que encajen en la realidad universal del momento aunque pierdan autenticidad. Así, ese pensamiento concebido por uno lo validan treinta más, y se sostiene por imposición o por voluntad popular *vox populi, vox dei*. Mas el punto medular es saber qué es lo que buscamos al tratar de homogenizar los pensamientos. Si cada pensamiento es único y no podría ser de otra manera, así, nos debe quedar claro que “sólo yo” conozco a qué “sabe la victoria” de librar un día y llegar a casa con “mi familia”. Muchos ni siquiera considerarían eso como una victoria. Así que nuestros pensamientos deben tener cierta claridad universal para que sean aceptados y entendidos por el resto del mundo. Nuestros pensamientos deben tener la fuerza suficiente para llegar al otro sin dejar de pertenecernos en ningún instante. Cuando “el otro” se apodere de ellos y los transforme en suyos, éstos regresaran a mí para que pueda compartirlos nuevamente.

Por muy sabio que seas, te queda mucho por aprender en este sendero, a tal grado que aquí también necesitas del discernimiento para elegir cuidadosamente lo que valga la pena aprender.⁹

⁹ Krishnamurti, J. *A los pies del maestro*, p. 34.

Hagamos un breve análisis de la forma como pensamos: primero, “algo” tuvo que haber sido conocido con anterioridad para que podamos dar referencia de éste. Si no fuera “algo” conocido no podríamos pensarlo. En caso de no conocerlo lo imaginamos y lo creamos con partes de la información que hemos recolectado durante la vida, de esta forma nos acercamos a lo que creemos que puede ser ese “algo” hasta entonces desconocido. Por ende, deducimos que ese algo tiene que percibirse para que llegue a nuestra mente. Una vez creado ese “algo” le damos un valor y lo significamos, en ese momento pasa a ser parte importante del contexto experiencial con el mismo valor de cualquier objeto conocido. Ahora, ese “algo” se convierte en una esencia que nos da sentido cuando lo necesitamos más que cualquier otra cosa que haya en el entorno. Lo convertimos en figura mientras que el resto del espacio queda como fondo. De igual forma, si vemos una mesa, la abstraemos y en ese momento a esa mesa la toca nuestra *psyche*; se apropia de ésta, la hace suya. Y al referirnos al universo de las mesas, una sola mesa será nuestra referencia y entonces hablaremos de “esa mesa en concreto”. Y podremos creer en la existencia de ese objeto y describirlo con detalle. Es un punto de partida, un parámetro del que podremos arrancar y además diferenciarlo de “entre otras tantas mesas”. Mediante el uso de referencias podemos hacer que la imagen de esa mesa llegue a alguien que la conozca.

Todos podemos saber si ahora nos referimos a la Última Cena como un suceso histórico y más o menos podremos convenir en ciertas similitudes en cuanto a su realidad histórica. Mas si comentamos La última cena de Da Vinci, estaremos refiriéndonos a un objeto específico (un cuadro) que plasma un hecho histórico. En este caso estaremos comentando sobre la visión del hecho a través de los ojos de un hombre específico, por

lo tanto, ésa es la representación de Leonardo Da Vinci sobre un suceso en la que él plasma su pensar de manera diferente a la de cualquier otro, y ubica en su obra once apóstoles y a una mujer que, si conocemos la historia deducimos quién puede ser. Habrá quien esté de acuerdo o no con la forma como se representa el contenido del cuadro, mas la realidad está ahí y nadie puede cambiarla. Es un pensamiento potencializado en un acto que guardará una realidad particular para que sea vista y respetada como tal.

Podemos dar valor a los pensamientos; podemos pensar, por ejemplo, que un objeto es fantástico o que es obsoleto. Tenemos la opción, entre todas nuestras creencias, de detenernos a ver el *quid* (que) de ese algo. Entonces nuestra reflexión tomará esa esencia y la separará del resto de la información; separará todo lo que para nosotros (en ese momento) tenga importancia y desechará lo que ya no tenga valor. Por tanto, una posibilidad es que “una mesa sea una mesa” o “una mesa sea un escritorio” y el *quid* de esa mesa lo dé su esencia y así será equiparable o diferente a cualquier otra mesa. Mas en nuestra conciencia, “que es el *quid* de cada quien”, ésta es completamente distinta y única. Es “la mesa”, así como el cuadro de “La última cena”, no hay otro que refleje el pensamiento del artista, y aunque hubiese, nosotros nos estaremos refiriendo a ése que es el que nos dio el entendimiento de dicho evento; de la misma forma, sin importar el uso que se le dé, la mesa será el objeto entre los objetos.

Así, siendo nosotros los creadores de los conceptos damos un peso al potencial de nuestros pensamientos, aun con las restricciones universales y con las diferencias que se puedan presentar en nuestros pensamientos, puesto que éstos son verdaderos para nosotros desde el momento mismo de ser concebidos, sin importar que estén de acuerdo con la corriente universal del momento. Así,

tenemos que más allá del pensamiento universal está el pensamiento personal que podrá o no ser valorado o representativo al momento. Sin embargo, es real y único y es a partir de éste que nos acercamos al mundo. En ocasiones, nuestro pensamiento es más real que la realidad del mundo porque es así como cada uno lo piensa y vive. Y si fuera errado, solamente nosotros podremos decidir en algún momento si deseamos modificarlo o queremos vivir con éste.

Probablemente una persona a la que se llama loco sea alguien con quien la humanidad no ha tenido la paciencia o capacidad para descifrar sus códigos.

Así le ocurrió, en su momento, a Copérnico, Darwin, Einstein, Da Vinci y otros. Solamente el tiempo nos dirá si lo que hoy no es posible mañana será realidad. Hoy son pensamientos desalienados, diferentes, y si atentan contra la media matemática del DSM IV siglas en inglés para *Diagnostic and Statical Manual of Mental Disorders 4th Edition* (*Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales 4a. edición*), o contra la psiquiatría moderna, entonces serán considerados como sandeces y locura.

ACEPTACIÓN

RESPONDO ANTE LO QUE HAY AQUÍ Y AHORA, CON TODA LA FORTALEZA DE MI SER

Creamos nuestra existencia actual a partir de las decisiones que tomamos a cada momento, a cada instante que optamos por ser. Nos arrojamamos al mundo experimentando cada fracción de vida, dirigiendo las múltiples posibilidades de un momento presente a otro, y al siguiente, y así infinitamente. Como seres humanos nos sabemos poseedores de un potencial, y capaces de responder al mundo desde la esperanza, la fe, la razón, la pasión, etcétera. Cuando respondemos al mundo des-

de nuestra esperanza, creamos la luz del camino a partir de la verdad de nuestro corazón. Cuando respondemos al mundo a partir de nuestra fe, es desde la verdad de nuestro poder superior que creamos un horizonte de posibilidades. Cuando respondemos al mundo desde nuestra razón, es a partir de la verdad científica que buscamos cimentar nuestra grandiosidad. Desde cualquiera que sea el punto del que emprendamos el camino, encontraremos la fortaleza para seguir en pie y no sólo eso, también tomaremos fuerza para crecer y trascender.

Cada uno de nosotros se percata del entorno en el que le toca hacerse presente como menciona Heidegger:

en la noche clara, de la nada de la angustia aparece totalmente la evidencia de la revelación (*offenbarkeit*) original del ente en cuanto tal; a saber, que es ente y no nada.

Vamos descubriendo el potencial que tenemos para afrontar al mundo y lo vamos haciendo patente en nuestros actos. Somos sabedores de nosotros mismos. Sabemos que somos sin que se necesite más evidencia que nuestro estar *ens aliquid ens* (el ser es siempre ser); *ens* designa al ente en la medida en que se hace presente, por tanto, sabemos que existimos pues estamos conscientes de que estamos dotados de una *psyche et anima* que nos permite actuar y dar razón de nuestro ser con nuestra simple presencia *per se* (por sí mismo) y podemos dar razón a su vez del mundo *a se* (de sí mismo) para transformarlo en nuestro paso.

Vivimos rodeados de símbolos que nos hacen diferentes de otros seres y que hacen único nuestro micro-universo. Existe un contexto específico con ciertos valores y creencias que sólo cada uno conoce. Algunos de esos símbolos contienen una carga emocional mayor que otros y éstos se usan como símbolos de poder, los cuales son, normalmente, símbolos de gran fuerza universal que

conocemos e introducimos a nuestro sistema de creencias, hasta el punto de apropiárnoslos para retornarlos al mundo como reliquias de poder místico, sin importar la forma en la que sean devueltos, ya sea como ofrenda, oración u objeto de poder.

Una vez que hemos tomado del mundo la información que nos funciona para vivir, es muy difícil que la dejemos o que la cambiemos, pues nuestra vida queda marcada para siempre. Mientras decidamos mantener esos símbolos como bastiones de nuestro ser, éstos serán el faro que guíe nuestras vidas; estarán implícitos en las decisiones que tomemos sin importar si somos conscientes o no de ello. En ocasiones actuaremos con la colectividad, de acuerdo con lo que la sociedad dice que es lo correcto o lo bueno, o actuaremos con base en nuestra parte instintiva o intra-psíquica.

En otras ocasiones nos aferraremos a nuestros principios y creencias, el destino siempre incierto nos regalará un puerto que sólo Dios sabe si es de llegada o de partida.

Solamente nuestro corazón en el momento preciso podrá darnos esa conciencia de paz “que siente el navegante después de una larga travesía al haber llegado a puerto seguro”, al estar en el embarcadero podremos descansar o seguir cuestionándonos si queremos seguir navegando hasta encontrar las respuestas correctas a las formas que nos crean en otros mares. Nuestro viaje terminará una vez que nos permitamos estar en paz con nosotros, al momento que hayamos encontrado los signos que nos puedan abanderar durante el resto del recorrido de nuestras maravillosas vidas.

Tomamos del mundo lo que necesitamos y con eso formamos nuestro centro. El mundo puede cambiar un millón de veces, mismo número de ocasiones que noso-

tros haremos los ajustes creativos necesarios, estaremos tomando y asimilando de nuevo todo lo que haya para transformar esa información en el eje de nuestro ser. Cada vez que modificamos nuestro yo asumimos el mundo que existe dentro de nosotros y en tanto nos pertenece, salimos a transformar el universo con igual fortaleza, ya sea un grano de arena o una montaña, usando la inteligencia que nos hace a cada uno diferente. Siempre que la transformación se crea desde el centro de nuestro ser y que tengamos la capacidad de creer en ella, ésta será la mejor respuesta a nuestros cuestionamientos sobre lo que el mundo nos ofrece para integrarlo armónicamente. Somos seres de mundo; no sabemos responder de otra forma más que ante las posibilidades que éste nos da. Por eso no habrá respuestas buenas ni malas, sólo existirán las respuestas que se ajusten al momento presente que se esté experimentando desde la perspectiva del que las asume.

La soledad ronda con un paso ligero, casi sin tocar el suelo. Solamente nos recuerda que existen dos mundos (interno y externo).

Es vital que hagamos una pausa en el camino para escuchar las voces que hay entre líneas, aquellas que no se escuchan, que no se dicen. Es importante que nos permitamos escuchar las notas mudas que hay en el silencio; en ese espacio trascendental en que se encuentra cada uno consigo mismo por un instante. En ese espacio sin tiempo surge una nueva posibilidad para la intimidad personal que probablemente sea un vacío inexplorado.

Desde el vacío que se crea en la soledad, el campo de percepción es distinto. Por tanto, el potencial cambia la intencionalidad a otro nivel de conciencia, la esencia de nuestro ser cambia. Ahora tenemos que responder al mundo con otras posibilidades y ver si quienes somos

interiormente podemos ser en el mundo externo, el mundo físico.

Buscamos un estado libre de distracciones que sólo hayamos en la soledad, al momento que nos centramos en nuestro ser. En ese espacio en el que encontramos el vacío fértil podemos recibir el mundo externo y transformarlo de acuerdo con nuestras necesidades reales; modificamos ese mundo que conocemos, que nos rodea, que nos contiene en el espacio. Gracias a la soledad nos planteamos situaciones diferentes a las que nos ofrece el destino; estamos por unos instantes para darnos a nosotros ese tiempo de introspección, somos conscientes de que esto implica un esfuerzo mayor que lo que sería fluir simplemente con el cauce de la vida. Tomamos la vida en nuestras manos y hacemos nuestro el presente, conscientes de nuestras fortalezas y debilidades. Es a partir del espacio de silencio y soledad que podemos hacer la elección del camino, éste se siente en el centro de nuestro ser, es el viejo sabio que habita en el corazón de todos y cada uno de nosotros quien nos habla en voz baja en cada latido en el que se crea la sabiduría interna de cada ser, que es la energía más pura que poseemos todos y cada uno de los seres humanos. Sabemos que todo es energía y que la energía es la fuente de transformación de la materia (la materia no se crea ni se destruye, sólo se transforma).

tu cuerpo es energía, tu mente es energía, tu alma es energía.¹⁰

Las intenciones también son energía. Es así como nos permitimos fluir ante lo que la vida nos da desde el interior de nuestro ser:

¹⁰ Moan Jain Chandra (Osho). *Los misterios de la vida*, p. 151.

*rational knowledge is derived from the experience we have with objects and events in our everyday environment. It belongs to the realm of the intellect whose function is to discriminate, divide, compare, measure and categorize.*¹¹

A su vez todos estos procesos que hace nuestra inteligencia (*intelequia*) son movimientos de energía. La diferencia entre éstos y los del mundo exterior tienen que ver con cada sucesión de eventos, ya que todo es transformación energética.

La diferencia es solamente una diferencia de ritmo, diferente longitud de onda.¹²

Así, nosotros conocemos el mundo a través de nuestros sentidos que tienen la capacidad de recibir ciertos ritmos con ciertas ondas, y de esta forma percibimos en el entorno solamente fracciones de lo que hay en el espacio. Partes en las cuales vibramos en dicha sintonía, perdiendo gran cantidad de información que en su momento no pudimos o quisimos asimilar.

*Relativity theory implies that the space and time coordinates are only the elements of a language that is used by an observer to describe his environment.*¹³

Nuestra capacidad de descifrar lo que existe frente a nosotros difiere a cada momento (de lo que verdaderamente existe), pues nuestra capacidad es limitada y está sujeta a estados internos de nuestro ser. Entonces, todo

¹¹ Capra, Fritjof. *The Tao of physics*, p. 26. (El conocimiento racional se deriva de la experiencia que tenemos con los objetos y los eventos en nuestro entorno habitual. Éste pertenece al mundo del intelecto, cuya función es discriminar, dividir, comparar, medir y categorizar.)

¹² Moan Jain Chandra (Osho), *op. cit.*, p. 151.

¹³ Capra, Fritjof, *op. cit.*, p. 166. (La teoría de la relatividad implica que las coordenadas del tiempo y del espacio son sólo los elementos de un lenguaje que usa un observador para describir su entorno.)

será relativo al potencial energético que nos permita transformar el entorno en micro partículas que sean asimilables por nuestros sentidos para convertirlas en aromas, sonidos, sabores, colores o cualquier otro estímulo que pueda satisfacer nuestro sistema sensorial y que necesitamos para conocer el universo y contar con el entendimiento necesario en el momento presente para recibir el mundo.

La forma como cada quien diferencia el momento presente tiene que ver con la percepción del mundo y la posibilidad de captar los elementos que hay, que en todo momento están y que no todos tenemos la apertura de captar, ya sea porque nos encontramos en un estado alterado de conciencia o porque no estamos plenamente conscientes de lo que pasa en el mundo. Por la razón que sea, nuestra percepción será diferente aunque el mundo sea el mismo.

*Be it clearly understood that space is nothing but a mode of particularization and that it has no real existence of its own [...] Space exists only in relation to our particularizing consciousness.*¹⁴

Es decir, estos parámetros los crea nuestra conciencia a partir de los momentos vividos, y nuestras experiencias se representan basándose en estos parámetros, por eso se entiende:

*notions of space-time are based on experience.*¹⁵

Para esclarecer esto, mencionaré la existencia de dos estados emocionales que nos serán muy útiles para compren-

¹⁴ Capra, Fritjof, *op.cit.*, p.164. (Que se entienda claramente que el espacio no es más que un modo de particularizar y que no tiene existencia real en sí mismo [...] el espacio existe solamente en relación con nuestra conciencia de particularización.)

¹⁵ *Ibid.*, p. 172. (Las nociones del tiempo y el espacio se basan en la experiencia, [y no al revés].)

der este concepto, ya que todos los seres humanos los experimentamos. Éstos son el amor y el miedo. Hablando de relatividad, 30 minutos atómicos son notoriamente distintos para un enamorado que para un hombre aterrado. El momento existencial de cada uno será diferente para cualquiera de los dos y podrá ser modificado única y solamente por el ser que vive el momento. Esto sí y sólo sí la persona en cuestión decide hacer el cambio. El tiempo no cambia, lo que varía es la forma como nosotros nos relacionemos con el tiempo y el espacio. Para el reloj, un minuto de terror es lo mismo que un minuto de amor pues carece de emociones, sentimientos o sensaciones que conviertan en subjetivo el momento. Somos los seres humanos quienes creamos diferentes posturas ante el momento presente dependiendo del estado mental en el que nos encontremos, de esto dependerá en gran parte nuestra capacidad de respuesta ante lo que la vida nos da.

Así, podemos responder al mundo re-significándolo y transformando la energía que fluye en la cotidianidad en potencial para generar nuestra obra magna.

FORTALEZA

YO SOY EL GUERRERO QUE GUARDA EL CASTILLO

Nosotros somos guerreros mas no somos seres bélicos; somos el *bellator* (guardia). El guerrero vigilante que está *excubitum* (en guardia), alerta, presente en todo momento para poder tomar por propia mano lo que la vida le da. Somos guerreros libres porque nos guiamos por nuestro espíritu. No somos vigilantes del objeto, porque eso nos volvería esclavos y por lo tanto, seres con ataduras. Nosotros somos libres por nuestra esencia.

El espíritu humano, por definición, es la dimensión de la libertad humana.¹⁶

¹⁶ Lukas, Elizabeth. *También tu sufrimiento tiene sentido*, p. 25.

Somos dinámicos, ya que nos vamos transformando a cada momento. No sabemos lo que va a pasar, aunque contamos con un marco referencial de lo que ocurrió y con el conocimiento del presente. Entonces, nuestras creencias del mundo van transformando cada instante, pues a cada momento conocemos más de nosotros y del mundo. Somos seres universales que vamos transformando el entorno con nuestra libertad y obra, y éste a su vez nos transforma. En estos cambios buscamos conservar (guardar) la esencia de nosotros mismos, pues ésta es la que nos hace seres humanos. La esencia nos da la responsabilidad de actuar ante la libertad que nos es dada, permitiendo que nuestra voluntad acaricie nuestro destino, ya que existen momentos maravillosos y a su vez experiencias aterradoras que podrían cambiar el rumbo de nuestra vida hacia caminos ajenos a las posibilidades actuales.

