

BASTA!

de mediocridad

Oswaldo J. Nadal



BASTA!

de mediocridad

Por Osvaldo J. Nadal

Introducción

Como contrapartida al libro anterior “Humanos – manual de usuario” este libro complementa perfectamente los conocimientos para avanzar a una vida más congruente y con sentido de integridad, sabiendo que aún las vicisitudes se presentan y la tendencia a volver a caminar por senderos ya recorridos es una tentadora opción de nuestro yo anterior. De aquel que se conformaba con poco y al que muchos le decíamos “migajero”.

ÍNDICE

PENSAMIENTOS	7
LA SOLEDAD	16
MANIPULACION	28
EL PERDON.....	38
NIVELES DE CONCIENCIA	45
CASUALIZAR	53
¿Y COMO HAGO?	62
¿Y QUE QUIERO?.....	69
EL PROBLEMA NO ES PROBLEMA	76
¿INVOLUCRADO O COMPROMETIDO?	87
ESTRATEGIAS.....	94
ESTUDIAR?	100
LA INCOMODIDAD DEL PROCESO	106
LA FRUSTRACION	114
EL FRACASO	118
POR ÚLTIMO	121
AGRADECIMIENTOS	128

PENSAMIENTOS

CUANDO LA MASCOTA CONTROLA AL AMO



NO TODO LO QUE PIENSO SOY YO.

Pensamientos sanos, son aquellos que duelan o no, y sin embargo pueden ser sanos.

El ego cae en el error y nos divide cuando terminamos creyendo que existen dos mundos, el del bien y el del mal.

Pensamientos inconscientes son manejados por el ego.

Pensar en positivo o negativo es una cárcel ya que te cierran o limitan a eso. Pueden ser sano y no positivo como cuando duelas la pérdida de alguien.

Tienes que lograr controlar tu mente, y no que la mente te controle. ¡Atención! no dije "tienes que intentar", dije TIENES QUE LOGRAR.

El exceso de pensamientos provoca algo tan indeseado como la ansiedad

Los pensamientos deben ser:

Armónicos e Integrales, en lugar de positivo y negativo.

La ansiedad es normal, y es una emoción. Y como toda emoción llevada al extremo no es sana como ya lo expresé con ejemplos en mi libro anterior.

La ansiedad se puede usar como aliado siempre la integremos, o sea, la pasemos por el proceso de Aceptación.

La ansiedad trae pensamientos que, si no son auditados por nosotros, terminamos siendo presos de esos pensamientos.

Y esos pensamientos a veces no son nuestros si no que son heredados, por nuestros ancestros (padres, abuelos, bisabuelos etc.) Entonces no eres tú quien decide pensar si no que han pensado antes por ti y tú lo has creído.

Ej. En mí familia somos así, (como ya dije en el libro

"Humanos manual de usuario") Los Rodríguez hacemos esto o aquello.

Ese condicionamiento es una idea representada en tu mente la cual de manera ya inconsciente y automática responde por ti ante determinada situación.

Y como dicen los chamanes, un mito saca otro mito, tú puedes auditar esos pensamientos y reemplazarlos por algo más funcional a tus objetivos. Algo más armónico, dándote la oportunidad de ser íntegro (pensar, decir y hacer en un solo sentido) solo es cuestión de hacer algunos ejercicios clave para dominar esos pensamientos. Ergo disminuir o llevar a un plano más gestionable las emociones (ansiedad)

El sobre pensante, ansioso, posee una carga de soberbia y orgullo importante, y recordemos que es algo inconsciente, entonces todo lo que su mente dice, lo cree...y se repite a si mismo frases como:

" Yo delante nadie lloro."

" No le voy a pedir perdón."

" No me puedo mostrar débil ante los demás."

" No le voy a confiar mis secretos porque se puede agarrar de ahí para luego doblegarme y provocarme dolor."

Esto lo limita en su actuar y se reprime.

La ansiedad es la gran alerta que nos dice:

HEY!! ¡¡¡PRESTA MAS ATENCIÓN EN TI!!!

Deja de estar al tanto de tener el control de los hijos.

Deja de estar al tanto de tener el control de tu esposa o esposo.

Deja de estar al tanto del qué dirán.

Entonces las personas que son muy soberbias, quieren tener control de su entorno, tienen un ego muy grande haciéndonos creer que esa persona es fuerte y pueden con todo, y no se dan cuenta que no se puede controlar todo, todo el tiempo, y menos reprimir esas emociones que no quieren mostrar ya sea por debilidad o lo que su universo mental les haga creer.

Si le preguntas a un ansioso ¿cómo estás?? Te responderá siempre que está bien...y no es cierto porque no te va a decir que está teniendo sexo con quien no ama, que no tiene orgasmos, o tiene

problemas económicos o tiene cosas no resueltas, una catarata de pendientes sin resolver y de emociones sin salir.

Es ahí entonces cuando quiere volver a controlar todo y no puede, le genera ansiedad. Y todo se empieza a derrumbar. Entonces la ansiedad nos invita a movernos y soltar el control.

Si la persona está cansada de sufrir su ansiedad un día derrumbándose le preguntas

¿Qué es lo que tienes ganas de hacer?

Seguramente te dirá "llorar" y si le dices, bien, entonces llora, te dirá que no le sale y esto es porque está acostumbrado a reprimir el dolor, a reprimir el amor, un "te amo", a reprimir lo que su cuerpo le dice que hacer.

Ahí es cuando la persona creyendo que no hay salida, busca la forma externa de solucionarlo y es entonces cuando va al psiquiatra y con un ansiolítico o un antidepresivo, se anestesia la vida y eso, cree que es vivir... Y no hay nada más mediocre que trasladar nuestros problemas a que los solucione otra persona.

El ansioso quiere derechos de adulto con responsabilidades de niño. O sea, es miedo a vivir.

Por qué está siempre en el futuro.

Miedo a perder lo que tengo y ansiedad por no tener lo que quiero.

Y esto se da por padres ausentes, o peor aún.

Papás extremadamente presentes.

El ansioso es además de irresponsable, dependiente, perezoso e infantiloides.

Los pendientes son parte del sistema rumiante del pensamiento. Y esos pendientes como, no jugar con tus hijos, no responder de manera afectiva con quienes te rodean, no visitar a tus padres por qué traes broncas y resentimientos, son manifestaciones de lo que tu cuerpo quiere hacer y no puede porque lo reprimes. Por qué te pones excusas, tiempo, horarios, actividades, siempre hay algo que "te impide hacerlo" o por lo menos te cuentas esa historia, y te la crees. Y como te la crees lo creas, entonces es obvio que vas a sentir ansiedad. Si todo el tiempo te postergas. ¿Total? *¿quién va a juzgarte de tu propio abandono y mediocre vida?*

Entonces estos pensamientos, que condicionan son estados que creaste en tu mente, ya sea consciente o no, pero están ahí para mostrarte

algo. HAZTE CARGO DE ELLOS! Ejecuta, deja de vivir en culpa o con miedos que solo existen en tu mente.

Dios, La fuente, Mahoma, Buda, el Universo, pon le el nombre que quieras, pero Eso, te dio un solo cuerpo y una sola vida para que te hagas cargo, y es la tuya!

Haz algo contigo para salir de ahí, pintura, arte, baile, gimnasio, estudia, presta atención a los pensamientos rumiantes que te detienen y paralizan.... NO TE ENCIERRES.

Recuerda esto:

M.I.E.D.O

Mirada Irreal de Evidencias Determinadas y Obstaculizantes

Practica la *GNOSIA*: (capacidad del cerebro para reconocer e interpretar estímulos sensoriales que han sido aprendidos previamente a través de los sentidos como la forma, color, textura, olores, etc.)

Actividad.

Concéntrate en algo, un objeto, y contempla su forma, material, estructura, sonido...aunque sea x un minuto logramos controlar lo que pensamos.

Haz lo mismo con una canción, escucha cada instrumento por separado, una guitarra, por un lado, el piano por otro, los coros atrás. Concéntrate lo que más puedas y el tiempo que más puedas.

La idea es concentrarse en el AQUÍ Y AHORA.

Este ejercicio te dará el entrenamiento suficiente para que Tú puedas controlar lo que piensas, siendo consciente de que lo haces porque Tú lo decides. También te servirá para más adelante practicar por ejemplo "meditar" ya que a muchas personas les cuesta dejar la mente en blanco debido a que no tienen un entrenamiento mental para guiar su cerebro a que piense lo que la persona quiere y ordena pensar.

EN LA ANSIEDAD TODO LO QUE SE IMAGINA EL ANSIOSO, LO CREE.

Sal de ahí. Regálate algo gratis y que no tiene precio, que se llama bienestar.

Integra pensamientos positivos y negativos, porque para encender tu luz interior tienes que unir ambos polos.



“NO SIEMPRE ERES TU EL QUE PIENSA. MUCHAS VECES NUESTROS PENSAMIENTOS NO SON NUESTROS, SI NO DE QUIENES NOS PROGRAMARON EN NUESTRA INFANCIA. EN DEFINITIVA, SOMOS LO QUE LOS DEMAS HAN QUERIDO QUE SEAMOS Y SALIRNOS DE ESE ESQUEMA NOS GENERA MIEDO Y CULPA”

Anímate al cambio, no viniste a este mundo a quedar bien con nadie más que contigo.

LA SOLEDAD

*“El trauma del guerrero.
Aquel que vive en estado de supervivencia, no
conoce la sensación de hogar, solo se refugia en
trincheras” Oswaldo Nadal*



Miedo a la soledad

El miedo a la soledad tiene sus orígenes en la antigüedad cuando el hombre comenzó a depender de otros para organizarse y así poder cumplir con sus metas biológicas. De hecho, en la antigüedad, el ostracismo como castigo era uno de los peores que podía imponerse sobre una

persona. No hay nada más indefenso al nacer que un ser humano, que ni si quiera tiene el poder de sostener su propia cabeza. La dependencia hacia otro ser es vital para su propia existencia, y su ego, va a permitirle como único lenguaje, el comunicarse a través del llanto con su madre. Y luego conforme se vaya desarrollando su psique y su unidad motora (su cuerpo) irá adquiriendo independencia. Y es ahí en ese periodo de aprendizaje y crecimiento donde se van a formar las ideas sobre lo que el significado de la soledad tiene en sí. Cabe destacar que, como castigo, el ostracismo (es un comportamiento que consiste en aislar, ignorar, rechazar o excluir a un individuo) al ser el hombre un ser social, era prácticamente una condena a la infelicidad. Según una encuesta realizada en 142 países, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha determinado que casi una de cada cuatro personas adultas se siente muy o bastante sola:

- La OMS ha declarado la soledad como una prioridad sanitaria mundial.
- La OMS ha creado una comisión para abordar el problema y encontrar soluciones.
- La OMS define la soledad como el sentimiento subjetivo que resulta de una discrepancia entre las conexiones sociales deseadas y las reales. De hecho, en Japón, existen personas en la calle que

se “rentan” o se alquilan por un determinado tiempo a los fines solamente de compañía. Y no tiene nada que ver con lo sexual, si no con una cuestión de tener a alguien con quien compartir algún determinado momento.

La soledad como desolación.

“la soledad nos da miedo porque con ella caen todas las máscaras” del libro “El arte de estar solo” por Francesc Torralba.

Estamos tan al pendiente de los demás, que incluso nosotros mismos cuando nos preparamos para algún evento y nos probamos ropa, quienes no tienen miedo a la soledad, e incluso es porque tienen desarrollada una buena autoestima, no tienen necesidad de caer en la pregunta básica de: “¿Me veo bien? ¿Como me queda?” Mientras miramos con duda y estudiamos los gestos y miradas de quien hemos elegido de juez de nuestro vestuario.

Hay personas que soportan muchas cosas con tal de no estar solas. En sesiones he escuchado personas contar que se aferraron a los pies de su pareja para que no los abandone, aun cuando sabían que la relación no daba para más, o aun cuando sabían que no amaban a esa persona. O peor, aun sabiendo que eran víctimas de maltrato

físico, psicológico y hasta se contagiaron de enfermedades por simplemente tener miedo a la soledad y quedarse con el conformismo de una “paREJA”. Y escribo de esa forma porque una relación puede ser PAREja o paREJA que si bien se lee igual la primera opción (PAREja) es para cuando las cosas se hacen de a dos, o sea a la par, mientras que la segunda opción, (paREJA) habla de una cárcel, una condena. La dependencia, o codependencia forman un factor fundamental en esto. La dependencia emocional o “vertical” como la definía Gandhi, es aquella que se da en por ejemplo una madre con sus hijos, donde la madre se posterga, se anula como persona en pos de maternar. O donde hijos tienen que cargar con sus padres porque los padres no se hicieron cargo a tiempo de su salud o vida o simplemente porque algunos hijos creen que tienen que “devolver” a los padres lo que los padres naturalmente debían hacer por sus hijos. También están quienes no ven que hay abuelos que o se sienten tristes porque se sienten en el medio y molestan, o se sienten inútiles, y por ahí yendo a un hogar o residencia para ancianos, los pone mejor porque pueden desenvolverse con gente de su edad, ser útiles en algún lugar o simplemente buscar ese tipo de lugares como ocaso de la vida y querer morir en paz sin ser una carga para su familia. Gandhi

definía a la interdependencia como a aquellas personas que necesitaban, al estar inmersas en la sociedad, de personas con quien desarrollar una vida pero que estas personas, eran funcionales a un objetivo, o sea, a los fines de interactuar, ejemplo, el mozo del restaurante, el empleado de un supermercado, el médico, el psicoanalista, etc., etc. O sea, definía a la interdependencia como una dependencia “lateral” donde las personas pueden o no estar según el objetivo de cada individuo y aun con o sin ellas ser plenamente felices.

Es que es tan difícil estar solo con uno mismo, que imagínense lo difícil que es entrar a una habitación, sin wifi, sin teléfono celular, sin televisión, sin libros, sin nada que nos permita escaparnos de nuestros pensamientos. Incluso sin una cama donde acostarse ya que muchos se escapan en el sueño, o en el juego. Entonces estar completamente solos con nuestro pensamiento y absolutamente nadie más, por un mínimo de 2 horas. Para muchos es imposible y para los más osados es todo un reto que apenas si logran cumplir unos pocos minutos. Pero quienes han hecho una labor importante con su autoestima, no les es tan complicado porque es el momento perfecto que invita a la reflexión, a auditar lo que pensamos, decimos y hacemos. La soledad como tal, es un momento en la vida, como lo es el estar

acompañado. Ambas cosas están bien y son sanas si las elegimos desde el deseo y no desde la necesidad. ¿Porque no es sano si lo elegimos desde la necesidad? Por la simple razón que solo estamos buscando llenar un vacío. Y los vacíos, los agujeros emocionales, solo se pueden llenar sanamente si los rellenamos de nosotros mismos. Eso nos va a permitir no buscar en el exterior lo que bien nosotros mismos nos podemos proveer. Es por eso que una persona autosuficiente se ve como “raro” porque puede ser feliz con o sin compañía. Y esta perfecto que sea así, porque no depende de otro ser humano para llenar esos vacíos y ser feliz. Porque recordemos que la felicidad es un estado que se asume, y a pesar de. El problema es que no todos piensan que la soledad es agradable y que muy por el contrario es un espacio lleno de incomodidades, sufrimiento y vacío que solo lo puede llenar otro ser vivo. Pareja, hijos, una mascota. Sentir que alguien nos está esperando, que alguien se va a alegrar de nuestro regreso, o que nos levantaremos y estará ahí ese alguien para intercambiar palabras y momentos hacen que la soledad se sienta menos. Hay personas a las que le he preguntado “Hace cuanto que estas solo/a?” y me dicen, pues llevo años solo, y con quien vives? Con mamá, o papá, o mis hijos, o tengo 3 perros. Y no se dan cuenta que la

soledad no ha existido en ningún momento y que han ejercido la compañía de alguien 24/7. EL dilema de la soledad no es que hacemos en ese estado en sí, sino en lo que nuestra mente hace con eso. Así como los eternos solteros nunca imaginan una vida en pareja, o con hijos, o con sus padres, los que le tienen miedo a la soledad, no conciben un futuro que sea alejados de sus afectos. El dilema existencial que se nos presenta es cuando hacemos de una creencia limitante un estilo de vida, y en el caso de la soledad, es creernos que la soledad es un problema. Ahí es cuando mis juicios (que son subjetivos y solo de quien los hace) determinan que la soledad es desolación. Que estoy abandonado o abandonándome. Los seres humanos somos seres que nos comunicamos. Inevitablemente el ser humano necesita de sociabilizar. Pero no necesariamente sociabilizar quiere decir que cualquiera este contacto contigo. La elección de las personas que vamos a permitir que se nos acerquen es fundamental para tener un panorama mucho más acertado de quienes somos y en qué lugar del mundo estamos parados porque no podemos permitir que cualquiera interactúe con nosotros, pero seremos selectivos de acuerdo a nuestro contexto mental, a quienes les permitiremos dejar acercarse a nosotros.

