

Bevione

LAS PREGUNTAS QUE DEFINEN

MI ENCUENTRO CON EL MUNDO

Volver a Mí



temas

¿ME RECONOZCO EN LOS DEMÁS?

En este mundo donde los cinco sentidos determinan lo que creemos que es real y lo que no, hemos pensado que todo lo que percibimos a través de ellos, al verlo afuera o a distancia de nosotros, nos es ajeno. Creo que lo que veo en ti es tuyo y lo que me pasa a mí, si es una respuesta a lo que tú dijiste o hiciste, tiene que ver más contigo que conmigo. La prueba de esto es que gastamos muchísima energía tratando de convencer, cambiar y ayudar a los otros, hasta enjuiciarlos y penalizarlos por lo hecho. Creemos que lo que sentimos es provocado por la otra persona y para dejar de sentirlo necesito que lo dejes de hacer. O, si quiero sentir algo especial, sentirme importante o valioso, por ejemplo, la tarea la hago también con el otro: le explico lo valio-

so que soy, trato de que lo acepte y actúe en consecuencia, sin llegar a entender que sentirlo depende de mí, y que el no sentirlo yo, conmigo, hace que te lo pida a ti. Y aun cuando trates de complacerme no será suficiente, porque no puedo recibir de ti lo que no me he dado.

Por eso, esta pregunta nos lleva a mirarnos a través de los otros. ¿Me reconozco en los demás? Te miro a ti, pero me ocupo de mí. Si estás diciendo algo ofensivo y yo me lo creo, antes de pedirte que te calles o cambies de opinión, me escucho a mí a ver por qué me he tomado tan personal algo que no nació de mí. Y podré darme cuenta de que, en algún punto (lo más probable de manera inconsciente), eso que me molesta al escuchar de ti es porque yo me lo estoy diciendo en voz baja, muy baja, porque no lo quiero escuchar. Aquí aparece la necesidad de escucharnos. ¿Me escucho?

Esto no se trata de estar de acuerdo o no con lo que recibimos de los demás. Sino que, **antes de dispararnos a tratar de analizar al otro y reaccionar, pongamos la lupa en nosotros revisando qué nos pasa con eso que estamos viviendo.** Aprovechar la oportunidad de ver en esa experiencia con el otro, lo que me sucede a mí. Si hemos ido incorporando las preguntas anteriores, «¿me escucho?», «¿me siento?», «¿me acepto?», «¿me incluyo?», resultará natural y espontáneo que, ante la presencia del otro, nos observemos nosotros.

La respiración, de manera consciente, nos puede auxiliar en estos casos donde, sin advertirlo, ya estamos perdidos en el otro y alejadísimos de nosotros. Por eso, cuando comencemos a perder la paz ante alguien, renunciemos a irnos hacia la otra persona, que será el impulso natural, y démonos unos minutos para nosotros. En ese momento, no vayamos al análisis ni a una observación crítica, porque

habrá mucha emocionalidad y la mente disparará ideas para distraernos. **Simplemente cerraremos los ojos, y respiremos profundo, lo más profundo posible, varias veces.** Al abrirlos podremos tener más calma y obedecer esta voluntad que va tomando fuerzas, la de volver a nosotros.

¿USO LA ENERGÍA DEL AMOR?

De todas las energías disponibles en este planeta, el amor es la más elevada. Quizás por eso la figuramos con una luz, la identificamos con los sentimientos más puros y nobles y hasta llegamos a relacionarla directamente con Dios. El amor, a su vez, no tiene una existencia por sí mismo, sino que cobra fuerzas cuando se relaciona con un gesto, una actitud o una acción. No podríamos sentir amor por el amor mismo, sino que recibimos su energía en un abrazo, en palabras o en un paisaje. El amor está presente en todo lo que existe, a veces de manera muy pequeña, otras en abundancia.

Esta participación del amor en todas las experiencias terrenales no depende del amor en sí, sino de la conciencia de quien está dispuesto a usarlo. Una persona que está haciendo algo en perjuicio de otra

tuvo acceso a hacerlo diferente, con amor, pero eligió lo que su conciencia, nublada por el miedo, le dejó ver. Pero el amor no estuvo ausente. Estuvo disponible, solo que fue ignorado.