*Opportunity falls into the hands of him who is receptive towards it.*¹⁷

Actuamos a cada instante para responder de la mejor manera ante lo que el mundo nos ofrece. En ocasiones no encontramos parámetros que nos ayuden a decidir qué hacer, mas si actuamos por convicción, mirando en todo momento nuestro interior, asumiendo cómo nos sentimos con ese actuar, podremos encontrar los parámetros en nosotros. Eso “significa que nuestro punto de referencia interna es nuestro espíritu y no los objetos de nuestra experiencia”.¹⁸ De este modo, somos capaces de observar el mundo desde la visión del *anima*, no sólo desde la visión objetiva que observa objetos tangibles, sino a través de una visión que trasciende lo que los ojos ven. Lo

¹⁷ Lankevich, George. *Wit & wisdom of the Talmud*, p. 96. (La oportunidad llega a aquel que está receptivo de ésta.)

¹⁸ Chopra, Deepak. *Las siete leyes espirituales del éxito*, p. 14.

subjetivo que yace en cada cosa, por el hecho mismo de ser creada por el hombre y para el hombre desde su interior, y que está en espera de salir en algún momento. Por tanto, “la cosa en potencia”, se encuentra en todo lo que nos rodea: permitiendo que cualquier objeto pueda ser obra del hombre.

Un acto puro tan sólo requiere ser tocado por el espíritu incansable para convertirse en creación infinita, trascendental.

De esta forma vamos significando y construyendo el camino tal como lo percibimos, para así responder ante las infinitas necesidades con múltiples opciones para edificar con nuestra libertad el mundo que nosotros deseamos, y devenir lo que realmente podemos ser. Para tal situación es necesario que usemos la fortaleza que hay en nosotros para que en nuestras vidas se reflejen nuestras intenciones.

La intención es una brújula en la oscuridad y la palanca de la carreta; la intención dirige la energía mediante la voluntad allí donde hemos dirigido el objetivo.¹⁹

La fuerza para el guerrero valeroso que asume el riesgo surge del hecho de que es posible, al momento que se conjuga con la intención en el acto. En ese momento se crea la fuerza que antes era sólo una idea.

Nuestras intenciones son intangibles e imperceptibles para el otro, en tanto no se manifiesten en actos concretos que puedan crear por sí modificaciones en nuestro entorno. “Mi intención es decirte que te quiero”; “mi intención es ser bueno”; “mi intención es hacer” y no por el hecho de que tenga la intención quiere

¹⁹ Almendro, Manuel. *Psicología y psicoterapia transpersonal*, p. 257.

decir que “ya lo he hecho”, por eso la intención cobra vida con el acto y sólo hasta que es expresada del modo que sea: “ya te he dicho que te quiero, te he regalado una flor, una sonrisa”, “ya he platicado con la gente que quiero, he sido paciente”, “ya he hecho”. Sabemos que existe una posibilidad específica al momento de tener una intención, hay un hecho no consumado y por tal motivo tenemos mayor responsabilidad de realizarlo o de hacer algo al respecto, pues en ese momento nos encontramos con un conocimiento estéril, es decir, que no producirá nada, hay una realidad que nos compromete con el momento: “sé qué hacer y no hago nada”.

El hecho y la forma como realicemos o no nuestros actos cotidianos modificará la actitud de los seres que coexisten con nosotros en este mundo. Esto es, que lo que yo haga genera cambios en lo que los demás hagan en el mismo espacio en el que co-habitamos, soy capaz de alterar con mi actitud el entorno, y a los que lo habitan. Podemos constatar que el mundo es independiente de nosotros y varía con nuestros estados de ánimo, cambia la forma como nos acercamos a éste y cómo éste nos recibe, como lo percibimos y el provecho que podamos sacar de cada momento con nuestra actitud. Cada ser humano tiene una esencia diferente porque en cada ser se encarnaron múltiples significados, creando con el paso del tiempo al ser humano que ahora somos, nuestra existencia varía conforme cada uno va entendiendo el mundo. Las razones y las emociones de cada ser son únicas e irrepetibles por incomprensibles que sean para muchos otros seres humanos que vibran en frecuencias distintas. Es por eso que existen tantas posibilidades como células en nuestro organismo; posibilidades que nos llevan a diferentes momentos, algunos esperados, algunos súbitos y algunos que no llegan o no supimos cuándo llegaron. Lo importante es saber que tenemos la capacidad de modificar el rumbo de

nuestras vidas las veces que sea necesario, gracias a nuestra *psyche et anima* que valora cada instante que va pasando e integra la información para permitirnos salir adelante con nuestro potencial ante las adversidades.

Las experiencias de dolor y placer que proceden de pensamientos o emociones tienen un poder mayor que las que percibimos a nivel sensorial.²⁰

Estas experiencias serán las que vayan creando los cimientos para que a partir de ahí, al momento mismo en que se presenten las opciones en nuestra vida, podamos responder al universo. Si me pregunto por mi muerte, si verdaderamente me cuestiono sabiendo que soy un ser finito, voy a descubrir los cambios que puedo generar en mi vida para que mi existencia sea más plena y mejor; es increíble cómo podemos cambiar nuestra vida al saber que la muerte es real, al tomar conciencia verdaderamente de este hecho tan contundente, “algún día dejaremos de existir”. Somos seres transitorios y esa realidad nos trasciende, porque la posibilidad está latente cada segundo de nuestra existencia. La única forma de constatarla es muy dolorosa pues implica la misma muerte. Tenemos que pensar qué conductas hemos buscado para postergar nuestra muerte o la posibilidad de nuestra finitud, y qué conductas destructivas ya hemos hecho parte de nuestra vida y ni siquiera las hemos cuestionado, pues ya las sentimos propias.

Saber que la vida y la muerte son reales nos obliga a defender el castillo, cual si fuéramos caballeros medievales, cambiando las conductas que nos restan vida y creando en su lugar nuevas conductas que nos den luz.

²⁰ Dalai Lama. *El arte de la compasión*, p. 29.

Tendremos que ser conscientes de que no existe mayor enemigo que pueda poner en riesgo el castillo que nosotros mismos, y el peor mal que podemos hacerle es robarle la luz, la vida, pues sin vida no hay castillo.

Mientras más respondamos al mundo desde el corazón (centro vital), más posibilidades de vida habrá, pues aunque reconocemos que es difícil aceptar el dolor, la tristeza y la muerte, es bueno saber que existen y que son parte integral de nuestra vida. Conocer éstos nos da mayores oportunidades de responder ante los incidentes que nos depara el mundo de una forma más completa, puesto que los hechos son contundentes y una vez acontecidos nada podemos hacer: “lo hecho, hecho está” y no hay vuelta de hoja. Lo que está en nuestras manos es responder a la vida con lo que tenemos y aceptar lo que nos regala el cosmos que nos pueda nutrir o iluminar desde la visión de nuestro ser. Podemos recibir todo aquello que nos haga crecer, recordando:

la oscuridad del alma que puede iluminarse permite comprender que el conocimiento de sí (en el sentido del conocimiento del alma) debe concebirse como una posesión que aumenta poco a poco.²¹

Este conocimiento nos da la fortaleza para tomar acciones para vivir y cambiar lo que podemos. No queremos morir y sabemos que lo que queremos en la vida tiene que ver en cierta forma con la muerte, ya que conocer qué es la muerte nos da herramientas para no buscarla en donde sabemos que se encuentra, así que usemos nuestra libertad ante la vida y la muerte. Ahí está nuestra realidad y es cierta, tan cierta como la vida o la muerte mismas. Sabemos que existen muchas formas de vivir y ahora que sabemos a ciencia cierta cómo hacerlo debe-

²¹ Stein, Edith. *Ser finito y ser eterno*, p. 444.

mos surgir del guerrero que guarda cada instante y lo atesora en el corazón para defender lo que por derecho nos corresponde.

Esto nos da la oportunidad de ser más plenos, de ser guerreros de fuego, agua, tierra y aire presentes en el universo; con felicidad, con sufrimiento, con el miedo que pueda dar lo desconocido, con el miedo que dé el miedo mismo o con los fantasmas que creamos en nuestras fantasías. Paradójicamente, el guerrero ya no lucha en contra o a favor de un mundo ideal. Lo acepta tal como es. Toma del mundo lo que éste le da y desde una nueva perspectiva crea un mundo nuevo.

Si tu perspectiva acepta que el sufrimiento es una parte natural de la existencia, serás indudablemente más tolerante ante las adversidades de la vida.²²

Las contrariedades de la vida son la vida misma, y de esta forma, cuando llegue algún momento de adversidad, no nos esconderemos, permitiremos que el guerrero lo enfrente.

*When you really look for me, you will see me instantly.*²³

Aquí estamos para responder por nosotros mismos, ante el mundo que es y el que hemos creado. Estamos presentes defendiendo nuestro espacio, guardando nuestros recuerdos, nuestras enseñanzas. Le podemos decir al mundo que estamos aquí y ahora, pues realmente somos los guerreros que resguardan su propio castillo. Somos esa clase de guerreros que en ocasiones sólo necesita una razón, un motivo para levantarse y luchar contra cualquier contingencia; para “hallar una verdad, pero una verdad para mí, encontrar la idea por la cual

²² Cutler, Howard. *El arte de la felicidad*, p. 127.

²³ Shoshanna, Brenda. *Zen Miracles*, p. 82. (Cuando realmente me busques, me encontrarás inmediatamente.)

quiero vivir o morir”.²⁴ Ese punto de referencia lo encontraremos solamente en nosotros mismos, en los tesoros que hay en el castillo y que los guerreros guardan tan afanosamente.

SABIDURÍA

YO SOY EL MAGO QUE TODO LO SABE Y TODO LO PUEDE

A partir de las experiencias que la vida nos da creamos diferentes formas de responder al mundo. Existe la posibilidad de integrarnos a un grupo de personas y de responder de la misma forma que ellas. También podemos conducirnos de una forma totalmente nueva y diferente frente a las opciones que nos presenta el mundo, es decir, diferente de cómo responden las personas que viven en nuestro entorno, de una forma que no es la esperada. Probablemente esto generaría cuestionamientos en las demás personas y quizás nos puedan ver como alienados.

En tiempos pasados hubo quien fue quemado o torturado por atreverse a pensar diferente de como pensaba la sociedad. Se les tachaba de herejes, brujos, hechiceros. Se les mandaba al exilio en un navío:

STULTIFERA NAVIS, la cual llevaba a una tripulación de héroes imaginarios [...] que se embarcaba para un gran viaje simbólico, que les proporcionaba, si no la fortuna, al menos la forma de su destino o de su verdad.²⁵

Nosotros podemos emprender el camino solitario para defender nuestra verdad, que es distinta a la del resto de las personas que nos rodean. (Verdad que mi corazón sustenta aun cuando mi razón no lo pueda entender en ocasiones).

²⁴ Jolivet, Regis. *Las doctrinas existencialistas*, p. 38.

²⁵ Foucault, Michel. *Historia de la locura en la época clásica*, vol. I., p. 21.

Partamos desde un mismo punto; al momento de nacer, todos los seres humanos estamos dotados con un gran número de órganos y sistemas con los cuales podemos tener aprendizajes diversos con los que generaremos nuestra personalidad y junto con ésta se irán moldeando nuestras costumbres, idioma, creencias, etcétera. Dependiendo la información que tengamos buscaremos llegar a una meta similar a la del grupo del cual nos sentimos pertenecientes. Todos los grupos cuentan por lo menos con un patrón en común, y es que en cierta forma todos buscan trascender en la vida. Esta meta será diferente para cada ser teniendo en cuenta que contamos con realidades diferentes, tomando en consideración que nuestra vida y nuestro propósito de vida son distintos. Para hacer esto más claro, mi *dharma* (“*Dharma* en sánscrito quiere decir ‘propósito en la vida’”) ²⁶, es distinto al de cualquier otro ser humano que viva o haya vivido. Nuestro *Dharma* vive en el corazón de cada quien y se crea segundo a segundo. Nuestra trascendencia será diferente a la de otros seres y llegará en algún momento específico para cada uno de nosotros.

Tenemos la posibilidad de integrarnos al resto de las personas de nuestra comunidad y movernos (vibrar) en un ritmo similar o equivalente, respondiendo de la forma como quiere la comunidad, o podemos responder a nuestro propio tiempo, con el ritmo que marque nuestro organismo.

La responsabilidad te ayuda a hacerte más libre. Y solamente una persona que conoce el sabor de la libertad, que conoce la belleza de la responsabilidad, merece llamarse a sí mismo Ser Humano; de otra forma, seréis sólo camellos y nada más.²⁷

²⁶ Chopra, Deepak. *Las siete leyes espirituales del éxito*, p. 85.

²⁷ Moan Jain Chandra (Osho). *Los misterios de la vida*, p. 185.

En definitiva, la habilidad que poseemos para responder ante el mundo no es la de un camello, pues un camello no es verdaderamente libre. Las posibilidades las generamos desde nuestro potencial de ser humano, lo cual es completamente diferente a la posibilidad y deseo de cualquier otro. Somos seres auténticos cuando buscamos la luz en nuestros corazones y tratamos de iluminar el mundo desde ahí. Por lo menos, la parte del mundo que abarca nuestro camino.

Mira hacia adentro, muy hacia adentro, pues ahí reside el ser verdadero.²⁸

Desde nuestra propia luz cambiamos el mundo que a su vez nos transforma. Desde ahí permitimos que las cosas lleguen a nosotros.

Si algo llega a mi vida dejo que llegue y dejo a su vez que se vaya, permito que la nube pase su lluvia y me vuelvo imperturbable por la lluvia; acepto la nube, su lluvia y mi estar entre éstas.

Así surge la posibilidad de ser uno con el cosmos; es en ese momento preciso que somos uno con el mundo y comenzamos el aprendizaje universal.

Aprendemos de las grandes enseñanzas que la vida nos da en los momentos cotidianos, como el hecho que el viento nos acaricie, sin perder la mirada contemplativa de asombro ante tan maravilloso fenómeno, aprendemos, no para saberlo todo, sino para fluir y responder de la mejor manera ante el mundo. Cada ráfaga de viento será diferente y cada uno será diferente cada vez que nos permitamos disfrutar de esa experiencia. Tomamos del mundo lo que necesitamos para crecer, amar y crear. Permitimos que éste siga su camino sin prestarle mucha atención. Cada aquí y ahora es pleno y es la herramienta

²⁸ Wilber, Ken. *La conciencia sin frontera*, p. 81.

con la que podemos captar al mundo. Confiamos en nuestra sabiduría interior para percibir lo que necesitamos en ese preciso momento. Cada vivencia es plena; es una oración, es tener a Dios en nuestro corazón, y saber que Dios está hoy para responder cualquier pregunta, aunque no haya una necesidad real de que lo preguntemos, pues Él sabe cuáles son nuestros cuestionamientos, puesto que somos parte de él “así arriba, así abajo”. Este Dios cuya verdad es extensa como la eternidad misma, no tiene *alfa-omega* puesto que está más allá de cualquier entendimiento que exista, Él refleja su obra en nuestra experiencia a cada instante, desde nosotros y para nosotros con nuestra vida y las bendiciones que hay en ella.

La búsqueda del propósito de nuestras vidas se vuelve más sencilla porque actuamos de manera amorosa, armónica y por tanto infinita, sin mayor pretensión que la de vivir plenamente el momento presente. Aunque en éste momento tengamos múltiples vacíos y carencias, sabemos que éstos se completarán con todo lo que recibamos día con día. Cada segundo que pasa vamos llenando nuestras vidas con experiencias. Dependiendo de la perspectiva de cada quien, esas experiencias tendrán valores determinados que nos servirán para crear lazos y puentes en donde existan vacíos. Observamos el mundo permitiendo que éste llegue a nosotros con esa mirada única e irrepetible de nuestra infinitud. Y ahí, en la infinitud, cada quien se encuentra consigo mismo en un suspiro que estremece. Nos damos cuenta de que estamos en el preciso momento, justo en el lugar, “en donde el soplo habita el vacío y la oscuridad, es de donde surgen nuevos elementos que vienen a esclarecer el sitio personal”.²⁹ Aquí es donde debemos estar, y ahora es cuando podemos actuar. Es nuestro espacio; somos nosotros y el mundo que habitamos. El

²⁹ Almendro Manuel. *Psicología y psicoterapia transpersonal*, p. 243.

mundo es perfecto y nosotros somos perfectos, *ovnis mundus est perfectus, et bonus* (el mundo es perfecto y bueno). Ambos fuimos creados geoméricamente para habitarlos el uno al otro. Por lo tanto, es necesario permitir que pasen las cosas; no detener el fluir de la vida, dejar de luchar en contra del universo y de los seres que habitamos en éste, y aceptar la posibilidad de vivir plenamente, amar intensamente, sufrir profundamente.

Ama totalmente y sufre totalmente, porque es así como el oro impuro al pasar a través del fuego se convierte en oro puro.³⁰

Es así como nuestras almas se transforman viviendo totalmente el momento, el aquí y ahora. Dentro de cada uno nace el fuego que trasforma la vivencia y ésta a su vez nos transforma de la misma manera. Cambias tú y cambia el mundo en un compartir fluido que va como la marea. Si entonces comprendemos que cada uno de nosotros es en sí la vida misma, es la existencia, es la presencia, entonces comenzaremos a vivir mágicamente pues encontraremos un camino lleno de virtudes, aun cuando aparentemente no las haya, porque nosotros tendremos los ojos del mago para ver a través de las cosas.

*Any Path is only a path, and there is no affront, to oneself or to others, in dropping it if that is what your heart tells you [...] look at every path closely and deliberately. Try it as many times as you think necessary. Then ask yourself, and yourself alone, one question [...] Does this path have a heart? If it does, the path is good; if it doesn't it is of no use.*³¹

³⁰ Moan Jain Chandra (Osho), *op. cit.*, p. 70.

³¹ Capra, Fritjof, *op. cit.*, p. 16. (Cualquier camino es sólo un camino, y no hay complicación, para uno mismo u otros, en dejar ese camino si eso es lo que te dicta tu corazón [...] mira cada camino de cerca con deliberación. Pruébalo cuantas veces creas necesario. Luego pregúntate, a ti y sólo a ti, esta pregunta [...] ¿El camino tiene corazón? Si es así, el camino es bueno, si no, no sirve de nada.)

