El perdón en la vida cotidiana III 2
Prácticas 11
No me dejaré guiar por el miedo 11
Voy con el Ser 12
Me permito ser totalmente amado 13

ENTREGA 31

El perdón en la vida cotidiana III

Mil capas de perdón dejarán pasar la luz de mi Ser a mi vida humana

¿Cómo se aplica el perdón en la educación de los niños?

Perdonándoles constantemente. Nada más. Lo demás vendrá por sí solo.
El perdón no dual es una elección profunda, más allá del tiempo, en la conciencia. Para vivirla, la atención debe estar dirigida por la voluntad de verdad y es importante cierto bagaje en la observación interna, ya que la sutileza y complejidad de los engaños es bastante profunda. Cualquier camino no dual implica un comienzo del desapego por el mundo en el que, generalmente, no están los jóvenes interesados. No obstante, si un joven se ve interesado por el perdón, por supuesto que puede ser hermoso compartir lo que sientes y sabes a la medida de su interés, manteniendo la comunicación siempre en el ámbito de la cooperación y con las palabras que él pueda entender. Igualmente, puede ser sano y divertido compartir ejercicios de meditación con niños o explicar algunos enfoques a un muchacho que los encuentre útiles. Pero no exijas ni impongas en absoluto el perdón a nadie, no tiene sentido. Escucha atentamente los brotes de miedo, manipulación o urgencia que puedan surgir de tu interior.

Los adultos intentan por todos los medios evitar sufrimiento a los niños y creen que enseñar el perdón a los niños puede ser buena idea. Sin embargo, las ideas fundamentales del auténtico perdón son profundas y muy chocantes al respecto de las ideas del mundo que el niño está empezando a conocer. No es útil intentar proteger al niño del mundo mediante la enseñanza del perdón. El niño ha de crecer, admirarse por el mundo, dejarse sorprender e impresionar, luchar por ser el mismo, intentar abrirse camino siendo especial y luego rechazar el mundo. Más tarde llegará el perdón. Si un niño ya trae un recuerdo más avanzado que le lleva más allá de estas etapas, él mismo lo manifestará con claridad. La filosofía del perdón no dualista solo es aceptada y aplicada en la práctica cotidiana una vez que conoces a fondo el mundo, lo asocias con tu forma de pensar y descubres el programa disfuncional en la relación de todo ello. Este íntimo camino se hace por uno mismo y nadie lo puede recorrer por ti. Sin embargo, es totalmente efectivo usar el perdón como práctica interna constante con los niños. Los

resultados de paz y aceptación serán muy útiles para la vivencia del niño. Al fin y al cabo, el niño ha venido a estar con alguien que practica el perdón o de otro modo no estaría contigo.

¿Cómo sé cuándo he perdonado a una persona o a un aspecto de la mente?

Nunca. No sabes lo que va a pasar a la vuelta de la esquina, por tanto, solo puedes estar absolutamente seguro de tu estado presente. ¿Para qué ibas a establecer un juicio o un programa sobre tu camino? No te interesa saber si estás en el lugar 2 o 5 de un camino que desconoces por completo. Puedes saber con claridad que estás en paz ahora mismo, que no albergas pensamientos de ataque y defensa. Solo te interesa motivarte mediante el nítido discernimiento de los temores y apegos que se van desprendiendo, es decir, reconocer el poder del Ser y sus efectos en la verdadera paz mental que se va extendiendo, paulatinamente, en el fondo de tu mente, una disminución de temores y culpas que se acompaña siempre de serenidad, claridad y gratitud. Éste es el indicativo sutil y profundo de que el proceso está sucediendo constantemente. No te hace falta saber nada más. Lo mejor es ver y soltar cada nuevo intento de control por parte de la mente programada sobre el proceso del perdón. No necesitas juzgarte.