El autoengaño inconsciente.

A la hora de buscar relacionarnos con otras personas, no nos percatamos de nuestra autopercepción. De cómo nos estamos auto percibiendo y mucho menos de auto aceptarnos. Desde que nacemos, nos creemos lo que los demás nos dicen “que somos”, si somos buenos en tal o cual tarea, si somos inquietos, tímidos, introvertidos, buenos en matemáticas o demasiado enojones, en fin, todo el universo de juicios que los demás hacen sobre nosotros, nos marcarán en las primeras etapas de nuestra vida. Y si de adultos, no nos percatamos de esto, y no nos ponemos en contacto con la responsabilidad que corresponde darnos cuenta que fuimos creciendo conforme la imagen nuestra siempre estuvo en el ojo del otro, vamos vivir una vida de complacencia hacia los demás. Nos volvemos títeres de la mirada ajena, y no nos damos cuenta que solo somos, y hemos sido construidos basado en el juicio, la interpretación, y la subjetividad de un observador que no somos nosotros. En pocas palabras, si no ponemos atención en esto, la historia que nos vamos a contar, es la que vamos a repetir como una grabación de lo que alguien en su juicio ya nos dijo que éramos. El problema es que la realidad es

subjetiva y depende de cada persona en particular. Que existen afirmaciones, pero también juicios, y que esos juicios siempre pero siempre tienen el sesgo personal y de cada uno.

El individuo es individual, pero también es social y colectivo, el ser humano “no es” si no que “va siendo” conforme va evolucionando en su vida.

La soledad como herramienta.

La soledad auténtica te lleva a una auto indagación de tus comportamientos, de tus apegos, de tus deseos. En definitiva, la soledad es fundamental para el autoconocimiento y para que te des cuenta el nivel de hipnotismo y anestesia que tienes en tu vida. Es por eso que luego de una relación de pareja, es fundamental tomarnos un tiempo prudencial (7, 10 o 12 meses) para hacer un ejercicio autoevaluativo de todo lo sucedido.

Detectar en el estado en el que estamos realmente. Que factores nos hizo buscar esa pareja o si tenemos patrones repetitivos a la hora de buscar una persona para relacionarnos. Desde donde elegimos, si desde nuestro deseo o desde nuestra necesidad. Cuestionarnos el lenguaje que usamos para nosotros como factor determinante a la hora de exponernos al mundo para encontrar a alguien. Y es lógico que vamos a hablar de la autoestima como filtro principal ya que es un

factor totalmente determinante en este proceso. La autoestima nos dará un pantallazo, solo si lo miramos desde afuera, de las personas que estamos permitiendo que se nos acerquen. Digo la autoestima porque basado en ella, y sus tres pilares, (autoconcepto, autopercepción y autoimagen) serán quienes utilicen filtros para que podamos elegir algunas personas y otras no. No es lo mismo medir con la carencia que trae como consecuencia el tener una autoestima baja donde los resultados van a ser pocos favorables en virtud del objetivo de lograr una soledad placentera a que si elegimos desde una mejor autopercepción, y autoconcepto esto nos traerá como consecuencia una diferencia importante a la hora de tamizar nuestro abanico social. Dicho esto, la comparativa entre una y otra marcan una diferencia. Por ej., Si mi medición de la autoestima es baja y no me doy cuenta, el solo mirar a quienes dejen acercarse a mi vida va a ser un medidor de la misma. Puedo dejar acercarse a personas que delinquen o tienen una vida basada en el consumo de sustancias, o personas que se comunican a través del conflicto, pero también podemos atraer profesionales, gente de cierto estatus social pero que también en su carencia de autoestima, son personas que se comunican desde la necesidad, y no desde el deseo. O dicho mejor, son personas que se

comunican desde la codependencia, porque no saben estar solos. Es aquí donde me quiero detener para que veas algo. Por que como definas a tu soledad, va a ser como vas a comunicarte luego con tu entorno. Si en tus juicios y tus valoraciones, a tu soledad le tuvieras que dar un puntaje y le pones un 4, o un 2, porque realmente estas pasando un momento incómodo al no saber convivir con ella, entonces solo bastará a que se acerque alguien con un 3, 4, o 5 para que se llegue y lo aceptes. En cambio, si tu autopercepción, autoconcepto y autoimagen (autoestima) es más elevada, tu juicio de la soledad será un 8, o un 9 y solo dejarás entrar a quien mínimamente tenga esos mismos valores. Porque entendiste algo básico. Tu tiempo no se lo das a cualquiera ya que pusiste mucha energía en ser quién eres hoy. Estar en soledad, es como ver en una Plataforma de películas, cualquiera de ellas, o como mirar televisión y buscar en la grilla de canales. Vas a buscar tantos hasta que alguno te llame la atención. Lo mismo en tu mente. Vas a pensar en cosas hasta que te concentres en una, y ahí es donde empieza la transformación. En concentrarse, en enfocarse, pero en uno. Con esto aprenderás a darte cuenta cuando actúa la programación por ti y cuando eres tú mismo. Esto durante los primeros días es incómodo, sobre todo

si vives con hijos, pero es hasta que vayas siendo cada vez más asertivo en la conversación interna, donde al fin y al cabo te darás cuenta que no te puedes mentir, que puedes animarte a sentir cosas que antes por culpa no sentías, y que no importa lo que suceda, la única persona a cargo de ti, eres tú mismo. Procura aislarte todos los días un poco para darte espacio para esto. Y he aquí la mejor parte. Todo esto, hará que aumentes la confianza en ti mismo. Confianza, CON FIANZA, tienes fianza, eres de fiar, eres confiable. Tus pilares de autoestima, están más elevados y tus decisiones comenzarán a ser otras.

No caigas en el error de el que se acostumbra a estar solo y que se volvió tan cómodo que se le olvidó lo que significa convivir con alguien.

Es muy común encontrarnos también, en el penduleo de las ideas, que o estamos en la soledad extrema, o en la compañía por necesidad, es por eso que, al acostumbrarnos a darnos placer siempre solos, nos olvidamos como convivir con alguien y al intentarlo nuevamente, sentimos que tenemos que “ceder” demasiado, cuando en realidad no nos damos cuenta lo que estamos ganando detrás.

MANIPULACIÓN

“Prepárate para ser rechazado cuando te niegues a ser manipulado”.



Quien genera su propia realidad y es consciente de eso no necesita manipular, porque se sabe generador de su presente. Pero quien no sabe que genera su propia realidad necesita de manipular. Pero es algo que se hace sin darse cuenta por que ha naturalizado la manipulación. "Yo soy alguien que jamás te traicionará". Por lo general, la persona que dice esas cosas no sabe que traicionará. Es el ego el que contesta, el ego en él necesita manipular la situación para que el otro crea o acepte su decir. Necesita modificar en el otro su percepción para ser aceptado. Eso es

manipular. Eso es crear la realidad en el otro desde mí egoísta deseo que se me perciba de determinada manera y no de otra. Cuando se habla, no se escucha, solo se habla y se está pensando que decir, pero cuando se escucha a la hora de hablar se transforma la manera de comunicar. Ej.: ¿La ballena no come porque va llena?

Lacan decía que *“lo más difícil es decir lo que se quiere decir y no lo que piensas que estás diciendo”*. La inteligencia (del latín *inteligere*, leer entre líneas) se trata de eso, de mirar con carácter investigativo algo, no permitiendo el dudar de eso si no entendiendo su por qué. De manera que al intervenir lo que se está diciendo, nos permite expresar con mayor claridad lo que queremos transmitir. Esto genera un nuevo camino en nuestro pensar y en nuestro circuito neuronal haciendo que en el proceso de expresar las cosas, tengamos un recato desde lo consciente y una ecología en el lenguaje haciendo que no se contamine una charla con oscuros propósitos detrás de lo que se quiere transmitir, en conclusión, nos volvemos más asertivos a la hora de manifestar nuestro mensaje y no necesitamos torcer el pulso del deseo en pos del egoísmo que genera cumplir con lo que se anhela o se quiere decir, pedir y/o transmitir. Cuando tomamos una

decisión con miedo, es porque ya hemos sido manipulados anteriormente. El miedo es una de las principales causas de manipulación, junto con la culpa. De hecho, los dogmas religiosos se basan en eso para poder tener fieles creyentes al servicio de ese dogma o religión. Si decidimos hacer algo relevante en nuestras vidas, y sabemos que las personas que tenemos cerca se van a enojar, ofender o hasta nos van a agredir con violencia (ignorar, insultar, aislar, etc.) tenemos que saber que antes de antemano que todo lo que vamos a recibir desde el exterior y que sea en contra de nuestra decisión, no es más que un reflejo de todo lo que ha venido sucediendo a lo largo de la historia de la relación que tenemos con ese entorno y que al romper con el patrón de la sumisión, vamos a dar paso a la Libertad que lógicamente para los demás no va a ser algo que les agrade. Pero como ya dije en mi libro anterior, “Humanos - manual de usuario” tú no viniste a complacer a nadie más que a ti mismo y del único cuerpo del que te tienes que hacer cargo, es del tuyo. *La manipulación es el arte de interactuar con otras personas sabiendo que mis intereses van a ir en contra de la voluntad de otros.* O sea que podemos manipular ya sea para “quedar bien” o simplemente para cumplir objetivos que, con

nuestro crédito propio, con nuestra elocuencia, no podemos lograr.

Cuando tomas una decisión parado en tus convicciones, tú te estás haciendo cargo de tu manera de pensar, sin tener la mirada juzgante del otro. Cuando decido por mí, pongo el foco en lo que yo deseo y no en lo que el otro piensa, y eso me hace total protagonista de mi vida y no un títere del deseo de los demás. La sociedad tiene muchos condicionantes, o sea muchas condiciones para cumplir si uno quiere ser aceptado por determinadas personas, por eso para entrar en algunos círculos sociales o familiares las personas se mimetizan con su hábitat. Y no está ni bien ni mal, solo hay que ser conscientes si son funcionales esas actitudes a nuestro horizonte, a nuestro propósito o a nuestro fin. Si me quiero meter en un grupo social de personas que hacen ejercicio, van al gimnasio, etc., etc. no va a caer en gracia si me presento proponiendo salidas a cometer excesos en alcohol, grasas, etc. Existe algo que se llama “El sesgo cognitivo de la reciprocidad” o mejor conocido como “chantaje emocional” donde una persona tiene determinada actitud a sabiendas que detrás de eso, hay una retribución. Por ej.: Una mujer recibe la invitación a cenar en un acto de cortejo amoroso, y quien invita, muchas veces utiliza el lenguaje de la manipulación con el

objeto de ratificar su invitación, accediendo esta persona a pagar la cuenta. Quien no paga, no tiene absolutamente ninguna obligación de reciprocidad ante ese hecho, ya sea de carácter afectivo o sexual. Ya que el mero hecho de quien realiza ese acto, tiene o espera que un acto recíproco regrese por su accionar, solo está incurriendo en una manipulación.

Otro ejemplo es cuando una persona se entera que su “amigo/a” se ha separado de su pareja, y esta persona llega para hablar de cosas espantosas sobre su ex pareja, a los fines de pretender satisfacer los suyos. Que pueden ser o sexuales, o afectivos. Y de la misma manera sucede con hijos de padres separados donde a veces los padres o las madres incurren en la manipulación para lograr que se haga su voluntad exponiendo a sus hijos a tratos espantosos, y de la misma manera ocurre con los hijos cuando tratan de conseguir cosas de sus padres, o en los negocios. Por ejemplo, las publicidades de supongamos “puertas blindadas” El escenario es primero una situación de robo en un domicilio, donde rompen una puerta e ingresan y se viven situaciones de violencia. Terminada la escena te ofrecen una puerta blindada asegurando la seguridad tuya y tu familia. Entonces es ahí donde ves que la manipulación en la vida tiene una sola función. Que se haga la voluntad de quien

manipula en pos de la vulnerabilidad del manipulado. Ergo, la manipulación, no es más que una herramienta más del ego. El narcisista es un manipulador por excelencia. Ha aprendido trucos de manipulación que a veces suelen ser muy sutiles. Eligen frases como “lo hago por tu bien” con el solo hecho de poco a poco ganar la confianza del manipulado y si ese manipulado anda anémico de afecto lo primero que piensa es “lo hace porque me quiere”. Cuando el único fin es poco a poco tomar el control de la vida de esa persona. Esto sucede con padres, parejas, hijos, relaciones laborales, amistades, negocios, etc., etc. Porque quien tiene el control, se asegura un ego que va a ser enaltecido todo el tiempo. Recuerda que el narcisista monta una real obra de teatro donde absolutamente todo es actuado en pos de que tú te creas todo lo que estás viendo. Otra frase que usan los manipuladores es “Me haces sentir” como si uno fuera el culpable de su poca gestión emocional. “mira cómo me pones” “me va a dar algo” hacen teatro y respiran agitados, exageran un personaje a punto de desmayarse y algunas personas hasta se tiran al piso. Cuando el berrinche pasa, siguen su vida como si nada, porque ya lograron su objetivo. El “me” en la oración, “me haces”, “me dices”, ese “me” o síndrome de la oveja, es el que utiliza un

personaje en nuestras vidas que todos conocemos, y ese personaje es “la víctima”. La víctima es la persona que se caracteriza por ser un “chantajista emocional” La víctima, es esa persona que utiliza “la culpa” como manipulación. Entonces el culpable es: el otro, el país, la familia, y a veces, utilizan una herramienta poderosa que se llama “conmiseración” y se culpan a sí mismos usando castigos, para que los demás lo vean. Siempre en virtud de se cumpla su voluntad. En internet podemos encontrar un personaje de televisión hecho por Capusotto, llamado Confort del idiota. Donde una persona que se para ante la vida desde la victimización, manipula a los demás auto denominándose “inútil”, “inservible”, “idiota”, etc., etc. De esta manera, consiguen lo que quieren porque si de algo nos enternece en la sociedad de occidente, es de que “el pobrecito” es redituable. Para la víctima, las cosas son imposibles, no se pueden, es inútil intentar, porque están acostumbrados a extender la mano y con la mejor cara de conmiserado (la del gato de Shrek) consiguen su objetivo. La víctima no pasa a la acción, no se compromete, porque está acostumbrado a conseguir las cosas manipulando. Las personas ayudadictas tienen también el método de la reciprocidad como finalidad para sus actos. Y te ayudan en todo, dejan su vida por

ayudarte, pero cuando tú les pones límites, “eres un desagradecido”. Y eso también es manipular. Los papas y mamas que ayudan todo el tiempo a sus hijos, porque no quieren “que sufran” en realidad lo que les pasa es muy egoísta, porque no quieren sentir el dolor de ver que un ser querido sufre entonces para no sentir ese dolor, prefieren ayudar. Porque ¿qué van a decir de mi si no los ayudo? Cuando no se dan cuenta que cada vez que quieren “ayudar” lo único que hacen es procrastinar el aprendizaje, y es así que hay personas con 30, o 40 años que aún hacen berrinches o peor aún, elijen parejas como prolongación del lazo que ya tenían con sus padres. Y los hombres elijen una sucursal de su madre, para que les laven, planchen, cuiden, en pocas palabras “maternan a sus parejas” Y del otro lado hay una “víctima” de abandono por parte de sus padres entonces maternan a sus parejas para sentirse necesitadas generando así una relación de “codependencia”.

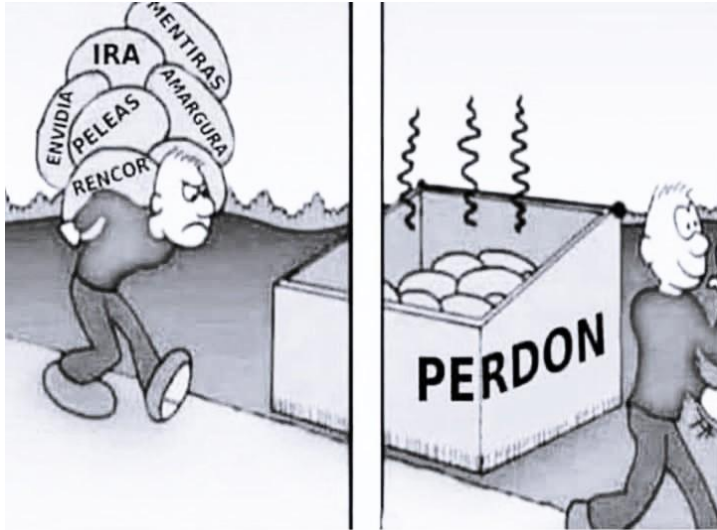
Otra situación es cuando te necesitan con extrema urgencia supongamos para que les prestes dinero, y tiene que ser ¡YA! Ahora, en este instante. - - Deja de hacer lo que estás haciendo y ayúdame. ¡apúrate! Ahí es cuando quieren evitar que pienses, pero tienes que detenerte un segundo y pensar esto. “Este es su problema y yo no tengo

nada que ver” Y en cuanto le dices que se detenga y que no puedes en ese momento, es entonces cuando veras que se pone con más ansiedad, y gritará o te echará en cara lo que hizo por ti cuando sucedió tal o cual cosa, y es en ese momento donde tienes que ser más fuerte y esperar que los minutos hagan el trabajo de disipar esa tensión.