Lo que podemos encontrar es que el verdadero mago que transforma al mundo vive su realidad desde adentro, la magia no la hace para otros sino para sí mismo. El mago reconoce que el amor es el fuego que todo lo transforma, sabe también que “el amor tiene sus raíces en la tierra que son su dolor y su agonía. Y tiene sus ramas en el cielo, que son su éxtasis”.³² Él sabe que el amor es una pócima sagrada y el elixir más amargo que pueda haber. El mago está parado en la tierra y comprende que va al cielo. No lucha con la tierra porque sabe que sin el dolor y la agonía el éxtasis no sería posible. Como el mago, podemos cambiar nuestras vidas con nuestras intenciones. Podemos hacer magia; transformar otros metales en oro como hacen los alquimistas, o crear de las experiencias negativas experiencias positivas, la falsedad en verdad, la oscuridad en luz, la contemplación en paz y cada momento de nuestro existir en bendiciones y amor.

CREATIVIDAD

YO SOY EL ARTESANO CREADOR DE ESE SER
DE AMOR, BARRO Y ÉTER

Yo soy un ser único e irrepetible en el cosmos; cada individuo es único y cada vida es maravillosa desde esa unidad. Así, cada vida es una danza única que bendice al universo. Todo lo que haces, es, todo lo que eres, es. Lo demás desaparece al momento en que la danza comienza, pues eres danza y no existe en ese instante nada más. Cuando cantas eres canción y sólo canción; cuando amas eres amor. Y así, cada instante que pasa es una posibilidad de serlo todo; una oportunidad para ser auténticamente el Yo que crea el mundo, que nos pertenece y nos da la posibilidad. El mundo es y no necesita de nosotros para ser. Uno puede asumirse como parte de este

³² Moan Jain Chandra (Osho), *op. cit.*, p. 64.

universo; puede responder desde su libertad al cosmos y asumir su responsabilidad.

Responsabilidad significa la habilidad de tener una respuesta creativa a la situación como se presenta ahora.³³

Así es nuestro encuentro con el cosmos, pues somos creación y somos creadores con la posibilidad de hacer arte en este lienzo que es el mundo, puesto que tomamos los tintes desde el interior, del “trozo de Dios que todos llevamos dentro (a mí me gusta decir el trozo de sol)”,³⁴ para plasmarlo en el mundo y hacer la obra maravillosa que nos toca vivir.

De esta manera, el mundo es nuestro lienzo y cada uno es el pincel que va transformando cada instante, cada relación con el mundo. Vamos aplicando el color y el matiz de forma tal que hacemos nuestro el mundo, por medio de nuestra obra, y lo hacemos amorosamente, porque el mundo es nuestro hogar.

*If I'm not for myself who will be for me? But if I am only for myself, what am I?*³⁵

Esta realidad nos lleva a reconocer que nuestra estancia en este mundo es para compartir con todos los seres que lo habitan. Compartimos el planeta con millones de seres, nos damos a miles de seres y cada uno tiene una forma distinta de dar y recibir. Entonces necesitamos hacer nuestra parte para lograr que nuestras obras trascendentes puedan alcanzar a quienes amamos, primeramente, y al resto del mundo, por añadidura. De esta forma podremos lograr que éste sea el lugar donde queremos vivir, con un estado mental sereno, pacífico y amoroso.

³³ Chopra Deeprak. *Las siete leyes espirituales del éxito*, p. 54.

³⁴ Almendro, Manuel. *Psicología y psicoterapia transpersonal*, p. 242.

³⁵ Shoshanna, Brenda. *Zen Miracles*, p. 144. (¿Si yo no soy para mí mismo quién lo será? ¿Pero si sólo soy para mí mismo, qué soy?)

Entregamos al mundo nuestra obra puesto que pensamos que es lo mejor que podemos darle siendo conscientes de que “lo mejor” es lo que cada uno cree y que habrá en el mundo personas que difieran, y que probablemente esto sólo sea el reflejo del deseo de cada quien y no una voluntad universal, pues es posible que el resto de las voluntades sean más fuertes que la voluntad propia. Por tanto, nos damos cuenta de que también podemos ser rechazados aunque hayamos realizado nuestros actos con la mejor intención, ya que entendemos que somos seres con limitaciones, con miedo y con dolor y a partir de éstos, del miedo, del dolor, proponemos acciones para colorear el lienzo de nuestras vidas para hacerlas verdaderamente nuestras. Entendemos que solamente enfrentándonos a las adversidades superaremos cualquier obstáculo y creceremos. La esencia de nuestras obras no cambiará pues el diseño, la forma y los tonos que éstas tengan se gestaron desde lo más profundo de nuestro ser.

Cada experiencia profunda trae consigo algo de tristeza, ya que nos permite conectarnos con el centro de nuestro ser que es lo más profundo. Éste es un espacio en el que nos encontramos solos con nuestro Yo (*psyche et anima*) y en el que nuestro verdadero ser se determina a partir de sí y para sí. Es desde ese espacio en soledad que tenemos la posibilidad de ver si somos suficiente para nosotros mismos y para el universo. Si la obra que somos tiene los matices que deseamos, en ese instante sabremos que podemos lanzarnos al mundo y abandonar nuestros miedos. Estaremos frente al mundo para así encontrarnos en plena libertad. Viviremos en *moksha* (liberación), que es un estado del ser en el cual no hay lugar para reproches ni juicios porque se vive la totalidad del momento y esto sería encontrarnos en el acto puro. Sólo entonces hallaremos el verdadero y pleno amor por nosotros y así compartiremos, a partir de nosotros,

el mundo y tomaremos de éste lo que nos dé para hacerlo nuestro e integrarlo a nuestra obra magna.

Somos lo que somos y lo que podemos ser, y solamente la belleza que surja de nuestro interior será nuestra obra y nos pertenecerá. Una flor es bella por sí misma. No nos necesita para ser bella, ni la brisa del mar, ni el viento, ni el atardecer. Todo esto tiene su grandiosidad única, propia. Nosotros podremos tomar la esencia de las cosas del mundo y hacerla nuestra para luego devolverse al mundo como obra propia. Es decir, la flor no es nuestra, lo que es nuestro es todo aquello que podamos crear a partir de esa flor. No tenemos que buscar fuera de nuestro ser, pues sólo encontraremos partes del mundo que no tienen nada que ver con nosotros. Lo único que necesitamos es comenzar a descubrir la vida, todo lo que ésta nos da y cómo nos sentimos con esto, tenemos que aprender de lo asombroso que es cada instante de la vida, de la maravilla de cada segundo que es impredecible y nuevo.

*Experience all phenomena in the world as manifestations of the same ultimate reality. This is seen as the essence of the universe, underlying and unifying the multitude of things and events we observe.*³⁶

De cada momento que vivamos plenamente podremos tomar tan sólo algunas cuantas experiencias de toda la vivencia. Estas experiencias son los colores de nuestra obra. Hay colores básicos que mezclados crean nuevas tonalidades y aumentan nuestras posibilidades para pintar. De la misma forma, existen experiencias cumbre, momentos clave que serán la base de nuestra experiencia. Estaremos abstrayendo del mundo lo necesario, pues

³⁶ Capra, Fritjof, *op. cit.*, p. 189. (Experimentamos todos los fenómenos del mundo como manifestaciones de una realidad única. Esto se concibe como la esencia del universo, subyaciendo y unificando las múltiples cosas y eventos que vemos.)

la sabiduría interna de cada quien y la del universo será lo que nos dé lo suficiente.

*The greater the man, the stronger his passion.*³⁷

Cada experiencia nos va a generar múltiples emociones, desde las más placenteras hasta las más displacenteras. Para recibir del mundo lo que nos ofrece a partir de la visión del artesano, tendremos que tomar los materiales que hay en el momento y en el lugar, y trabajar con ellos. Tomemos una experiencia de gran tristeza y plasmémosla en una obra, cualquiera que ésta sea; la tristeza encontrará ahí la belleza, pues no será rechazada y se integrará como parte de la realidad única de ese ser. Entonces, por medio del alma del artesano se convertirá el espacio y el tiempo que estemos viviendo, de intensa tristeza en un motivo por el cual podamos actuar, una razón para vivir, o un espacio de reflexión y contemplación; como parte auténtica de nuestra existencia proyectándola al mundo como lo que verdaderamente es, sin ataduras. Sólo entonces podremos escuchar, ver, sentir en el trasfondo de los sonidos, la danza, la armonía, los matices, los aromas que plasman los artistas en su obra. Recibamos del mundo lo que éste nos da; transformemos y creemos desde nuestro *moksha*, una obra divina de infinita belleza y sentido, para regalarle al universo y a todos los seres maravillosos que co-habitan con nosotros nuestra obra, nuestro sentir sin caretas.

que se abra el telón, estamos listos para comenzar la obra magistral de nuestras vidas, que se llevará a cabo en un solo acto [...] nuestra vida; tercera llamada, tercera, comenzamos.

³⁷ Lankevich, George. *Wit & Wisdom of the Talmud*, p. 97. (Del tamaño del hombre será su pasión.)

Así, sin más, permitamos al *artifex* (artesano) que le da armonía y color a nuestras vidas que colme al mundo con nuestros *bonae actus* (buenas artes) con la *forma immensum* (inmensa belleza) que le da al mundo nuestra presencia.

CONCIENCIA

YO SOY LA CONCIENCIA QUE ILUMINA EL FARO DEL CASTILLO

Los seres humanos tenemos la posibilidad de expresar lo que conocemos, lo que está dentro de cada uno, eso es de lo que damos cuenta. La forma como se expresa cada ser tiene que ver con el espíritu ancestral de su historia, con la forma como se han grabado los instantes de vida en su corazón.

La verdad es una, pero se descompone para nosotros en muchas verdades que debemos conquistar.³⁸

La posibilidad de encontrar se halla en la búsqueda misma, en los cuestionamientos que nos hacemos, ya que nos surge la duda y está en nosotros la respuesta. Tenemos la responsabilidad de buscar respuestas, pues somos seres privilegiados dotados de una estructura psíquica maravillosa, que es nuestra esencia, y nuestro *quid* es la responsable de la realización de nuestros actos con conciencia, responsabilidad y libertad.

La potencia y el acto se encuentran en los seres dotados de espíritu.³⁹

El acto es cuestión latente en nosotros por ser entes con espíritu y sólo en nosotros se puede manifestar el acto puro. La energía se encuentra *in potentia* de ser lo que

³⁸ Stein, Edith. *Ser finito y ser eterno*, p. 19.

³⁹ *Ibid.*, p. 49.

todavía no es, y sólo a partir del acto se movilizará transformando su esencia.

In potentia esse es un estar en capacidad o posibilidad o bien un poder-ser.⁴⁰

Lo que puede ser está en la posibilidad de dirigir la energía al acto. Es un paso “del ser posible al ser real”.⁴¹ Es un acto auténtico; no es casualidad.

Cuando puedo hacer cualquier acto, soy consciente del peso que tiene el no hacerlo.

Cuando quiero hacer cualquier acto soy consciente del peso que tiene el no poder hacerlo.

Cuando quiero y puedo hacer cualquier acto simplemente lo hago consciente de la bendición que es encarnar mis actos.

Por todo lo anterior, aseguramos que somos conscientes de nuestro propio ser, de nuestra potencialidad y de nuestra realidad, la cual surgió en algún momento de nuestra historia. Esta realidad la determinamos en un presente en el cual llevamos esa energía a un acto que se encamina a un tiempo futuro. De esta manera nos elegimos como seres en potencia hacia un tiempo por venir. Actuamos en el presente en consecuencia con nuestros actos y respondemos por el por-venir, pues somos nosotros quienes lo determinamos. Así, vivimos cada instante respondiendo a nuestros actos.

Durante la vida, cada instante es estar en potencialidad y actualidad. Los *quid* (que) esenciales son reales a cada momento de su duración y sólo mientras sean reales se concretarán; pasarán de ser potencia a ser acto. La realidad se puede alcanzar sólo por el ser que se encuentra en la búsqueda, en el camino de las *essentias* que son

⁴⁰ *Ibid.*, p. 50.

⁴¹ *Ibid.*, p. 51.

las que marcan el *quid* en el mundo. Los *quid* se hacen presentes a partir del sujeto. Todo sujeto es algo y todo lo que es algo es, por tal hecho posee un *quid*. Un sujeto bondadoso encontrara en su bondad su *quid* y la diferenciación que le dé a él nuestro mundo a través de sus actos, su *essentia* es lo que le hace ser diferente, único entre todos los seres. Esto es, que mi esencia es comprobada por mi “que-hacer-en-el-mundo”, así mi “que-hacer-en-el-mundo” es a su vez comprobado por mis *actus purus* ya que éstos llevan nuestro *quo animo* (intención) hacia el mundo.

Somos muchos los seres que estamos en el mundo, y cada uno de nosotros es responsable del entorno. Por lo menos de la parte que le toca y que le da vida, la que le alimenta, le viste y le permite estar en un lugar sobreviviendo. La responsabilidad de cada uno se expresa en la forma concreta de demostrar su intención al realizarla, al momento de transmitirla al mundo, ya sea como un gesto o como una obra grandiosa. Entonces se puede asumir que “los actos libres guardan como particularidad el compromiso consigo mismo, que es la forma más particular de la vida personal”.⁴² Esto quiere decir que hablamos de un actuar responsable y con compromiso, esto es, un acto dirigido en el que se asumen las consecuencias.

El concepto *Karma*, que significa ‘acción’, se refiere a un acto que realizamos y a su repercusión.⁴³

Cualesquiera que sean nuestras intenciones, si éstas no son expresadas correctamente, no llegarán a generar el impacto que nosotros deseamos; podrán crear confusión y ser desatinadas, imaginadas con otro significado. Esto repercutirá en nuestra relación hacia quien o quienes sean

⁴² *Ibid.*, p. 387.

⁴³ Dalai Lama. *El arte de la compasión*, p. 51.

con los que estemos interactuando; si no nos expresamos bien seremos responsables de las consecuencias, de igual forma que si hubiésemos actuado con diferentes intenciones, no somos ajenos a los resultados de nuestros actos; el hecho de que no salgan como nosotros deseamos, no nos deslinda del efecto o reacción que éstos generen, sin importar nuestra verdadera intención.

No fue mi intención lastimarte, molestarte, herirte, perderte, humillarte o cualquiera de las otras tantas formas que tengo de relacionarme cuando no soy claro conmigo.

Tenemos que ser conscientes de que toda acción crea una reacción, luego entonces, nuestro quehacer en el mundo nos hace responsables de las consecuencias por las causas y efectos que vayamos generando en nuestro camino y del *Karma* que nos acompañe durante nuestras vidas.

No nos podemos lanzar al mundo sin rumbo, pues transformaremos errante el rumbo de otros; participamos en el mundo conscientes de lo que queremos y de lo que estamos dispuestos a dar. Por lo tanto, es muy importante que conozcamos cuáles son los factores de nuestra vida en los que somos felices —si es que nos podemos reconocer como tal—, y cuáles son los factores de la vida que nos conducen al sufrimiento. Debemos re-conocer cómo nos sentimos en cada uno de los momentos de nuestra vida para poder conscientizarnos; qué es lo que nos hace felices o qué es lo que nos pone tristes, enojados, molestos o de cierta manera. De esta forma nos comprometeremos responsablemente con la certeza de que, en ocasiones, obraremos de un modo que nos llevará a una situación dolorosa. Mas sabemos que ésta traerá consigo un aprendizaje que nos impulsará más allá del dolor mismo, convirtiéndonos en seres que creen en la obra que están ha-

ciendo, siempre y cuando aceptemos las consecuencias que traen consigo nuestros actos. Estaremos conscientes de que mientras nos lo permitamos, también escucharemos la voz interna que los budistas llaman “la voz del mono” o fantasma interno. Estas voces son los introyectos, por tanto, esta voz no vive en el presente, es un eco del pasado o del futuro y es precisa cuando desacredita o da juicios buscando distraer nuestra atención del aquí y ahora; para callar la voz del mono, buscaremos la voz del viejo sabio que habita en nuestro corazón para realizar lo que sea mejor para nuestro ser, actuaremos como unidad indivisible del cosmos. Por tanto, procuraremos que nuestros actos no afecten nuestro entorno ni a otros seres; haremos los actos que generen un bien. Sabremos del bienestar personal y común que generemos ya que al momento de vivir conscientemente y auténticamente “es nuestro corazón quien nos guía”, mas cuando esta vida la llevamos vagamente sin asumir la responsabilidad de nuestros actos y guiados en gran medida por los caprichos de los demás, es la voz del mono la que nos enseña el camino.

Nuestra felicidad cotidiana está determinada en buena medida por nuestra perspectiva.⁴⁴

La posibilidad de modificar la perspectiva de cualquier situación está en nuestro corazón. La voz del mono vaga buscando saciar su ansiedad, sin importar el modo. Y la conciencia es la única que puede callar la voz del mono y convertirla en tierra fértil para que el viejo sabio siempre silencios que nos permitan meditar sobre una forma auténtica de actuar en favor de nosotros y del mundo de manera compasiva.

Tenemos que ser muy cautelosos para escuchar con atención a nuestro corazón (ser interno). Debemos estar

⁴⁴ Cutler, Howard. *El arte de la felicidad*, p. 30.

conscientes de que éste sea quien nos hable y no “la voz del mono”. Si reconocemos de forma clara nuestras necesidades y valores podremos lanzarnos sin preocupación a esta búsqueda de posibilidades.

*The small self emerges from the constant process of evaluating our perceptions and making judgments.*⁴⁵

Aunque esto puede resultar paradójico, ya que, por un lado, no queremos que sea “la voz del mono” la que tome decisiones con sus incansables juicios, mas para saber si estamos obrando conforme a nuestros verdaderos deseos, en ocasiones tenemos que detenernos para establecer juicios. Uno mismo sabe qué es lo mejor o lo peor para sí, para no equivocarnos al tomar las decisiones importantes en nuestras vidas, debemos ser sumamente cautelosos para no caer en el error de escuchar la voz que nos hable primero, porque la voz del mono no es consciente y la voz del corazón sí lo es, y ambas nos pertenecen y nos comunican sus deseos cuando lo creen conveniente. De este modo, asumimos nuestra postura y la responsabilidad de tal decisión, con las repercusiones que esto traiga en nuestro futuro, pues somos los causantes de que las situaciones se den.

*Causes and conditions come in to play when something happens in one moment, and later something else happens that would not have, if the previous event had not taken place. The relationship and interactions of these two events we call the condition.*⁴⁶

⁴⁵ Sheng-Yen, *Zen Wisdom*, p. 25. (El ser pequeño surge del proceso constante de evaluar nuestras percepciones y de elaborar juicios.)