Debido a que percibimos inevitablemente personas y aspectos aparentemente separados, hablamos del perdón de cierta persona o de cierto aspecto [la pereza, el miedo]. Pero esto solo es una indicación útil para el discernimiento que te permite aplicar constantemente el perdón sobre las percepciones tal como aparecen. En verdad, lo que estás perdonando siempre es tu falso concepto de ti mismo, que es holográfico, interrelacionado todo con todo y cuya red está oculta bajo todas las percepciones proyectadas. Este proceso del perdón es vital, dura tanto como dura la percepción y acabará cuando perdones, finalmente, a tu personaje, al mundo, tu concepto de dios y, con ello, la idea de separación.

¿Cómo practicar el perdón frente a una persona que sufre?

Estate atento a tu interior y detecta tus sentimientos basados en ilusiones perceptivas. No compartas el sueño de sufrimiento o temor en el que pueda caer otra persona, sobre todo si es tu pareja, tu hijo o cualquier persona muy cercana a ti. Éste es uno de esos aspectos en el que el perdón tiene una perspectiva interna radicalmente opuesta a la del mundo. No compartir internamente el sueño de dolor del otro implica que tú despiertes de tu sueño de dolor. El otro es tu percepción y, si el otro sufre, lo estás soñando tú [mente]. Solo tú puedes despertar, no le exijas al otro que deje de sufrir. Perdónale, pues estás creyendo que te hace sufrir con su sufrimiento. Despierta tú por los dos internamente.

Deshaz toda idea de que compartir el sufrimiento es bueno. Has de desear realmente abandonar el sufrimiento y no ver en él ni un ápice de “utilidad”, “compasión”, "santidad", "divinidad" o "sanación".

¡Es sufrimiento! Tienes que elegir: paz o conflicto. Esta elección ha de ser clara en tu mente para poder unirte con el Ser, en el cual no hay conflicto en absoluto ni, por supuesto, sufrimiento. Suelta toda creencia en el sufrimiento para poder ofrecer verdadera paz interna y así despertar por los dos. No sigas creyendo que el otro es lo que ves. No es compasión verle débil e incapaz. No es compasión verle como un cuerpo. No es compasión creer en el dolor. No es compasión compartir lo falso. Solo comparto la verdad, esto es verdadera compasión.

Externamente no rechaces al otro en absoluto por su temor o por su dolor. Simplemente acompáñale y si es sincera, ofrécele tu paz y tu alegría. Tampoco intentes corregir su punto de vista, a no ser que te lo pida o tú sientas que te permite este espacio. La verdad no necesita ser defendida.

¿Cuál es la perspectiva del perdón con respecto al sexo?

El sexo es un aspecto del sueño, un programa muy intrincado del mundo de los cuerpos y las formas y tal como lo percibimos, forma parte del diseño del ego para establecer apegos, juegos de poder y especialismo, dependencia y culpa, todo ello a partir de algo tan profundo en el recuerdo de tu corazón como es la expresión original y verdadera del goce de la Relación.

Por tanto, toda experiencia que surja en este campo puede ser llevada al perdón. No hay diferencia entre ningún escenario en el cual surge un conflicto.

¿Es un estorbo? ¿He de renunciar al sexo? En absoluto, igual que no hace falta renunciar a comer ni a respirar. Desde la mentalidad del amor puedes ver el sexo como un símbolo de creatividad basado en la unidad, incluyendo los aspectos de goce, celebración y alegría.

Puede ser que la apetencia sexual disminuya según profundizas en la relación con tu verdadero Yo, una vez que uno vive la alegría de Ser. Igualmente puede ser que no suceda, sino todo lo contrario, un resurgir de la alegría y la frescura en el sexo. Esto no significa nada con respecto a tu proceso de paz. Como cualquier otro aspecto del personaje, no ha de ser programado, ni juzgado, ni controlado por ti como conciencia. Deja que sea el espíritu, como el alma de la relación de todo con todo, quien decida lo que tenga que ser en tu personaje. No es cosa tuya. En cuanto detectes un juicio sobre ti mismo, llévalo al silencio para soltarlo.

¿No contribuyo o refuerzo la dualidad al participar en cierto tipo de actividades, tales como el deporte de competición o mi inversión en bolsa?

Todo el escenario que rodea a tu personaje son memorias. Todas ellas son proyectadas desde el subconsciente colectivo y tu función desde la conciencia, es abandonar todo juicio para permitir que el

recuerdo de tu Realidad opere en el proyector, en el subconsciente de la mente que eres, la cual parece ser de muchos.