Créeme que cuando esa persona se dio cuenta que ya no puede contigo, porque se dio cuenta que tus tiempos son más importantes que los de el/ella, de a poco empezará a alejarse. Si ya estás en una relación donde te sientes que eres manipulada/o notarás si empiezas a poner límites que quien te quiere manipular aumentará la apuesta yendo por tus afectos más cercanos y es muy probable que utilice sus herramientas de manipulación con tus familiares para hacerte creer que quien tiene problemas eres tú. Y si tú sabes que tu familia es disfuncional, que no tienen el desarrollo espiritual que tu estas experimentando sabrás entender entonces la frase que esta debajo del título al comenzar este capítulo. “preparate para ser rechazado/a cuando te niegues a ser manipulado/a” Es entendible que todos manipulamos de una forma u otra porque es un lenguaje que utilizamos para conseguir las cosas más rápidamente y sin esfuerzo, pero si estás

haciendo un camino espiritual, tienes que saber nuevamente que, si eliges manipular siendo egoísta, es porque eres bastante inservible para conseguir las cosas de otra manera que no sea torciendo la voluntad de las personas.

EL PERDÓN



¿Realmente estoy listo y preparado para perdonar? La respuesta es muchas veces (la mayoría) ¡NO, NO ESTOY PREPARADO! Porque para perdonar tengo que aceptar mi presente, mi bajo nivel de conciencia, mi incapacidad para amar, y darme cuenta de la mediocridad de mi vida justificándome con lo que “me hicieron”, tengo que asumir la responsabilidad de mí y ya no puedo culpar a los demás sobre mi realidad. Entonces no me conviene perdonar, y, es más, no quiero, porque además me produce un placer perverso estar constantemente siendo víctima, y responder

desde el rencor y el resentimiento. Y si perdono, ¿Cómo justifico mi mediocridad como hijo? ¿Cómo padre? ¿Cómo pareja? ¿Cómo hermano, amigo, empleado, jefe etc.? Culpar a los demás de mi fracaso, es no buscar en mí el origen del problema. Dentro de los 4 niveles de estados de conciencia casi todos vivimos en el nivel 1.

Nivel 1 EL DE LA VICTIMIZACION o El guerrero – cuando hemos vivido cosas en nuestras vidas que han sido desagradables y nos cuesta perdonar porque ¡ encima que me sucedió, esto, aquello y lo otro, me piden que perdone! Y en realidad es el justificativo que tengo para seguir mostrando mi cara de víctima para que todos tengan piedad de mí. Porque además recuerden que aprendimos que la víctima, el pobrecito, es sinónimo de ser “el bueno”. En pocas palabras, las personas se aferran al pasado para justificar el presente. La hipocresía de muchas personas que, asistiendo a terapia, o grupos de autoayuda o guías espirituales, les hace creer que por el solo hecho de asistir a esos lugares y vomitar lo que les sucede, a través de la catarsis, recitando una y otra vez lo que los trajo hasta ahí, creen que eso es hacerse cargo y ponerse a trabajar en ellos, cuando en realidad solo van a vomitar lo que les pasa, pero una vez afuera de ese entorno, se comen de nuevo lo que vomitaron. Asistir a esos lugares, no es “estoy

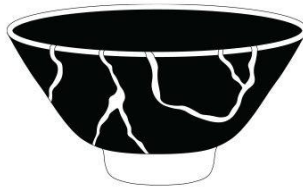
trabajando en eso” es solo hacer una mediocre catarsis para justificar mi inutilidad para amarme a mí mismo y sanar de verdad a través del perdón, resolviendo el resentimiento y agradeciendo lo vivido.

Has crecido y evolucionado a lo que hoy eres solo por estar inmerso y no querer salir de tu “mundo conocido” donde el papel de víctima te ha servido para manipular a cuanto ser vivo se te ha acercado, pero si realmente quieres obtener la paz tienes que saber que ese “mundo conocido” no te la va a dar, porque hasta ahora, no lo ha hecho. El perdón te invita a transitar un “mundo nuevo” donde algo es seguro, y es que si estando en el mundo conocido no estas bien, en el mundo nuevo, no vas a tener tiempo de mirar esas cosas porque todo es nuevo y todo te llamará la atención. Porque cuando empiezas a perdonar y a perdonarte veras como se abren nuevas puertas para atravesar, y se trazan nuevos senderos ya que vas adquiriendo nuevas experiencias, vas fortaleciendo tu autoimagen, tu autoconcepto y tu autopercepción, por ende, tu autoestima se agiganta, y te empoderas, y creces, a tal punto que cuando miras para atrás, veras que recorriste un camino nuevo, un mundo nuevo, y que te hiciste cargo de tu resentimiento, de tu falta de capacidad de amar, y de perdonar. Traducido a la metafísica, tu estado

de vibración es más alto, porque no tienes más esos pensamientos limitantes donde culpabas a todos por lo que te sucedió en la vida. Y habiéndote hecho cargo ya de la tuya sin echar culpas a terceros, eres quien, de ahora en adelante, de todo lo que te suceda, y sin necesidad de esperar la aprobación de nadie, te darás cuenta que las oportunidades comienzan cuando tu papel de víctima queda atrás. Deja de mirar a tus padres con ojos del niño que alguna vez fuiste y míralos con los ojos de adulto, porque yo también tuve padre, al que le reclamé, pero él hizo las cosas sin saber pues mi padre perdió al suyo a los 5 años, que, además, siendo objetivo, mi padre fue mejor hijo que yo, porque no reclamó nunca lo que no tuvo, deja de mirar a quienes te lastimaron, con rencor, pues ellos son productos de padres como los tuyos, o peores, y ellos simplemente no lo saben o no se dan cuenta. Observa las carencias de quienes te criaron, fíjate si ellos pudieron hacer todo lo que tú has hecho, observa como ellos también son niños en cuerpos de adultos, y responden a un dolor que no han sabido superar, ni trascender, pero tú sí sabes que puedes ¡pues por eso estás leyendo esto! Perdónate por haberte expuesto a esas situaciones que no debías, y perdónalos porque como dicen por ahí “no saben lo que hacen”. Recuerda que el otro “hace”, y no

“te hace”, no es personal, es su manera de actuar. Y actúa así siempre, no es algo en contra tuyo, si no que con todos o casi todos, es así. Eso que te está sucediendo y que te molesta de la otra persona, no es nada más algo que el otro trae para mostrarte que parte de tus heridas no tienes trabajada. La injusticia, el rechazo, la humillación, el abandono y la traición.

El Kintsugi.



En Japón existe una técnica llamada Kintsugi, y funciona más o menos así. Hace ya muchos años, un emperador por accidente deja caer una taza de su juego de té la cual venía de generación en generación siendo utilizada para tal fin. Al sentirse profundamente triste por la situación, manda a que de alguna manera sea reparada. Luego de un tiempo, dos personas vienen con una solución un tanto extraña y de un costo alto, pero que

significaría mucho para el emperador, más aún sabiendo que podía recuperar la taza. La solución consistía en limpiar esos trozos de la taza rota, raspar sus asperezas y luego comenzar a unirlos con oro. Esa técnica hoy se sigue utilizando. El Kintsugi de la vida es eso, ante una situación que nos produce ruptura interior, dolor, y pérdida, tomar en cuenta que podemos hacer algo al respecto. Podemos tomar las piezas de ese dolor y reconstruirnos, rellenando las grietas con oro, oro del perdón, oro de resiliencia, y sirve para que cuando nos miremos al espejo, veamos esas grietas y sepamos que fueron reparadas con algo tan valioso como el perdón. Y que el perdón me libera del dolor, me permite soltar esa situación y dejarla ir. El tema es que muchas personas se aferran a ese dolor, porque es la excusa perfecta para, desde la mediocridad de ser humano, manipular a los demás. El dolor por tus heridas es nada más como un diagnóstico, un mapa, para entender el por qué te duele tal situación y dónde tienes que ponerte a trabajar en ti. En otras palabras, la gente no llega a tu vida a joderte la existencia, la gente llega a tu vida con sus acciones para hacerte ver qué herida del alma es la que no has trabajado. Cuál es todavía tu parte vulnerable, y la gente que te traiciona, que te abandona, que te rechaza, que te trata injustamente, la gente que

te humilla a eso llega, a iluminarte tus lados
oscuros. Esos que no quieres ver.

NIVELES DE CONCIENCIA



“Pedí paz y se me dio caos, pedí sabiduría y me dieron problemas para resolver, pedí una persona a mi lado, y recibí la soledad, pedí dinero, y recibí pobreza. No existe la luz, sin que primero exista la oscuridad.”

Existen, según la psicología, 4 estados o niveles de conciencia, pero dentro de esos cuatro primero tenemos que saber que están divididos en dos. Por un lado, el pensamiento primario que es aquel que nosotros podemos manejar y del que somos conscientes, y por el otro, el pensamiento secundario que es aquel que llevamos a cabo con total automatismo, o sea, en piloto automático. La manera con que interpretamos la realidad puede ser objetiva o subjetiva. La objetiva es la que todos

vemos y que no cabe dudas que es así. Esta realidad está plagada de afirmaciones más que de juicios. Por ej. “el sol emite luz “es una realidad indiscutible, pero la realidad subjetiva es aquella que está a la libre interpretación de quien la observa, dadas sus características, su construcción ideológica, etc. Por ej. para los hinduistas comer carne vacuna es “comerse un animal sagrado” mientras que los demás mortales, comemos carne vacuna sin ningún problema. Ahí es evidente que, ante un hecho similar, tenemos dos maneras totalmente distintas de pensar y de reaccionar. Y es tan individual en algunos aspectos de la vida que inclusive dos hermanos tienen una visión completamente distinta de sus padres. Existen como ya dijimos cuatro niveles de conciencia que detallaremos a continuación: 1. La víctima: Sabemos que la víctima (o también llamado estado de dormido) vive en un dolor constante, en un sentimiento de incomodidad eterno y que todo el mundo tiene la culpa menos ellos. Vive de los sueños y se justifica al no poder lograrlos, y hasta se cree sus propios justificativos. Vive de la queja, depende de absolutamente todos, tanto para sus triunfos como para sus fracasos, a tal punto que es un arma de echar culpas a diestra y siniestra. Tienen muy poca gestión emocional, les cuesta terriblemente tomar decisiones propias, siempre

están esperando la ayuda de los demás y les cuesta por ende activar o poner en marcha su vida. La persona que vive en estos estados, cree en las casualidades como un hecho de mero azar. 2. El manifestador: Este tipo de personas es la que deja de usar la palabra sueño y le pone el nombre de “meta”. Y es ahí una gran diferencia ya que la meta conlleva al compromiso. Es tomar acción, y hacerse cargo del deseo para transformarlo de un sueño a un horizonte a donde llegar. El manifestador toma conciencia de su “ignorancia”, se auto percibe ignorante. Se niega a recibir ayuda. Su mirada ante un espejo es la de alguien que “de esa meta que quiere alcanzar” no va a llegar a ella si no toma acción y no pone excusas. Busca adquirir conocimientos y se traza objetivos claros. En pocas palabras, el manifestador, es el que comienza a hacer que las cosas pasen. O sea, produce las “Casualidades” y no espera que lleguen a él. En este estado también el manifestador se siente empoderado, y siente la necesidad que querer ayudar a los demás, aun sin que estos le pidan ayuda. Se sienten en algún punto, salvadores y lógicamente su intención no es mala, solo que no conocen algo fundamental que se llama “libre albedrío” y que la ayuda, solo se da a quienes nos la piden. 3. El canalizador: entramos en este tercer nivel de conciencia cuando nos damos cuenta

finalmente de que nuestra situación actual, no es tanto resultado de las situaciones externas que nos rodean, sino que, más bien es resultado de nuestras propias creencias, nuestros hábitos, nuestras formas de tomar decisiones, además, nos damos cuenta también que hemos logrado trascender y cambiar gran parte de nuestra parte programada desde nuestra infancia convirtiendo ese dolor que teníamos por “lo que nos hicieron” en una herramienta de aprendizaje. El canalizador o alquimista, comienza a aceptar la ayuda de los demás solo si es necesaria, ha logrado transformar la energía que le daba a ese dolor por lo que había sucedido en su vida, en una energía que es el combustible para que a partir de ahora las cosas sucedan de otra manera. El canalizador está más en contacto con lo que vive y siente su cuerpo, se escucha y se permite tomarse espacios de tiempo para contemplarse, meditar y sentir deseos que antes estaban ocultos por el ruido mental en el que habitaba. También está más en contacto con el cuidado personal, y su conexión con la intuición se vuelve más fuerte. En pocas palabras, el manifestador, se está regalando, paz mental. En esta etapa el manifestador o alquimista también siente que puede aportar de su experiencia, a la gente que lo rodea. Es por eso que se vuelve muchas veces una fuente de consulta de quienes

tienen intenciones de salir adelante y se vuelve un puente entre los que están en el nivel uno y dos. Se siente en total libertad de enseñar desde su experiencia, porque además entendió que solo se debe ayudar a quienes lo piden porque no se considera salvador de nadie. 4. El iniciado: Las personas en este nivel se sienten guiadas por señales, confiando plenamente en el proceso del universo. Su enfoque principal es lo espiritual y la conexión con su ser interior, lo que les permite crear su realidad de manera consciente. En este nivel, todo fluye con facilidad, y las personas sienten una profunda conexión con el universo y su propósito. Pueden desarrollar habilidades intuitivas avanzadas a tal punto que muchos los denominan “milagros”. Las personas en este nivel han alcanzado el estado de “despiertos en conciencia”. Interpretan la realidad de una manera mucho más objetiva y centrada en resultados armónicos y funcionales a sus propósitos. Ahora bien, existen muchas formas de ver los estados de conciencia. Desde la escuela de psicología iniciática y ocultismo que propone el psicólogo José Luis Parise, la mirada es exactamente la misma pero mucho más atractiva para los que tenemos niveles algo más avanzados que el uno y el dos. La escuela de Parise define a los niveles de conciencia como un “camino del mago”. De acuerdo a sus estudios

de los escritos sagrados, los que están públicos y los que no lo están por motivos lógicos, llega a la conclusión de que existe un estrecho paralelismo, si no es que una imagen exactamente igual a lo expuesto más arriba. Donde es evidente que el cambio es meramente individual, personal y que la persona que lo inicia, tiene que aprender algo fundamental y es que “el estado de bien estar, llega no cuando adquirimos cosas externas, si no cuando cultivamos hacemos crecer las internas”. El “Camino del Mago” consta de 11 pasos de los cuales te permite atravesar los 4 estados de conciencia:

1. El estado del guerrero: Aquí es donde todos están “batallando” la vida, donde golpe a golpe nos vamos forjando duramente en un automatismo sostenido y guiado por dos emociones que lo dominan, el miedo y la culpa. Ya que estos estados permiten a un sistema en el que muchos están insertos, a estar sometidos y trabajando para ello.
2. El mercader: Es aquel que ya “comercializa” los problemas de la vida, sabe a cuáles se quiere enfrentar y a cuáles no, negocia y genera acuerdos por los caminos a donde seguir, se considera un aprendiz y se da cuenta que batallar (guerrero) por las cosas solo te expone a una vida de dolor.

3. El sacerdote: este estado de conciencia también llamado pontífice, ya que hace un puente entre el guerrero y el mercader, es el que permite a la persona desenvolverse de manera más sutil, apelando a “hacer que las cosas pasen” con más esperanza en el resultado que en si en todo el esfuerzo. O sea, pone más énfasis en la meta más que en el “como” van a suceder las cosas.

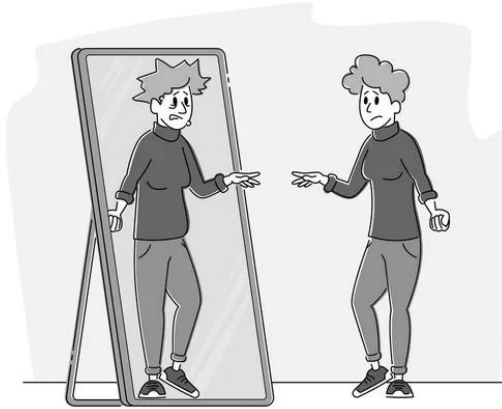
4. EL mago: el estado máximo, estado al que algunos maestros llegaron como Buda (el despierto) o Jesús de Nazareth o Hermes Trismegisto en Egipto y creo que no hace falta mucho más desarrollo.