⁴⁶ *Ibid.*, p. 32. (Las causas y las condiciones ocurren cuando algo sucede en un momento dado, y después algo más sucede que no hubiera sucedido sin el evento previo. Las relaciones y las interacciones de estos dos eventos es lo que llamamos condición.)

Somos los responsables de preparar el campo para que sucedan los eventos buenos o malos y somos los responsables de seguir esa cadena *ad infinitum*. Entonces, nuestra voluntad será la guía para que se generen los acontecimientos, mas es necesario que se den las condiciones para que se cumplan nuestros deseos de la forma prevista.

El medio interfiere de cierta forma para que se originen las situaciones. Independientemente de esto, no podemos desentendernos de la responsabilidad que cae en nosotros por cualquier decisión que tomemos, ya que ésta influirá en el mundo y esto implica que si no nos decidimos, de todas formas tomaremos una postura que repercutirá en el universo. La diferencia estaría en el acto creativo que se proyecta ante el mundo, pues no hacer es un acto callado que se refleja ante la vida como una forma pasiva del ser. Utilizamos nuestra energía, aunque no queramos asumirnos como responsables, pues queda claro que a pesar de no conscientizarlo somos responsables de lo que hacemos y dejamos de hacer.

From the standard point of causes and conditions, we have said that one event happens now and another related event happens later. From the standard point of causes and consequences, we can say that the earlier event is the cause and the later event is the consequence.⁴⁷

Siguiendo esta consigna, queda claro que existe una responsabilidad con el mundo en todo momento gracias a la relación tan estrecha que guardamos los seres humanos con éste, y entendemos que se trata de algo más que una responsabilidad. En otras palabras, este compromi-

⁴⁷ *Ibid.*, p. 32. (Desde la perspectiva clásica de las causas y las condiciones, hemos comentado que un evento sucede en un momento y otro evento relacionado sucede después. Desde la perspectiva clásica de las causas y las consecuencias, podemos decir que el primer evento es la causa y el último es la consecuencia.)

so puede ser una misión, pues dependemos de nuestro planeta para vivir. Sin mundo no hay vida.

De esta manera nos damos cuenta de que nuestros actos son la causa de lo que vendrá. Así, si hacemos o dejamos de hacer cualquier actividad, eso repercutirá como una consecuencia en nuestras vidas. Por cada causa existe una reacción consecuente de lo sucedido. Así, modelamos el momento presente de acuerdo con lo que vamos haciendo en la vida.

Nosotros somos la causa para que pueda haber consecuencias, y así:

*a cause, however, cannot turn into or lead to a consequence by itself. Something else must occur. Must come together with the cause, so that it may lead to a consequence.*⁴⁸

En la dinámica de la existencia, un acto lleva a otro, y eso conducirá a un tercero, y así consecuentemente. Es como si golpeáramos una bola de billar, ésta golpeará a otras bolas mientras exista la suficiente fuerza. No obstante, para que todo esto ocurra, debe haber otras bolas de billar para que exista un elemento que pueda ser golpeado. Asimismo, debe haber alguien que golpee y otros factores que provoquen esta sucesión de hechos.

Así, tenemos que recordar que una causa implica un movimiento hacia algo generado por alguien, lo que nos lleva a reflexionar que cada fenómeno que surge es una consecuencia en sí mismo de una causa. Esta realidad nos hace seres dinámicos multifactoriales porque nos encontramos en un constante cambio y nuestras decisiones dependerán de lo que ocurra en el entorno. La realidad tiene espacios breves pues se da solamente en el momento presente. Después queda tan sólo el recuerdo que es sola-

⁴⁸ *Ibid.*, p. 32. (Una causa, no obstante, no puede convertirse o llevar a una consecuencia por sí sola. Algo más debe ocurrir. Algo debe acompañar a la causa para que lleve a una consecuencia.)

mente nuestro pensamiento sobre la realidad. Los cambios son infinitos y nuestras posibilidades de participar y de transformar el mundo también lo son. Si nos reconociéramos como un factor, digamos, un número que podría ser el uno, esto tomaría relevancia al momento de asumir que para que se pueda contar hasta un millón necesitamos comenzar por el número uno. Entonces nuestra realidad toma otra dimensión, somos responsables como número uno de los cambios que podemos generar en el universo y tenemos indiscutiblemente la potencia del uno que nos compromete con el mundo, ya que sin nuestra participación no se podrá continuar al número dos ni ir más allá. Tenemos múltiples tareas por cumplir dentro de la infinita lista de posibilidades que nos brinda la vida.

De esta forma podemos cuestionarnos si es que somos causa o consecuencia del universo.

*The self exist as a consequence of causes and conditions both in a temporal sense (the continuum of past, present and future) and a spatial sense.*⁴⁹

Partiendo de esto, y ejemplificándolo de alguna manera, pensemos que queremos decir algo a una persona. Al momento que la tenemos enfrente nos comunicamos y le decimos lo que queremos, inmediatamente podemos verificar si escuchó o entendió, mas el mensaje ya se envió. En ese instante somos la causa de que alguna situación se geste al ser emisores de un mensaje determinado. Supongamos que dimos el mensaje correcto en un momento erróneo y la persona a la que le dimos el mensaje se comienza a reír y nos voltea a ver con malos ojos. Acto seguido, nos comenta que aunque es algo serio lo

⁴⁹ *Ibid.*, p. 36. (El ser existe como consecuencia de causas y condiciones, ambas en un sentido temporal —el continuo del pasado, presente y futuro— y en un sentido espacial.)

que le transmitimos, no cree que sea el lugar más indicado para hablar del tema. Observemos que se dieron los elementos para que en vez de que el mensaje que enviamos fuera serio, haya llegado distorsionado por el lugar o la forma como lo transmitimos.

Una risa entonces es la consecuencia de alegría o burla, dependiendo de que las causas y las condiciones sean apropiadas o no.

Es muy interesante cuando nos observamos como seres dinámicos y vemos que podemos generar las condiciones por medio de nuestros actos para que se den las cosas que queremos o no. De esta misma forma creamos los escenarios que van fortaleciendo o debilitando nuestra existencia. Ahora sabemos que somos responsables de nuestros actos y sabemos que nuestros actos son causa de lo que mañana pasará. Del mismo modo sabemos que nuestros actos nos transforman en lo particular y a su vez modifican el mundo.

Nosotros estamos en constante cambio, y así, lo que hoy es útil mañana ya no lo es; de hecho, podría ser estorboso. En este proceso debemos aprender a dejar fluir la energía para no convertirnos en esclavos de pensamientos u objetos. Cuando actuamos de una forma igual para resolver diferentes problemas, comenzamos a ser incongruentes con lo que la vida nos da. Estos patrones se conocen como neurosis.

*We become sick because we act in sickening ways.*⁵⁰

Cuando alguna conducta nos ha funcionado es muy común que la usemos mecánicamente, que actuamos aferrados a una sola forma de hacer las cosas; esta forma quizá

⁵⁰ Shoshanna, Brenda. *Zen Miracles*. p. 58. (Nos enfermamos porque nos conducimos de formas enfermas.)

pudo ser la mejor para otros tiempos y en otros tipos de experiencia, mas no para la experiencia presente que es nueva. Al dejar que todo fluya en su momento, permitimos que lleguen nuevos instantes con experiencias diferentes. Se trata de nuevas responsabilidades, nuevos retos. Es más que una forma de sabernos capaces; va mas allá de demostrarnos día con día nuestro potencial, siendo verdaderamente creativos. Esto nos permite vivir usando nuestra esencia, afrontando el mundo con inteligencia, con el don tanpreciado que sólo tenemos los seres humanos.

Existen infinitas formas de demostrar nuestro cariño, una, diez o cien por cada día de nuestras vidas [...] entonces por qué somos tan miserables.

En este sentido, es bueno recordar cómo fue nuestro nacimiento, cómo llegamos al mundo. Por lo pronto, sabemos que con las manos vacías, por eso aprendimos a poner algo en esas manos y eso no es malo. El problema es no soltarlo; querer tomar el mundo como si nos perteneciera, como si eso fuera la vida misma. Acaparamos tanto que no nos damos cuenta de que hay muchas cosas y situaciones que son nutritivas y muchas otras tóxicas, y no soltamos ninguna de las dos. Sin embargo, por no soltar dejamos que se nos vaya mucho más. Por eso es importante dejar, soltar y tomar del mundo lo que alcanzan a tomar nuestras manos en el aquí y ahora. Solamente eso, sin buscar más, aprendiendo de lo que hemos tomado y disfrutando lo que ya está en nuestras manos. Por el tiempo que sea necesario. Para soltarlo y tener las manos libres para recibir del mundo en su momento lo que nos tenga que dar y así a cada instante, a lo largo del tiempo, tomamos más del mundo de esta forma selectiva y fluida, permitiendo que la energía fluya a nuestro alrededor.

Es importante que reconozcamos la magnitud de nuestros actos y cómo repercuten en el mundo, si estan-

do vivos desconocemos nuestra capacidad de relación con el cosmos y cómo lo afectamos, muy pronto acabaremos con nuestro planeta. Si nos contemplamos como mundo, tomando en cuenta que somos parte innegable del entorno en el que habitamos, ya que todo lo que hacemos o dejamos de hacer afecta y se manifiesta en el mundo, entonces actuaremos en consecuencia con nuestro medio. Comencemos con lo más primario, que es la respiración, un constante intercambio de oxígeno y bióxido de carbono que nos modifica y modifica indudablemente nuestro entorno. Al igual que este proceso, existen un sinnúmero de actos en los que transformamos y somos transformados por nuestro medio, ya no hay pretextos pues somos conscientes de que dependemos del mundo, y que con voluntad o sin ella, de igual forma “nos lo estamos acabando”. Por ende, somos responsables de nosotros, del cosmos, y ante los otros de las transformaciones que generemos pues no estamos solos.

Nuestro intercambio con el mundo no tiene que ser intencional. Todo lo que hacemos repercute en nuestro entorno, cuando nosotros transformamos una planta, lo hacemos con conciencia y nuestra responsabilidad va más allá que la del colibrí que se alimenta con ella. Puesto que nosotros tenemos conciencia de nuestra capacidad de modificar la existencia de la misma con cualquier acto que hagamos con o por ella, siendo dueños en cierta forma de su destino.

*All things are seen as different manifestations of the same ultimate reality.*⁵¹

Comprendemos mejor el mundo si estamos presentes en él. Si somos mundo y si nos permitimos relacionar-

⁵¹ Capra, Fritjof, *op. cit.*, p. 130. (Todas las cosas son vistas como diferentes manifestaciones de la misma realidad.)

nos con éste, como parte integral del mismo, como una sola esencia, de la misma manera como lo hacemos con nuestro cuerpo. No nos cuestionamos que cortarnos un dedo es un acto que nos afecta, ni buscamos cortarlo para validar nuestra creencia de que además nos causará gran dolor. Así, no nos cuestionemos que tirar basura es un hecho que nos afecta y nos causa enfermedad y dolor. Esto lo hacemos de modo cotidiano hasta que no haya mente en el acto, solamente lo haremos porque ésa es nuestra esencia. Nos alimentamos para sentirnos bien y poder vivir, dormimos para descansar y poder vivir, convivimos armónicamente con nuestro entorno para poder seguir teniendo un entorno “y poder vivir”.

Ahora bien, siendo muy honestos y desde nuestras posibilidades, nos damos cuenta de que algo pasa cuando actuamos de cierta forma. Probablemente no podamos decir a ciencia cierta qué es, pero sabemos que algo estamos modificando en nuestro entorno. Desde la perspectiva de la teoría cuántica, y haciendo una sencilla relación entre la masa del universo y la de nuestro ser, será sumamente complicado decir qué tan grande es el daño o el beneficio que podemos causarle al universo. Partiendo de la idea de que somos partículas minúsculas en comparación con el universo, será complicado decir con certeza cómo afectaremos una partícula subatómica del cosmos en cierto momento si hacemos o dejamos de hacer cualquier acto. Sabemos que como microcosmos afectamos nuestro entorno directo y podemos predecir con cierto grado de confiabilidad las transformaciones en nuestro entorno más cercano. El hecho de conocer nuestra capacidad de transformación del microcosmos, es suficientemente poderosa para vivir en armonía con éste, y aceptar que de esta manera estamos generando cambios positivos al macrocosmos, y que éstos se dan por añadidura, sin que tengamos que hacer algo extraordinario.

Podemos hacer un proceso de medición creado por nosotros con este fin, podremos acercarnos a ciertos resultados que nos darán información sobre el grado de daño que inflingimos al entorno. Ahora, si somos sinceros, esto no será necesario puesto que nosotros somos los que decidimos cómo medir y qué medir, y a su vez validamos el proceso si es o no certero. Mejor hagamos algo ya por nosotros y empecemos a cuidar nuestro hogar respetando nuestro universo interno y externo. Vibremos en armonía con nuestro planeta, no seamos nosotros la nota que desentona esta obra magna a la que fuimos invitados por Dios.

*What we observe is not nature itself, but nature exposed to our method of questioning.*⁵²

Será mejor cuestionarnos honestamente sobre nuestra relación con el universo, si es que queremos cambiar nuestro entorno en favor de la vida. Entonces observaremos cuáles son los actos que nos nutren y nutren nuestro entorno y viviremos plenamente y en armonía con el mundo sin necesidad de hacer mayor experimento, pues los seres humanos somos los que creamos los parámetros de la realidad. Sabemos cuáles son los actos y los objetos que realmente necesitamos y cuáles no necesitamos, o peor aún, cuáles son dañinos y con cuáles afectamos a nuestro entorno. Estamos convencidos de la responsabilidad que tenemos al consumir, usar o dejar de usar ciertas sustancias y objetos. No necesitamos mayor medida que la conciencia clara de nuestros actos y el bien o el daño que nos hacemos y hacemos al entorno con éstos.

Cualquier rico puede alimentar los cuerpos, pero sólo quienes poseen el conocimiento pueden alimentar las

⁵² Capra, Fritjof, *op cit.*, p. 141. (Lo que observamos no es la naturaleza misma, sino la naturaleza expuesta a nuestro método de medición.)

almas. Si posees el conocimiento, tu deber es ayudar a otros a obtenerlo.⁵³

Lo cierto es que en todo momento podemos respirar, que escuchamos el sonido del viento, que tenemos la posibilidad de ver el sol, de sentir el calor que éste irradia, aunque lo hagamos pocas veces o ya no recordemos conscientemente cómo es esa magnífica sensación. Entonces, por lo menos esa realidad es cierta en un momento dado. Es muy importante comprender los otros puntos de vista, respetar los derechos e ideas de todos los que luchan por la causa del planeta, para que nuestro espíritu se armonice con el mundo y pueda fluir en la danza cósmica que nos regala la vida diariamente; en la suma de todas las ideas que vibran armónica, responsable y amorosamente.

Parte de este proceso es aceptar que existe el sol desde una perspectiva (para los que ahora es de día) y la luna desde otra (para los que se encuentran del otro lado del mundo) y que se puede hablar del sol y de la luna partiendo de distintos enfoques y comprendiendo que la luna para unos es el astro que llama su atención, y no lo es para otros, y que el sol que para unos es el astro en cuestión para otros no lo es. Ésta es la verdad de cada uno que será comprensible para cualquiera que abra el entendimiento a la posibilidad de ver dos astros de distinta forma, amando y respetando lo que se ve en cada uno, permitiendo que la naturaleza misma dé su esplendor y su gracia a quien quiera recibirla.

Estoy convencido de que todos poseemos la base para ser felices, para acceder a esos estados cálidos y pasivos de la mente que aportan felicidad.⁵⁴

⁵³ Krishnamurti, J. *A los pies del maestro*, p. 34.

⁵⁴ Cutler, Howard, *El arte de la felicidad*, p. 55.

Todos tenemos la posibilidad de alcanzar la felicidad, la sabiduría de todo ser humano es universal. El hecho de que algunos seamos felices y otros desdichados en un momento determinado tiene que ver con la forma como percibimos el mundo. Puede influir lo satisfechos o molestos que estemos en el momento. Necesitamos retomar el concepto de “soltar” para disfrutar, sin importar qué haya o que falte algo en nuestro alrededor. (Al mencionar estos puntos es muy importante no caer en el juego del cazador de osos, éste busca a como dé lugar encontrar la falta, lo negro, lo que nadie ve. Solo él es capaz de encontrar la paja en el ojo ajeno, sin ver la astilla en el propio). Cuando existen posibilidades similares para todos, cuando nos encontramos en igualdad de circunstancias podemos ser felices o desdichados, dependiendo de nuestro deseo y nuestra capacidad para luchar por éste. De la misma forma y con la misma magnitud dos o más personas podemos vivir una tragedia; viviremos las emociones y sufriremos la desdicha. Uno puede salir adelante de una situación mientras que otro se puede quedar atorado, un tercero puede quebrarse y desmoronarse. ¿Qué necesitamos para cambiar esa o cualquier otra situación en nuestra vida y poder seguir el camino de la mejor manera? Al hacernos la pregunta y buscar el tipo de situaciones en las que podríamos aplicarla, viene inmediatamente otra duda: ¿cómo se vuelve en dolorosa alguna situación?, lo cual nos lleva directa o indirectamente a cualquier tipo de pérdida y qué tan apegados estemos a ésta. Somos conscientes de que existen pérdidas significativas como en las que está en juego la vida, la libertad, la seguridad o la salud propia o la de los seres amados. Éstas son experiencias cumbre y de transformación en las que no tendremos más alternativa que dejar en manos de Dios lo que no se pueda hacer humanamente.

A Dios lo que es de Dios y al hombre lo que es del hombre.

Buscaremos lo que nos toque hacer asumiendo la realidad de lo que somos y actuaremos en lo que sí está en nuestras manos aceptando nuestras limitaciones y nuestra incapacidad; esa capacidad de responder libremente ante lo que nos toca vivir y esa posibilidad de soltar lo que no está en nuestras manos es uno de los senderos hacia la iluminación.

En cualquier situación que vivamos, es la forma como enfrentemos la vida, lo que nos dará la pauta de ser más en cada momento. Buscaremos aprender lo que la vida nos da y responderemos a partir de lo que tenemos.

Dejaremos que Dios se encargue de lo que sólo Él puede.

Cuando un ser amado está enfermo, accidentado, preso, es secuestrado o mutilado, no está en nuestras manos echar marcha atrás para que no sucedan las cosas. Podemos estar plenamente con nuestro ser amado, mas no podemos revertir el daño ya sufrido. No tiene caso hacernos las preguntas ¿porqué a mí o a él? No tiene caso cuestionar si era o no una persona buena, muy buena o mala, y cómo es posible que esto le haya pasado. Las respuestas no están en nosotros. El poder superior de cada uno tendrá una forma de darnos fortaleza para salir adelante, de ver el camino y salir lo mejor posible de esa situación.