Si queremos ofrecer lo mejor de nosotros, ofrecemos la energía del amor. Esto no siempre coincide con lo que hemos aprendido que es el amor. Por ejemplo, si estoy envuelto en una conversación en la que comienzo a sentirme atacado, no logro reconocer lo que es mío y pongo toda mi energía en el otro, seguramente contraatacaré. Pero si estoy decidido a usar la energía del amor, podría tomar distancia y alejarme. Esto, desde mi razón, sería un acto de escapismo, de evasión y hasta de cobardía por no animarme a enfrentar la situación. «Estoy siendo agredido y debo defenderme», es lo que la personalidad me dirá. Pero lo que ofreceré no será amoroso, la evidencia es que de antemano perderé la paz. Por lo tanto, alejarme, en este caso, es lo más

amoroso que puedo ofrecer en ese momento. Esto no quiere decir que alejarse en todos los casos sea amoroso, pero lo es en esta circunstancia. **No hay un manual para definir qué acciones son amorosas, excepto una regla muy clara: si lo que voy a hacer, decir, decidir o pensar se siente en paz, lleva impregnada la energía del amor.** No siempre cumplirá con mis agendas o las agendas y expectativas de otros. Pero será lo más amoroso. Y si la energía del amor está presente ya hay ciertas garantías dadas: podremos ver con más claridad y serán los ojos del alma, ya no nuestras razones, las que nos mostrarán la verdad. Y allí, la compasión, la comprensión, la confianza y tantas bondades del alma se facilitarán.

Así también con todo lo que hagamos, y no necesariamente en situaciones conflictivas. Cuando tenemos un anhelo por hacer algo que sentimos propio, puede ser un proyecto o un viaje: ¿qué pensamos

de eso? ¿Qué decimos de eso en nuestras conversaciones? ¿Nos esforzamos en tomar acciones que nos hacen perder la paz, pero insistimos porque queremos controlarlo? Si en alguna respuesta nos damos cuenta de que no nos sentimos en paz, debemos tomar conciencia que por un lado estamos plantando una semilla que esperamos que crezca, y por el otro, en lugar de regarla con la mejor agua, que es el amor, le estamos poniendo piedras y terminaremos por ahogarla. Lo que se hace con amor crece, se expande y se fortalece. Cualquier otra energía podrá crear algo similar en el mejor de los casos, pero no podrá sostenerse. El amor es vida, y donde no permitimos que el amor habite, la vida no ocurre.

Quizás con lo que más hemos relacionado la energía del amor es con las relaciones, tanto las personales como las de pareja. En estos casos, es fundamental que la energía del amor esté presente, está tan claro que les llamamos relaciones amorosas.

Pero a veces nos quedamos en formatos de amor que son sustitutos de esa preciosa energía y no llevan impregnada la luz de su esencia. Si lo que quiero es generar, sostener y crecer en un lazo amoroso contigo, ¿cómo me siento con lo que te digo? ¿Cómo se sienten los pensamientos que tengo hacia ti? ¿Cómo me siento en mis actitudes y mis acciones contigo? Si hay amor, habrá paz.

Sé, de primera mano, que esto no es tan frecuente como imaginamos. Por ejemplo, encuentro personas que no expresan lo que sienten a su pareja por miedo a ser rechazados, y creen que hacen esto por amor, para cuidar a la otra persona. Lo cierto es que no están en paz y eso no dicho genera un silencio que los va alejando, aun cuando estén cerca físicamente. ¿Qué nos sucede, por qué no podemos llevarnos bien, si yo hago todo lo posible por no preocuparlo?, me preguntan. «Sucede que lo que estás haciendo es una gran estrategia de tu personalidad,

pero lo que la otra persona siente es desconexión, porque la energía del amor, en este caso, no está presente. Dile lo que sientas de la forma más amorosa posible. Es decir, busca tu paz con eso que te preocupa, y luego busca una manera de expresarlo para que se sienta en paz. Aun cuando lo que digas no sea esperado, o creas que te alejaría de tu esposo, él se sentirá amado y respetado, que es una de las formas de amor más útiles para el ser humano».

La energía del amor se siente, se reconoce en la paz que experimentamos cuando estamos en contacto con ella. Si nos sentimos en paz, demos el paso. Si no, aun cuando esa acción represente lo más amoroso según nuestra personalidad, detengámonos y revisemos si eso es lo que realmente queremos compartir.

¿RECONOZCO Y RESPETO MIS DONES?

Nuestro destino no es negociable. Con esto no contradigo otra verdad: todos tenemos, por nuestra conciencia, el derecho al libre albedrío. El destino es del alma y afecta a nuestra esencia y, por su lado, la personalidad tiene la libertad, según el uso de la conciencia, de vivirlo a su manera.

