

¡Hola, buen día! Muy lindo estar aquí, como siempre. Gracias por dedicar un tiempo conmigo. ¿Cómo ha sido su día? ¿Disfrutable?

El lugar donde vamos a jugar hoy es realmente simple. De hecho, todo este proceso en que jugamos en estos seminarios, estos seminarios online gratuitos, durante las últimas dos veces han sido sobre herramientas y cómo usarlas. Y este seminario lo titulamos Transición, Disrupción, Oportunidad. Es interesante cómo posiciona esas tres palabras. En general trae un resultado diferente, podrías tener una oportunidad que trae una transición, y también disrumpe, perturba las cosas, porque es nueva. Puedes tener disrupción, y eso crea una transición, donde hay oportunidad.

Este espacio en que estamos jugando ahora mismo está en transición, y es una transición significativa. Y si una persona estuviera prestando atención a lo que son niveles diferentes, una cosa verdaderamente fascinante es que parece haber un patrón, una serie de estructuras, o unas ondas de como suceden las cosas.

Por ejemplo, si la miras ahora mismo, esta transición que estamos atravesando, es una transición de transformación tecnológica masiva. Al mismo tiempo estamos pasando por una disrupción social realmente significativa en el planeta. Si consideramos solo los Estados Unidos y empezamos a mirar con qué frecuencia han sucedido estas cosas, existe un patrón. Retrocedemos a la guerra angloamericana, y luego tuvimos la Guerra Civil, hace unos 160 años, y la otra hace unos 240 años atrás – entonces 80 años. Y luego tuvimos las Guerras Mundiales, a 80 años. Y aquí estamos a 80 años después.

Entonces, si miramos las estructuras sociales, una cosa realmente fascinante es que hay disrupción social cada 60 años. Las disrupciones sociales generalmente toman tres generaciones, o sea que piensen en sus abuelos, sus padres, y ustedes. No hay manera de pensar que los abuelos sabían; ellos simplemente acompañaron esto.

Pero hoy, los que estamos en esa edad de los baby-boomers (*N.T. nacidos al terminar la Segunda Guerra mundial*), los chicos más jóvenes, no los milenials, los que son menores que ellos, nos miran y dicen “No entiendes nada”. Y siempre están absolutamente en lo correcto, porque lo que nosotros conocemos ahora está en transición. Lo que ellos conocen también está en transición; ellos están trayendo todo un cambio nuevo. El cambio es fenomenal. El cambio es tan dramático como pueden verlo en esta transición, a medida que va de las sociedades después de las guerras, revolución en la agricultura, revolución industrial, el advenimiento de las computadoras, transformaciones masivas ocurriendo ahora. Transición. Dependiendo de la época, va de diferentes maneras.

Pero más aún en esta transición y aun otras transiciones, esta tiene que ver con el tiempo. He notado que ustedes encuentran que el tiempo lo experimentan de modo diferente de lo que era en el pasado. Uno de los aspectos de este tiempo, en términos muy simples, es que cuando empiezan a reconocer lo que ya saben, que las cosas solo suceden en tiempo presente, no suceden en el pasado, no suceden en el futuro, solo lo hacen ahora. Y lo vemos una y otra y otra vez. Pero si te permites la simplicidad de decidir: “voy a poner intención en estar en tiempo presente, y voy a mirar mi vida y a donde estoy en tiempo presente, y a ser capaz de decidir en tiempo presente qué necesito conservar, que tenga sentido, qué no necesito conservar, qué es lo que me gustaría lograr, crear, o cómo me gustaría experimentar a mí mismo.

En las sesiones de los últimos meses, hemos estado jugando aquí, y una de las preguntas formuladas fue: ¿qué es lo que quieres? Y es realmente fascinante, porque la respuesta que predomina es “No lo sé”. Si supieras que quieres, “no lo sé”, ¿cómo quieres proceder a averiguar qué es lo que quieres? “No lo sé”. Entonces, cómo te arreglas con esa pregunta, “¿Qué es lo que quiero? Y ¿cómo empiezo a establecer qué es lo que quiero?” Y ahora mismo, la simplicidad de esa pregunta es realmente significativa, porque todo a tu alrededor está en transición, una transición realmente significativa.

