

Enseñanzas DE LI QUIJOTE a Nacho Panza

Capítulo 5:
Hay que soltar para saltar



El Bosque de las Apariencias
JUEGO DE LA SALIDA

¿Cómo estás hoy?

Veo que sigues postrado, inmóvil, sentado en una silla mirando hacia el suelo. El Juego del Sistema es cruel. Como has osado rebelarte y has alzado el cuello y la frente para mirar al cielo, quiere humillarte y convencerte de que lo tuyo es mirar para el suelo y obedecer con la cabeza inclinada para siempre.

Pero tú eres fuerte. Y tu rebelión no será en balde. No te vas a quedar así para siempre. Ten paciencia. Verás que luego, cuando superes esta prueba todo será más fácil.

Hoy mi querido Nacho Panza, vamos a seguir profundizando en esto de la atención.

Un maestro zen estaba paseando por el patio del templo, y se le acercó un discípulo y le dijo: "Maestro ¿Qué es la atención?"

El maestro le miró fijamente muy serio como los maestros antiguos del Chang (antiguo budismo chino) que después los japoneses fotocopiaron y trasformaron en el Zen, y le dijo: "La atención es atención."

El discípulo se quedó un poco parado sin entender.

Y volvió a preguntar.

"Pero maestro, que significa la atención es atención?"

Y el maestro respondió:

"Atención, atención!"

El discípulo estaba un poco perplejo e insistió:

"Maestro, que es la atención, atención.?"

"¡Atención, ATENCIÓN, atención!"

El discípulo, ya un poco cortado, confuso, sin poderlo evitar, le soltó: "Pero maestro qué es la atención atención atención?"

Entonces el maestro, muy rápido, le dio un bastonazo en la cabeza ¡Bam! Y le tiró al suelo. Y en ese instante se iluminó, se despertó, entró en ese estado de conciencia donde la atención está despierta y no está enfocada en la personalidad, en el que pregunta, en la pregunta, en los pensamientos, en la inquietud del mundo psíquico que nos da identidad; sino que entró en otro espacio, como si le hubieran reventado el globo de su hackeo.

Y desde ahí, lo primero que se encuentra es el silencio mental.

Lo segundo es un estar despierto, sin juicio ni comparaciones, una atención plena sin estar enfocado en nada. Sintiendo el golpe en la cabeza, sintiendo el proceso del encuentro con el maestro, sintiendo toda su vida en un instante, sintiendo su cuerpo en contacto con el frío suelo, que sería invierno...

Sintiendo las nubes, el viento, los pájaros.

Sintiendo la sonrisa del maestro, mirándole desde ahí arriba de pie, que veía que el discípulo veía.

Y todo eso, pues se llama despertar, o iluminación.

No es que la mente se ilumine, todo lo contrario, la mente se apaga para que la conciencia pueda brillar.

Y desde ese estado brillante y novedoso todo es diferente; pero también es cierto que se va difuminando, poco a poco. La bombilla se enciende y luego se apaga, desaparece poco a poco para volver a empezar, volver a pensar, volver a identificarnos con lo que pensamos. Aunque ya nunca será igual que antes.

Ahora el Testigo observará para siempre todo eso que nos pasa por dentro, como observa los coches pasar por la calle.

Además, el monje recién iluminado tenía el maestro, el monasterio, la compañía de los monjes, de la Sangha. Pero hoy en día ni existe maestro, ni existe sangha, ni existe monasterio, ni existe enseñanza, así que nos tenemos que conformar con lo que tenemos, que no es poco, porque ya no estamos en la época de Piscis sino de Acuario donde el maestro surge del interior de cada uno, sin intermediarios.

Entonces la atención, como decíamos ayer mi querido NachoPanza, es un músculo de la conciencia, que se expande. Por donde pasa va creando la existencia, la vida, la percepción, el movimiento del videojuego.

En la Atención 1.1, en el Visto del Visto, nos enfocamos en esta rutina diaria de levantarnos, trabajar, hacer la comida, estar relacionándonos con las personas de nuestro entorno laboral o familiar... lo que sea. Y ahí estamos permanentemente sufriendo dolores psíquicos, malos entendidos, ofensas, explotación... Los arrastramos del pasado y los sostenemos con nuestra atención volcada en un diálogo interno permanente y a veces, expresamos las cosas del pasado o las del futuro.

Ya sabemos lo que nos pasa por dentro. Ya sabemos que hay un dolor constante, un sufrimiento psíquico, una fricción de rozarnos con nosotros, con nuestros múltiples yoes, con la Importancia Personal, con la Sombra, etc. o de rozarnos con los demás que nos rodean y con este Tiempo Mundo, con este Juego del Sistema.