Mediante tu proceso interno de perdón cooperas conscientemente en armonía con la mente unida al Ser, que es de donde procede todo poder creativo y experiencial. Ayudas al todo.

Todo lo que haces en el mundo de los cuerpos es el producto, o el efecto, del programa colectivo proyectado, según un sofisticado guion imprevisible a modo de videojuego multidimensional proyectado en tu conciencia que te proporciona memorias personales. Por tanto, todo lo que aparece en tu vida... ¡no puede ser de otra manera! Llegar a la aceptación de esas actividades te llevará cada vez más directamente a dejarte de juzgar, como personaje y como mente. Como consecuencia, ganarás serenidad y claridad sobre tus aparentes decisiones personales al darte cuenta de que, realmente, son decisiones ya tomadas por la vida, que aparece en tu conciencia como aquello más razonable, práctico y con mayor sentido común que puedes elegir desde lo que sientes, lo que ves y lo que sabes.

Puedes perfectamente encontrarte haciendo esas actividades en la expresión del amor. Según agudices el discernimiento averiguarás si esto es posible para ti o si, por el contrario, toda la motivación que iba asociada a esas actividades eran solamente del miedo.

El famoso "investigador" siempre está elaborando nuevas formas de culparte por tener un trabajo u otro, porque te guste un hobbie u otro, porque hagas un deporte u otro. Cualquier escenario puede ser aprovechable para el perdón, tu trabajo sigue siendo interno. No intentes hacer un personaje "perdonador" o "santón", pues solo te estarías engañando a ti mismo. Detecta el juicio sobre lo externo y llévalo ante la verdad que mora en tu interior. Y, mientras tanto, tu personaje se irá adaptando dulcemente y por sí solo a la nueva mentalidad que estás descubriendo en ti. Recuerda que este camino espiritual solo espera de tu personaje que sea normal y corriente, que cambie a su aire, dulcemente, por sí solo. Déjalo en paz, déjalo ser y perdónalo una y otra vez, pues en tu personaje está reflejado el perdón al mundo. ¡El proceso es toda una aventura! Pero tu personaje no ha de ser necesariamente un aventurero –aunque podría-. La aventura es serena, dulce, interior, cotidiana y... plena de brillante gratitud. Una vida con sentido.

Me cuesta mucho poner límites y, cuando lo hago, me siento muy mal, pues creo que no estoy perdonando

En la dualidad que experimentamos continuamente en este mundo, es constante el proceso de aparente elección y rechazo. Si eliges caminar, has de rechazar quedarte sentado. Si te quedas sentado, estás rechazando caminar. Desde la perspectiva de lo individual, como el programa te hace creer que tú, particularmente, eliges una cosa y rechazas otra, te hace responsable de separar constantemente y, por tanto, culpable por rechazar. Éste es el motivo profundo por el cual toda

elección especial produce culpa escondidamente. Pues se está representando constantemente la elección del ego y el rechazo de la unidad.

Forma parte del camino de todos llegar de vez en cuando a momentos en los que el programa te hace creer que eres culpable por rechazar a alguien, protegerte o ponerle algún límite, norma o advertencia. Es evidente que, en la dualidad, no puedes vivir lo perfecto, pues la forma está diseñada para que, invariablemente, te encuentres con estas situaciones. Son inevitables. Y sobre ellas has de desplegar toda tu conciencia en dirección al perdón.

El verdadero problema es que, cuando suceden estas cosas inevitables, estas experiencias en las que has tenido que elegir a favor de tu personaje, el programa te puede hacer creer que debes juzgarte para aprender a perdonar. Esta trampa es muy correosa y ha de ser vista una y otra vez. El aprendizaje del perdón incluye una fluidez y una espontaneidad que poco a poco debe de ser totalmente aceptada como es: amorosa.

La fabricación del personaje "perdonador" es una sofisticación más del programa, integrando los nuevos conocimientos espirituales que van apareciendo en la memoria, con el objetivo de juzgarte una vez más.