Y entonces cuando hablo con la gente y la miro participar y la escucho hablar, una cosa que está bastante clara es que está sucediendo esta transformación masiva y la mayoría de la gente ni siquiera sabe que está ocurriendo. Bueno, ven cosas, tecnologías, mejoras, pero en gran medida, la tecnología ahora mismo está invalidando la condición humana actual. Está sucediendo tan rápido, y en tal magnitud, a tal escala, que parece que tuviera una vida propia, positivamente.

Pero en el proceso de todo eso, existimos, y uno de los desafíos que estás viendo, todo lo que era muy estable, en la transición “esta es mi vida”, “así son las cosas”, es que ya no es estable. Si nos aferramos a la ilusión de que va a volver y todo será otra vez normal, te sugerimos que borres esa palabra de tu vocabulario, porque lo que ha sido ya no será, a medida que avanzamos. Tanta transición; cambio.

En esta transición, cuando tienes un statu quo, a la gente no le gusta lo que está haciendo, no les gustan sus circunstancias, pero bueno, es todo lo que hay, esto es lo que hay. Así se responde, cuantas veces habrás dicho y oído eso. “Oh, así es la cosa” Pero en una transición, ya no es así la cosa.

Para muchos, la transición es incómoda, y para otros es realmente oportuna. Tremendas oportunidades. Pero la cuestión fundamental es ¿Qué es lo que quieres? En este espacio en que estamos todos jugando, la real ley fundamental de esta transición es que es una transición espiritual. Realmente es un lugar que permite a un individuo hacer una pausa, respirar, mirar alrededor, descartar lo que no quiere, empezar a tener, llamémoslo la fantasía de “¿No sería lindo, no sería interesante, no estaría bueno, si yo pudiera...?” Pero verán: en el formato de pasado y futuro no tienen suficiente tiempo, no pueden encontrar tiempo presente para preocuparse por el pasado y por el futuro, están en disrupción, no tienen tiempo para pensar en oportunidades porque esta transición los está volviendo locos. “Acabo de perder mi trabajo”. Y yo le digo a la gente: Felicidades, eso es fabuloso. “¿Qué quieres decir con eso? ¡Acabo de perder mi trabajo!”

Es un lugar muy interesante el que nos encontramos. Hoy recibí un e-mail de alguien diciendo: “¿Sabes? Tengo clarividencia. Lo entendí, cómo usarla. Funciona. Pero dudo de ella. Entonces no sé si debiera confiar en ella.” Bueno, la clarividencia es que simplemente se presenta un conjunto de opciones, una percepción conciente; dudar de ella, evitarla, no participar en ella, vacilar sobre ella, simplemente elimina una oportunidad para tener una información que explorar. Puede ser para ti; puede no ser para ti. Simplemente explora.

Entonces, ¿cómo llego al lugar donde puedo hacer una pausa en tiempo presente y observar lo que está justo frente a mí y luego elegir cómo participar con eso o cómo usarlo para permitirme descubrir la oportunidad que podría estar presentándose en la disrupción cuando experimento la transición? De modo que tomen una respiración, recuéstense en su asiento por un minuto; vamos a ser realmente simples.

¿Qué se requeriría para que puedas ser capaz de estar en tiempo presente, con los ojos bien abiertos, cómodo aun cuando estás en medio de la transición y la disrupción, lo que sea que eso signifique para cada uno personalmente,? y sin embargo puedo tomar una respiración y reconocer: “¡Sí! Transición, disrupción, pero en este momento voy a estar solo en tiempo presente, y voy a observar,

y voy a sostener mi atención en lo que yo quiero, y ver si es posible que se experimente en la disrupción, la transición, y esa chispa de oportunidad.