Con esto que acabo de mencionar, no quiere decir que una forma de llegar a estados de conciencia elevados sea mejor que otra, sino que simplemente se pueden lograr a través del compromiso personal de crecer y trascender independientemente del método al que se quiera integrar la persona. De la única forma que se accede de un nivel a otro es simplemente con dos ingredientes. Disciplina y compromiso. No hay atajos, no hay como saltarse, no hay pastillas, ni sustancias alucinógenas que aceleren el paso. El problema al que se enfrentan las personas que van subiendo de nivel de conciencia es que van dejando atrás relaciones, personas, actitudes, estilos de vida, formas de pensar que desafían y

hasta derriban pilares de enseñanza traídos de nuestra infancia. Y de la misma manera que se dejan atrás algunas relaciones interpersonales, aparecen nuevas, quizás más escasas en cantidad, pero de mejor calidad humana. No es un camino para tibios, no es un camino para mediocres. Simplemente y una vez más la diferencia entre lo ordinario y lo extraordinario, es eso, el extra de compromiso, determinación y disciplina que se le pone a este camino de crecimiento.

CASUALIZAR

“En lugar de modificar el espejo para mejorar lo que refleja, cambia tú para que el espejo refleje otra imagen.”



En el antiguo Egipto, el mundo de las ideas y del caos que representa vivir en ellas, era representado por Seth, el dios del caos al que Horus vino a desterrarlo para tomar el reinado. Horus representa el hacer, el llevar a cabo las cosas. Mientras que Seth eran solo ideas, Horus cuya lectura de su nombre nos trae palabras como “orar”, “oración” (la palabra hecha acción) “oráculo” es quien viene a “imponer un orden” a ese “caos” en el que las ideas convivían en el reinado de Seth. En esta mitología egipcia, vemos

como la palabra tiene un peso superior al de las ideas, porque son las palabras las que dan órdenes, o sea, ordenan, y no así las ideas. En la religión Judeo Cristiana, partiendo del libro de “la biblia” en el viejo testamento, arranca diciendo “En el inicio, Dios dijo, hágase...” es decir que todo comienza o “inicia” con “decir”, o sea con la palabra. Con esto quiero decir que el mundo de las ideas es solo eso, ideas dispersas, sin un orden, es caos puro y pueden estar muy claras estas ideas, pero no dejan de pertenecer a un mundo volátil. Si has llegado hasta acá es porque entiendes que hay algo en tu vida que no está siendo armónico con los resultados que estas queriendo lograr, y es ahí donde a través de materializar una idea, tenemos que ver cuáles son las palabras correctas que tenemos que hacer uso para llegar a nuestra meta. Cuando hablamos de ordenar, hablamos de ejecutar, de cumplir una orden, una orden que viene desde un pensamiento y una idea que queremos llevar a cabo, y esa orden, viene de querer “ordenar” nuestro caos para poder llevar a cabo esa “idea”. Al ordenar, y ejecutar esa orden, estamos imponiendo un método para llevarla a cabo, y más allá de que el método sea efectivo o no, solo el ejecutarlo nos va a traer un resultado que será parte de la “enseñanza”. Y digo de la enseñanza porque muchas veces hacemos una y

otra vez las mismas ordenes esperando resultados distintos, actuando desde un automatismo basado en una falsa fe de que en algún momento ese resultado va a cambiar. Cuando luego de varios intentos no llegamos a un resultado que nos agrade las opciones producto de la desilusión son pocas. O desertamos y abandonamos el proyecto o nos ponemos a pensar si realmente nuestros conocimientos para aplicar una “orden” son los correctos para ese momento, para esa meta en particular y es ahí donde me voy a remontar a mi libro anterior (Humanos – manual de usuario) cuando en una historia cuento de alguien que se “encuentra en un problema” o sea se haya a si mismo inmerso en una situación que no sabe resolver, se “encuentra” se observa y se siente cerca de un fracaso por no poder lograr su objetivo. Pero es ahí justamente donde tenemos que darnos cuenta que simplemente quizás la “orden” no está en armonía con lo que queremos, que nuestros conocimientos sobre eso necesitan ser ampliados, y es desde ahí y SOLO desde ahí que tenemos que ver la opción de agregar contenido a nuestra mente. Agregar nuevas estrategias, nuevos “METODOS”. Y para eso tenemos que salir de la zona de confort creyendo que el abanico de posibilidades solo existe en lo que ya conocemos, y por más experiencia

(sabiduría) o teoría (estudios) que apliquemos, muchas veces la revisión de ese contenido hay que ponerla bajo la lupa y darnos cuenta que el mundo, al igual que nosotros, evolucionamos, y que ese “método” ya no es acorde al objetivo. Ordenar el caos de las ideas implica someter a nuestro ego a aprender uno o más “métodos” y método, me recuerda a una frase en inglés que dice “me to do” “yo para hacer” o sea, no dice para pensar, dice para hacer, para ejecutar, y ¿ejecutar qué? Una orden. Una orden que viene de “ordenar” nuestro caos mental. Aquí nos tenemos que dar cuenta que hay un proceso, llamado “alquimia” que nos va a permitir transformar las cosas. Y es esa alquimia la que nos lleva a reformular nuestro pensamiento y proponer a nuestras creencias, una segunda oportunidad de validarlas o reemplazarlas por nuevas. Es ahí donde nuestro proceso de entendimiento tiene que desarrollar la capacidad de entender que hay ideas que tenemos que soltar para que agreguemos nuevas y sean más acordes al resultado que queremos. La alquimia nos va a permitir reformularnos ideas mal aprendidas como “sin un título no sos nada” o “el dinero es escaso y cuesta ganarlo” “para ganar dinero hay que trabajar duro”. Y detrás de esas ideas, hay un orden establecido que claramente no está siendo

acorde con el resultado que deseamos obtener y que, desde ya, el darles una oportunidad de volver a analizarlas nos pone en la incómoda situación de tener que soltar algunas creencias, algunos métodos, que aprendimos de alguien. Demas está decir que no existe la “magia” sin primero aprender los métodos para hacer que eso ocurra. O sea, que hay un precio que pagar por “hacer que las cosas pasen” y ese precio está en la terquedad que tenemos que abandonar cuando no vemos resultados que queremos, en soltar esas creencias que nos limitan tanto en nuestras acciones que nos hacen una y otra vez caer en los mismos resultados. Y hacer que las cosas pasen, tomarse la labor de ponerse a aprender nuevos métodos, es lo que los ignorantes, en su zona de confort le llaman “y bueno tuvo suerte” o “en algo anda que obtuvo eso”. O sea que pagar el precio por aprender nuevas cosas no es más que hacernos de una teoría que tenemos que llevar a la práctica, o sea vivirla, o sea, hacerla parte nuestro, o sea una vez más, poder contarle desde la sabiduría de haber vivido el proceso. Y que más allá del resultado, lo que nos sirve es que cuanto más intentemos, más cerca vamos a estar de lo que queremos. Arrancamos el capítulo hablando de una idea, mezclada entre tantas, cuyo resultado no aparece porque estaba solo en el plano de las

ideas y terminamos llegando a la conclusión de que, para llegar a concretar esa idea, eso que paso de estar en un lugar de nuestra mente a hacerlo real, solo teníamos que accionar, pasar a la acción, dejar de tener ideas, y ponernos a ejecutar ordenes que fueron previamente “ordenadas” a través de la palabra. En pocas o muchas palabras lo que estamos diciendo es que necesitamos comprometernos con el objetivo, sabiendo que tenemos que romper barreras de ideas limitantes, para adquirir nuevos conocimientos y llegar a través de la experiencia (usando métodos) a nuevos resultados. Simplemente hicimos que las cosas pasen, generamos un entorno para que se produzcan casualidades, o sea, aprendimos a casualizar, aprendimos algo que, sin darnos cuenta, aumentó nuestra confianza, nuestra autopercepción, autoconcepto, autoimagen, es decir, generamos autoestima. Thomas Alva Edison, el creador de la bombilla eléctrica, o foco, le tomo más de 1200 intentos llegar a un resultado satisfactorio. Imaginen un mundo sin luz para iluminarnos, imaginen si Edison abandonaba en el intento 10, 100, o incluso 1000. Cuantas veces se tuvo que sentar a re evaluar sus conocimientos, abandonar ideas y traer nuevas, con nuevos métodos. El no saber, no deber, no poder, no tener, están apoyados en lo mismo, una idea y existen

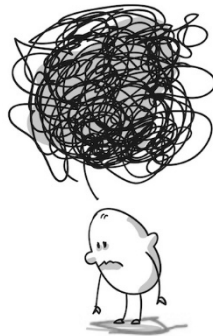
tres pasos como para resumir lo que hemos hablado y es que, para concretar una idea, partimos de una incomodidad planteada como por ejemplo: Me falta un auto, no tengo auto, automáticamente la primera pregunta, o el estado siguiente estado de conciencia es preguntar, ¿Qué me falta que me falta el auto?, y las respuestas pueden ser varias, pero por lo general la respuesta será que me falta dinero, y elevando aún más el nivel sigue la siguiente pregunta ¿Qué me falta que me falta dinero? Y la respuesta puede ser, porque no tengo un trabajo, o el trabajo es de bajo salario, o no tengo estudios, etc. El universo de respuestas es amplio, pero todos tienen un origen, y ese origen es “la carencia” producto de la historia que nos venimos contando del porque no conseguimos tal o cual cosa. Supongamos que la respuesta sea porque no tengo trabajo, entonces la pregunta que sigue es, y ¿porque no tengo trabajo? Una respuesta posible es porque en las entrevistas algo ven las personas que no me contratan, quizás no confió en mí, porque piden experiencia previa, porque te contratan por dos meses y luego te echan, y fundamentamos nuestro presente con “ideas” que tenemos formadas muchas de ellas sin fundamentos sólidos como el de la experiencia, y aun así fuera, que mejor oportunidad de volver a intentar para cambiar esa creencia limitante. Como

veras es cada vez más cerrado y más profundo llegar al origen del problema, porque en definitiva el problema no es que no tengo auto si no que tengo una construcción de ideas que como resultado plasman que me falta un auto, pero el origen de que me falte está adentro mío. Entonces los efectores (lo que causa el efecto de lo que estoy haciendo) deben ser auditados y modificados, o sea cambiar una creencia por otra. Dejar de auto percibirme ignorante porque no tengo estudios y ponerme a estudiar, dejar de percibirme con un desempleado y ponerme a trabajar, o dejar de tener los ingresos que tengo poniéndome a generar aún más. Una vez más para hacer que las cosas pasen, necesitamos de las tres principales conductas. Disciplina, compromiso y determinación. O sea que generar casualidades tienen como base fundamental estos tres conceptos. Aplica todo esto para cualquier espacio en tu vida, el laboral, el de las relaciones de parejas, amigos, familia, dinero, cosas materiales, etc. y solo así nos daremos cuenta que el auto, la casa, el viaje, es solo un pretexto para conseguir la metanoia (cambiar de mentalidad) y ese pre-texto, es el texto anterior a lo que quería en mi vida. Y sin darnos cuenta, terminamos generando nuestro método para conseguir que las cosas pasen. Haremos que nuestro Horus (la palabra), destierre

a nuestro Seth (idea) aplicando métodos, (no importa la variedad ni la cantidad de intentos) que se van a acercar mucho más a lo que en mi caos, hice tangible a mi nueva realidad. La vida no te da lo que quieres, la vida te da lo que mereces de acuerdo a como piensas. Es hora de comenzar a hacer que las cosas pasen, es hora de generar nuevas casualidades, es hora de “casualizar”

¿Y COMO HAGO?

“El fracaso no es más que una oportunidad de volver a empezar, esta vez de un modo más inteligente” Henry Ford



La “atiquifobia” es el miedo irracional al fracaso, es un estado de la mente producto de uno de los síntomas de la ansiedad. O sea, la repetida y repetida imagen en tu mente de todos los escenarios sobre algo que quieres hacer pero que puede salir mal. Y lógicamente es el miedo a que luego de esto, no puedas volver a tu situación original. Pero trascender el miedo no es algo de lo que vamos a hablar en profundidad, para esto puedes ir a mi libro anterior donde hay un capítulo entero sobre este tema, pero si vamos a ir por la periferia de este irracional miedo, ya que nos

tenemos que enfocar en una idea totalmente incorrecta que es el “cómo voy a hacer” las cosas. Sabernos reconocer como personas perfeccionistas, con autoestima baja, poca tolerancia a la frustración, excesiva autoexigencia y bajos niveles de aceptación de nuestros errores pueden marcar aún más la diferencia a la hora de saber que hacer en este “como le hago para” que nos presenta un deseo. Aquí es fundamental darnos cuenta que lo más importante es saber que vamos a tener que aguantar golpes, y cuántos golpes estamos dispuestos a aguantar. Los golpes y las frustraciones son esos berrinches que hacemos cuando las cosas no salen como yo quiero a la hora que yo quiero y en lo que yo quiero, entonces hago mi berrinche sin saber que estamos ante las puertas de una herramienta fundamental que se llama “fracaso” para muchos, pero tú tienes que repetirte en tu mente muchas veces una palabra totalmente distinta que es “oportunidad”. Recuerda el caso en el capítulo anterior de Thomas Edison, las más de 1000 veces que tuvo que intentar sin lograrlo. Y recuerda también la metáfora de la gallina sobre el huevo que espera durante más de 20 días sin que nada suceda, pero sabiendo que más tarde o más temprano nacerá su cría. Y si la gallina que tiene un cerebro tan diminuto puede entenderlo, estamos en

condiciones de decirte que muy superior es tu entendimiento para saber que no importa las veces que lo intentes, siempre pero siempre, es una oportunidad de volver a intentar. El fracaso no es más que un estado mental en el cual la mirada de los demás tiene un peso enorme sobre mí. También está asociado con tener que asumir la pérdida y como toda pérdida, duele. La autoaceptación, la autoimagen, y el autoconcepto juegan un papel fundamental ya que solo si “tenemos la sensación de seguridad” vamos a obrar en pos de lo que queremos. Pero eso es algo que es difícil de lograr si antes que nada empezamos luego de una “idea, meta o sueño” a pensar en cómo le vamos a hacer para llegar ahí. Tratar de entender el “como” desde la “idea” es totalmente irracional, ya que la misma “idea” que antecede al “cómo” voy a hacer para tal cosa, no es más que entrar en la negación de hacerlo debido a la gran cantidad de cosas que creemos que tenemos que resolver para que las cosas pasen. Imagina la mente de un bebé que está aprendiendo a dar sus primeros pasos. Él lo único que tiene en su mente, es, ¡tengo que ir hasta ahí! Nada más, y pone en juego una serie de movimientos torpes y con muchos errores, y practica cuantas veces sea necesario, cayéndose, llorando incluso a veces, pero aun así lo logra.