Perdonar no significa, bajo ningún concepto, que debas permitir agresión alguna sobre ti. Pues, en lugar de defenderte, estás aceptando ser atacado y, ni una cosa ni la otra, tienen relación alguna con el perdón, sino con la condición dual de este mundo percibido.

En cualquier caso, el sufrimiento no tiene sentido.

Trátate con todo el amor que puedas y no confundas amor con sacrificio. Y, lo más importante, no permitas que ni la culpa–como si no fueras un buen "perdonador"-, ni tu afán de protegerte –estrategias de futuro-, ni tampoco tu afán de fabricar un personaje mejor –revisando "cómo debería haber hecho mejor"- desplacen tu propósito fundamental de sanar la mente en el presente y uniéndote a tu maravilloso maestro. El perdón es un proceso interno. Lleva todo esto a tu silencio, a tu sentir, hasta verlo contenido en ti, abandona la proyección y gana responsabilidad, recuerda que no sabes nada, vive tus pasos del perdón tres, cinco, dos o uno, tu decisión de perdonar, tu renuncia al control externo, recorre tu proceso del perdón interno, manteniéndolo vivo y a salvo de las injerencias del programa que solo desea hacerte incapaz mentalmente de cambiar tu percepción.

Si el perdón es interno ¿de qué me sirve en la vida práctica?

El perdón es el camino directo a la paz mental de mano del recuerdo habitual de tu realidad. Las consecuencias del perdón llegan a cada rincón de tu experiencia diaria y es, sin duda, lo que produce

más cambios auténticos, pues es un cambio de percepción interna y, todo lo que te rodea, no es otra cosa que una proyección externa de tu percepción interna.

La paz interna es lo más práctico que hay en el mundo. Sirve para: sentirte feliz, reconocer tu valor, regresar al agradecimiento, sentir todo con presencia y honestidad, comunicarte con libertad al necesitar menos defensas del personaje, abrir tu mente, despejar dudas, aceptar la claridad de la inteligencia compartida, tomar decisiones con la vida, sobrepasar temores, trascender tensiones, hacer brillar las relaciones, simplificar tu camino dejando a un lado todo aquello que no te interesa con honestidad, ver amor en todas partes, recordar la inocencia total y, finalmente, abrazar un propósito olvidado pero profundamente deseado de ser totalmente feliz en este mundo. Y, todo ello, sin ninguna necesidad de cambiar al mundo.

Sin duda, no existe nada más práctico en el mundo.

¿Cómo es posible que no haya personas especiales, aunque unos parezcan más despiertos que otros?

Es fácil entenderlo si te imaginas que todos vamos en un tren.

> *¿Qué más dará quién va en el primer vagón, o en el último, si, al final todos vamos a llegar al mismo sitio y a la vez?*

Somos una sola mente que se ve como muchas. Y esa mente que está experimentando su sueño de individualidad, es el tren. Cada uno de nosotros, conciencias que creen estar separadas y fragmentadas, somos los viajeros de ese tren. Si te fijas, por momentos tomamos distintos lugares del tren. A veces –si crees en la reencarnación puedes decir "en algunas vidas"- tomamos asientos que parecen estar más avanzados que otros. Este cambio de asiento lo vives incluso por épocas en las que te ves más lúcido o menos. Aquí la conciencia fluctúa, sobre la base de una mentalidad asentada, pero asediada por dudas subconscientes remanentes y confusiones representadas en las experiencias cotidianas.

Sin embargo, estamos haciendo siempre lo mismo en todas partes. Tú soy yo. Yo soy tú. Y nuestra mente hace lo mismo en cada juego de memorias con el que lidia.

No hay personas especiales. No tiene sentido la adoración ni el desprecio. Tiene total sentido que nos ayudemos unos a otros a aprender.

Desde que he comenzado a entender e integrar las ideas del perdón y la no dualidad, me siento desmotivado, algo triste, sin ganas. ¿Es normal?

Sí, es normal, aunque no necesariamente ha de pasar así. Es como si las cosas en las que tradicionalmente había depositado mi fe, mi valoración, mi gratitud, todo lo que yo sentía como mi amor, de repente, se quedaran sin sustento por mi nueva manera de ver. Porque la vieja motivación era ser especial.

