

¡Hola, bienvenidos! Muy lindo estar aquí. Hay algunas cosas muy fascinantes, cosas que están pasando en el mundo hoy, tu mundo, mi mundo, pero antes de empezar déjenme decir hola a muchos de ustedes, gran número de personas que son nuevas, no reconozco sus nombres, de modo que bienvenidos, qué lindo tenerlos aquí. Y hay muchos nombres que sí reconozco, qué lindo tenerlos aquí.

Lo que me gustaría hacer hoy es simple. Algo así como descubrir “simple”, hablar sobre “simple”, aspectos realmente fundamentales de lo que está pasando y de quién eres. Y “simple” es un concepto realmente interesante; ese “simple” no necesariamente es fácil. En gran medida, nosotros, cada uno, estamos realmente consumidos (*N.T. absortos*) con un montón de puntos de atención, prestamos atención a una enorme cantidad de cosas. Tenemos muchos intereses diferentes, tenemos en nuestra realidad ítems que nos gusta evitar, y sin embargo es como una gran bandera roja. Punto de atención. Si eso sucede, ¡corre! O lo que sea. Puntos de atención.

Y estos puntos de atención son sumamente absorbentes, para nuestra capacidad de hacer preguntas muy sencillas, y aclarar algunos simples puntos de la realidad. Como ¿quiénes somos? ¿qué quiero? ¿cómo elijo qué quiero? ¿Cómo determino qué es mejor?

Y lo que es mejor, cuando tienes esa pregunta, y realmente es por ti mismo que la haces, ¿quién dijo que esto es lo mejor? Y ¿cómo lo rotularon como lo mejor? Y ¿será esto lo mejor para mí? En el mundo en que estamos jugando ahora mismo, una cosa realmente fascinante, es que hay múltiples oleadas de luz, consciencia, experiencias, que están juntándose casi en el mismo período de tiempo. Tienen estos enormes ciclos que son simplemente olas, ondas, un punto alto y un punto bajo, y luego vuelven al punto alto, cuando miras una ola y le agregas el tiempo, y la giras 90 grados, lo que realmente ves es un sacacorchos, o una espiral, que se está moviendo. Y muchas de estas olas se están intersecando en este punto. Y según como tú sostienes tu punto de atención, qué es importante, qué no lo es, qué estás evitando, qué deseas, estos puntos de atención, a menudo, están en resonancia simpática con otros, o en una contradicción, un choque, con otros. Y eso pasa muy a menudo, en solo una ola. Pero cuando tienes 7, 8, 9, 10 de estas olas enormes, algunas como oleadas de consciencia de nivel galáctico, otras son olas de consciencia muy cortas; a menudo hay una incertidumbre que se crea; “no sé qué hacer; no estoy seguro, no puedo tomar una decisión.”

Y luego hay otra capa que dice “¿qué pasa si tomo la decisión equivocada?” y luego “¿qué van a pensar de mí si yo no tomo la decisión correcta, o si hago esto?” Y entre todo eso, mucha energía, mucho ruido, muchos puntos de atención, una cosa que pasa es que tenemos una fuerte tendencia a querer encajar, querer ser como los otros, querer gustarles a los demás. Y si yo hago lo que tú haces, tú vas a ser como yo y yo seré como tú.

Lo que suele pasar, y especialmente ahora con estas cantidades enormes de olas que entrechocan o que apoyan, y se mueven a través, es realmente algo difícil tratar de responder a la pregunta “¿Qué es lo que quiero? ¿Cómo quiero experimentarme a mí mismo?” Más esos puntos de atención, ya sea de evitar, o de participar, o de querer gustar, ¿qué es lo que tú quieres? ¿Cómo determinas lo que quieres?

Y aquí es donde es realmente simple responder a esa pregunta, pero lo simple no es fácil, cuando tienes un montón de puntos de atención externos, en apoyo o en conflicto. Entonces ¿cómo sé qué quiero? ¿Cómo llego al lugar al que quiero llegar? ¿Cómo vivo mi vida de la manera que quiero?

Y luego hay otro aspecto que compone esto, es que he crecido con todos estos conceptos y pensamientos diferentes, estos sentimientos y emociones, muchos de los cuales no son míos. ¿Alguna vez consideraste que mucho de lo que piensas, mucho de lo que crees, no es tuyo? Ni siquiera tus pensamientos, en muchos casos ni siquiera tus consideraciones. Simplemente son: Voy a encajar, ellos piensan eso y supongo que está bien, yo pensaré eso también.