¿Sabes por qué? Porque no hay nadie para mostrarle los riesgos y obstáculos que implica lanzarse al mundo a realizar lo que quieres. Toda esa basura la adquieres luego en la vida a medida que te rodeas de gente mediocre que solo alimenta los miedos y su vida está basada en la rutina vacía de los que no trascienden nada. Lo mismo sucede en tu mente cuando tienes miedo a fracasar. Tú te levantas de tu cama todos los días y te diriges al baño, luego a desayunar, y así comienzas el día, pero nunca te pusiste a pensar todas las cosas que debías hacer para lograr eso que haces a diario. Lo haces ya de manera natural, porque la decisión simplemente ya fue tomada y los riesgos evaluados. Solo resta hacerlo, pero el niño, llegado el caso que demore más en aprender a caminar, es porque hay una mamá y un papá que “no quiere que sufra” y ahí están atendiendo a que no se caiga, o peor aún, a los gritos, desesperados diciéndole al niño que se quede quieto, cuando en realidad el mensaje es, “no vayas por ahí que es peligroso” y de grande ya sabes, tienes incorporado el chip de “el mundo externo es peligroso” “ve con cuidado porque algo te puede pasar” “avisame cuando llegues” “el mundo está peor”. Entonces pensar en el pretexto de “como lo voy a lograr” antes de ni si quiera haber puesto en un papel un plan de acción, es directamente

decirme “no puedo porque no sé cómo” y ese pretexto es la excusa para no accionar. De la idea pasamos a la palabra y de la palabra pasamos a la orden, el “como” viene después de dar la orden porque el orden, (que manda, que ordena) va a buscar las instrucciones que sean necesarias y hará algo que se llama “inteligencia” que viene del latín, *inteligere* (leer entre líneas) o sea pararse en los puntos claves para estudiar el terreno, para adquirir conocimientos, evaluarlos y seguir adelante. Eso que parece algo lógico, no sucede, porque pensar en el “cómo lo hago” antes de hacer todo este otro recorrido de inteligencia, no es más que una mutilación a nuestros deseos. El “cómo hago” no es más que el tercer paso recién para lo que quieres lograr. Y es ahí donde aplicando “inteligencia” (o sea, leer entre líneas, o sea me pongo a ver como es el mecanismo para tal cosa, que pasa si esto, aquello, lo otro, etc.) podemos hacer un recabado de información que si ponemos “la idea” y luego el “como hago” no tendríamos chance de verlo. En pocas palabras, poner en orden una idea, a través de la palabra y luego dar la orden, es lo mismo que cuando me despierto en la mañana y me levanto, voy al baño, etc. Simplemente voy y lo hago. ¿Existen riesgos? Si, pero mientras más practique, y mientras tenga en cuenta que un error y volver a empezar no es

más que una oportunidad nueva de probar algo distinto, para un resultado distinto, no lo voy a saber hasta que no lo lleve a la práctica. Conozco a alguien que alguna vez, por hacer una inversión, compró un emprendimiento que ya estaba en funcionamiento. Pero se quejaba que no le daba ingresos. Luego de una “constante” y repetida queja, le pedí que me llevara a ver dónde tenía su emprendimiento y de paso ver que más se podía hacer, ya que dos cabezas a veces, no siempre, piensan mejor que una. Cuando llegamos al lugar yo pensé que me estaba haciendo una broma pésima. El emprendimiento consistía en un sitio donde hacerles mantenimiento a automóviles, desde su parte mecánica como la estética. Básicamente era un CarWash con servicio de cambios de fluidos. El problema era que estaba en una zona a las afueras de la ciudad, en un barrio de gente de muy escasos recursos (muy poca gente con automóviles) y escondido en el fondo de una casa, la cual no tenía ningún cartel de anuncios afuera. Lo miré y mi rostro evidentemente tenía subtítulos porque me miró y se tomó de la cabeza como admitiendo que había hecho todo mal. Le pregunté si se había tomado el trabajo de ir hasta el lugar, ver el movimiento que tenía, el flujo de autos, de donde venían esos autos, cuáles eran los costos, cuáles eran las ganancias, y absolutamente

todas las preguntas que le hice, ninguna fue contestada. Solo al final del interrogatorio me dijo. - Lo compré porque era económico. O sea, solo observó la idea y paso a la orden sin aplicar inteligencia. No hubo un “como hago” hubo un claro ejemplo de irresponsabilidad. En pocas palabras no supo responder con habilidad. Porque fue más fácil comprar la idea ya concretada de otro, independientemente de si era factible o no. Quedarse en el sinsabor de haber hecho una inversión errada no es más que aprender a darnos cuenta que la próxima vez tenemos que ajustar variables (inteligencia) para que, al ejecutar, al dar la orden, suceda lo que esperamos que suceda. En sí mismo de lo que se trata es de juntar información para que hagamos ese margen de error más pequeño, y que nosotros generemos un entorno donde la suerte vaya para nuestro lado y no sea un factor de azar.

¿Y QUÉ QUIERO?

“Como es arriba es abajo, como es afuera es adentro” Hermes Trismegisto.



No pongas en acción tu mundo exterior si primero no pusiste en orden tu mundo interior. “Hasta que no ordenes tu pensamiento, tus palabras y tu emoción, no puedes lanzarte por un objetivo” y pretender grandes resultados. De hecho, repite esa frase una y otra vez cual, si fuera un mantra, hasta que quede totalmente grabado en tu mente. La frase de Hermes Trismegisto no es más que un fiel reflejo de cómo es tu mundo interpretativo. Por lo tanto, no puedes poner en movimiento tu energía, tus conocimientos, si no sabes que quieres. Y en esto hay que ser bien pero bien preciso. Como

cuando te subes a un taxi. Tienes que dar las coordenadas exactas porque donde digas que quieres ir, ahí te llevará, por lo tanto, saber si quieres ir a ese lugar es fundamental. Poner tu interior en orden es saber que, para lograr determinado objetivo, no solo tengo que visualizarlo si no que también deshacerme de algunas creencias para darle lugar a nuevas que fundamenten el arribo a mi destino, no importa cual fuera. Si quiero emprender un viaje, un programa de negocios, una relación de pareja, agrandar tu familia ya sea trayendo un hijo al mundo o una mascota, etc. tienes que saber que para lograr todo eso, y que sea desde un acto consciente y no un mandato, es que tienes que ordenar tu interior. Recuerda, como es afuera (tu vida actual) es como es adentro (la relación contigo mismo) ya sea en lo económico, en lo social, en lo familiar, simplemente representa un espejo de tu realidad interior. Y por más que busques los justificativos que tú quieras adornarle a tu vida en ese plano, la realidad es que estás donde estás y no donde quieres estar por las decisiones que tomaste desde el caos de tus ideas. En la siguiente figura vemos un ejemplo simple como lo redacta una escuela iniciática del Zen el modelo de dirección de nuestra mente.

MODELO DE LA ESCUELA INICIATICA



En mi libro anterior hablo sobre los niveles de compromiso para conseguir las cosas que queremos, y llegando a la conclusión que la distancia de lo que hoy somos a lo que queremos llegar está determinada por el nivel de compromiso que le demos a eso que queremos, es que no vamos a ver mayores cambios si más dilatamos o procrastinamos en el tiempo esto. En pocas palabras, haciendo las mismas estupideces de siempre, no esperes resultados distintos. Aplica para relaciones con los demás, laborales, familia, pareja, economía, etc. Pero para llegar más rápido a los resultados tienes que saber que no hay atajos. Que el único acierto es golpe a golpe, paso a paso es doblar tu ego y romper creencias antiguas y limitantes para dar paso a las nuevas que irás experimentando conforme la transformación sucede, pero nada de esto

sucedará si no tenemos bien en claro a la hora de subirnos al taxi, a donde queremos ir. Entonces ¿Qué quiero? Primero que nada, quítate la idea de que, si quieres algo, eso va a ser para siempre. Porque la necesidad de hoy o el deseo de hoy no es lo mismo a esta edad, con estos años que dentro de 30 años más. Pero sí ten en claro que cada acto que asumas tiene una responsabilidad detrás y que va a depender **ABSOLUTAMENTE DE NOSOTROS** (y no de nadie más) el resultado que queramos obtener. Dicho esto, tu deseo o necesidad de hoy puede estar plagado de competencias a su alrededor, pretendientes que también lo quieren o ser algo simplemente innovador y desconocido. No importa absolutamente nada esto. Puedes ser uno más del montón o el único, lo importante acá es saber que hay dos palabras que van a definir bastante el resultado. Japón en 1945 quedó devastada por las bombas atómicas, con más de un tercio de su inmensa población sin hogar, fábricas destruidas y una economía derrotada y para el año 2000, tan solo 55 años después eran líderes mundiales en tecnología electrónica, automotriz, pesca etc. Marcas como Honda, Suzuki, Toyota, Lexus, Subaru, Daihatsu, Datsun, Isuzu, Mazda, Mitsubishi, Nissan, Toshiba, Fujitsu, Hitachi, Sony, Panasonic, Casio, Nikon, Brother, Epson, Sharp,

Ricoh, Yamaha, Bridgestone, Olympus y algunos etcéteras más, hablan del secreto japonés detrás de todos sus proyectos. Kaizen, es una terminología japonesa que se usa para significar una cierta cantidad de pasos a seguir no importando el deseo de lo que quieras siempre y cuando conserves el KAIZEN, es decir, la “calidad” En Japón, uno de los países más organizados del mundo, su idiosincrasia, está representada por lo extraordinario y lo excelentes que son para hacer las cosas. El kaizen engloba esas últimas dos palabras que leíste y no les prestaste importancia pero que forman “el secreto” para todo lo que quieras hacer en tu vida Extraordinario y Excelencia.

Extraordinario: Tú puedes vender sándwiches o ser el próximo SUBWAY, puedes vender Hamburguesas o ser el próximo McDonalds, puedes simplemente vender café o ser el próximo Starbucks, puedes ser profesor o dueño de un establecimiento educativo, puedes fabricar pan, o ser el próximo Bimbo. El abanico es enorme, solo depende de si eres uno más del montón, o le agregas ese extra, para que dejes de ser ordinario, común y seas Extraordinario.

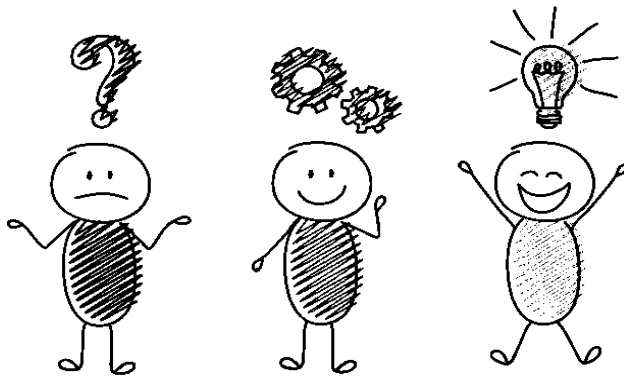
Excelencia: Puedes vender el producto que quieras, pero ser excelente solo significa cometer excesos. ¿En qué? En hacer más y mejor que nadie

las cosas. En ese sentido, Japón tomó como ejemplo a los alemanes para el sector automotriz y trasladaron esos métodos al resto de sus industrias. Si soy profesor y salgo de lo ordinario, cometiendo excesos de buena aplicación de la pedagogía con mis alumnos, pues voy a pasar de ser un profesor más, a ser uno extraordinario. En un campeonato mundial de cualquiera sea la disciplina que se desarrolle, solo sale campeón, el que se excedió en su manera de competir, o sea, el que lo hizo “excelente”. Igual que cuando un empleado es promovido en su trabajo a un cargo más alto. Lógicamente está sobre capacitado para el cargo actual y preparado para que el que sigue, porque se excedió en su trabajo y fue “extraordinario”. La calidad por sobre la cantidad priman siempre. El ser extraordinario con la calidad, el ser extraordinario con el sistema de marketing, el ser extraordinario con los procesos a desarrollar, nos hablan del extra que hay que hacer para que las cosas sucedan. Muchos mediocres a esto le llaman suerte. Nosotros le llamamos KAIZEN, o simplemente, ser EXTRA-ordinarios. Mi padre me dijo alguna vez, viendo que no terminaba ninguna carrera y como dándome sus últimas esperanzas, “no importa lo que hagas, si eres el mejor siempre te irá bien”. El “mejor” se refería a ser excelente, excelente como persona,

como jefe, como cliente, como empleador, como trabajador, como estudiante, como pagador, como deportista, como padre, como hijo, como esposo o esposa. Es imposible echarle la culpa a los demás de nuestros fracasos. Aceptar que no era lo que queríamos o que lo hicimos mal, es aceptar que ese “fracaso” no fue más que una escuela de experiencia que tenía un costo y lo asumimos, pero a sabiendas de que podría haber sido otra la historia si le agregábamos ese extra. Tener en claro el interior (imagen superior de una mano apuntando), para saber a dónde dirigirnos auditando siempre lo que pensamos, sentimos y decimos. Básicamente estamos hablando de “coherencia” como paso previo a la acción. Sabiendo que luego de dejar en claro esos tres conceptos, ir a la acción preparando nuestro Kaizen y donde la única opción, o sea no hay un plan B, es el éxito. Recuerda la frase de Ayrton Senna, multicampeón en carreras de fórmula uno, “El segundo, es el primer perdedor. “

EL PROBLEMA NO ES PROBLEMA

“Tu fuerza no debe debilitarse por los obstáculos que se aparecen en el camino”.



Aunque parezca el título, una canción de Ricardo Arjona, en este capítulo tendrás una visión más amplia de lo que muchas veces nos hace desertar o abandonar algún proyecto, no importa de que se trate, pero estos factores forman una especie de tamiz donde muy pocos son los que lo pasan, pero si prestas la debida atención, sabrás hacer la diferencia entre los que desconocen lo que leerás a continuación. En los caminos de sabiduría iniciática se aprende que nadie va a colocar a una fuerza de seguridad a custodiar un lugar donde no hay nada más que desechos. Es como decir que nadie

colocará una alarma en una casa, si no tiene absolutamente nada de valor que proteger. En el antiguo Egipto, la esfinge de Guiza con cara de humano, pero cuerpo de león, cuyo nombre para los árabes era Abu Al-Hol (padre del terror) custodiaba los tesoros del Rey Kefrén. En la mitología griega, muy similar a la esfinge de Guiza de Egipto, las esfinges tenían cuerpo de león o de perro, cara de mujer y alas, y su aparición solo significaba destrucción y mala suerte y custodiaban los templos y santuarios. Y en las antiguas iglesias católicas, las gárgolas eran quienes custodiaban la entrada. Definir esto es importante a los efectos de darnos cuenta lo que quiere decirnos este mensaje. Nadie pone a cuidar algo, si no lo considera valioso. Por eso los bancos tienen tantos sistemas de seguridad. ¿Entonces de que nos sirve este ejemplo? Pues muy simple, todo, pero absolutamente todo lo que hagamos a la hora de emprender, ya sea un viaje, una relación, un trabajo o un estudio, seguramente en el camino nos encontraremos con tropiezos y golpes que nos quieren derrotar y nuestra fuerza, nuestro compromiso y nuestra disciplina, no debe depender NUNCA de la fuerza contraria. ¡Porque de eso se trata! De proteger a donde se quiere llegar, porque es algo valioso. Entonces muchas esfinges, y gárgolas se nos aparecerán

representados con el miedo, problemas, desilusiones, caídas, etc. Pero tenemos que tener la mente fría para poder resolver y no actuar haciendo berrinches porque no sucede lo que yo quiero a la hora que yo quiero. Por el contrario, mantenernos estoicos sabiendo que son solo pruebas donde si el compromiso es real, **NO SE NEGOCIA** bajar los brazos porque si nos vamos por una tangente o simplemente nos detenemos, quiere decir que el golpe recibido tuvo más fuerza que nuestro compromiso. En astronomía, existe lo que se llama, la “caza de asteroides” que no es ni más ni menos que cientos de fotografías del espacio comparadas unas con otras para ver que objetos se movieron y determinar su velocidad y trayectoria, a los fines de saber si alguno corre el riesgo de acercarse a la tierra. Supongamos que nuestro deseo es ese “asteroide” que viene directo a nuestro sol (por fuerza de gravedad, el sol atrae objetos) pero en ese recorrido, nuestra tierra puede estar muy cerca y absorbe con su propia gravedad a este cuerpo del espacio aumentando así el riesgo de choque, y nosotros como el asteroide que somos, vamos directo al sol, nuestro objetivo es el sol. Tenemos muchas barreras por vencer, desde lejos ya podemos observar una, y esa es Júpiter, que con su inmenso tamaño equivale a 1320 el tamaño de la Tierra, su

gravidad es mucho más potente, por lo que podría la fuerza de este o atraerlo a sí mismo, o debido a la velocidad que llevamos como asteroide, modificar el recorrido. Como si un imán nos atrajera a ese planeta. Y ese “júpiter” puede ser cualquier episodio que nosotros detectemos como problema a resolver en el futuro, o incluso puede que sea el problema más grande a resolver a futuro, la realidad es que más tarde o más temprano deberemos pasar por ahí, y nuestra fuerza de empuje hacia el sol debe ser tal que nos permita pasar por alto esto. Un claro ejemplo de esta fuerza descomunal de empuje es la del cometa Halley que cada 76 años cumple una órbita ovalada, y es tal la fuerza de empuje que vence a júpiter e inclusive al sol ya que su velocidad es tan alta que pasa por detrás de él, modificando una y otra vez su ruta haciendo que lo expulse al espacio nuevamente con la misma fuerza que venía. Al perder fuerza al final de su recorrido, (alrededor de unos 33 años) el sol lo vuelve a atraer ganando velocidad de nuevo y tardándose otros 33 años en regresar y cumplir nuevamente el ciclo. Eso es solo a modo de ejemplo en cuanto a determinación y fuerza, Júpiter bien podría ser nuestro gran obstáculo, pero también podría serlo la tierra. Al detectar la tierra esta posible amenaza, una de las teorías es que podemos lanzar bombas lo

suficientemente grandes como para que, al chocar, alteremos el recorrido, o sea se vaya por una tangente o ruta alternativa, lo cual a nosotros como asteroide no nos está llevando a donde queríamos, o peor aún, tal puede ser la fuerza de esas bombas que explotaría todo y ese tremendo impacto nos deja en la nada. Contrario a lo que el 85% de las veces en nuestras vidas escuchamos decir “por algo habrá sido” “por algo Dios quiso que fuera así” (y le echamos la culpa a Dios, total es más fácil que sea él y no que yo me haga cargo de mi mediocridad para hacer cosas) o “las señales te decían que no era ahí” es que tenemos que aprender a leer el lenguaje del universo. El lenguaje que nos dice “efectivamente es por ahí” solo que estos escollos hay que pasarlos porque detrás de ellos esta una experiencia formidable, por más incomoda que sea. Romantizar el abandono por el “por algo suceden las cosas” es una vez más, perder el “foco” de hacia dónde vamos dándole más fuerza al golpe que viene de afuera y nos transformamos en un “seguidor” de las casualidades, en lugar de nosotros hacer que las casualidades ocurran. Nos vuelve idiotas participantes de un mundo lleno de “no se puede” y una vasta e interminable lista de justificaciones y ese es el motivo por el que muchos, se la pasan de proyecto en proyecto. A finales del siglo XIX (1875