Nuestros seres amados no son nuestros en el sentido de pertenencia. No tenemos dominio sobre ellos, no tenemos control sobre ellos. Son seres únicos e irrepetibles con una individualidad de pensamiento y movimiento. Son seres autónomos a nosotros.

Podemos compartir la esperanza, los anhelos, los proyectos de vida, nuestro amor, pero no podemos compartir la vida porque ellos tienen la suya.

En pérdidas de cuestiones materiales es imprescindible recordar lo que verdaderamente es importante. Recuerdo una frase que se le atribuye a San Francisco de Asís:

me siento muy feliz cuando voy al mercado y veo que está tan lleno de cosas tan maravillosas que no necesito.

Eso es la riqueza, la posibilidad de ver que existen cosas y que esas cosas no nos van a cambiar, porque somos más que las cosas, las cosas no son trascendentes, nuestra vida sí lo es. Eso es encontrarse en un estado de completo desapego; eso es el *nirvana*, en mi opinión. Así, al momento de dejar las cosas pequeñas que ya no podemos ni queremos cargar, dejamos espacio para que lleguen otras cosas con nuevas posibilidades. Entonces vamos soltando más y más hasta que somos seres humanos en búsqueda de la vida y de la plenitud.

Aquellos que realmente quieren vivir, abandonan todos los miedos, todos los pensamientos, toda seguridad. Arriesgan todo, porque la vida es tan preciosa y tan fugaz, tan momentánea que no puede seguir posponiéndose.⁵⁵

Tenemos que correr el riesgo, tenemos que enfrentarnos a la vida plenamente asumiéndonos responsables y presentes en todo momento sin importar cualquiera que éste sea, y vivir la vida. No hay casualidades. La vida es un espejo y en éste se refleja nuestra existencia tal como es. Cuando somos amorosos nuestro entorno es amoroso, los objetos y los seres vibramos en armonía con Dios.

⁵⁵ Moan Jain Chandra (Osho), *op. cit.*, p. 199.

Todo lo que existe llega a nuestra vida de alguna manera. Podemos creer que estamos bien y que el mundo está mal, preguntémonos ¿qué es el mundo?, ¿quién soy yo? Somos parte de lo mismo, si uno está mal el entorno está mal y, por tanto, el mundo entero está mal. Si uno está bien, el mundo está bien. Entonces debemos equilibrar nuestro corazón, nuestro espíritu y nuestra razón sobre los mismos ejes en los que gira el mundo para danzar en esta obra maravillosa que es la vida y en armonía con el cosmos. El camino es importante mas no hay que confundirlo con el fin, ya que el fin es eterno y el camino es pasajero. Así, si llegamos a nuestro destino es porque hicimos un camino.

Si hay un efecto, también habrá una causa. Si en primer lugar no hubieras elegido la causa, el efecto no podría existir, no sería posible.⁵⁶

Cada uno de nosotros puso las piedras del camino que ha recorrido y pondrá las que faltan, así nos asumimos a cada momento con la responsabilidad de lo que hacemos con lo que nos da la vida y con lo que dejamos de hacer.

Nos movemos a un tiempo y en un espacio muy preciso que es el presente. Nosotros somos el centro y dirigimos nuestras vidas hacia diferentes rumbos. Sabemos que “todo tiene un movimiento y una dirección”⁵⁷ en el cosmos, en la materia y en el éter, incluyéndonos nosotros mismos, sin importar la frontera en que nos encontremos (conocida o desconocida). La vida misma es un continuo movimiento; si no se actúa en ese espacio y en ese tiempo, ya no se es. Al no haber movimiento en ese momento, queda el vacío de eso que no fue tocado por uno y, por tanto, que ya no nos pertenece, dejando algunas

⁵⁶ Moan Jain Chandra (Osho), *op. cit.*, p. 175.

⁵⁷ Almendro, Manuel, *op. cit.*, p. 242.

puertas abiertas que no podrán cerrarse. Vamos generando nuestro *Karma* y con éste infinidad de posibilidades por las que tendremos que responder en algún momento de nuestras vidas.

Asumimos nuestro *Karma* y recibimos lo que nos corresponde con nuestras acciones y la consecuencia de dichas acciones.

Karma es dos cosas: acción y consecuencia de esa acción; es causa y efecto simultáneamente.⁵⁸

Absolutamente todo lo que hagamos o dejemos de hacer repercute en cada uno y en el cosmos. Cada uno es el dueño de su destino, recordando que podemos, si así lo decidimos, potencializar el deseo en acto puro y la conciencia en destino. Elizabeth Lukas escribe:

define el “destino” como lo que yace más allá de la libertad humana y de nuestro poder y responsabilidad”.⁵⁹

En algunos instantes de nuestra historia el destino nos forzó a elegir entre las opciones que nos da la vida y a usar nuestras potencialidades y, con esto, nuestra libertad. En estas situaciones dolorosas de vida, en las que el sufrimiento nos ciega por la desesperación, nuestro corazón sabrá qué decisión tomar mientras aún lata, ya que la intuición es la voz de nuestro espíritu que nos guiará al momento de estar des-esperanzados al sendero de luz, paz y armonía, en donde podremos encontrar respuestas a nuestro dolor desde el dolor mismo.

El mundo en que vivimos es muy variable y advertimos muchas de las situaciones que pasan y nos molestan. Otras tantas podrán ser contradictorias a nuestras

⁵⁸ Chopra, Deeprak, *op. cit.*, p. 37.

⁵⁹ Lukas, Elizabeth, *op. cit.*, p. 26.

creencias, mas es el único mundo que existe y en el que podemos vivir.

El mundo no es perfecto, pero sí perfectible.⁶⁰

Haremos nuestra parte para que éste sea el espacio en el que queremos vivir. Debemos saber que el compromiso es grande pues el mundo realmente nos necesita y nosotros lo necesitamos. De la misma forma podemos observar nuestro mundo individual. Ese mundo de sueños y de fantasías que está en nuestro corazón y que probablemente pueda ser el mismo mundo que existe fuera de este cuerpo y que es tan distinto del de los demás. Haremos los cambios necesarios para armonizarnos con nosotros mismos, para transformar nuestro entorno. Haremos lo que esté en nuestras manos para cambiar aquello que necesite una transformación, sabiendo que cada uno de nosotros somos parte de ese cambio. Es natural que al trazar el mapa desde nuestra conciencia, veamos un territorio diferente al de la realidad, ya que en nuestro mapa algunos hechos se modificarán en ocasiones por las necesidades de la *psyche* para que no sean dolorosos o para que no nos generen ansiedad, o miedo, y así no afecten nuestro mundo ideal. Entonces, tenemos que ser muy sensibles al observar nuestro mundo interno y ver si tenemos la fortaleza, la paz, el amor, la libertad; herramientas necesarias para enfrentar el mundo interno y hacer los cambios prescindibles comenzando desde adentro de nuestro ser hacia afuera para generar un mejor estar en y por la vida.

Cambio yo y cambia el mundo.

Nuestras defensas funcionan de tal forma que permiten que vivamos con una realidad distinta a la realidad uni-

⁶⁰ Lukas, Elizabeth, *op. cit.*, p. 134.

versal en algunos momentos difíciles. La fantasía es como una sombra menos pesada que nuestra realidad, o lo que sea que nos rehusamos a ver. No quiere decir que haya en nosotros la posibilidad de ver las situaciones o negarlas y ya, lo que sucede es que nuestro ser es lo suficientemente sabio para decidir qué puede y qué quiere recibir del mundo. Esto es lo que nuestro ser puede asumir y por tanto es lo que nos permitirá saber a cada uno, eso será de lo que podremos darnos cuenta, por lo menos hasta que tengamos la fortaleza para enfrentar al mundo más ampliamente. Por eso nuestra percepción es subjetiva y nuestras vivencias son parciales en momentos de extremo sufrimiento y dolor.

Subjetividad absoluta sería aquello que jamás, en ningún momento ni en circunstancia alguna puede ser objeto particular que pueda ser visto, oído, conocido o percibido.⁶¹

Así, sobreviviremos situaciones que de otra forma no podríamos soportar, sin que surja la necesidad de darnos cuenta. Mas no hay tiempo que no llegue ni plazo que no se cumpla; cuánto tiempo podremos estar así si lo que queremos es vivir verdaderamente, relacionándonos plenamente en nuestro tiempo y espacio. Entonces, como la semilla en tierra fértil que busca la luz del sol que le dará vida y que la lanzará al mundo que le pertenece, de la misma forma una fuerza nos llevará de regreso al camino en los momentos tortuosos y tendremos la posibilidad de andarlo inmediatamente con nuevas posibilidades y de hacer pequeños cambios hasta lograr la gran transformación que esperamos cada uno gracias a la potencia que nos da nuestro Yo. De esta manera podremos ver las realidades como luz y las sombras como recuerdos. Úni-

⁶¹ Wilber, Ken. *La conciencia sin frontera*, p. 81.

camente dando el primer paso podremos dar mil, solamente desde la oscuridad dejamos de tenerle miedo a la noche. Nuestras almas tienen muchas cicatrices que sanar y nuestro corazón podrá guiarnos para encontrarlas y colmarlas con bálsamos de sabiduría y amor, amén.

AMOR

YO SOY AMOR, LUZ DE LUNA, LUZ DE SOL

Las acciones que hagamos deben ser libres elecciones del alma para que su realización sea esencial y vital. Esta elección puede ir de la aceptación a la negación, o el cuestionamiento de un pensamiento o sentimiento. Uno de los patrones que seguimos los seres humanos es iniciar nuestra búsqueda en los lugares donde ya hemos estado antes, es decir, lo que es conocido, aunque muchas veces las respuestas no estén ahí. Esto puede ser doloroso pues podríamos quedar atrapados en un remolino de dolor y desdicha por un tiempo indeterminado, hasta que tengamos la capacidad de buscar en otro lugar, probablemente menos seguro, pero más efectivo. Pero eso es lo que nos corresponde vivir. Gracias o a pesar de lo que la vida nos haya dado, somos y nos creamos a partir de lo que es nuestra experiencia y eso es nuestra esencia.

*To see a world in a grain of sand and a heaven in a wild flower, hold infinity in the palm of your hand, and eternity in an hour.*⁶²

Nosotros somos capaces de ver con ojos infinitos y esperanzados las posibilidades que creamos. Somos capaces de equivocarnos, de corregir el rumbo y de aprender de nuestros errores, teniendo el recuerdo como maestro.

⁶² Capra, Fritjof. *The Tao of Physics*, p. 297. (Para ver un mundo en un grano de arena y un cielo en una flor silvestre, sostén el infinito en la palma de tu mano, y la eternidad en una hora.)

Una realidad de acuerdo con la teoría cuántica es que la materia siempre está en movimiento. Ésta se mantiene en una danza vibratoria cuyos patrones se determinan por las estructuras subatómicas, moleculares y nucleares. Asimismo, suponemos que hay muchos objetos y situaciones que no están al alcance de nuestros sentidos, mas esto no implica que no existan sólo porque no los percibimos o los conocemos. El hecho es que la danza puede hallarse en una armonía diferente a la armonía de nuestros sentidos y entonces algunas de estas situaciones u objetos los podremos percibir tan sólo con equipo especial, y en otros casos, simplemente las imaginaremos. Hay tantas verdades en el universo que en momentos no encontramos la nuestra, aunque esté frente a nosotros todo el tiempo.

Tus ojos son el espejo en el que me encuentro, porque sólo a través de ellos puedo verme tal como soy y aceptarme compasivamente.

Sin importar lo que el resto del mundo vea. Cada uno podrá asimilar algo diferente y podrá creer en una realidad propia.

Una realidad aceptada por la mayoría de las personas es que el amor no es algo que se pueda medir, aunque los neurólogos en cierta forma den cuenta de procesos neuroquímicos que producen ciertas sensaciones. Mas eso no es amor y sabemos que hay realidades del amor que no se pueden cuestionar ni medir porque cada persona las vive de forma diferente y sólo al momento de experimentarlas sabremos que tenemos el poder de recibirlas y de efectuar un cambio en nosotros para después permitir que cambie la humanidad. El amor es la realidad universal que permite un acercamiento al otro, pues es la única fórmula en la que el otro alcanza un grado de igualdad con uno mismo. Esto es, el amor,

aunque no cuente con una fórmula matemática ni física, es tan cierto como las fórmulas científicas que modifican el mundo hoy día.

*The amount of energy contained for example, in a particle is equal to the particle's mass, m , times c^2 , the square of the speed of light; thus $E=mc^2$.*⁶³

De esta forma, Einstein rompió los paradigmas de la física, así como nosotros rompemos nuestros propios paradigmas cada vez que nos aventuramos a creer un poco más en nosotros y validamos nuestras ideas y las realizamos en actos, que de cierta forma estábamos temerosos a hacer. Día a día el amor nos lleva a romper innumerables paradigmas a cada instante, cuando comenzamos a cuestionarnos si lo que sentimos es real o no, o cuando nos cuestionamos sobre la falsedad o la realidad de las cosas desde diferentes visiones, como la del enamorado o la del abandonado, al cuestionarse sobre el potencial mismo de la humanidad y su capacidad para transformar el mundo. En el momento en que buscamos respuestas desde la perspectiva del abandonado, aquel que no cree ni en sí mismo, serán sin duda respuestas oscuras y fangosas las que surjan de tal personaje; la vida será opaca y las posibilidades nos llevarán a un callejón sin salida, aunque las opciones estén, no las podremos ver, ya que desde la visión del abandonado suponemos que no estamos ni siquiera con nosotros mismos, en el momento en que podamos ver dentro de nosotros y escuchemos el latido de nuestro corazón, podremos entender que las respuestas están ahí, que no estamos solos pues estamos con nosotros mismos, y ése es el comienzo de todo camino, si me amo, puedo amar al mundo y entonces es cuando respondemos estos cues-

⁶³ Capra, Fritjof, *op. cit.*, p. 201. (La cantidad de energía contenida, por ejemplo, en una partícula es igual a la masa de la partícula m por c^2 , el cuadrado de la velocidad de la luz; entonces $E=mc^2$.)

tionamientos afirmativamente poniendo énfasis en la posibilidad de la realización, en la importancia para hacerlo y en su repercusión en uno mismo o en lo que amamos, sin importar el esfuerzo o las repercusiones, es así como sabemos que existe el amor y que todos vivimos cotidianamente con la posibilidad de tocar y ser tocados por esta luz divina que es amar. Estar en-amor-ado, viviendo en amor cada instante de nuestra existencia.

Nosotros y nuestro entorno somos cambiantes. Hay momentos en que no nos permitimos fluir al cambio ni aceptamos los cambios.

*The cosmic web is alive; it moves, grows and changes continually.*⁶⁴

No podemos esperar las mismas respuestas todo el tiempo, aunque éstas nos den seguridad, ni podemos relacionarnos siempre igual. No podemos esperar que el amor que damos o que recibimos sea estático, pues el amor cambia porque está vivo y en movimiento, y no podría ser de otra manera, ya que si lo alimentamos y lo cuidamos lo fortaleceremos; si lo descuidamos se debilitará y podrá morir. Nosotros generamos el amor y a su vez podemos apagarlo.

*Amor gignit amorem,
Odio ingenerare odium*⁶⁵

Al igual que lo hacen las moléculas, nosotros nos relacionamos con el mundo de infinitas formas. Transformamos nuestro entorno junto con otros seres humanos que tienen diversas formas de pensar, sentir y estar en relación con el mundo y con nosotros mismos. Esto es maravilloso, pues de las diferencias podemos aprender a percibir, pensar y sentir el mundo de otra manera.

⁶⁴ *Ibid.*, p. 192. (La red cósmica está viva; se mueve, crece y cambia continuamente.)

⁶⁵ El amor genera amor / el odio engendra odio.

Relacionarse es una de las cosas más grandes de la vida; significa amar, relacionarse significa compartir.⁶⁶

Si nos permitimos ofrecer y aceptar lo que damos compasivamente en nuestras relaciones, estaremos creando la energía más pura y grande que es la del amor. Ésta es la energía del *anima* que es lo que conocemos como sentimientos. Si el amor se vive con suficiente fuerza tiene la posibilidad de protegernos de otros sentimientos de igual magnitud e intensidad. Éste puede cambiar las perspectivas de las emociones, como sucede cuando salimos de un estado de tristeza agudo con tan sólo pensar en alguien, puesto que traemos en ese instante la imagen que nos representa el amor. Ésta es una de las experiencias más hermosas, pues nos regala dos experiencias en un mismo acto: la de recordar a alguien que amamos y la de transformar nuestro momento presente por la fuerza que nos da ese pensamiento.

El amor es un profundo deseo de bendecir toda la existencia.⁶⁷

El amor puede sobrepasar el dolor, si existe un recuerdo que colme nuestro ser de forma tal que equilibre las emociones al momento de sufrir la desgracia en nuestro corazón. Esto quiere decir que vamos a permitir que la energía fluya. Vamos a vivir la tristeza; viviremos el dolor, mas en el momento más oscuro, de más dolor, tristeza o enojo en el que nos encontremos, sea cual sea, vamos a tener una luz al fondo, que será nuestra guía y nos alentará a cruzar el túnel. Esta luz es el amor, es el instante de vida plena.

*Amor magnum doctor est.*⁶⁸

⁶⁶ Moan Jain Chandra (Osho), *op. cit.*, p. 72.

⁶⁷ *Ibid.*, p. 51.

⁶⁸ El amor es gran médico.

Es el momento de darnos cuenta de que el horizonte existe como creación divina y como una posibilidad de mirar adelante.

Sabemos que así como el amor es el torrente que nos empuja hacia adelante, el miedo es su opuesto, de manera desmedida y ambos son estados del ser humano. Solamente pertenecen al ser que los vive en el momento, pues nadie puede decirnos cuánto amor podemos dar a nuestros hijos, padres, hermanos, amigos o a nosotros mismos, o qué tanto podemos temer a una persona, cosa o pensamiento.

Desde esta luz que es el amor y con la dicha que le da a nuestro ser, es más fácil encontrar la armonía en cualquier aspecto para contemplar con compasión la vida. Si nuestra vida está llena de amor seremos seres humanos amorosos. Si nuestra vida carece de amor, será difícil que seamos amorosos. Todos nacemos con potencialidades y fortalezas que usamos como herramientas.

Creo que todos nosotros tenemos el mismo potencial para desarrollar la paz interior y alcanzar así esos sentimientos de alegría.⁶⁹

En todo momento somos responsables de nuestra existencia, de nuestro vivir, de nuestro vibrar. Las elecciones de nuestra vida, los pasos que demos dependen de cada uno de nosotros.