Muchos de esos puntos de decisión que se han creado en toda nuestra vida son puntos de atención acumulados, que están en nuestro campo de energía, están en nuestro cuerpo físico, a veces haces cosas porque básicamente se supone que las hagas pero no se siente correcto, “Esto no es bueno, pero ellos dijeron, entonces tengo que...,” y eso no funciona exactamente para ti, porque nunca fue tu idea en primer lugar.

¿Cómo llegas a un lugar donde básicamente tomas una decisión en tus términos? Y lo haces de una manera que no ofendes a nadie, no estás haciendo el ridículo, no estás saliendo de una alineación con los demás a tu alrededor, o/y tal vez con quien eres. ¿Cómo eliges para ti mismo aquello que te apoya?

Y en este momento es un real desafío, porque estas olas de luz, a medida que se mueven de aquí para allá, están creando mucha agitación, con solo mirar alrededor esto no es nuevo para nadie, entonces esta agitación, opiniones desde las distintas caras de una moneda, las redes sociales que comentan sobre todo desde todos los puntos de vista posibles. Una cosa muy desafiante en todo esto es que es muy destabilizante en la realidad de la persona promedio. Mucho de eso no es consciente, es como que algo está mal, algo no está bien, no se siente bien. Y sin embargo, indefinible. “No me gusta eso que está pasando allí”, pero básicamente indefinible. Entonces, una cosa que está pasando en este momento, y va a seguir pasando por un poco más de tiempo, es un sesgo de consenso. “Necesito estar a salvo, necesito estabilizarme, yo tengo estos pensamientos en mi cabeza, y esta persona tiene un pensamiento y luego esa otra persona... y de pronto me siento bien porque estoy encajando. Estos pensamientos en mi percepción conciente, ya sean míos o no, hay mucha gente como yo.” No quiere decir que ellos estén en el sendero correcto, o en el sendero equivocado, es que sencillamente son como yo. Y ese sesgo de consenso empieza a crear un solo punto de vista. Y en este espacio en que jugamos, es un desafío descubrir qué es lo mejor para mí, cuando todo lo que hago dice “yo también”, encajo, “yo también, yo también”.

¿Cómo procedes para sentirte bien contigo y ser parte del mundo pero no necesariamente ser consumido por el mundo y lo que está pasando, porque las mareas están cambiando, y lo que hoy es bueno puede no sentirse bueno mañana, algo así. Simple. Fundamental. ¿Quién eres tú? ¿Cómo empiezas a sentirte cómodo contigo? ¿Y cómo sencillamente empiezas a permitir todos esos otros puntos de atención, esos otros puntos de vista, ese ruido, estar bien ahí afuera?

Si te gusta una obra musical en particular, y quisieras escucharla, sería muy difícil hacerlo con todo ese ruido. Entonces, generalmente, lo que haríamos sería despegarnos del ruido. Podríamos ir a buscar un lugar cómodo donde no haya mucha gente, o podríamos encontrar que simplemente entramos en un cuarto y cerramos la puerta. No para no participar; solo en ese momento, cómo tomo una respiración y me aquieto lo bastante para disfrutar de esta obra musical sin distracciones.

Sube un punto eso: ¿cómo empiezo a disfrutar de mi vida sin todas esas distracciones? Realmente lo fundamental. Entonces, ¿cuál es la habitación a la que irías para poder tener ese momento de disfrutar tranquilamente de escuchar la música? No es una habitación en un contexto del interior de un edificio, pero sí es una configuración de energía que te permite estar cómodo contigo mismo. Incluso una configuración que te permita decir, “Bueno, gracias, pero no, gracias. Tal vez podamos hablar otro día, pero hoy tengo otra cosa que hacer.” ¿Y cómo puedes decir eso a la gente cercana a ti sin ofenderlos o que se enojen contigo? Toma una respiración, y ¿te gustaría empezar a definir esa habitación energética? ¿Cómo puedo estar seguro, cómo estar cómodo? Simplemente poder ser uno conmigo mismo, sin interferir con otros, o provocar que me tiren piedras. ¿Cómo hago eso?

En realidad es muy sencillo, muy simple. Pero simple no suele ser fácil. Porque en gran medida, cada uno de nosotros, cuando empezamos a encontrar “simple” e incluso mucho más allá en el camino, somos como un tren de carga yendo por las vías a 90 millas por hora, y alguien nos dice: “Gira a la derecha”. Y decimos “No, no, no entiendes. Me estrellaría”. No, no, es simple. No. Solamente toma una respiración y elige de modo diferente. No es complicado.