precisamente) no había heladeras, y la carne que se conseguía no siempre era fresca. En estados unidos a la hora de comer carne para terminar con el olor fuerte de la putrefacción, utilizaban salsas japonesas de pescado, o catsup, que era de sabor nuez, o cebolla. Un americano llamado Henry Heinz pensó que podría crear una salsa de tomate que permitiera darle otro sabor a las comidas. Es así que puso todos los ahorros de su familia, e inclusive, debido a sus demoras en terminar de realizar el producto, fue hasta embargado y puesto en la cárcel por deudor, pero nada impidió que la formula tan simple como tomate, sal, ajo, vinagre como conservante y azúcar no hicieran el milagro tan esperado creando así en 1876 el Kétchup, que en esa época se comercializaba con el nombre de catsup. Una “obsesión” llevo a Henry a enfocarse, no importa cómo, no importa a que costo, en crear algo que era totalmente necesario para la mesa de esa época. Con el devenir de los años y ya en 1914 con la primera guerra mundial lejos de entrar en crisis, Heinz aprovecho la fuerza de ese golpe de la crisis y vio como poder abastecer a las fuerzas militares no solo aceptando que la crisis de la guerra era importante si no que, en lugar de poner excusas, colaboró para que pudiera sostenerse el imperio que había ya creado. Lo mismo podemos decir de King Camp Gillette quien era un simple

vendedor el que alguna vez alguien le dijo “inventa algo barato que la gente lo tenga que usar y luego tirarlo para volver a comprarlo” Y luego de cientos de intentos creo la que hoy se conoce como hoja de afeitar Gillette. Ni hablar de la cantidad de procesos que tuvo que pasar para que hiciera que las cosas pasen y de la cantidad de casualidades que tuvo que saber hacer. Simplemente porque su fuerza de empuje estaba enfocada en un solo objetivo. Es innumerable la cantidad de ejemplos que tenemos, pero si de algo se destacan todos, es de haber cumplido con una serie de requisitos llamados “Kaizen” el ser extraordinario, el darle calidad a lo que hacían, pero como estructura primaria era “la idea”, el poder creer en lo que iban a realizar. El creer en el producto de su trabajo, el creer en que ellos mismos lo lograrían. La idea, la palabra, la acción, la dirección, la excelencia, lo extraordinario, el enfocarse, el “no hay plan b”, la fuerza de ese empuje constante basado en la disciplina, en el saber leer entre líneas, (inteligencia) son todas actitudes que solo pueden tener los que cometen “excesos”. La historia, no está escrita por mediocres, la historia no la hacen los tibios. El que está enfocado en un camino, no puede dejar de estarlo si quiere que el universo actúe en consecuencia a su alineación entre lo que piensa, dice y hace. Abandonar porque me enojé

con el obstáculo que tuve, o me justifique basándome en la falta de compromiso, pero le echo la culpa a lo que “me pasó” o simplemente de tantos palos, lo dejo para después porque en algún otro momento seguro lo veo mejor, o no es la hora, o aún no llegó el momento de esto, no es más que todo esto una representación de lo atento que tienes que estar al detectar estas cosas que son las que te harán perder foco, el rumbo. Ni hablar si lo que haces es someterlo a la consulta popular de gente que no trascendió ni cambiar una bombilla de luz. Los chamanes Incas dicen que lo importante es detectar al puma antes que el puma te detecte a ti y tú lo veas ya cuando te está atacando. El puma, representa la “esfinge” (problemas) y aprender a leer el universo, es aprender a ver, dónde ese esconde el puma. Esperar que vengan las cosas para accionar, es caer en la esfinge de “la espera”. ¿O sea que harás cosas cuando llegue lo que estas esperando? La espera, viene de esperanza, de la fe, un concepto totalmente dogmático de las religiones, donde no se buscan creadores, si no creyentes, para que esperemos, esperemos al mesías en los judíos, esperemos la llegada del Cristo en los cristianos, esperemos la llegada de Maitreya para los budistas. Si me quedo paralizado pensando si debería accionar o no, es someterme a la esfinge, a

tal punto que en esos instantes de duda aparecerán en mi vida más golpes que me harán dudar aún más, porque si el debo o no debo está sometido a una religión, se me aparecerán cosas sobre esa religión para que abandone. Lo mismo para un emprendimiento económico, donde de los cuatro paradigmas (religión, política, ciencia y economía) el de la economía pretenderá dictarme que para que yo haga algo primero debo tener cierta solidez “económica” o sea que si yo “no tengo” no puedo accionar, y es ahí donde voy a justificarme, porque “no tengo”. Lo mismo para una relación afectiva, o para un proyecto de familia, trabajo, cambio de vida, etc. Las esfinges aparecerán, solo con el fin de ante el primer movimiento de duda, se aumente aún más la catarata de estímulos desertores para justamente hacer que abortemos nuestro objetivo. Y la pregunta que sigue es ¿bueno entonces cómo hago? La respuesta es, deja de hacer lo que estabas haciendo para justificarte y pon en acción aprendiendo lo que tengas que aprender para darte cuenta que “no tener” es el principio del deseo y no un justificativo para seguir viviendo tan mediocremente. Esto es solamente un ejemplo en el paradigma de la economía, entonces y si aparece la esfinge que dice “no lo sé hacer” tengo que darme cuenta que le estoy dando entrada a la

esfinge que representa el paradigma de la ciencia. Cuando sepa, lo haré. “Y bueno con el gobierno que tenemos”, o “cuando el gobierno cambie” le damos poder a la esfinge que representa el paradigma de la política. Y estos cuatro paradigmas de la humanidad, política, economía, ciencia y religión tienen sus propios métodos para conseguir que las cosas pasen siempre y cuando tu entres y te sometas a ellos. ¿Entiendes porque no quieren que tu aprendas, sepas y seas un ser evolucionado y consciente que la realidad de tu vida, la representas tú mismo con tus propias creencias y no las que te inculcaron personas que estaban inmersos en esos paradigmas? Aprender a detectar estas esfinges es aprender a saber dónde se esconde el puma para los Incas, o que custodian estas esfinges para los egipcios, o que ocultan detrás las gárgolas para los católicos. Es aprender a no sentirse amedrentado por la realidad que otros quieren imponer, si no que tú dejes de ser oveja en el rebaño y te conviertas en el león que sale a cazar porque tu hambre de vivir no tiene otra opción que aprender y ser exitoso en absolutamente todo lo que se proponga. En si lo que estas aprendiendo en la escuela de psicología iniciática y ocultismo, es a que des ocultes esta verdad y que en el camino de la magia te conviertas en el mago de tu vida. El mago que hace

magia, pero los idiotas le dicen “suerte”. Antes de la revolución industrial el paradigma que más afectaba a las personas era el de la religión, al llegar la revolución industrial y todo centrarse en lo económico y político, la religión de a poco fue perdiendo terreno y desde hace algunos años para estos días el paradigma que predomina es el de la ciencia, y de ella dependen los otros tres, por eso se llaman ciencias políticas, ciencias económicas, ciencias teológicas. Y dados estos paradigmas que hoy dominan el mundo, donde, “si no tienes un título no eres nada” la mayoría de nuestras esfinges serán en consecuencia de esa índole. O sea “tengo que saber”. Y no está mal, porque para saber no basta con teorizar un libro, si no llevarlo a la práctica, y es ahí donde haremos que las cosas pasen

¿INVOLUCRADO O COMPROMETIDO?



Involucrado: es aquella persona que forma parte de un contexto, no es ni la razón ni el objetivo, simplemente está involucrado participando. El involucrado está de manera temporal y no está del todo ligado a las consecuencias de sus actos. El involucrado tiene la opción de esperar que las cosas sucedan

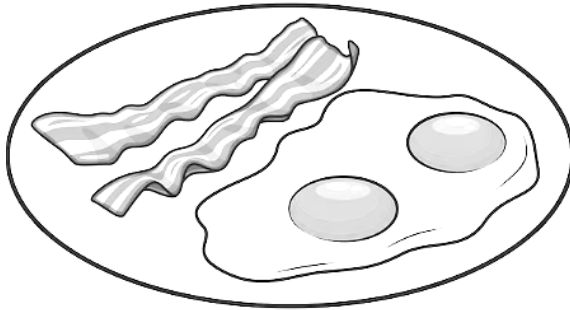
Comprometido: es aquella persona que tiene una promesa, o sea un acto que debe cumplir no importa lo que suceda. Por eso la palabra compromiso tiene un peso muy importante. Porque nos obliga a actuar. Comprometido, implica determinación y responsabilidad, sacrificarse y hacer lo que sea necesario para lograr los resultados. En pocas palabras, las personas comprometidas no se

rinden, buscan soluciones o sea busca que las cosas pasen. No se puede comenzar una etapa de cambios si comenzamos por la parte física, por la parte donde lo tangible existe, ni tampoco se puede comenzar desde lo energético. Existen escuelas donde enseñan a trabajar con energías y es excelente absolutamente todo lo que enseñan, pero no comienza todo desde ahí. No es prender un sahumero y repetir frases, no es poner música sanadora a 432hz. ¡No es así! Supongamos que una persona está depresiva porque su pareja lo o la abandonó. Y esta persona en su duelo, se abandona, se deprime, no se cuida, se enferma con facilidad, en definitiva, anda con la energía por el piso por una realidad en su mente que es el “desamor”. Ese dolor condiciona su vida, y va a trabajar con esa mochila en su espalda, que le produce nostalgia, un tono para hablar bajo, pocas ganas de hacer cosas. Su energía y su sistema físico, están muy abajo en el nivel de vibración. Ahora si esa persona recibe un llamado de esa persona que lo abandonó y quiere reencontrarse para darse una nueva oportunidad, esta persona que estaba deprimida y abandonada cambia drásticamente su manera de estar, sintiéndose de otra manera muy distinta. Se alegra, se emociona, o sea está bajo una emoción, y emoción, viene de “emovere” (latín) que significa movimiento,

dándonos por enterados que todo cambió en su ser, al cambiar si parte psíquica. La energía que le faltaba, y la parte física abandonada, desaparecieron solo con cambiar su manera de pensar. Cambió por completo su realidad mental y esto repercutió en su energía y lógicamente en su parte física. ¿Alcanzaste a notar el orden? Primero lo psíquico, luego viene lo energético y por último lo físico. Pienso (psique), eso me da energías, y por último actúo. Ese es siempre el orden. ¡Siempre!, en todas las culturas iniciáticas, en todas las culturas milenarias los procesos de crecimiento, se dan, comenzando siempre desde lo psicológico, desde la psique. Si a esa persona que estaba deprimida antes del llamado, le doy ejercicios para aprender a manejar la energía, lo único que va a conseguir es enfermarse más por que su energía está trabajando a la inversa, y todo lo que reciba lo amplificará, porque la energía funciona como amplificador. Cuando en mi mente, ponga en orden (ordene) el caos, y lo lleve a la palabra, recién desde ahí ese caos va a tener energía para moverse, sabiendo que voy a encontrarme con esfinges que me harán querer detenerme o torcer mi dirección, y manteniendo el kaizen (excelencia y calidad) con disciplina y compromiso, es inevitable que el universo va a responder con el éxito. La suerte no existe si no la creamos nosotros, sea

para algo que nos beneficie como para algo que nos perjudique. En lo laboral, un jefe o un dueño de negocio, está comprometido, mientras un empleado está involucrado. El dueño o jefe es el que busca un resultado, el empleado acompaña y colabora.

LA GALLINA Y EL CERDO



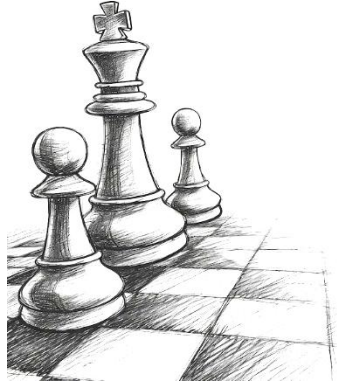
Hay un ejemplo clásico en la literatura, pero vamos a cambiarla un poco. En un menú de un bife de carne con huevos, la vaca está comprometida, mientras que la gallina está involucrada. La vaca aportó un pedazo de su ser, tuvo que sacrificarse para un resultado, mientras que la gallina solo proporcionó el producto de su trabajo que es poner huevos. Recuerdo cuando tuve durante más de 10 años mi negocio de reparación y venta de computadoras, que muchos clientes querían que yo mismo los atendiera. Algo que muchas veces no

se podía porque estaba abocado a las tareas de reparación profunda, ya que mis empleados no sabían sobre esos temas. Y entendí rápidamente por qué esos clientes esperaban eso. Era simplemente porque, sea como sea, no importaba la forma, ese cliente siempre se iba satisfecho. Siempre tenía una solución, y con unos resultados excelentes, ya que mi forma de trabajar era “si vienes de nuevo, que sea por otra cosa y no por lo mismo que viniste anteriormente”. Eso hacía que todo fuera distinto ya que como les decía a mis empleados, es más fácil hacer las cosas una sola vez y bien y no dos o tres a medias. Además de que habla del compromiso con el trabajo, o sea, de lo comprometido o simplemente de lo involucrado que te encuentres. Mi padre me solía decir que una imagen positiva en las personas, cuesta bastante generarla, pero perderla a esa imagen, no costaba nada. Y tenía razón. Los años trabajando de eso y aun recibiendo el trabajo de otros colegas propietarios de negocios hicieron marcar la diferencia entre estar comprometido o simplemente involucrado. Con el tiempo, medios de comunicación, radios, televisión, y hasta la misma policía de la provincia comenzaron confiar en los servicios que brindaba. Y ahí es donde entra la palabra clave. Confianza. Cuando estas comprometido te vuelves una persona confiable, y

como ya dijimos, confianza viene de fiar, de “fe” entonces la gente deposita la esperanza de una solución en personas que son de confiar. Hasta cuando vas al banco a pedir dinero te piden avales de pago para que seas un cliente “confiable”. Ser una persona comprometida genera valor en ti, tienes valía porque eres confiable. Estar comprometido aumenta tu autoestima, ya que te vuelves una persona segura de lo que haces ya que estas dispuesto a dar el 100% de ti en el objetivo que estas tratando de conseguir. Estas dispuesto a dar tu tiempo, tus conocimientos, a aprender cosas nuevas si es necesario y a arriesgarte buscando ese resultado esperado. Estar comprometido, es estar inmerso, es estar dentro de, y no formando parte. Porque como la palabra lo indica, comprometido, viene de compromiso, de generar una promesa con respecto a algo que se quiere lograr. Es nuestro trabajo buscar de la manera que sea, el poder generar la cantidad de motivos suficientes para que en nuestra mente venga la necesidad de actuar al activarse la energía. Porque además viene del latín que quiere decir propósito o meta. En mi libro “Humanos – manual de usuario” hay un capítulo completo sobre el poder de las palabras, la historia que nos contamos, y desde este nuevo libro, la invitación es a subir de nivel al preguntarnos sobre alguna idea, el “¿Por qué?” de

lo que deseamos, y sobre la respuesta, volver a ejercer la misma pregunta, “¿por qué? Y sobre esa respuesta, otra vez, hacer la pregunta, y así las veces que sea necesaria hasta desenmarañar el origen real de lo que deseamos. No todo lo que deseamos viene desde lo auténticamente nuestro, si no que está basado en algunas carencias o creencias con las que crecimos. Creencias y/o carencias heredadas, de quienes nos educaron en ese momento. El kaizen, se logra de esta manera. Auditando absolutamente todo, pero eso sí, no es para siempre, sino que es hasta que aprendamos a hacer más sutiles a la hora de comunicarnos con nosotros mismos. Eso es estar comprometido por el motivo principal, comprometido conmigo mismo. Estar comprometido, es darle lugar con el tiempo y con la experiencia de hacer estas cosas, a aumentar nuestra autopercepción, autoconcepto y autoimagen, y como ya sabes, estoy hablando de aumentar tu autoestima. En pocas palabras, estar involucrado es participar de un objetivo, es el mundo de los tibios, y estar comprometido es darlo todo por alcanzar ese objetivo.