Mi don es el de comunicar. Eso le da un claro camino a mi propósito de vida: esto es lo que vine a hacer. Es decir, hacemos lo que somos para poder desplegar nuestro destino. Ese destino no es negociable. La manera que yo lo haga es mi elección, así como los fines para los que utilice cada acción inspirada desde mi don. Pero no puedo sentirme en propósito haciendo lo que se me dé la gana. No porque no pueda hacerlo, ya tengo la libertad de elegir, pero

solo me sentiré en propósito asumiendo lo que vine a hacer.

De alguna manera, el alma diseña ese camino que vamos a recorrer en la experiencia física y lo va mostrando desde que llegamos al mundo. Si observamos a los niños, notaremos la emoción con que responden a ciertos juguetes o actividades, o la honesta indiferencia hacia otros que los mayores pueden catalogarlos más valiosos o importantes. Esas primeras experiencias nos van marcando un camino, escrito en el alma pero que no es revelado hasta que lo sentimos viviendo experiencias físicas. He hecho hincapié en que el alma nos habla a través de lo que sentimos, y el gozo es el llamado de atención cuando nos quiere mostrar lo que está para ser vivido, experimentado y, por supuesto, desarrollado.

Aun cuando la personalidad pueda demorarlo, disfrazarlo o confundirlo, el alma no negocia su des-

tino. Puede que sea al final de la vida física, si es que nos hemos distraído, pero **nadie se va de este mundo sin entender para qué está aquí y haber vivido, aunque sea un instante, esa experiencia.**

A veces, nos confundimos porque creemos que, porque no hemos «vivido» de eso, tal como se le llama a ganar dinero por un trabajo, estuvimos esquivos a propósito. Y es que quizás no hemos cobrado por nuestros dones, pero no podríamos haber sentido propósito en nuestra vida si no los hubiéramos ejercido de alguna manera. He comentado que entre mis 20 y mis 30 años trabajé en muchos tipos de labores, desde vendedor de pizzas hasta diseñador de zapatos. No tenían una relación directa con mi don, pero la manera en contactar con los clientes que llamaban para pedir envíos de pizzas a sus casas era muy similar a la que hoy puedo tener con personas que se acercan a compartir algo de lo que hayan escuchado de mí en las redes sociales o en una confe-

rencia. En otro contexto, mi curiosidad en la escucha y la agudeza en una respuesta no eran las de un vendedor de pizzas común. La comida, en este caso, era la excusa, pero la conexión, que me permitía comunicarme con ellos, era lo que me daba fuerzas para sentirme vivo en esa tarea. De igual manera, no pensaba tanto en el zapato como en la necesidad que esa persona tenía para comprarlo, la mayoría de las veces necesidades emocionales que podía identificar, y el nexo era lo que tenía a mi alcance en ese momento: un par de zapatos. Ese interés mantenía mi fuego interior encendido. Hoy es este libro, que me facilita aún más ejercer mi propósito. Pero no son los elementos, sino la intención que le damos y alinear esta al propósito del alma.

Por eso, esta pregunta cierra este proceso que nos ayuda a volver a nosotros. Nos escuchamos, nos sentimos, fluimos y permitimos, nos incluimos, nos vemos a través de los otros, usamos la energía

del amor, y con todo esto nos sentimos firmes en nuestro espacio conviviendo y compartiendo en armonía con el resto de la humanidad. Digamos que habremos comenzado a jugar ordenadamente el juego de la vida. Pero, si no asumimos nuestros dones y nos ponemos en función de ellos, habrá un vacío que no se sentirá mal, que no tiene relación con la tristeza ni sentiremos angustia, pero habrá un anhelo por sentirnos más comprometidos e involucrados con la vida en su sentido más profundo. Y allí es cuando debemos revisar si hemos reconocido y somos obedientes a los dones que el alma trajo para compartir.

Un ejercicio muy simple para identificarlos es revisar en lo vivido, todos los momentos donde nos hayamos sentido plenos. Incluso cuando hayamos estado atravesando una dificultad, identificaremos una fuerza en nosotros que nos mantenía conectados profundamente a la vida. ¿Qué estába-

mos ofreciendo? ¿Qué cualidad natural florecía espontáneamente? ¿Qué actividad estaba relacionada con eso? ¿Qué era lo que los demás valoraron de eso que ofrecimos? ¿Por qué nuestros amigos eligen conectar con nosotros en determinados momentos?

Detrás de estas preguntas, irán apareciendo respuestas comunes que nos marcarán una línea escrita por el alma. Atenderla terminará por darle a nuestra presencia en el mundo un sentido único, y crecerá el entusiasmo en ir más allá de nosotros, ya no para escapar o evitarnos, sino para extendernos en cada acción que ofrezcamos al mundo. Ya habremos vuelto a nosotros para nunca más abandonarnos.



Bevione

JULIOBEVIONE.COM