En muchas ocasiones no es fácil reconocer que estamos accediendo a una nueva mentalidad que nos habla de la total felicidad, de la total paz, de la vida total. El ego nos hace creer que el único mundo que existe es el dual y la sensación que vivimos mientras todavía no aceptamos la realidad de otro mundo de Amor, puede llegar a ser de sacrificio, pérdida, desaliento, como si nos estuvieran despojando de todo lo que tiene valor.

Lo llamamos "duelo por el mundo". En realidad, lo que pasa es que habías depositado tu fe en lo que no tiene valor. Y, hasta que no reconozcas, poco a poco, que todo eso que pareces perder en realidad no significa nada y no es pérdida alguna, el duelo parecerá surgir de vez en cuando.

Creemos que, solo el mundo que percibimos, existe y que no es posible otro estado mental de totalidad, paz y experiencia del Ser-el cielo o la mente natural-, pues aún no podemos concebirlo como posible. Falta algo de experiencia espiritual antes de soltar este duelo, que es la que precisamente facilita la práctica del perdón. A cada experiencia de aceptación vamos recordando ese mundo real interno que nos llama de vuelta a Casa. Ese mundo real interno es Amor puro, es un nuevo mundo y reemplaza la vieja motivación por el auténtico motivo de tu existencia.

El mismo hecho de no creer en "otro mundo"-otro estado mental- hace más difícil experimentar su brillo en nuestro interior. Ese brillo está siempre presente, va adonde tú vas, está siempre dentro de ti, en tu mente y solo espera a que tu atención se dirija a él–unirte-. Es el brillo el que nos guía y el que nos puede llevar a perdonar también esta parte del proceso.[1]

Por tanto, solo falta reconocer que es la atracción del pasado o las memorias del mundo lo que aún nos está apegando –nunca mejor dicho- mediante a un duelo por nuestra percepción del mundo, al cual, aún en cierto modo, deseamos defender o proteger de la verdad, pues aún hay dudas. Y estas dudas forjan este duelo.

Como cualquier duelo, su resolución se fundamenta en la valoración del presente y en dejar ir las valoraciones del pasado. El mismo proceso del perdón, atendido día a día en sus tres focos, hará que se

[1] En UCDM, a esta parte inicial del proceso se le llama "deshacimiento". Consulta el Manual del Maestro, 4, I, A.

disuelva, poco a poco y dulcemente, toda duda sobre lo que tú realmente eres y, por tanto, toda duda sobre tu verdadero objetivo.

Me encanta este camino. He intentado compartirlo con mi pareja, mi familia o mis amigos y lo único que he encontrado han sido críticas y discusión. ¿Qué hago mal? ¿No debo compartirlo?

Este camino se comparte en sí mismo, pues es el camino de las relaciones y la unidad. No hace falta convencer a nadie, ni dar explicaciones complejas a reflejos tuyos cuyo objetivo, en este momento del tiempo, está aparentemente alejado de la paz interior. Mientras su propósito esté en otros parajes, no mostrarán interés por este camino. Y tienen todo el derecho del mundo. Son tan libres como tú.

Tú has elegido este camino porque te ha resonado internamente y ha encajado con tu objetivo profundo. Nadie te ha obligado, pues es imposible obligar a perdonar. No se te puede imponer nada en tu conciencia, pues aquí has decidido hacer de ello algo privado e individual donde solo decides tú. Y así es. En tu conciencia solo decides tú. Igualmente, esas personas que hay en tu entorno, viven esa conciencia individualizada en donde solo deciden ellas. Las ideas del perdón y la no dualidad son chocantes y contrarias al saber del mundo. Solo alguien que ya haya descubierto, en alguna medida, la enfermedad colectiva, es capaz de elegir un camino de sanación centrado solo en la conciencia. Quien no lo haya descubierto, seguirá buscando fuera, en el mundo, lo que cree que no tiene dentro. Y nadie podrá convencerlo de dejar de hacerlo. Ni tiene sentido intentarlo, pues no desea ser convencido.