ESTRATEGIAS



Las estrategias que envuelven el condicionamiento mental son herramientas fundamentales a la hora de lograr crecimiento en cualquier área que se aplique. Las religiones tienen su método, la política tiene el suyo, la economía y las ciencias tienen la suya también. El lenguaje del amor desde ya que también lo tiene. Cada persona puede aplicar esas estrategias, donde simplemente se aprenden buscándolas con el fin de ser libre y no de manipular. He visto muchas publicidades donde por ejemplo enseñan a los hombres a ser “deseables”, “alfa” etc. Y no son más que herramientas que alimentan el ego si no se saben aplicar. Y como sabemos el ego quiere cosas que

nos permitan el menor esfuerzo y la mayor satisfacción posible. No importa el precio, más grande es el ego, más te expone a cometer excesos. Entonces tienes que darte cuenta que la mejor forma antes de aprender estrategias para cualquier área, es ver desde donde quieres hacer lo que quieres hacer. Porque no es lo mismo aprender estrategias de seducción a otra persona si lo hacemos desde la codependencia, o el narcisismo. Porque es ahí que nos vamos a convertir en seres al principio muy deseables y luego muy olvidables. Todas las herramientas condicionantes, lo que buscan es lo que la palabra después de herramientas lo dice. Condicionante, o sea crear las condiciones mentales deseadas. Y para eso hay que recurrir a aprendizajes donde vamos a pasar de obtener resultados mediocres, a excelentes resultados. Donde lo extraordinario se vuelve fundamental y excluyente a la hora de obtener lo deseado y donde nos marcará un piso en lo que buscamos como meta. Ese extra que le pondremos, nos hará salir de lo ordinario y aumentaremos la calidad de lo que queremos como objetivo. Hay herramientas de condicionamientos detestables como el miedo y la culpa. Estas herramientas se usaron por miles de años tanto en el plano político como en el religioso a los efectos de mantener sumisa a las personas,

pero también se han utilizado de manera particular de persona a persona. El miedo y la culpa provocan una sumisión y una entrega total haciendo presa fácil a cualquiera que no tenga desarrollada su autoestima. Pero hay herramientas que tienen un uso más ecológico desde lo espiritual y con resultados muy favorables para la conducta humana. Voy a extraer dos técnicas de contextos ampliamente distintos, a los fines de mostrar los resultados. La religión de “testigos de jehová” utiliza un condicionante que funciona perfectamente. Y consiste en un método casi de meditación guiada, donde tienes que cerrar los ojos y en posición cómoda, imaginarte que estas con Dios, y sentir su brillo, su paz, su calor, su amor, y mientras quien te guía te va diciendo esto, pone énfasis cada vez más en sus palabras. Y tú comienzas a convencerte que “debería ser así” pero no te está funcionando, entonces te fuerzas para no quedar mal, y en eso que te fuerzas, logras concentrarte más conforme más énfasis le da tu guía a lo que dice y llega a un punto donde la concentración es tal, que la química de tu cuerpo comienza a reaccionar a todo eso que te estas forzando a sentir, y que crees, sucede la magia de la química, y que ellos le llaman “la entrada de dios a tu cuerpo”. Te sientes muy bien, casi que te dan ganas de llorar, sientes todo lo que te dijeron que

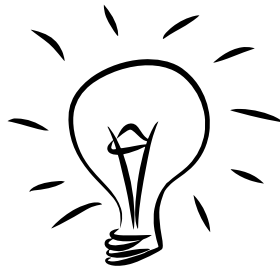
tenías que sentir y desde ya piensas que es “dios dentro tuyo”. Bueno la respuesta real es que si, lo es, pero no como te lo cuentan. Ese “dios” que sientes es el poder que tú te has conferido al obligarte a sentir y querer algo. Y ese “dios” que sientes no es más que una expresión de tus químicos recorriendo en tu cuerpo y que tú mismo supiste liberar y que no hubiera sido de otra manera que sucedería, si no era aplicando estas técnicas. Pero ten en cuenta que este condicionamiento es tan simple como elegir ser feliz, o elegir amar a alguien. Porque funciona de la misma forma. Cuéntate 20 veces una historia que es mentira y terminarás creyéndola. A veces lo haces sin darte cuenta, para acomodar la historia a tu ego y te la cuentas tan bien que te olvidas como fue la historia real. Bueno funciona de la misma manera. Este condicionamiento que usa esta religión es el mismo que también usa la católica para hacerte sentir culpable a la hora de “confesar” tus pecados, solo que, en lugar de empoderarte, te somete a la culpa y al miedo de no ser aceptado por un dios, que los mortales creemos que es codependiente y chantajista, entonces hacemos el mal, pero rezando “dios” ya no se enoja. Hace poco participaba de una conferencia anual del coach más increíble de la historia actual, Tony Robbins, y mientras observaba

sus métodos de condicionamiento, entendí rápidamente que hacia lo mismo que hacen los “testigos de jehová” pero aplicado meramente en el objetivo que tú quieras lograr. Mientras que la psicología trata temas profundos de las personas, buscando el origen de los problemas, el coach acompaña a la persona a cumplir una meta. Durante tres días, Tony Robbins personalmente te brinda conferencias donde apela a algo que en coaching le llamamos “pasarle por el cuerpo” y eso implica herramientas de persuasión para que tú, con simples actividades para hacer mientras Tony habla y crea las condiciones en tu mente con sus palabras, tienes que moverte, bailar, aplaudir, gritar, etc. ¡Es una genialidad! Simplemente es el arte de “hacerte sentir” cosas que tú por tus propios medios no puedes lograr pero con esta técnica y tres días consecutivos para hacerlo más una “membresía VIP en dólares” para sesiones online donde puedes hacerle una pregunta al “master coach Tony Robbins” crean las condiciones suficientes como para sostener en un tiempo prudente una conducta ligada a éxitos y que con solo retomar esas charlas vuelves a sentirte igual hasta que de una forma (con el condicionamiento de los testigos de jehová o con el de Tony Robbins) logras el objetivo de adquirir una costumbre de auto generarte esa química que te hace sentir

empoderado, un dios, una persona determinante y comprometida. En síntesis, tu mente va a creer la historia que le quieras contar.

ESTUDIAR?

“Los líderes se anticipan a los hechos, los perdedores reaccionan a los hechos.” Tony Robbins



La palabra estudiar, viene del latín (studium) que significa poner atención, o dedicación. Y es aplicativo a cada área de tu vida si lo que te interesa es obtener buenos resultados. Aun cuando ante determinadas pruebas el resultado no sea el esperado, es que una vez más debemos utilizar esta palabra para buscar nuevos métodos que nos lleven a nuevos resultados, o sea, estamos estudiando, o sea, estamos enfocados en aprender a resolver algo que deseamos obtener. La comodidad de la ignorancia, te permite descansar en la llanura de la nada, de las “esperanzas” del “dios proveerá”. La ignorancia tiene como virtud, llegar a muy rápido a muchos lugares, sobre todo a las conclusiones. La ignorancia, te permite vivir en

la libertad de siempre tener muy pocas opciones. Y cuando eliges tener pocas opciones, solo tienes que cumplir con un requisito. Ser ignorante. La ignorancia es la excusa perfecta para quienes deciden (y algunos hasta avisan que lo van a hacer) jactarse de que van a fallar y no pueden culparlos pues "son ignorantes". La ignorancia es la amiga perfecta de quien se acostumbra a usar el llanto como excusa para llamar la atención y obtener réditos. Puesto que quien vive en la queja y en el papel de víctima, no necesita desarrollarse más para obtener lo que quiere y ser ignorante está perfecto. Encontrar lo que nos apasiona, o nos gustaría hacer sería una de las primeras cosas que debemos indagar. Está claro que todos buscamos ese espacio en el mundo donde nos preguntamos, a que hemos venido a este plano, pero también hay una realidad como tantas otras, y es que hemos venido a hacer cuanto más queramos aprender. Y lo que hoy nos hace ser expertos en algo, el día de mañana puede no serlo. Ya he contado varias veces que para mí la informática siempre me fue muy fácil no solo trabajar con ella si no hacer buenos ingresos, pero llega un momento en mi vida en el que siento que lo fácil me aburre, y no porque el trabajo sea aburrido si no porque la sed de conocimiento y vivir otras experiencias me llevaron a abandonar casi al 100%

esa etapa que durante tantos años y tantos frutos, sociales, económicos y profesionales me dio. Ese afán por seguir aprendiendo, pero en otras ramas aun sin importar los sacrificios que pueden implicar hasta perder la capacidad de ahorro, o tener una cobertura médica, hizo que pudiera aprender sobre otras cosas, llegando a comprender algo fundamental. No importa el rubro en el que trabajes, no importa cuantos competidores tengas, no importa la realidad del país, lo único que tienes que saber es que si en lo que haces eres bueno, siempre tendrás al menos para comer y si eres uno de los pocos pues mucho más aún. Pero también tienes que saber que son etapas. En este mundo tan líquido, donde se estima que dentro de 50 años el 65% de los trabajos hechos por humanos va a ser reemplazado por una computadora o algún aparato electrónico que sea comandado por una computadora, estar atentos al cambio es fundamental. Desde un abogado, pasando por un médico, psicólogo, o un simple operario de una fábrica, verán sus trabajos comprometidos por la llegada de alternativas tecnológicas jamás imaginadas y estar preparado es adelantarse al cambio. Es ahí donde mucha gente que no sabe que hacer más que lo que hace, deberá optar por emigrar a países menos desarrollados o

simplemente someterse a los paradigmas del momento. Ciertamente es que la ciencia de la tecnología llegó para hacer más eficientes muchas cosas que hacemos los humanos. Y eso implica un costo. Hoy por hoy China con sus robots o Tesla con sus autos sin conductor hacen peligrar a las personas que manejan un taxi o a quienes trabajan en una fábrica o realizan tareas de limpieza en el hogar. Los cambios son inevitables y entender que formarte en una universidad solo te lleva a que seas mano calificada para una sola determinada área de la vida. Por lo que si escuchaste eso de “tienes que tener un título para ser alguien” pues te engañaron y la idea es tan antigua como que los títulos vienen de “Títulos nobiliarios” que allá por la edad media se les otorgaba a ciertos personajes de la historia de determinado pueblo y esos títulos eran los de “conde, príncipe, duque, marqués, etc.” Entonces tener un título en esa época era sinónimo de distinción entre los demás habitantes, haciéndote no solo de más prestigio, sino que también te otorgaba ciertos beneficios incluso a la hora de socializar. No estoy diciendo con esto que no hay que estudiar, si no que no te creas el cuento que con un título tienes asegurado tu futuro, porque la realidad hoy es que solo es una herramienta más y que la clave está en la repetición de las cosas para obtener el éxito.

Practica las veces que sea necesario para alcanzar los niveles de perfección más altos, y si ves que en el entorno donde estas, las personas no lo notan, el problema no es de los demás, el problema es tuyo porque estas en el entorno que no corresponde. Sal de ahí y busca el entorno que valorará la calidad de tu trabajo. Esto aplica tanto a lo laboral como a lo personal. Este ejemplo ya lo he dado, pero es válido nuevamente. Supongamos que tu soledad es hermosa y sientes que vale un 9 de 10. Pues quien venga a tu vida mínimamente para compartir esa soledad tiene que tener un 9. Ahora si tu soledad cuesta un 3 y la estas pasando mal, cualquiera con un 4 va a venir a quedarse. Entonces es lógico que te tienes que poner a “estudiar/te” para subir esos niveles en donde sientas que tienes tu soledad. Lo mismo para cualquier cosa que quieras aplicar en tu vida. Solo es cuestión de aplicar lo que ya has leído en este libro y dejar de poner excusas, sabiendo que todas las que esgrimas para justificar tu mediocridad de hoy no son más que simples métodos que has venido utilizando para procrastinar tu aprendizaje. Haz las preguntas correctas 1 ¿Qué es lo que quiero? (luego enfocar me para obtener el resultado) 2 ¿Por qué quiero esto? (cual es el fin, el propósito) 3 Que acciones debo tener, que debo hacer, para hacer que las cosas pasen (PAM=Plan

de acción masiva) Aquí el plan de acción masiva es fundamental ya que es aquel que nos va a poner inmersos en lo que deseamos, esto hace que inevitablemente tengamos que ponernos a estudiar, a llenarnos de conocimientos para luego volcarlos en la práctica. Preguntas fundamentales que nos debemos hacer

- ¿Qué es lo que más me hace feliz en mi vida ahora?
- ¿Qué es lo que más me entusiasma en mi vida ahora?
- ¿Qué es lo que más me enorgullece en mi vida ahora?
- ¿Qué es lo que más agradezco en mi vida ahora?
- ¿Qué es lo que más disfruto en mi vida ahora mismo?
- ¿A qué me comprometo en mi vida ahora mismo?
- ¿A quién amo? Se que muchas veces estas preguntas son incómodas y duele encontrarse con la realidad, pero créeme que si luego de hacer estos cambios, sientes que estas en el infierno, entonces sigue caminando porque vas por el camino correcto.

LA INCOMODIDAD DEL PROCESO



Todos los procesos de cambio son incómodos, algunos son insoportablemente incómodos. Pero ahí radica precisamente el tema. En transitar esa incomodidad de saber que, al hacer cosas nuevas, o al menos pararte ante la vida sabiendo que todo lo que hacías no daba resultado, implica un momento de incomodidad porque sucede algo hermoso y eso es que comenzamos a perder el control. Ante esa pérdida de control, porque nos salimos de nuestra zona de confort, buscamos sin hallar, la forma, de sacarnos eso que sentimos por dentro. Lo cierto es que al abandonar actitudes que en lo cotidiano determinaban nuestra forma de ser, nos sentimos perdidos. Es normal que nos

la pasemos durmiendo, llorando y creyendo que todo es un caos. Y efectivamente, todo es un caos. Pero un caos que viene a poner un nuevo orden. Un orden donde los no negociables empiezan a asomar, sabiendo que es lo que no queremos vivir nunca más. Y lo primero que nos damos cuenta, es que no sabemos lo que queremos, pero si lo que no queremos volver a vivir. Pero, no hay que preocuparse, todo se va a ir acomodando en el tiempo. En esta vida que hemos estado teniendo, nuestra mente siempre estuvo en estado de alerta por la cantidad de cosas que hemos tenido que vivir y soportar. A veces eligiendo nuestros verdugos o a veces sin elegir como cuando fuimos niños. El proceso puede ser tan incómodo para las personas que muchas desisten del cambio y retoman sus actividades anteriores, donde muchas veces estas actividades no son sanas. Pueden volver vicios, o simplemente recaer en relaciones codependientes o dependientes. Sea cual fuere el caso, hay que estar atentos a que estas situaciones son absolutamente normales. Son muchos años comunicándose hacia el mundo, de una manera en la que, nos sentíamos víctima, o nos convenia que alguien nos solucionara la vida. Todo esto es aprendido, y esto se aprende como método de supervivencia de nuestro ego al aprender a convivir con el entorno que nos rodeaba de

pequeños. Es por eso que terminamos muchas veces siendo una copia de mamá o papá, o ambos. No todos están dispuestos a seguir manteniendo el cambio. A arrancar de su forma de ser ciertas actitudes o pensamientos, simplemente porque esto duele y como duele, tenemos que duelar esa forma de vida. Esa pérdida de identidad al comenzar a hacer cosas que antes no hacíamos, nos vuelve vulnerables, pero como es parte del cambio, tenemos que aceptar que así son las cosas. Y que la única solución es seguir adelante. Quienes no están dispuestos a seguir con el cambio, no está mal que eso suceda, simplemente no están preparados y deberán sufrir nuevamente los embates de las viejas conductas. Como es afuera es adentro y como es adentro es afuera, por lo tanto, si ves que tu vida es un desastre, es porque por dentro estas hecho un desastre. Si no tienes absolutamente idea por donde empezar. Comienza imitando a alguien que tu admires. Imita, simplemente imita sus actitudes, investiga su manera de ver, de hablar y de hablarse. Busca información y adáptala a tu vida. Se consciente que no vas a ser esa persona si no que vas a ser tu mejor versión basada en alguien que por algo admiras. Nuestros padres muchas veces son ejemplo de lo que no queremos ser, pero es cuando más nos parecemos. Y nuestros padres son

el ejemplo de sus padres, y así continua para atrás. Todos dieron lo que pudieron con las herramientas que tuvieron, pero tú puedes ser mucho más desarrollado que ellos y ayudarte a ti y a quienes te rodean a tener acciones más ecológicas con tu ser, con tu mente. Recuerda siempre que esto que te está sucediendo no es más que parte del plan. Amígate del dolor que se siente dejar esa identidad que tenías con el deber ser para los demás y hazte amigo de tu nueva identidad que tiene que ver con el darte a ti primero antes que a nadie. Y cuando te llamen egoísta, recuérdales que más egoístas son los que viven para los demás porque es más fácil resolver temas ajenos que hacerse cargo de los propios. Ese egoísmo del miedo al qué dirán, al cómo me van a decir o tratar, no es más que un reflejo de tu antiguo ser. Aparecerán en este proceso personas de las que quieres definitivamente alejarte, circunstancias donde todo te llevará a repensar una y otra vez sobre tu nueva vida. El universo te traerá situaciones donde ya sabe cómo responderías. Todas son pruebas para ver qué tan convincente estás en tus decisiones. La aparición de problemas a sortear, a veces sin explicación alguna y otras veces la explicación misma tiene su respuesta. Pero jamás permitas que se vaya de tu mente el principal objetivo, dejar de hacer las mismas tonterías que

