

¿QUÉ ENERGÍA
estamos usando:
MIEDO
o **AMOR?**

LECTURA PARA ACOMPAÑAR
EL CAMINO DE LA **SIMPLEZA**

Bevione

ENERGÍA

Hay dos energías que nos mueven. Una es la del miedo y la otra, del amor. Estamos en una o en otra. Con cada decisión que tomamos estamos acercándonos a una de las dos.

La energía del amor llega del alma y se siente en forma de paz interior. Se confirma en esa profunda sensación de bienestar que ocurre a la altura del pecho. **Si es miedo, se siente todo lo opuesto.** Nos sentimos ahogados, enojados, tristes. Nos cerramos y nos preocupamos. Si no lo hacemos consciente, aparece la violencia y las ideas de manipulación o control. Se siente definitivamente mal. Y esa sensación puede ser más obvia a la altura del estómago. Sentimos que algo nos aprieta, nos comprime, nos asfixia. Esa es la energía del miedo sostenida en nuestro cuerpo.

Por lo tanto, es sencillo reconocer qué energía estamos usando en cada momento. Si la experiencia física es de bienestar, de apertura y de paz, el alma está a cargo y eso que vamos a hacer o decir está alineado con un propósito mayor, el que el alma reconoce.

Si lo que sentimos es malestar, lo que generaremos viene desde lo más oscuro de nuestra personalidad y el resultado será no menos que caótico. No podemos confiar el gobierno de un país a alguien que no conoce sus reglas. Tampoco podemos darle al ego el control de nuestra vida. Porque si la vida fue diseñada por una fuerza superior, **¿qué puede saber el ego de lo que es lo mejor para mí?**

Ante una decisión, antes de expresarnos o tomar acción, observemos cómo nos sentimos. Si la respuesta es en paz, confiemos y entreguémonos. Si lo que sentimos es malestar, detengámonos y volvamos a elegir.

La energía del amor es luminosa. Y esta descripción no es poética ni mística, sino física.

La vibración de la energía del amor es tan elevada en su frecuencia que, si nuestros ojos pudieran percibirla, lo que a veces ocurre, **se percibiría en forma de luz.**

Es cada día más común entre los niños comentar sobre la luz que ven en el contorno de una persona o que nosotros podamos ver “un brillo especial” en algunas personas. También las hemos imaginado en las personas que llamamos santas. Quizás, no son necesariamente iluminadas, pero **en ellas prevalece, al menos en ese momento, la energía del amor.**

El miedo, por su lado, es oscuro. Es lógico que hayamos relacionado el miedo con los espacios oscuros o las películas de miedo, con las tinieblas. **El miedo, por vibración, es tan denso, que la energía que lo sostiene es opaca.** Así como solemos describir a personas que viven en el miedo: oscuros, densos, tenebrosos. Sus personalidades están inmersas en esa energía.

El amor es luz, el miedo oscuridad.

Y cuando no hay luz, no podemos ver. **Cuando no vemos, nos inventamos lo que está ocurriendo, especulamos y nos preparamos para encontrarnos con lo peor.** Y si llegamos a ver algo, lo vemos de una forma extraña que lo llamamos fantasma.

Eso es lo que nos sucede cuando sostenemos la energía del miedo. No vemos lo que realmente está sucediendo, nos inventamos una historia, quizás la peor de ellas, y comenzamos a ver fantasmas.

Así de simple. **Cuando no hay amor, hay miedo.** Cuando hay miedo, hay oscuridad. Y en la oscuridad nos inventamos una historia. Y en esa historia comenzamos a ver fantasmas. **Pero los fantasmas, fantasmas son.**

Hay quienes deciden enfrentarse a los fantasmas y pelean con ellos por años. Hay otros que van acomodando su visión para vivir en la oscuridad, se quedan en las tinieblas mirando la vida desde la especulación y el miedo. Pero hay otros que deciden hacer lo que más temen y lo único que les ayudará a ver la salida: **¡encender la luz!**

Cuando no hay amor, hay miedo. Cuando hay miedo, hay oscuridad. Y en la oscuridad nos inventamos una historia. En esa historia, comenzamos a ver fantasmas. Y los fantasmas, fantasmas son.

Comprender que el miedo es oscuridad y que desde la oscuridad sólo vemos fantasmas, y que los fantasmas, no importa la forma que tomen, no pueden ser verdad, es fundamental para darnos cuenta lo verdadero y lo ilusorio del mundo que vivimos.

Si sufrimos, si nos sentimos incómodos, si hay malestar, es que estamos atrapados en la energía del miedo (lo opuesto al amor, a la claridad).

Por eso es por lo que deberíamos cuestionar lo que percibimos cuando no nos sentimos bien.

(Extraído del libro Espiritualidad para una vida más fácil, simple y abundante)

Bevione

JULIOBEVIONE.COM