Debemos ser conscientes de los efectos beneficiosos de las emociones y comportamientos positivos; ello nos llevará a cultivar, desarrollar y aumentar esas emociones.⁷⁰

No trataremos de evitar el dolor pues éste nos enseña y nos protege tanto física como emocionalmente; nos ayu-

⁶⁹ Dalai Lama, *El arte de la compasión*, p. 13.

⁷⁰ Cutler, Howard, *op. cit.*, p. 44.

da a poner límites, ya que buscamos el placer por naturaleza, deseamos encontrarnos en estados placenteros. Sin embargo, muchas veces abusamos de nuestro cuerpo y alma con excesos que consideramos actos de amor hacia nosotros y más que ser actos amorosos son tóxicos y destructivos; en estos casos el dolor puede ser un aliado que nos indica nuestras capacidades, nos enseña a valorar el “bien-estar” de la condición común en la que nos encontramos cotidianamente, que es cuando nos encontramos sin dolor ni sufrimiento. De esta forma, al momento que experimentamos dolor agradecemos estar sin dolor en un estado de armonía cotidiana que es el común denominador de nuestras vidas. Muchas circunstancias en la vida nos enseñarán a no sentir, a desensibilizarnos, cuando nos encontramos bloqueados, comenzamos a desvanecer nuestros sentimientos y con éstos nuestra capacidad de amar se ve interrumpida, mutilada por un sin fin de pensamientos y razones que crean aprendizajes errados, como podría ser el cambiar afecto, que pertenece al mundo espiritual, por dinero, bebida, comida o lo que sea que provenga del mundo material.

Un abrazo nunca lo reemplazará una tarta de manzana. Esto quiere decir algo muy sencillo: para cualquier pregunta concerniente al amor, la única respuesta correcta es el amor.

Sin embargo, en ocasiones buscamos algo que pueda sustituir el amor en el mundo, olvidando que la primera fuente real que puede satisfacer ese amor somos nosotros mismos. La segunda, serán nuestros seres más significativos. Así, cuando vivamos alguna situación exitosa que logre generar alguna emoción, la viviremos con plenitud; engrandeceremos el momento y guardaremos esa energía en nuestros corazones para luego compartirla con la conciencia de lo importante que es ese momento, y

con los sentimientos que nos genera recordarlo o revivirlo. Ya que somos seres transitorios, que sólo estaremos de paso en este mundo, lo más conveniente es que contemos con opciones y posibilidades para todo instante.

Si se posee serenidad mental y estabilidad interior, es posible tener una vida gozosa, aunque falten las posesiones materiales que uno consideraría normalmente necesarias para alcanzar la felicidad.⁷¹

Este apego a las cosas no es la felicidad; ésta es un estado mental en que el ser humano se encuentra satisfecho, ocupado, atendiendo su vida. Cuando nos damos cuenta de que algo no funciona tenemos dos posibilidades: atender lo que necesita atención, si la solución del problema está en nuestras manos, o dejarlo en manos de quien sí pueda resolverlo. Si no hayamos una solución, nos ocuparemos en no empeorarlo o aceptamos que no está en nuestras manos y ampliaremos nuestra conciencia ante la posibilidad de una pérdida. Hay situaciones que por sus características nos son cercanas, posibles, y otras son lejanas o no están en nuestras posibilidades. Tenemos que ser realistas para saber qué es lo que podemos transformar y saber lo que simplemente no está a nuestro alcance y no podemos cambiar, para hacer magia en donde podamos y no intentar en vano hacerla en donde no es viable.

No tiene ningún sentido intentar ser lo que no somos, y no somos Dios. Esta posibilidad está fuera del potencial y de la grandeza humana que nos ilumina. Existe infinidad de cosas del ámbito de un poder superior. Nosotros no creamos el mundo ni la vida. Éstos son procesos del milagro de la naturaleza, son cosas de Dios.

⁷¹ *Ibid.*, p. 34.

*The sand, rocks, water and air around me were made of vibrating molecules and atoms, and that these consisted of particles which interact with one another by creating and destroying other particles.*⁷²

Estar conscientes de esta realidad nos ayuda a ver nuestras limitaciones como la de no ser capaces de crear la arena, la roca, el agua o el viento. Estos elementos son perfectos y se transforman en la danza que tienen con el cosmos. No nos necesitan para ser ni para existir. Así, podemos aprovechar nuestra esencia de seres humanos para generar todo lo que sí sabemos y somos capaces de crear y transformar.

Al igual que los objetos tienen un contenido y una realidad, así también cada uno de nosotros tiene un *finamentum in re*, fundamento objetivo en el ente mismo.⁷³

El Yo nos diferencia de cualquier especie y de nosotros mismos. No somos dioses ni ángeles ni espíritus, sino seres profundamente humanos con la realidad que nos da precisamente infinitas posibilidades desde esa perspectiva que parte de la luz y la oscuridad, partes fundamentales de nuestra misma esencia.

El fondo oscuro de donde se eleva toda vida espiritual humana (el alma) se presenta a la luz de la conciencia en la vida del yo, sin que llegue a ser transparente, a pesar de todo.⁷⁴

Existirán infinitud de cosas que estén fuera de nuestro entendimiento racional y de nuestra inteligencia emo-

⁷² Capra, Fritjof, *op. cit.*, p.11. (La arena, las rocas, el agua y el aire que me rodean se crearon de moléculas y átomos vibrantes, y éstas consistían de partículas que interactúan unas con otras creando y destruyendo otras partículas.)

⁷³ Stein, Edith, *op. cit.*, p. 304.

⁷⁴ *Ibid.*, p. 444.

cional, y muchas otras que nos darán seguridad, tranquilidad y paz. No obstante, debemos tener en cuenta en todo momento que somos seres cambiantes, seres dinámicos en un mundo también en transformación. De una forma ajena a nuestra voluntad, los cambios se darán aunque no lo queramos y aunque pongamos toda nuestra resistencia para evitarlo. Podremos no comprenderlo, mas somos millones de seres, millones de voluntades en un mismo espacio viendo cómo pasa la vida, haciendo que pase la vida.

*Each observer, as his time passes, discovers, so to speak, new slices of space-time which appear to him as successive aspects of the material word.*⁷⁵

Mientras uno cambia, el mundo cambia y, en muchos casos, las transformaciones que uno genera nada tienen que ver con los cambios del mundo. Nuestra posibilidad de recibir la realidad tendrá mucho que ver con la forma como nuestra *psyche* se dé cuenta de lo que está pasando, para que así nuestra *anima* pueda entenderlo.

De esta forma podemos transformar y ser transformados. Somos causa y consecuencia en este mundo. Tenemos infinitas posibilidades al momento de ir creando múltiples hechos propios a través de nuestros actos. Vamos creando el mundo en el que queremos vivir y vamos dando mayores posibilidades a toda persona que viva en este espacio. Creamos los sonidos y creamos la danza. Permitimos que fluya la energía desde nuestros corazones al mundo y recibimos del mundo lo que nos da. Danzamos en el cosmos y dejamos que el cosmos dance con nosotros en esta infinita conciencia de vida, en esta infinita danza amorosa por la vida en armonía con el universo.

⁷⁵ Capra, Fritjof, *op. cit.*, p. 185. (Cada observador, mientras pasa el tiempo, descubre, por así decirlo, nuevas secuencias de tiempo-espacio que aparentan ser aspectos sucesivos del mundo material.)

TRASCENDENCIA

YO SOY LA TRASCENDENCIA, EL HORIZONTE
QUE GUÍA MIS PASOS

Descubrimos el mundo a través de las vivencias. Toda experiencia es finita puesto que tiene un tiempo determinado de duración. La experiencia en cuanto encarna al ser y éste la conserva, cambia su valor por medio de la abstracción que le damos y puede llegar a su infinitud. Esta posibilidad de prolongarse de un momento a otro, reviviendo constantemente los sucesos y sobrepasando cada instante, nos da una enorme posibilidad, pues no veremos los instantes como tiempos separados, sino como la unión de tiempos y con esto nos convertimos en seres eternos. Estamos viviendo y viviremos en un *continuum* de conciencia en el que delante de nosotros sólo está la nada, el vacío fértil, en tanto que nadie puede predecir si existe con certeza el momento futuro. Solamente existe el momento actual y vivimos en potencia a cada instante y a su vez, haciendo el ejercicio del acto puro.

La potencia, en sentido estricto, no significa ser posible sino la posibilidad de ser o el Ser dirigido a lo real.⁷⁶

Cuando entramos en la disposición de hacer, estamos en potencia y para entrar en potencia, debe haber algo que nos lleve a ese estado. Este “algo” de alguna forma se instauró con anterioridad en nuestra alma.

En la experiencia de poder, el yo se da cuenta de las fuerzas que duermen en su alma y por las cuales vive él, y la vida del yo es la realización, el trabajo por el que esas fuerzas se hacen visibles.⁷⁷

El yo nos da el poder de saber que somos capaces de realizar un acto. Y es por eso que nosotros nos diferenciamos

⁷⁶ Stein, Edith, *op. cit.*, p. 59.

⁷⁷ *Ibid.*, p. 391.

de los objetos y de la referencia que éstos nos puedan dar puesto que no somos el espejo ni tampoco el reflejo. Somos distintos del objeto, de esta imagen mental que creamos y de su referencia. No somos poder económico, cultural, moral. Somos la experiencia pura del acto, la luz que vamos creando en el flujo de nuestra vida entre lo que es y no es como parte de la existencia. Así vamos tomando cada momento que transcurre, lo vamos haciendo propio y crecemos, comprendiendo más cada instante que pasa. Vamos conscientizándonos de nuestras posibilidades y esto a su vez nos genera otras. Ya sea en circunstancias en que nos sentimos con placer o displacer, tenemos la capacidad de aprender y trascender esos momentos respondiendo ante los retos de la vida.

Somos capaces de responder a los significados que nos son ofrecidos en cada situación.⁷⁸

Vivimos en un mundo que podemos transformar y cambiar a través de nuestros actos. Sabemos cuáles son nuestros actos creativos y cuáles son destructivos. Entonces intentamos crear nuestro entorno a partir de actos virtuosos; vivimos haciendo y generando mayores obras que den la posibilidad de originar respuestas positivas hacia nuestro mundo para generar estados placenteros y satisfactorios. “El propósito de nuestra existencia es buscar la felicidad”.⁷⁹

Cada uno buscará la felicidad de su persona, de los que lo rodean, de los más lejanos, de los que no conocemos y, por qué no pensarlo, hasta de los que en algún momento nos han sido repulsivos, desagradables o hayamos rechazado de cualquier forma.

Esto implica que buscar la felicidad es nuestro propósito. Entonces, vamos a buscar la felicidad en el cami-

⁷⁸ Lukas, Elizabeth. *También tu sufrimiento tiene sentido*, p. 177.

⁷⁹ Cutler, Howard. *El arte de la felicidad*, p. 26.

no y es muy probable que encontremos instantes difíciles llenos de tristeza, momentos que nos cuestionen y nos llenen de dolor, y otros que nos lastimen. No obstante, solamente corriendo el riesgo de buscar podremos encontrar. Ahora bien, en los momentos de más pena, dolor, sufrimiento o cualquier sentimiento que nos agobie, tenemos varias opciones. Una de éstas es buscar el significado del sufrimiento para afrontar las situaciones más difíciles. Si podemos aprender algo, entonces enfrentaremos la situación sabiendo que recibimos algo a cambio, aunque sea la enseñanza que en otro momento de nuestro camino podremos usar. Quizás así nos dejemos de torturar, aprendiendo lo que la vida nos enseña en esos momentos dolorosos. El sufrimiento tiene la doble capacidad de debilitarnos o fortalecernos, mas no podemos quedarnos ajenos ante éste, ya que nos conecta con nuestro centro, con nuestra realidad más íntima. Solamente tocando la profundidad de la realidad, el núcleo, y conociendo nuestro verdadero ser, conoceremos el auténtico camino que nos lleve a la verdadera felicidad.

Si nos negamos la posibilidad de vivir plenamente, estaremos conociendo el mundo con las caretas que usamos para no ver los aspectos que nos dan miedo, así como también cada uno de nosotros tiene semblantes que dan miedo, pues reflejan el miedo que vivimos y que queremos aparentar y de no cambiar seguiremos aterrando a los otros con nuestras máscaras. El ser que existe entre lo que verdaderamente somos y lo que creemos que somos se convierte en una celda cuya llave se encuentra a nuestra disposición y que podremos usar al momento en que decidamos quitarnos la careta para descubrir con dolor el camino que existe entre ambos seres, lo que nos permitirá adentrarnos a la grandiosidad del *anima* que nos lleva al enlace más profundo, al enclave que sabe todo de nosotros. Nuestra *psyche* es la única

estructura creativa que nos permite observar que este mundo nos brinda infinitas posibilidades, aunque no sea fácil de entender.

Una vez que nos descubrimos a nosotros mismos, podemos saber qué es nuestro y qué no lo es. De esta forma, podemos regresar amorosamente al entorno lo que éste nos ha dado y que sabemos que ya debemos devolver, para que así podamos recibir del mundo una vez más lo que éste tenga que darnos.

El individuo llega a sentir, más allá de cualquier sombra de duda, que fundamentalmente él es uno con todo el universo, con todos los mundos, superiores o inferiores, sagrados o profanos.⁸⁰

De este modo es como al estar fusionado con el universo; siendo uno mismo con éste, recibimos la vida como es; podemos o no comprometernos con nuestros actos de forma amorosa haciendo de cada obra un instante mágico. Mas habrá hechos concretos que dejaremos de hacer y por los que tendremos que responder. Algunos serán actos con conciencia y otros sin conciencia, de manera que será diferente el grado de responsabilidad. No obstante, por ambos tendremos que responder, pues existieron posibilidades que pudieron convertirse en realidades.

Si respondemos a la libertad que nos da la vida de forma amorosa, haciendo de cada obra un ritual sagrado, todos nuestros actos serán sagrados y llenos de vida.

Todo lo que vive late de energía, y toda esa energía contiene información.⁸¹

Esta información nos ayuda a distinguir entre lo que es profano y lo que no lo es para nuestro espíritu. Partien-

⁸⁰ Wilber, Ken. *La conciencia sin frontera*, p. 13.

⁸¹ Myss, Caroline. *Anatomía del espíritu*, p. 45.

do de lo que nos dicta nuestro espíritu, nace en nosotros una forma distinta de enfrentar la vida que es el arte de vivir plenamente en el aquí y ahora. De esta manera, al nutrirnos del mundo y retornarle amorosamente parte de lo que nos da, encontramos a cada instante el brillo de los ojos de un niño. Nos asombramos con todo lo que el cosmos nos ofrece, y nos vemos hambrientos de conocer lo que podrá venir, con las manos expectantes, y con la única seguridad de que ignoramos el momento próximo, desconocemos si en algún momento se llenarán nuestras manos de algo o no.

Lo incierto significa entrar dentro de lo desconocido a cada momento de nuestra existencia, lo desconocido es el campo de todas las posibilidades, siempre fresco, siempre abierto a la creación de las nuevas manifestaciones.⁸²

Al estar conscientes de esto, nunca dejaremos de sorprendernos, ya que nuestra vida es el único camino en este mundo; un camino que no dejaremos de construir hasta el último día de nuestra existencia. Así, mientras el ser exista, existirá el camino.

*Tao is the cosmic process in which all things are involved; the world is seen as a continuous flow and change.*⁸³

Este mundo cambiante nos permite descubrir y descubrirnos en él con una asombrosa ingenuidad, con una forma nueva para ver al ser en que podemos encarnar a cada momento con su justo peso, por cada uno de nuestros actos. Esos momentos en potencia se convertirán en actos que son valiosos reflejos de nuestra vida. En cada uno de

⁸² Chopra, Deepak. *Las siete leyes espirituales del éxito*, p. 78.

⁸³ Capra, Fritjof. *The Tao of Physics*, p. 104. (El Tao es el proceso cósmico en el que todas las cosas se involucran; el mundo es visto como un continuo fluir y cambiar.)

estos instantes no dudaremos en diferenciar entre lo que nos da, lo que no nos da y lo que no nos perjudica o lo que realmente nos lastima. Pondremos atención en todo el cosmos y en cada fracción de éste para encontrar las piezas que nos hagan falta y alejarnos de las que nos estorben para responder a la vida de la mejor forma.

La conciencia simultánea de macrocosmos y microcosmos que nos ayuda a separar lo que es importante de aquello que no lo es.⁸⁴

Gracias a la posibilidad de este tipo de conciencia, nosotros podemos replantear algunas realidades que de otra manera no nos sería posible. Explicamos fenómenos del orden personal gracias a la física cuántica, por ejemplo: entendemos las manos que curan, las miradas que nos afectan físicamente y otro sin fin de procesos que pueden ir a situaciones más comunes, como sería la percepción de olores. La importancia de aceptar el macro y microcosmos viene de las posibilidades que se generan de esto. Pensemos en un área de un cm^2 , dividámosla entre 1,000,000 o multipliquémosla por 10,000,000 y hagamos en cada una un dibujo. Muy probablemente ni siquiera nos demos la oportunidad de intentar la división por ser dimensiones desconocidas para nosotros, provenientes del mundo de las nanopartículas. Asimismo, es complicado imaginarnos un dibujo en una hectárea porque no son las dimensiones que estamos acostumbrados a manejar, pero es importante no excluirlos sólo porque son desconocidos en ese momento. Es necesario aceptar una enorme gama de realidades que se encuentran fuera de nuestro alcance en un momento dado. Cada ser vive en una dimensión diferente y gran parte de los significados sólo son conocidos en plenitud por el que los creó.

⁸⁴ Cutler, Howard. *El arte de la felicidad*, p. 164.

Solamente a partir de dar pequeños pasos, de probar cada bocado, de saborearlo, y de vivir plenamente en el intercambio de nuestra realidad con la de los demás seres humanos, experimentaremos con conciencia lo que el mundo nos da a cada uno, sin envidiar al prójimo.

*As we taste and enjoy each bite fully, we need less and less.
One bite becomes delicious. It becomes more than enough.*⁸⁵

Descubrimos que el cosmos nos da todo y nosotros elegimos tomar parte de lo que nos da de manera consciente en el acto puro. Luego lo transformamos y lo devolvemos al universo a partir de nuestra esencia por medio de nuestros actos: lo que devolvemos fue tocado por nuestra alma creadora. Es nuestro regalo al mundo. El resto queda como espacio vacío para que lo modifique el tiempo y se convierta en el lienzo que atestigüe el acto.

No podemos pintar todos sobre el lienzo al mismo tiempo. En ocasiones, cada uno de nosotros será el lienzo en las pinturas de otros seres. En otras circunstancias, seremos pincel o inspiración para efectuar un cambio. Esto pasa cada vez que nos damos cuenta de qué es lo que queremos y sabemos, a su vez, de qué es lo que necesitamos satisfacer. Entonces podemos mirar el mundo para ver dónde está y cómo podemos utilizar el lienzo para satisfacernos.