De modo que tomen una respiración, recuéstense, hay mucha gente nueva, gente que no reconozco, es lindo tenerlos aquí. Simple, lo que estamos haciendo, nada sofisticado. Solo cómo respondo a la pregunta de qué es lo que quiero, y cómo me alinee con lo que quiero, o lo que podría querer, o lo que yo podría permitirme considerar experimentar. Y luego observar, y elegir participar en ello. Si lo elijo. Otra respiración.

Y con los ojos abiertos, recuéstate, si quieres cierra los ojos, pero con ojos abiertos recuéstate en tu asiento y toma conciencia de estar en tiempo presente, justo aquí, ahora mismo. Nada estará sucediendo dentro de una hora, todo estará allí en una hora, pero no necesito estar en una hora adelante; estoy justo aquí. Y algunas de las cosas que sucedieron hoy, ayer, en la vida, yo estoy aquí mismo, ahora mismo, sentado en mi silla.

Ahora bien, para muchos que no tienen la sensación de qué significa tiempo presente, este es un espacio que rara vez, si alguna vez, es realmente experimentado. Tiempo presente: No me voy a preocupar, no me voy a sentir avergonzado por algo, o culpable de algo, o culpando por algo, o enojado por algo, yo simplemente voy a estar aquí. Ojos abiertos, otra respiración, y reconoce a tu cuerpo sentado en esta silla. En quietud, sentado en la silla. Dale al cuerpo la orden de relajarse. Generalmente con esa orden aparece una pesadez, es como si al soltar, el cuerpo se relaja. Todo lo que estamos haciendo aquí es encontrando el tiempo presente y dándonos para nosotros. ¡Simple! Lo simple no es fácil a veces, pero esto es simple.

Otra respiración. Ahora, nota tu mente y todos los pensamientos que están pasando por tu mente. Y luego pon tu intención en estar en quietud. Solo explora eso, ahora mismo, Estaré en quietud, y luego pararé de pensar. Tal vez solo por diez segundos. Tal vez fue un poco más que diez segundos, pero ¿tu mente entró de un salto? Ok. Diez segundos, eso fue lo que pude hacer, pero está bien. Paré de pensar. Verás, la mente racional está entrenada, has hecho un gran trabajo entrenándola, para conservarte a salvo y responder a cantidades masivas de preguntas, cosa que no es el trabajo de la mente racional. Pero le damos la responsabilidad de resolver las cosas y asegurar que todo suceda, de modo que la mente racional está simplemente funcionando. Es muy eficaz, la mayor parte del tiempo, le presta atención a aquello que tú le dijiste que prestara atención.

Ahora, otra vez: aquí mismo, en quietud. Y otra respiración, y relájate otra vez más. Y nota si la mente racional tiene una opinión, tiene un pensamiento. Me distraje, oh, olvidé comprar las papas fritas para la fiesta de la semana próxima. Esa es la mente racional, recordándotelo. Pero en gran medida, así es como ha sido, de modo que estamos haciendo simplemente lo que siempre hemos hecho, mayormente para conservarnos a salvo, encajar en el mundo a nuestro alrededor, necesito gustarles a ellos para asegurarme de estar bien.

Pero la parte interesante de la transición, la disrupción, es que cómo ha sido ya no es como fue, y esa misma gente a la que te has estado refiriendo o esperando que gusten de ti, etc., ellos también están en disrupción. La oportunidad es que, si otros están en disrupción, y no pueden prestar atención a sí mismos – como sea que se entienda eso – yo puedo tener una oportunidad para tomar una respiración, recostarme y hacer una pregunta sencilla: ¿qué es lo que quiero? ¿cómo me gustaría dar forma a mi vida? Y al mismo tiempo reconocer que hay disrupción. Realmente es bastante bueno. ¿Alguna vez trataste de cambiar el flujo de un río cuando el río fluía en una dirección? Cuando todos están en un acuerdo, es bastante difícil cambiar el acuerdo. Todos están de acuerdo, así es como son las cosas. Estas son las reglas, así es como jugamos el juego.