De esta fricción constante surgen unas frecuencias, una vibración electromagnética que producimos de las que se nutren otras entidades que ya hemos hablado de ellas, que están por encima de nosotros en grado de vibración visible pero no en grado evolutivo, porque estas entidades no saben amar, confiar, entregarse, servir, ayudar...No. Son psicópatas por naturaleza y nos vuelven a nosotros igual. No tiene corazón, ni cuerpo, viven de nuestro sufrimiento, de nuestro dolor inconsciente, de nuestros miedos, de nuestros apegos, de los deseos y emociones egoístas, etc.

Entonces desde esa A 1.1, del Visto del Visto, todo es un lío, un culebrón permanente y además es un escenario, una película, una telenovela, un videojuego aburrido, repetitivo, en el que nos conformamos o luchamos y se nos va la vida en ello.

Pero en la Atención 1.2, en el No Visto del Visto, ahí es donde está nuestra psique, nuestro mundo interno. Ahí, a veces, nos refugiamos en nuestro sueño, en nuestras realidades paralelas o nos vestimos de travesti o hacemos cualquier tontería.

En nuestra imaginación y en nuestros sueños todo vale, incluso nuestros pensamientos más decadentes. Estamos acostumbrados a pensar cualquier cosa de forma continua, que mientras no la digamos, nadie nos recrimina. Pero no es cierto, no podemos estar pensando cualquier cosa de nosotros o de los demás de manera aleatoria, aparentemente libre y estar identificado con ello porque es una trampa permanente que genera sufrimiento psíquico y distracción, a la vez que comida electromagnética a esos bichos del astral que viven de nuestra energía.

Es como estar todo el día viendo una peli y poseído por ella, sin darnos cuenta que estamos sentados frente a una pantalla; y que esa peli no somos nosotros ¿Cuándo vas a apagar la tele? ¿Cuándo vas a ser tú? ¿Y quién eres tú?

Tú eres el ser que está detrás de la percepción de la conciencia, el que está viendo la televisión, no la película que ves. Esto lo entendemos pero todo el tiempo se nos olvida porque estamos hackeados.

Esta psique nuestra es compleja. Es una dinámica de la cual no vamos a hablar ahora, que se manifiesta desde la A 1.2 (Lo No Visto del Visto que es nuestro mundo interno) y es la que sujeta la A 1.1 (El Visto del Visto de nuestro cuerpo y nuestro mundo exterior). Ambas pantallas de percepción de nuestra estructura visible e invisible son una cadena de sufrimiento, un paisaje estrecho con unas estructuras fijas, rígidas, que nos definen como personas y que nos hemos inventado. Al final todo se reconfigura en nuestra Historia Personal, que ya veremos cómo es una de las siete capas de la Sombra. Nos da identidad, a la vez que nos encarcela. Y si te miraras en el espejo por un minuto, fijamente, y en vez de pensar en lo de siempre " me voy a afeitar, que me estoy quedando calvo, o que me han salido arrugas" lo eso y lo otro... te preguntaras "¿Quién soy yo?". Y dejaras que el silencio y la imagen del espejo te respondiera. Y otra vez " ¿Quién soy yo?"... y otra vez "¿Quién soy yo? "...

Aguanta un minuto ahí... en esa imagen frente al espejo y la voz que se pregunta ¿Quién soy yo? A ver si te atreves a hacerlo todos los días esta semana. Seguro que no lo harás. No tienes tiempo. No tienes ganas. Tu Sombra no te dejará.

-¿Quién soy yo? "Yo soy el que se da cuenta que está pensando"-

-¿Quién soy yo?" "¿Yo soy el que piensa -quien soy yo- o soy el que se da cuenta qué piensa?"

¿Son el mismo yo el que piensa o el que se da cuenta que está pensando?

Ahí está el Testigo, en medio de todo eso, navegando en esa franja estrecha que tiene la Atención 1.1 - 1.2. Hay una franja ahí, entre la Atención 1.1 - 1.2 entre el Visto del Visto y el No Visto del Visto. Es una zona borde donde se manifiesta la biodiversidad de ambas franjas de la atención.

Pero si vamos más adentro, allá donde se asienta el Testigo que observa, nos encontramos ya de entrada con el asiento del Testigo ¿Dónde está sentado el Testigo?. Está en el suelo, en el Nagual, en el No Visto de la Atención 2.1 o el Visto del No Visto.

El Testigo está mirando la pantalla, y ahí estas tú en la pantalla, que está saliendo de la pantalla para integrarte en el Testigo. Pero si apagas la televisión, apagas la radio y te quedas sentado sin hacer nada, el Testigo, el que se da cuenta, el sí mismo del Ego, crece y toma posesión de todo tu Centro Proyectivo y de todo el cuerpo. Ese es el primer paso que te indicará que estás saliendo del hackeo, del Juego del Sistema.