*True giving and receiving are one. When we give fully, without wanting anything in return, we become full. There is no giver or receiver there, only an open heart.*⁸⁶

⁸⁵ Shoshanna, Brenda. *Zen Miracles*, p. 59. (Mientras probamos y nos deleitamos con cada bocado plenamente, necesitamos cada vez menos. Un bocado se convierte en algo delicioso. Es más que suficiente.)

⁸⁶ *Ibid.*, p. 132. (El verdadero dar y recibir es uno. Cuando damos enteramente, sin esperar algo a cambio, nos llenamos. No existe dador o receptor en ese momento, sólo un corazón abierto.)

Ésta es una realidad que nos acompaña a cada momento que damos y recibimos.

A cada instante que hacemos este intercambio con el universo, lo que damos y queda en el corazón de los demás es hermoso y lo que recibimos y queda en nuestro corazón es una bendición. Lo que la muerte se puede llevar no es importante, pues cada segundo de nuestras vidas fue vivido plenamente, amorosamente, todo lo que teníamos que hacer, lo hicimos, todo lo que teníamos que decir, lo dijimos, todo el amor que pudimos dar, lo dimos, todo el amor que pudimos recibir, abrimos nuestros corazones y lo recibimos, todo cuanto hicimos lo hicimos plenamente y no tenemos nada que reprocharnos, ni nada que reprochar al mundo.

Nosotros creamos el mundo, el bien y el mal; somos nosotros los que damos valor de finitud a la muerte; somos nosotros los que decidimos dar un dejo de tristeza a ese momento esperado. Mas nuestra obra quedará y con ella nuestra presencia. Quedará la presencia de eso por lo que luchamos, que amamos, eso en lo que plasmamos nuestra conciencia.

La conciencia es lo único que la muerte no se puede llevar.⁸⁷

Nuestra conciencia es la creadora y dadora de vida que generará la obra como resultado final tras el acto. El alma del acto, que es nuestra conciencia reflejada en el mundo como nuestra obra, detiene el tiempo en un suspiro, dejando ver al mundo nuestra presencia. El *quid* esencial en el momento que nos arroja a la infinitud de potencialidades que devienen en un acto consciente y concreto. Solamente muere el cuerpo;

⁸⁷ Moan Jain Chandra (Osho). *Los misterios de la vida*, p. 21.

nuestra esencia y nuestro *quid* quedarán vagando infinitamente junto con la presencia de nuestro espíritu y nuestras obras.

En todo momento buscamos el *quid* de las cosas, su forma esencial. En el sentido fundamental vivimos expresando nuestro *quid* en plena forma. Así, cuando estamos totalmente con nosotros mismos en la presencia del otro, cuando nuestros espíritus pueden tocar al otro y retornar a sí mismos, estamos plenos. Vamos con el otro y mostramos nuestro *quid* sin perdernos: “Yo soy y doy cuenta de este ser”.⁸⁸

Respondemos por cada uno de nosotros y somos conocedores de esto; nos damos cuenta de que “es por mí por quien respondo”. Además de que respondemos solamente desde lo que cada quien es, creyendo verdaderamente en lo que somos para poder encontrar las respuestas de nuestra vida. Las preguntas deberán venir del interior de nuestro ser. Ninguna otra pregunta será correcta ni ninguna otra será necesaria, solamente la que viene desde nuestro centro puede tener la luz que necesita nuestro ser. No necesitamos cambiar ni movernos a otro sitio, el mundo en el que estamos es el lugar correcto. Somos en el mundo y el mundo está para encontrar las respuestas de la vida si sólo observamos dentro de nosotros, pues cada uno es vida.

*You find both your questions and answers right where you are.*⁸⁹

No necesitamos movernos ni buscar más allá de uno mismo. Mientras seamos honestos con nosotros mismos, viviremos plenamente cada momento permitiéndonos recibir lo que toca en ese instante.

⁸⁸ Stein, Edith. *Ser finito y ser eterno*, p. 53.

⁸⁹ Shoshanna, Brenda. *Zen miracles*, p. 29. (Encuentras tanto las preguntas como las respuestas justo donde estás.)

*You can laugh when you laugh and cry when you cry.*⁹⁰

Solamente siendo lo que verdaderamente somos, descubrimos nuestro *quid* a través de nuestros actos; no cuestionamos nuestra realidad, la aceptamos y nos responsabilizamos de ella.

La vida no es un nombre, es un verbo; en realidad es “vivir” no “vida”. No es amor, es amar. No es la danza, es danzar.⁹¹

La acción en el momento es la única forma como podemos permanecer en el presente y esto lo hacemos porque somos seres presentes en acto puro.

Tu verdadero ser es idéntico a la energía fundamental de la cual son manifestación todas las cosas del universo.⁹²

Tenemos todo para ser felices y vibrar en paz, sólo requerimos danzar armónicamente con el cosmos a nuestro tiempo, con el maravilloso ritmo que la vida le dé a cada instante, desde este sabio corazón lleno de paz, amor y felicidad.

Antes de que digamos que el mundo es nuestro, tienen nuestros sentidos que abstraerlo de alguna forma. Somos seres que devoramos del mundo lo que nos ofrece, pues todo lo que nos regala lo tomamos y luego lo convertimos en signos y símbolos que usamos para entender lo que tomamos. Somos creadores desde nuestro interior; creamos todo instante: ésta es nuestra naturaleza.

All things and events we perceive are creations of the mind, arising from a particular state of consciousness and dissolving again if this state is transcended.⁹³

⁹⁰ Shoshanna, Brenda, *op. cit.*, p. 9. (Puedes reír cuando ríes y llorar cuando lloras.)

⁹¹ Moan Jain Chandra (Osho). *Los misterios de la vida*, p. 75.

⁹² Wilber, Ken. *La conciencia sin frontera*, p. 78.

⁹³ Capra, Fritjof. *The Tao of Physics*, p. 277. (Todas las cosas y eventos que percibimos son creaciones de la mente que surgen de un estado particular de conciencia y se disuelven de nuevo si este estado se trasciende.)

Si todo lo crea nuestra mente, somos libres y dueños de perpetuarnos por medio de ésta, sin necesidad de ocupar nuestros cuerpos. Somos dueños de nuestros pensamientos por medio de los cuales determinamos nuestro propio destino. Cada quien es capaz de creer que puede vivir o no ese destino, cada cual es capaz de crear pensamientos que lo lleven a desarrollar su *quid*, aunque no sea consciente en un principio.

Eres lo que tu más profundo y vigoroso deseo es.
Como es tu deseo, es tu voluntad.
Como es tu voluntad, son tus actos.
Como son tus actos, es tu destino.⁹⁴

¿Cómo sabemos entonces si el camino por el que vamos es el verdadero, si no es una treta o un atajo? ¿Cómo saber si no nos estamos engañando?, ¿Cómo saber si este camino realmente lo elegimos nosotros? ¿Cómo comprobar si las respuestas provienen verdaderamente del corazón? Es de suma importancia que no perdamos el valor humano que nos fundamenta como seres conscientes de lo que nos pasa a nosotros y a nuestro entorno.

Desarrollar la sabiduría constituye un proceso consciente en poner de acuerdo nuestra mente con la realidad de las cosas.⁹⁵

En otras palabras, qué es real y qué es fantasía. No podemos percibir todo lo que hay en el mundo, debemos admitir lo que es aceptable para nosotros desde nuestra conciencia y desde el fondo de nuestro corazón. Pensemos por un instante en las palabras de Fritjof Capra:

⁹⁴ Chopra, Deeprak. *Las siete leyes espirituales del éxito*, p. 1.

⁹⁵ Dalai Lama. *El arte de la compasión*, p. 62.

*... all phenomena in the world are nothing but the illusory manifestation of the mind and have no reality on their own.*⁹⁶

Es a partir de la mente que todo se crea para nosotros; es por ella que nos damos cuenta, y que hacemos conciencia.

Por lo tanto, ya que estas manifestaciones no tienen una realidad propia y la realidad la hacemos cada uno, entonces tenemos que estar conscientes en el momento presente para crear un mundo en nuestra mente que sea lo más cercano a la esfera azul que pertenece al cosmos.

*We must see, feel, and taste whatever thoughts, memories, and feelings come to mind. We cannot escape ourselves on the cushion.*⁹⁷

Y esto implica vivir con un desapego total a cada momento, con la convicción de que el instante nos da infinitas posibilidades que pueden vivirse en armonía con el cosmos y, cuando esto no sea así, lo mejor es aceptar y corregir el rumbo en la medida que sea posible.

En este momento tenemos ya una mente con todo lo imprescindible para alcanzar la completa felicidad.⁹⁸

Como somos parte del universo y nuestro estar modifica en cierta forma la creación, tenemos un compromiso irrefutable de coexistir ecológicamente o seguir viviendo tóxicamente, muriendo y matando, y con nuestra destrucción arrasando a millones de seres humanos: ¿cuál será la opción que tomaremos y qué factores usaremos para decidir?

⁹⁶ Capra, Fritjof. *The Tao of Physics*, p. 277. (Todos los fenómenos en el mundo no son sino la manifestación ilusoria de la mente y no poseen una realidad por sí mismos.)

⁹⁷ Shoshanna, Brenda. *Zen miracles*, p. 88. (Debemos ver, sentir, y probar cualquier pensamiento, memoria y sentimiento que nos venga a la mente. No podemos escaparnos a lo placentero.)

⁹⁸ Cutler, Howard. *El arte de la felicidad*, p. 43.

En este mundo de infinitas posibilidades, que enfrentamos con igual número de opciones, contamos con una gran ventaja que vive dentro de cada uno, nuestra grandiosa estructura psíquica, la cual abstrae los objetos del mundo y los convierte en ideas útiles. Estas ideas se hallan a nuestro alcance en cualquier momento para entender el mundo y vibrar armónicamente con él y así danzar con los ritmos del cosmos y con los ritmos de nuestro corazón.

Si aprendemos a usar los recursos que nos da nuestro mundo de forma amorosa, si aprendemos a regresar un poco de lo que recibimos de nuestro entorno, podremos ser conscientes de lo mucho que significa guiar nuestra voluntad a un compromiso universal que nos lleve a un entorno saludable.

Considero saludable a una persona compasiva, cálida y de corazón bondadoso.⁹⁹

Somos personas que generan en su entorno un mundo compasivo, armónico y virtuoso. Cuando vivimos de esta manera es entonces que nuestra conciencia es energía pura e ilumina el espacio que habitamos. Cualquiera que esté dispuesto podrá ver esa luz. El hecho de que otro se dé cuenta de que existe una luz en el interior de un ser humano y que esa luz tiene el potencial para salir e iluminar el cosmos desde la mirada del corazón, es una enorme bendición para él y para el mundo y para todos los que lo habitamos, pues, en ese momento, ya habremos cambiado el mundo entero, ya que seremos dos, tres o más energías universales vibrando en la misma frecuencia con esa conciencia de luz. Seremos entes que potencializaremos esa energía de forma tal que la puedan sentir otros. La intención es proyectar al mundo esta

⁹⁹ Cutler, Howard, *op. cit.*, p. 45.

energía que habita en cada uno como si fuera para uno mismo, esperando solamente que pueda hacer algún bien, que sirva de algo. Esa forma de compartir es la que conocemos como amor.

Esta energía es tan poderosa como la vida misma, y si reflexionamos en el amor más grande pensaremos en el que una madre o un padre podrían tener por un hijo, al grado que pueden dar la vida por él si fuese necesario. Esta reflexión nos puede llevar al mayor acto de belleza y armonía universal que es ese amor puro, ese puente de tolerancia, compasión y bondad que nos acerca un poco más a Dios; que nos fortalece y nos ayuda en muchas ocasiones en que nos encontramos involucrados en situaciones y relaciones que provocan momentos muy duros y difíciles de entender.

El amor que nos une con nosotros mismos y con el otro nos lleva a superar cualquier adversidad a acompañar al otro en el dolor con gran compasión, con “el deseo de que todos los seres queden libres de sufrimiento”.¹⁰⁰

Comenzando por nuestros seres más cercanos. Este deseo sólo viene de una mente sabia, de un corazón amoroso. Tenemos el potencial para dar amor y para transmitir esa maravillosa energía humana (desde esta perspectiva de conciencia pura). Es importante recordar que “el amor es el encuentro de la tierra y el cielo, de lo conocido y lo desconocido, de lo visible y lo invisible”.¹⁰¹ Al dar amor, en muchas ocasiones enfrentamos situaciones dolorosas; encontramos en nuestro camino preguntas sin respuestas; en momentos nos sentimos luchando contra un mundo que no comprendemos; en momentos nos sentimos incomprendidos y adoloridos. Este dolor y

¹⁰⁰ Dalai Lama. *El arte de la compasión*, p. 7.

¹⁰¹ Moan Jain Chandra (Osho). *Los misterios de la vida*, p. 64.

el sufrimiento son parte del camino y sabemos que la vida no nos da más que el dolor y el sufrimiento que podemos soportar.

La vida es dolorosa a veces, y espiritualmente estamos hechos para hacer frente a los dolores que nos presenta la vida.¹⁰²

Si no podemos contra esta situación que se nos presenta, la aceptamos como algo de lo que podemos aprender y que nos puede dar algo a cambio. Sabemos que si tenemos la disposición y el corazón para transformar nuestra vida, nos encontraremos con la posibilidad de tomar los retos que ésta nos da con amor y aceptación. En vez de nadar contra corriente nadaremos con la corriente usando la energía para construir (con lo que hay) nuestras posibilidades.

Enfrentaremos ese nuevo mundo con la presencia de nuestro cuerpo y alma.

*The avatamsaka Sutra states that all dharmas are created by the mind. If our minds change, then causes and conditions also change [...] If our attitudes change, then what we perceive also change.*¹⁰³

Basándonos en esta premisa, el momento presente, el “aquí y ahora” es una posibilidad infinita de creación y cambio. Cuando respondemos a nuestra libertad y ésta se encuentra en armonía con el mundo, comenzamos a vivir de una forma congruente ocupándonos en todo momento por nuestro ser y por nuestro entorno con la conciencia plena de lo que estamos haciendo y provocando en nosotros mismos.

¹⁰² Myss, Caroline. *Anatomía del espíritu*, p. 50.

¹⁰³ Sheng-Yen. *Zen wisdom*, p. 39. (El Sutra *avatamsaka* establece que todos los *dharmas* los crea la mente. Si nuestras mentes cambian, entonces las causas y las condiciones también cambian [...] Si nuestras actitudes cambian, entonces lo que percibimos también cambia.)

*Shikan-taza is a heightened state of concentrated awareness wherein one is neither tense nor hurried, and certainly never slack. It is the mind of somebody facing death.*¹⁰⁴

Al estar en transformación, encontramos mayores posibilidades que nos permiten un mejor desarrollo a cada momento. Siempre partimos de cero, lo que cambia la realidad es nuestra visión de hacia dónde vamos. La superación de la existencia parte de la nada, del fondo de la angustia; atravesarla significa superar nuestro ser en todo. Esto es la trascendencia, la cual puede darse gracias al acto puro que realizamos en el mundo. La trascendencia es la forma en la que nos volvemos infinitos. Cada ser es verbo y así como “la acción de Dios no tiene ni principio ni fin, subsiste desde la eternidad hasta la eternidad”.¹⁰⁵ De la misma forma, cuando estamos en acto puro no conocemos principio ni fin, estamos con Dios haciendo que este momento presente sea eterno.

En la eternidad se forman múltiples destinos, algunos con energías que pueden deteriorarnos. Como son realidades con tal luminosidad que nos pueden cegar y convertirse en espacios de total oscuridad. Podemos quedar sujetos a esos instantes y hasta que nos liberemos, no seguiremos creciendo. La muerte de un ser querido, la enfermedad, el abandono, la soledad, son algunos de los momentos que no tienen explicación satisfactoria para justificar el dolor. Mas son y no los podemos cambiar; podemos aprender de ellos, podemos predecirlos y prepararnos a cada instante de nuestro camino para que al momento de enfrentarlos sepamos que son fragmentos de nuestra vida. Entendiendo que la vida no es sólo lo

¹⁰⁴ Capra, Fritjof, *op cit.*, p. 40. (*Shikan-taza* es un estado elevado de conciencia profunda en la que uno no se encuentra tenso ni apurado, y definitivamente nunca inactivo. Es la mente de alguien que se enfrenta a la muerte.)

¹⁰⁵ Stein, Edith. *Ser finito y ser eterno*, p. 20.

que nos está pasando, y que en realidad puede ser un momento doloroso, que será pasajero, mas no es la totalidad de la vida misma. El camino sigue y yo, tú, nosotros seguimos en este maravilloso mundo recorriendo la infinidad de caminos que nos brinda.

Podemos aprovechar todo lo que la vida nos da, teniendo conciencia de ello. Solamente seguimos el dictado de nuestro corazón.

Nuestra tarea espiritual en esta vida consiste en aprender a equilibrar las energías del cuerpo y el alma, del pensamiento y la acción, del poder físico y del poder mental.¹⁰⁶

Así, cuando enfrentemos los momentos desagradables o dolorosos, lo haremos con la conciencia de que podemos superarlos y nuestro espíritu sabrá cómo vencerlos con sabiduría, ya que entenderá cómo vivir el mundo con sus posibilidades. Sabiéndonos arquitectos de la vida misma, aceptamos lo que el mundo nos da y permitimos que llegue lo que sea, sabiendo que nuestro andar por el mundo es pasajero, igual que el de millones de personas y cosas, y que de igual manera que tuvimos la oportunidad de existir, tendremos la oportunidad de dejar este maravilloso espacio para permitir que siga su curso. Dejaremos que el mundo sea nuestra casa, que nos cobije, que nos sostenga. Así, cualquier lugar en el que nos encontremos será un buen lugar. En todo momento damos y recibimos.

*Once we are able to offer to others, we will see that the world is continually offering itself to us as well.*¹⁰⁷

¹⁰⁶ Myss Caroline. *Anatomía del espíritu*, p. 74.

¹⁰⁷ Shoshanna, Brenda. *Zen miracles*, p. 133. (Una vez que somos capaces de ofrecer a otros, veremos que el mundo continuamente se nos ofrece de igual forma.)

Nuestro ser hará este hermoso intercambio con el mundo y con otros seres permitiendo que en momentos queden nuestras manos vacías para recibir lo que la vida atesore para nosotros.