Tienen todo el tiempo del mundo y, sin duda, en otro momento o en otro lugar, harán su camino, pues ellos son la misma conciencia que tú y es inevitable que se abra a la verdad, tal como un río desemboca en el mar. De modo que, para empezar, has de perdonarles, pues en ellos estás viendo proyectadas tus propias dudas y confusiones sobre el mismo camino de la paz.

La verdad no necesita ser defendida[2].

Permíteles recorrer su camino sin imponerles agenda ni horario alguno. Confía en la comprensión en su mente, pues así te abres a confiar en ella en tu propia mente. Igual que tú no puedes comprender algo hasta que no lo comprendes (y no antes) ellos están explorando otras memorias distintas y tienen todo el derecho del mundo a tomarse el tiempo que deseen concederse. Permíteles vivir su sueño, pues es el tuyo. Y despierta interiormente por ellos y con ellos, perdonando cualquier conflicto que

[2] El libro "Ecología Mental" incluye el enfoque "La verdad no necesita ser defendida"

parezca producirte su apego, su inconsciencia o su temor, pues no es más que el tuyo propio ahí, aparentemente separado.

Permite que la otra persona siga su propio camino de comprensión al ritmo que su mentalidad le permita y, cuando se te muestre como un verdadero buscador, interesado y abierto, dale tu luz con palabras. Hasta ese momento, tendrás que conformarte con ser la luz misma, en lugar de hablar de ella. Enseña lo que has aprendido sin explicaciones.

Prácticas

No me dejaré guiar por el miedo

Enfoque

Mi inocencia es mi seguridad

El pasado de nuevo aborda mi conciencia,
un recuerdo de dolor disfrazado
de anticipación y defensa.
Ahora una luz encendida lo delata
lo he visto, es miedo, es memoria, es falsedad.
*
No me dejaré guiar por el miedo
pues mi inocencia es mi seguridad.
*
Soy inocencia, soy paz, entrego el pasado,
suelto la ilusión de ser una víctima.
Te doy mi creencia en el castigo,
ya no la necesito.
Te entrego mi futuro
suelto la desconfianza en la vida.
Me dejo en el Ser.
*
No me dejaré guiar por el miedo
pues mi inocencia es mi seguridad.
*
Me uno al Ser y escucho...
*
Gracias por permitirme ver la verdad
y así abandonar al temor y sus locas enseñanzas.
¿Cómo voy a merecer otra cosa que el amor?
Nada se puede solucionar desde el miedo,
no necesito volver a comprobarlo.
No me dejaré guiar por el miedo.

Voy con el Ser

Enfoque

No tengo que hacerlo solo

No estoy solo.
Nunca lo estuve.
A cada paso que doy,
el Universo entero lo da conmigo.
La Vida constantemente se me ofrece
para compartirme su inteligencia infinita,
su amor y su plenitud.

*

A cada paso que doy,
allí donde esté,
en todo momento,
voy con el Ser.

*

Ser, Vida, Inteligencia,
me rodeas, me impregnas...
Vivo en Ti.

*

Creía que en mi pequeña mente
no podías entrar,
mas solo era yo quien te vetaba.
Renuncio a la soledad,
te abro mi mente.
Voy contigo.

*

No tengo que hacerlo solo, no tengo por qué sufrir,
no importa el tiempo, ni la forma, ni el lugar,
vaya donde vaya, mire donde mire,
voy con el Ser.

Me permito ser totalmente amado

Enfoque

Recibo la sanación

Me permito sentirme
totalmente amado,
totalmente aceptado,
absolutamente inocente.
No hay nada que temer,
soy totalmente amado.

*

Y la vida fluye en mi centro
sin interrupción ni obstáculo alguno.
Mi corazón, liberado y feliz,
irradia la luz que se expande en mi sentir.
Me permito ser.
Me permito ser totalmente amado.

*

El viento me ama, el sol me ama,
el agua me ama, la tierra me ama,
el universo me ama.
Tú me amas.
Me permito ser totalmente amado.

*

Te amo, te amo, te amo.
Soy amor, amante y amado.
Soy Vida pura y sin fin.
Recibo la sanación.
Me permito ser.
Me permito ser totalmente amado.