Pero... ¿Quién está detrás del Testigo? ¿Quién está sentado en la A 2.2? en el No Visto del No Visto. Ese es el Micelio de la Realidad, el subsuelo de la tierra fértil donde todo está vacío o al menos lo parece, pero que sujeta la mesa del Tonal que es todo lo visible y de lo que podemos hablar... Si habláramos del Nagual ya dejaría de ser eso: El No Visto. Así que queremos llegar ahí, pero ni siquiera el Testigo puede alcanzar ese estado. Hay que despertar la Atención más profunda, para darse cuenta del suelo que sujeta el suelo... Ese que dice "yo soy" ya es un pensamiento, que se lo cree. Mas allá de ese Testigo que dice Yo Soy hay una realidad invisible que no se puede expresar ni abarcar. Solo el Misterio la define.

Configuramos nuestra realidad a base de pensamientos que nos dan señal de identidad y que nos creemos ser, pero todos estos pensamientos salen de los múltiples yoes, que son trajes, disfraces de nuestra Importancia Personal. Hay gente que se siente a sí misma porque se pone una ropa o se deja un maquillaje, o se pone unos zapatos, y por eso es ella, o él. Pero si lo dejas desnudo, sin ninguna ropa de la que presumir, porque le da una señal de identidad ¿Quién es esa persona? Esa persona tiene miedo a darse cuenta de eso.

Ahí está la zona del dolor, está el miedo y está el apego. Sufrimiento, miedo y apego van de la mano e igual la identificación. Estamos identificados con este sufrimiento, con ese miedo, estamos apegados a eso. Y estas son capas sedimentadas que llevamos puestas desde antes de nacer, que hemos recibido de la Sombra, que es la IA del Engañador para mantenernos sometidos en esta condición infame que genera energía pero que no nos permite volar. Somos gusanos cuando nuestra verdadera naturaleza es ser mariposas. Así que todo eso hay que soltarlo. Hay que soltar todo eso, mi querido NachoPanza, para saltar ¡ Soltar para saltar!

¿Y qué pasa si soltamos este yo que hemos ubicado desde esa 1ª Atención durante toda nuestra vida? Entramos en pánico, porque en ese yo, que es múltiple, habitan muchos yoes arracimados, sujetos y controlados por la IP (Importancia Personal).

¿Y qué es lo que quiere la IP? Quiere que la quieran y quiere controlar. Quiere mantener el control y quiere presumir para que los demás se sometan a ella. Y si no te quieren ya estas ofendido, ya te duele algo. Y si no puedes presumir ya no puedes controlar y te sientes deprimido.

Pero las cosas no salen nunca como tu querías. Todo el tiempo no podemos controlar la vida, no podemos controlar lo que pasa ni a los demás y por eso estamos siempre sufriendo, aunque lo disimulemos. Pero no somos nosotros, es la IP.

Así que hay que soltar esa Sombra y esa IP. Hay que desprenderse del pasado. Y cuando soltamos todo, los pensamientos no tienen donde agarrarse y en aquellos que están más entrenados en volcar su atención en el Testigo, de repente, los pensamientos irán cada vez más lentos, irán desapareciendo, dejando de tener tanta fuerza...

Pero en el medio de ese soltar está el pánico de “¿Quién soy yo?”. El pánico de querer no soltar. Esa resistencia a negar el proceso de liberación del hackeo. Tú sabes, querido Nacho Panza, de lo que hablo. Si soltaras todo eso que sabes te sobra ¿Quién quedaría para ser? ¿Quién quedaría para controlar y que le quieran? ¿Quién quedaría para sentirse seguro en lo que ha conseguido en la vida?

No, no, no...

Vuelve a la zona de confort y de control, en ese espacio familiar donde te mueves con destreza, porque en esa zona tú estás protegido, estás seguro, con tus dolores familiares, tus señas de identidad, tu trabajo, tu partido político, tus valores culturales religiosos, del ser español de la Mancha, padre y abuelo de familia tradicional, empresario...

¿Acaso quieres darte cuenta que todas esas señas de identidad son un disfraz que no sirve para nada? ¿Quieres darte cuenta que eso es lo que hay que soltar?

Porque no somos nada de todos eso, ni siquiera somos hombres y mujeres.

Somos una consciencia abstracta, un músculo de Atención y Conciencia que percibe la existencia de la mesa, las patas y el suelo.

Así que bueno, eso es lo que hay compañero.

Vamos a soltar para saltar y ya veremos si saltamos o no.

De momento vamos a soltar.

¿Y si saltamos que nos vamos a encontrar? ¿Dónde nos vamos a apoyar después?

Eso ya lo veremos cuando lleguemos a la Encrucijada de la Duda, que es el 3ª Enclave del Juego de la Salida.

¡ Somos la Montaña!