hacías antes. Dejar de responder a quienes respondías antes, dejar de vivir para los demás como hacías antes. Recuerda la frase, “preparate para ser rechazado cuando te niegues a ser manipulado”. Todos opinarán, tu tomaste el trabajo y la responsabilidad de NO CONSULTAR con ninguna de las personas que formaban parte de tu vida, aunque estos fueran de tu mayor confianza. Porque ellos te traerán las soluciones que tú ya conoces, los consejos que tú ya sabes y hasta no vacilarán en manipular la conversación para hacerte sentir culpable. Recuerda también que esas personas que tu elegiste para tu entorno fueron elegidas desde otros momentos de tu vida y no está mal alejarse de ellas. Hace un tiempo una mujer que estaba pasando por un momento complicado de su vida me contaba que había llegado el momento de terminar con ciertos patrones de su comportamiento que la hacían volver una y otra vez a cometer los mismos “errores” y entraba en un “bucle” donde todo se repetía una y otra vez. Al preguntarle por su infancia, no dudó en contarme que venía de un hogar donde su madre, una mujer muy bella, pero que no trabajaba, se separó de su padre, una persona muy violenta, y su madre comenzó a tener citas con personas de dinero a cambio de compañía. Luego su madre decide irse detrás de

un hombre dejándola a ella y sus dos hermanos con su padre, quien ya mencioné que era de carácter violento. Cuando su madre regresa, no lo hace en la mejor situación y comienza a vender y consumir drogas. Como verás, el patrón es simple. Su mamá siempre fue perro, solo cambió de amo. Primero su marido, luego las personas de dinero y posteriormente las drogas. O sea que siempre necesitó de factores externos para sentirse bien y subsistir. Es un claro ejemplo de codependencia, y dependencia, y lógicamente estas conductas las tomó como referencia en su vida ya que aprendió a ver a su madre hacer estas cosas. Como además aprendió a naturalizar algunas actitudes de un padre violento. Y esas actitudes tienen que ver con un lenguaje y no con un golpe físico. Este lenguaje es el que la llevó a fijarse en hombres con esas características. Donde la sumisión de la mujer es en respuesta a un dominante que ejerce el poder sobre su persona, y donde el dinero es parte de la transacción en una pareja. Esa transacción se volvió tan rutinaria que cuando se vio a sí misma en una pareja disfuncional, quiso irse, pero volvió una y otra vez al no encontrar quien sustentara su nivel de vida. Y como no quería ser como su madre, esperaba enamorarse y terminar amando a alguien que le pudiera resolver sus necesidades. Pero que creen esas cosas ya no suceden, porque

luego de despertar la conciencia, no se puede volver atrás. Es por eso que su transición lenta y dolorosa le sirvió para darse cuenta que no se puede dar hacia afuera lo que no se da uno mismo primero, y ¿cómo se da uno mismo primero? Siendo objetivo y enfocándose en eso, priorizándose, haciendo caso omiso a absolutamente todas las voces a tu alrededor. ¿Quieres saber cómo eres en lo emocional y en lo económico? Mira a tu alrededor las personas que tienes al lado y eso te define. Va a doler y va a costar cuanto más alto sea el muro de tu ego. Y si te sucede como a esta mujer que era bellísima y podía encantar a cualquiera, más aún te va a costar porque sabes que la única carta que tienes para jugar es la de tu físico, pero sin esa carta no eres nada. Entonces darte cuenta de eso es fundamental. Que no tienes las herramientas para afrontar una vida, y que es necesario por completo que asumas el rol de ser el protagonista, sabiendo que tendrás que hacer sacrificios de amigos, familiares, incluso hasta hijos, en pos de crecer y evolucionar como ser humano. Recuerda que no has venido al mundo a satisfacer las necesidades absolutamente nadie más que las tuyas y que Dios te dio un solo cuerpo para hacerte cargo y es el tuyo. Porque, además, con la única persona con quien te acuestas y te levantas todos los días de tu

vida, eres tú. En este mundo donde todo pasa por la pantalla de algo, sea un teléfono, una computadora, o una Tablet, y todo está “online” aprovecha para buscar el contenido que necesitas para aprender a desarrollar nuevas habilidades. Deja de buscar el placer inmediato que estos aparatos otorgan porque cuando más fanático te vuelves de ese placer, más intolerante a la frustración te vuelves y te haces dependiente de una tecnología para poder estar a solas y dejas de escuchar a tu cuerpo y sus necesidades. Ocupate de llenar esos espacios de tiempo con cosas que no solo te nutran como ser humano si no que te permitan salir de ese estado de ánimo que tantas veces te hizo caer en el bucle. Compra ladrillos (estudia y aprende de los mejores), construye (aplica lo aprendido) ese espacio donde habitarás con el amor que te diste, y con la paz que buscaste. Cuando estes ahí, solo si lo deseas (no si tienes la necesidad) puedes buscar con quien compartirlo.

LA FRUSTRACION



Si algo tenemos que tener en cuenta a la hora de enfrentar nuevos desafíos, es que a cada fuerza se le asigna una fuerza en contra. O sea, por cada deseo que queramos llevar a cabo, tenemos que entender que habrá fuerzas en sentido contrario que tiendan a contrarrestar nuestro esfuerzo. Es decir que por más que mis intenciones, ganas, entusiasmo o predisposición que le pongamos a estas tareas, siempre habrá algo que en mayor o menor medida nos imponga una fuerza contraria.

Confiar en que “por algo pasan las cosas” o “por algo Dios lo hace” es la infantiloides idea de darle entendimiento y lógica a una incomplicidad o a un tema de ignorancia al respecto. Hay factores que desde ya no nos corresponde a nosotros, pero los

que sí, podemos darle la forma que deseemos en tanto y en cuanto tengamos la precaución de prepararnos lo suficiente para eso.

La frustración, no es nada más que una mezcla de expectativas con ilusión y esperanza, sostenido por nuestro ego, que se truncan al no lograr el objetivo.

Es fundamental también entender que los procesos pueden ser tan variados como más variados son aún los intentos fallidos. Ya que, a cada método asertivo, le corresponde una cierta cantidad de métodos fallidos. La experiencia y la documentación de los hechos es fundamental, debido a que estos nos servirán de parámetros para resolver situaciones futuras sin caer en la repetición de los actos, esperando consecuencias distintas.

Cuanto más profundo sea el método de estudio menos riesgos de cometer errores, pero esto no quiere decir que no los tengamos si no que, por el contrario, el objetivizar el horizonte implica saber que, para llegar ahí, hay distintos precios que pagar. Y el esfuerzo constante y sostenido es parte de esa contribución de energía que necesita todo proyecto, sea personal, de pareja o laboral.

La expectativa, es la antesala a desilusión.

La expectativa es esa cuota de esperanza que le ponemos a las cosas con el solo hecho de la inacción. Si le quitamos la esperanza a la expectativa no nos va a quedar otra que actuar.

Es inevitable no ponerles expectativas a las cosas cotidianas, pero es más fácil aun cuando a esas cosas les quitamos la cuota de esperanza para que al quedar ese lugar vacío, lo llenemos con actos que refuercen nuestro trabajo.

La frustración es parte de la cotidianidad y forma parte de las fuerzas negativas que llevamos dentro ya que esta fuerza negativa tiende a desvalorizarnos, y reduce nuestro ego.

Al decirnos “yo no soy bueno en esto” le damos un justificativo a la ignorancia y al no compromiso para dejar de actuar y seguir poniendo energía en eso. Al condicionar nuestro accionar por la dificultad que se nos presenta, le damos un cheque en blanco al ego para justificar luego su abandono.

La frustración es hijo de la pereza, de quien quiere todo resuelto, de quien no soporta los NO de la vida, de quienes mamá o papá estuvieron siempre para darte todo, o simplemente de que nuestro entorno reaccionó como nosotros quisimos de

acuerdo a nuestro nivel de berrinche. Por consiguiente, la frustración no es más que una expresión de ignorancia de nuestro ego inmaduro que pretende que todo suceda como él quiere. Por eso aprendemos a ser manipuladores, chantajistas, militantes del soborno constante como herramienta de extorsión para lograr lo que queremos. Eso nos aleja claramente de la congruencia y claramente nos termina definiendo. ¿Qué clase de ser humanos soy que necesito manipular para que me elijan?

“La expectativa es la antesala a la frustración”

EL FRACASO



Esa sensación de frustración, enojo, melancolía, dolor y hasta un nudo en la garganta, con ganas de llorar y dejar todo. Eso es el fracaso, la supuesta mirada atenta de los demás hacia nosotros, mirándonos con una sonrisa cómplice de un mensaje solapado con un mensaje que dice “yo sabía que no lo podrías hacer” “te lo dije” “es mucho para vos” “tu no sirves para eso”.

Así se siente el fracaso, porque nuestro ego está herido, porque ahora que le dedique tanto tiempo, esfuerzo y hasta se lo conté a todos, ahora no lo he conseguido. Y hacemos de esta creencia una sentencia final abandonando todo solo porque no sabemos transitar la incomodidad del fracaso, que

no es más que la representación gráfica de una de las tantas formas de NO llegar a conseguir algo. Pararse en el lugar de la víctima a los fines de sentir que duele menos, no nos hace más que justificarnos y ponernos en el banquillo de los acusados sujetos al juicio implacable de quienes no tienen nada que ver con nosotros y nuestro nivel de ignorancia e incapacidad de resolver lo no conseguido.

Pararnos en este lugar, implica dejar la puerta abierta a quienes con sus interpelaciones totalmente ajenas y aún con la más impune de las ignorancias, juzgarán nuestro proceder y lo peor de todo, es que, en nuestra anemia de aprobación, creemos todo lo que se nos diga.

Pero lo cierto es también que nadie nos enseñó a perder. Y a entender que esa pérdida es algo que se suma desde otro lugar, y resignificar esa pérdida es primordial ya que entenderla como la suma de una experiencia nueva, nos aleja el volver a actuar de la misma manera.

Es necesario trabajar las etapas del duelo a la hora de entender que el fracaso es parte de una pérdida. Luego del fracaso viene la ira, el dolor y luego la aceptación. Donde ver la aceptación como un

proceso y no un suceso es muy importante porque recordemos que la aceptación viene no solo de admitir, si no de colaborar.

La escalera de la vida, está construida con muchos peldaños firmes de fracasos.

El fracaso es parte de lo cotidiano, es parte del aprendizaje. Si Tomas Alba Edison se hubiera detenido en su intento 800, o 902, incluso en el 980 de crear una bombilla de luz, hoy no podríamos iluminarnos. El éxito está acompañado de la persistencia, de la disciplina, del conocimiento, y desde ya, el entender y aceptar al fracaso como parte de la escuela de enseñanzas de la vida.

POR ÚLTIMO

La espiritualidad es aprender a mover energías
para cambiar la materia

Cambiar el pensamiento para cambiar la realidad
Aprender a mover lo invisible para transformar lo
visible.

Que es lo invisible?

La empatía, el amor, el dolor, la felicidad, la
compasión.

En el mundo espiritual las leyes del mundo
material no sirven

Las leyes del mundo material no sirven en el
mundo espiritual

- en el mundo material caer es perder, en el mundo espiritual caer es poder
- en el mundo material buscan la luz, en el mundo espiritual la luz y la oscuridad se complementan
- en el mundo material el dinero vale, en el mundo espiritual el valor está dentro de ti
- en el mundo material se escapa del dolor, en el mundo espiritual bienvenido es el dolor, porque el dolor me da conciencia

- en el mundo material buscamos la felicidad, en el mundo espiritual vivimos con felicidad

LA INFANTILIZACIÓN DEL BUSCADOR ESPIRITUAL

Muchas personas emprenden el camino espiritual buscando luz, paz y protección. Y esto es legítimo.

Pero, con el tiempo, es necesario reconocer un patrón sutil que dificulta la maduración: "la infantilización del camino espiritual".

Esta infantilización ocurre cuando el buscador continúa esperando que fuerzas superiores hagan por él lo que él mismo no quiere afrontar.

Es entonces cuando la persona se refugia en el Padre Celestial, en los guías, en los maestros, o en las técnicas como una forma de evadir su propia responsabilidad.

Vea ejemplos claros de este patrón:

Una persona discute con alguien en el trabajo y, en lugar de reflexionar sobre su comportamiento, dice:

“La energía en el ambiente está muy cargada. Creo que alguien me lanzó un hechizo o una brujería o son las envidias”.

Esto evita el autocuestionamiento.

A veces, el campo es denso porque él mismo alimenta la ira o el juicio, sin darse cuenta.

Alguien atraviesa una crisis en una relación y dice:

“La espiritualidad debe estar queriendo que me separe”.

- Pero no te preguntas:

"¿Me estoy comunicando con claridad? ¿Estoy asumiendo la responsabilidad de mis emociones o esperando que alguien más me salve?".

Sientes una serie de frustraciones y dices:

"Creo que es karma. Voy a hacer una limpieza energética".

La limpieza puede ayudar, por supuesto, pero si sigues repitiendo los mismos patrones emocionales, nada cambia realmente.

Participas en un curso o iniciación, y esperas que tu vida cambie por sí sola:

"Ahora que he hecho este taller, todo saldrá bien".

Pero no cambias tus hábitos ni actitudes, ni realizas la reforma interior que requiere un verdadero esfuerzo.

Sigues preguntando a tus guías todo el tiempo:

"¿Debería hacer esto? ¿Debería salir de casa hoy? ¿Debería tomar este té?".

Esto no es una conexión espiritual; es miedo a elegir y a cometer errores.

Los guías espirituales no son niñeras. Son conciencias que te recuerdan que debes desarrollar tu discernimiento.

La persona reza, toma cursos, se conecta con chamanes, enciende velas, pide señales... pero no se compromete con verdaderas actitudes de transformación.

Quiere que el Universo y todos los santos lo resuelvan, que el mentor le diga qué hacer, que lo espiritual le quite el dolor, y que Jesús venga a salvarlo.

Y entonces, sin darse cuenta, adopta una postura similar a la de un niño malcriado:

"Si me va a doler, no lo quiero. Si no es mágico, no sirve. Si va en mi contra, entonces no es luz."

Este patrón puede provenir de muchas fuentes: traumas no procesados, sentimientos de abandono, experiencias de injusticia, o incluso adicciones emocionales de dependencia y victimismo.

Pero en el fondo, el mayor obstáculo es la negativa a crecer internamente.

Mientras la persona se identifique con este rol de «hijo pequeño del Universo» o «protegida por la espiritualidad», evitará la incomodidad de tomar decisiones conscientes, de afrontar lo que debe afrontarse, de asumir su propia luz y poder.

Es más fácil decir "me arruinaron espiritualmente", que admitir que no quería ver, y que sus decisiones en base a su libre albedrío crearon su propia realidad.

Es más cómodo pedir protección, que desarrollar autoridad vibratoria.

Es más tentador llamar "prueba" a lo que, de hecho, es el resultado de la propia omisión.

Y el problema no es pedir ayuda. Es esperar que la ayuda reemplace tu crecimiento.

Los verdaderos guías espirituales no vinieron a llevarte de la mano para siempre.

Vinieron a señalarte la dirección correcta, y a recordarte que tú también eres luz, que tú también puedes alinearte con amor, valentía y claridad, incluso frente al dolor.

Creer espiritualmente significa dejar atrás a seguir a alguna fuerza externa, y empezar a caminar con un corazón firme.

Es aprender a escucharte, a observarte, a posicionarte, sin necesitar que el mundo te diga quién eres o qué debes hacer.

Esta transición duele, porque requiere salir de tu zona de confort espiritual, soltar las peticiones mágicas, y entrar en un proceso más honesto: "el de la autoeducación del alma", y que, al hacerlo, es cuando empieza la verdadera magia.

La espiritualidad madura no es un lugar donde todo fluye fácil y milagrosamente.

Es donde te conviertes en un canal lúcido de lo que ya es divino, incluso en los días difíciles.

Es donde dejas de huir de ti mismo, y empiezas a practicar todo lo que antes solo leías y repetías.

Cuando decides crecer, el Universo entero se reorganiza para apoyar este movimiento.

Pero esto sólo ocurre cuando dejas de esperar el rescate... y eliges asumir la responsabilidad.

AGRADECIMIENTOS

Gracias a José Luis Parise por sus enseñanzas y a Tony Robbins por esos días de seminarios hermosos.

Gracias también a mí, por este compromiso con el esfuerzo constante y sostenido de crecer, aprender y regalar lo aprendido.

Gracias a las personas que aparecen y desaparecen dejando su magia y su recuerdo.

Gracias a las plataformas de redes sociales como TikTok o Instagram por permitirme dar y regalar todo lo que aprendo.

Y una vez más gracias a vos por estar del otro lado tratando de llenar tus incompitudes, por querer crecer y tomarte el trabajo de a estas letras brindarles un tiempo y espacio en tu vida.
Gracias. Gracias. ¡Gracias!