Buscamos la luz de nuestro corazón, de nuestra razón; buscamos el *quid* de nuestra esencia, buscamos la iluminación (*enlightenment-satori*, en práctica Zen) para estar en equilibrio, danzando armónicamente con el universo en la mayor paz y para vivir plenamente el momento presente. Seguimos en esta búsqueda hasta que encontramos los diferentes estados, hasta que cada uno de nosotros logre un equilibrio total; el *samadhi* (equilibrio mental), un estado en el que se experimenta tranquilamente la unidad básica de la experiencia del universo.

Vivimos la experiencia del cosmos como una realidad única.

*The cosmos is seen as one inseparable reality for ever in motion, alive, organic; spiritual and material at the same time.*¹⁰⁸

De esta manera, intentaremos vivir de la mejor forma, con lo que tenemos, lo que hay, lo que es y lo que tiene un valor único. Luchando durante el tiempo que permanezcamos en este mundo por aprovechar las posibilidades que la vida nos da aquí y ahora pues son irremplazables.

Entonces, si sólo tenemos una vida y somos conscientes de ello, qué podemos hacer con esta mente, con este cuerpo y en este entorno para que realmente nuestro andar por la vida sea lo óptimo, sea lo más formidable y único. Podemos buscar la mejor forma de estar en armonía potencializando nuestras fortalezas, aceptando

¹⁰⁸ Capra, Fritjof, *ap. cit.*, p. 24. (El cosmos es visto como una realidad inseparable, siempre en movimiento, vivo, orgánico; espiritual y material al mismo tiempo.)

nuestras debilidades y usándolas como medio para conocer nuestro mundo interno, para que de esta forma conozcamos realmente lo que para nosotros sería un estado ideal.

El estado que se sitúa más allá de esos pensamientos y emociones negativos, y también más allá del dolor, recibe el nombre de nirvana.¹⁰⁹

Haremos de cada espacio un *zendo* (lugar de contemplación). Mientras vivamos, buscaremos y haremos de esta vida un momento eterno de inspiración, una obra que desde ahora y hasta nuestro fin será eterna, ya que nacimos con la semilla de nuestra propia muerte y ésta llegará al momento previsto por el cosmos. No obstante dejaremos nuestra obra para la humanidad.

Desde el instante de nuestro nacimiento vamos acercándonos a esta cita inevitable.¹¹⁰

La distancia en el camino o el tiempo en el destino son los que marcan el momento en que moriremos; ese instante es incierto, mas es muy claro que dejaremos de existir en este mundo. Eso es una realidad que no podemos refutar. Otra realidad es que cada uno es dueño de su vida y que podemos hacer de cada instante de nuestra vida un momento de amor e inspiración.

*All beings are flowers blooming in a blooming universe.*¹¹¹

Seguramente algún día no tendremos la fuerza para florecer; probablemente sólo tengamos la vitalidad para bendecir que nos hemos dado cuenta de nuestras capacidades y habilidades presentes y aceptaremos que flore-

¹⁰⁹ Dalai Lama. *El Arte de la compasión*, p. 58.

¹¹⁰ *Ibid.*, p. 35.

¹¹¹ Shoshanna, Brenda. *Zen Miracles*, p. 16. (Todos los seres son flores radiantes en un universo que florece.)

cer ya no es una de nuestras virtudes. Seremos flores que no florezcan y esto será nuestra nueva esencia y estará bien ser flor sin la potencia de florecer.

*Whatever life brings is perfect. One cannot improve upon that.*¹¹²

Somos claros de que nuestra belleza no está en florecer, nuestra belleza irradia en respetarnos y aceptarnos tal como somos.

Tomamos nuestras vidas con nuestras manos y amorosamente las depositamos en nuestro corazón, junto al viejo sabio que vive en él y nos permitimos contemplar amorosamente desde nuestra alma a los que florecen; desde nuestra conciencia damos un paso maravilloso hacia nuestras posibilidades. El sentido de plenitud del ser humano se encuentra en la capacidad de expresar su *quid* en forma total. Entonces viviremos cada momento con toda su grandiosidad. Haremos lo que nos dicte nuestro corazón. Nos permitiremos reír y ser risa, llorar y ser llanto. Aceptaremos nuestro enorme potencial para transformar el mundo, así como nuestra impotencia para no cambiarlo a capricho en ocasiones. Estaremos conscientes a cada instante de que somos seres únicos e irrepetibles en el cosmos, de que probablemente nuestra misión en el universo nadie ni nada podrá conocerla más que nosotros mismos; de que seremos los únicos que lograremos hacer la encomienda universal que nos fue dada, que realizaremos nuestro *quid* de la forma prescrita. Así viviremos cada momento plenamente y plenamente moriremos a cada instante que pase.

Cualquier experiencia que no hayas vivido quedará colgando a tu alrededor, persistirá: ¡Acábame!; ¡Víveme!; ¡Complétame!¹¹³

¹¹² Shoshanna, Brenda, *op. cit.*, p. 41. (Lo que brinde la vida es perfecto. Uno no lo puede mejorar.)

¹¹³ Moan Jain Chandra (Osho). *Los misterios de la vida*, p. 94.

¡Hay tantos caminos y hay tantas formas para andarlos! Somos caminantes haciendo camino, recorriendo con paso y estilo propio la vida, asombrándonos de cada paso, amando cada paso, bendiciendo cada paso pues en él va nuestra vida.

Sigamos el camino de la mejor manera, sólo tú sabes desde tu corazón cuál es tu ritmo y tiempo para dar cada paso. Acepta lo que hay en tu camino, bendícelo; es lo que la vida a puesto para ti. Bendice las cosas simples y al momento en que tengas que descansar, regocíjate, felicítate de lo que ya has andado, pues lo que ya recorriste nadie te lo puede quitar, así como nadie lo pudo haber andado por ti. Vívelo, gózalo, que algún día llegarás al fin. En ese momento no habrá reproches que hacer y sólo quedará la obra de cada una de las cosas que realizaste en este mundo y la infinita satisfacción de haber sido un huésped que hizo algo por este mundo y lo transformó en un lugar mejor para ti, para mí y para los demás seres maravillosos, hermosos, únicos e irrepetibles que habitamos esta casa de todos.

Que Dios te bendiga y ponga
lo necesario en tu camino.

Así sea, así sea.
Amén.

Actus me invito factus est meum actus
(Un acto realizado con compromiso es mío)

Bibliografía

- Abbagnano, Nicola. *Diccionario de filosofía*. Fondo de Cultura Económica. México, 1974.
- Almendo Manuel. *Psicología y psicoterapia transpersonal*. Editorial Kairos. Barcelona, 1998.
- Aurelio, Agustín. *Confesiones*. Editorial San Pablo. México, 2000.
- Aute, Luis Eduardo. *Mira que eres canalla, Aute*. Virgin/Ariola. Madrid, 2000.
- Beguín, Albert. *El alma y el sueño*. Fondo de Cultura Económica. México, 1981.
- Berdiaeff, Nicolás. *Cinco meditaciones sobre la existencia*. Ediciones Alba. México, 1948.
- Binswanger y Boss. *La teoría existencialista de la personalidad*. Editorial Paidós. Buenos Aires, 1977.
- Buber, Martín. *Yo y tú*. Caparrós Editores. Madrid, 1984.
- Capra, Fritjof. *The Tao of Physics*. New Science Library. Boston, 1985.
- Cutler, Howard. *El arte de la felicidad*. Editorial Grijalbo. México, 1995.
- Chopra, Deepak. *Las siete leyes espirituales del éxito*. Editorial Diana. México, 1995.
- Dalai Lama. *El arte de la compasión*. Editorial Random House Mondadori, Barcelona, 2002.
- Aquino, Tomás de. *Suma contra los gentiles*. Editorial Porrúa. México, 1998.
- Sahagún, Juan de. *Las dimensiones del hombre*. Editorial Sígueme. Barcelona, 1996.
- Descartes, René. *Discurso del método*. Editorial Porrúa. México, 1971.
- Descartes, René. *Meditaciones metafísicas*. Editorial Porrúa. México, 1971.
- Descartes, René. *Principios de la filosofía*. Editorial Porrúa. México, 1999.
- Dilthey, Wilhelm. *Estructuración del mundo histórico*. Fondo de Cultura Económica. México, 1978.
- Espasa, José. *Enciclopedia universal euroamericana*. Editorial Espasa e hijos. Madrid, 1909.
- Ferrater Mora, José. *Diccionario de filosofía*. Editorial Alianza. Madrid, 1979.
- Ferreter Mora José. *Diccionario de filosofía*. Editorial Ariel filosofía. Barcelona 2001.

- Foucault Michel. *Historia de la locura en la época clásica*. Fondo de Cultura Económica. México, 1986.
- Fromm, Erick. *¿Tener o ser?* Fondo de Cultura Económica. México, 1978.
- Hegel. G. W. F. *Fenomenología del espíritu*. Fondo de Cultura Económica. México, 1966.
- Heidegger, Martín. *El ser y el tiempo*. Fondo de Cultura Económica. México, 1971.
- Jaeger, Werner. *La teología de los primeros filósofos griegos*. Fondo de Cultura Económica. México, 1952.
- Jaeger, Werner. *Paideia*. Fondo de Cultura Económica. México, 1983.
- Jarquín, Miguel. *Gabriel Marcel. Un testimonio de fidelidad*. Editorial Euterpe. México, 1999.
- Jarquín, Miguel. *La verdad desde sí mismo*. Editorial Euterpe. México, 1998.
- Jolivet Regis. *Las doctrinas existencialistas*. Editorial Gredos. Madrid, 1976.
- Julién, Nadia. *Enciclopedia de los mitos*. Editorial Océano. Madrid, 1997.
- Kant, Emanuel. *Crítica de la razón pura*. Editorial Porrúa. México, 2000.
- Krishnamurti. *A los pies del maestro*. Editorial Orión. México, 1999.
- Krishnamurti. *Reflexiones sobre el Yo*. EDAF. Madrid, 1998.
- Lafourcade, Agustín. *La obra o influencia de todos y cada uno*. Editorial Biblioteca Nueva, Madrid, 1988.
- Laing, R. D. *El Yo dividido*. Fondo de Cultura Económica. México, 1964.
- Laing, R. D. *Las cosas de la vida*. Fondo de Cultura Económica. México, 1971.
- Lankevich, Gorge. *80 Wit & Wisdom of the Talmud*. Squareone Publishers. Nueva York, 2002.
- Lersch, Philipp. *La estructura de la personalidad*. Editorial Scientia. Madrid, 1971.
- Locke, John. *Ensayo sobre el entendimiento humano*. tomo I. Ed. Gernica. México, 1994.
- Lowen, Alexander. *Bioenergética*. Editorial Diana. México, 1995.
- Lukas Elisabeth. *También tu sufrimiento tiene sentido*. Ediciones LAG. México, 2000.
- M. H. Marx, W. A. Hillix. *Sistemas y teorías psicológicos contemporáneos*. Editorial Paidós. México, 1991.
- Moan Jain Chandra (Osho). *Los misterios de la vida*. Editorial Arcano. Madrid, 1996.

- Mounier, Emmanuel. *Introducción a los existencialismos*. Ediciones Guadarrama. Madrid, 1973.
- Myss, Caroline. *Anatomía del espíritu*. Ediciones B. Barcelona, 1994.
- Nietzsche, Federico. *Humano, demasiado humano*. Editores Mexicanos Unidos. México, 1986.
- Oldham, James. *El riesgo de vivir*. Editorial El Manual Moderno. México, 1992.
- Parent, Juan. *Un cuerpo propiamente dicho*. Universidad Autónoma del Estado de México. México, 1983.
- Platón. *Diálogos, Fedón o el alma*. Editorial Porrúa. México, 1975.
- Sartre, Jean Paul. *El existencialismo es un humanismo*. Editorial Quinto Sol. México, 1994.
- Schnake, Adriana. *Los diálogos del cuerpo*. Cuatro Vientos Editores. Santiago de Chile, 1995.
- Sheng-Yen. *Zen Wisdom*. Dharma Drum Publications. New Cork, 2001.
- Scheler, Max. *El puesto del hombre en el cosmos*. Editorial Lozada. Buenos Aires, 1997.
- Shoshanna, Brenda. *Zen Miracles*. John Wiley & Sons, Inc. New Cork, 1977.
- Stein, Edith. *Ser finito y ser eterno*. Fondo de Cultura Económica. 1994, México.
- Tillich, Paul. *El coraje de existir*. Editorial LAIA. Madrid, 1973.
- Van Dusen, Wilson. *La profundidad natural del ser*. Cuatro Vientos Editores. Santiago de Chile, 1992.
- Wilber, Ken. *La conciencia sin Frontera*. Editorial Kairós. México, 1988.
- Xirau, Ramón. *Introducción a la historia de la filosofía*. UNAM, México, 1983.
- Yalom, Irvin. *Psicoterapia existencial*. Editorial Herder. Madrid, 1984.

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS DE INFORMACIÓN DEL PRÓLOGO

- Fromm, Erich. *¿Tener o ser?* F. C. E. México, 1982.
- Jarquín, Miguel (compilador). *La verdad desde sí mismo. Tres paradigmas en la investigación cualitativa*. Ediciones Euterpe. Guadalajara, 1998.
- Marcel, Gabriel. *Diario metafísico*. Editorial Losada. Buenos Aires, 1957.
- Millán Puelles, Antonio. *La estructura de la subjetividad*. Ediciones Rialp. Madrid, 1967.

- Moreno, César. *La intención comunicativa. Ontología e intersubjetividad en la fenomenología de Husserl*. Thémata. Sevilla, 1989.
- Moreno, Mariano (director). *Diccionario de pensamiento contemporáneo*. San Pablo. Madrid, 1997.
- Pascal. *Pensamientos*. Organización Editorial Novaro. Barcelona, 1973.
- Watts, Alan. *El futuro del éxtasis y otras meditaciones*. Editorial Kairós. Barcelona, 1990.

Contenido

AGRADECIMIENTOS	7
-----------------------	---

PRÓLOGO

El camino del hombre	9
Manuel Arrieta: vida y obra	9
El hombre: un perfil por forjar	11

INTRODUCCIÓN

El inicio del camino	19
----------------------------	----

Fundamentos

CAPÍTULO I

Ego

Soy mente, soy alma, soy cuerpo... soy un ser humano ..	25
---	----

Psyche

Antes de querer saberlo todo me pregunto a ciencia cierta qué es todo	29
--	----

Anima

De la cosificación del sujeto a la personalización de la cosa	34
--	----

Temporalidad

Ya no hay arena en la parte superior de mi reloj, pero no tengo para que voltearlo, nadie me espera, no tengo prisa, ya he llegado	37
--	----

Corpus

Con un dedo tapo el sol, con el otro la luna... y a mí quién me cubre cuando tengo frío	38
--	----

Intención

Quién soy y quién es ese en el reflejo del pozo, que cada vez que miro adentro me ve con asombro	44
---	----

Conocimiento

De la nobleza de nuestro razonamiento surge la belleza de nuestro acto, de la belleza de nuestro acto se desprende la transparencia de nuestra libertad	55
---	----

Esencia
CAPÍTULO II

Ser

No soy un espectro, tócame, siénteme, huéleme,
sé que existo, sé quién soy 59

Esencia

Un cactus es un cactus, y lo más maravilloso del cactus
es que nunca quiso ser una rosa, y poco
le valdría en el desierto 60

Vivencia

En tanto no haya una causa que justifique un motivo por el
cual tenga que pensar igual que el resto de los hombres,
pensaré por mí mismo de manera particular 62

Experiencia

Estoy vivo, lo sé porque el viento toca mis mejillas y me
ruborizo ante tan descarado coqueteo de la naturaleza .. 68

Existencia

No existe nadie igual a mí, soy un ser único e irrepetible...
puedo dar luz y calor desde mi corazón al mundo, sin ser
sol 74

Creencia

En una línea hay dos puntos, uno soy yo y el otro es Dios, si
quitas uno el otro desaparece y no hay más línea 77

Razonamiento

Me pregunto si, quizás, exista alguna
respuesta sin pregunta 80

Causalidad

Acepto que soy efecto directo de mis acciones, concluyo que
mis acciones son la causa de mis intenciones 82

Introspección

Hay un viejo sabio en el corazón de cada uno que conoce to-
das las preguntas y respuestas para que podamos vivir armó-
nicamente con nosotros mismos y con nuestro entorno ... 85

Responsabilidad

Soy lo que pienso y el mundo es mi creación, por tanto, no
hay queja sobre el mundo en que vivo 86

Inclusión

Ahora sé que sólo necesito voluntad para
emprender el camino 90

Potencialidad

He intentado encontrar las palabras exactas que puedan
definir el misterio de tus ojos, pero el silencio se
acerca más a lo que veo 93

Realización

Seres de amor y barro cocidos en el fuego de
la conciencia y la fe 97

Voluntad

Criaturas eternas, presentes a golpe de sol, atados a esa
realidad que es la vida misma 98

Percepción

El sol saldrá por el Oriente y se meterá por el Poniente, esto
marcará el principio o el fin del día o la noche 100

Intuición

Tan pronto salen las palabras de mi boca ya van de
regreso; cuando veo tu semblante, entiendo
el peso que hay en ellas 102

Compasión

La luz de tu mirada se turba ante la tormenta que se aveci-
na, tus ojos infantiles se vuelven cuchillos que
se clavan en mi corazón 110

Existencia

CAPÍTULO III

Razonamiento

Existo, pienso y sé que pienso y existo, por tanto,
soy un ser pensante 117

Presencia

La presencia del alma con su sublime encanto subsana
cualquier herida que haya dejado el tiempo 139

Integridad

El último aliento, la conjunción de dos caminos 144

Trascendencia
CAPÍTULO IV

Encuentro

El espejo y su reflejo, la presencia crea la ausencia 147

Compromiso

Hago lo que pienso, de esta forma, cuando pienso en lo que
hago sé qué he hecho y para qué lo he realizado 157

Aceptación

Respondo ante lo que hay aquí y ahora, con toda la fortaleza
de mi ser 161

Fortaleza

Yo soy el guerrero que guarda el castillo 168

Sabiduría

Yo soy el mago que todo lo sabe y todo lo puede 175

Creatividad

Yo soy el artesano creador de ese ser
de amor, barro y éter 180

Conciencia

Yo soy la conciencia que ilumina el faro del castillo 185

Amor

Yo soy el amor, luz de luna, luz de sol 207

Trascendencia

Yo soy la trascendencia, el horizonte que guía mis pasos 217

BIBLIOGRAFÍA 239

Andares. Análisis existencial del ser se terminó
de imprimir en el mes de agosto de 2005 en
los talleres de Palabra en Vuelo SA de CV.
Tels. 56 96 56 63 y 55 79 07 93.

Se imprimieron 1 000 ejemplares