Pero ahora mismo, el juego está en disrupción. Disrupción masiva. ¡Maravillosa disrupción! Disrupción desafiante. Pero si le prestas atención a la disrupción, te pierdes la oportunidad de hacer la pregunta ¿Qué es lo que quiero?

Ahora bien, si estás realmente en quietud, y si quitas todos los apegos, todas las obligaciones de lo que tienes que hacer, y te quedas en real quietud, ¿qué quiero? Me gustaría enmarcarlo de otra manera, pero digamos que acabas de ganar la lotería, diez millones de dólares; ¿qué vas a hacer con eso? “Voy a viajar, me compraré un coche nuevo, compraré cosas lindas”. Está bien. Ahora te quedaron nueve millones, novecientos mil dólares. ¿Qué vas a hacer con eso? “No lo sé”. ¿Y qué es lo que quieres? Puedes comprar cualquier cosa, ¿qué quieres?

Toma otra respiración. Ya estamos empezando a trabajar sobre el ruido que te impide llegar a lo que quieres. ¿Qué quiero? Tengo 9.900.000 dólares. Tengo el coche, la casa, he viajado. ¿Qué más quiero? “Quiero ser feliz. Quiero disfrutar de las personas, quiero estar en un espacio de respeto mutuo, propósito mutuo. Quiero tener buena comunicación. Deseo reír.”. Está bien; no cuesta todo ese dinero; probablemente no necesitas esos 9.900.000 dólares restantes. Entonces, ¿qué quieres? Te enviaremos un cheque por 9.900.000 dólares. ¿Qué quieres? Te pido, aquí mismo, no resolverlo, no pensar sobre eso, porque en esta transición las reglas están cambiando, la estructura está cambiando, el cómo suceden las cosas – cambiando. Otra respiración.

¿Qué tal si yo pudiera estar lo bastante quieto, en tiempo presente, ahora mismo, como estoy ahora?, y en esa quietud empezara a reconocer que esta transición está trayendo una percepción conciente. Ahora bien, primero, la percepción conciente es difícil de abarcar, pero la percepción conciente es, estoy quieto, justo aquí, y estoy poniendo mi atención en lo que quiero, asumiendo que eso es ser feliz, buena comunicación, me gusta. Es lo que realmente quiero.

La parte interesante del cambio de reglas es que en lugar de tener que ir allá afuera, para conseguir aprobación de ellos, para asegurarme de hacerlo bien y entonces conseguir que ellos digan que puedo tener esto que quiero, o que pienso que quiero, las reglas cambian: en esta quietud, sentado en mi espacio, feliz, gustando de mí, todo empieza a venir hacia mí. Concepto muy diferente. Es en tiempo presente. Sucede cuando mi atención está en cómo me gustaría experimentarme a mí mismo. Lo que yo quiero es: feliz, cómodo, disfrutando, riendo, gente con quien tratar y divertirnos, oportunidad creativa en co-creación con otros, ser capaz de crear y ver un éxito en la creación y disfrutar, Si eso es posiblemente lo que quiero, ¿qué tal si al alinearme con lo que quiero, toda mi atención en lo que quiero, todo lo que apoya eso viene a mí?

Ahora para el propósito de estar aquí, simulemos, juguemos, inventemos, imaginemos que todo eso funciona. Me gustaría disfrutar, reír, tener amigos, buena comunicación. Toma una respiración e imagina, simula, inventa, cómo se sentiría eso; ahora mismo, aquí mismo. Disfrutar de los otros como ellos disfrutaban de mí. Reír con los otros, sonreír – eso es una parte linda de esto, sonreír – sentir esa sonrisa en tiempo presente, aquí mismo. Tú y yo no contamos. Encuentra la sensación de estar en esta silla sintiéndote cómodo contigo mismo. No hay una manera especial de estar cómodo, solo estoy cómodo. Podrías notar, al encontrarte cómodo, reconocer “estoy en tiempo presente, estoy justo aquí”, en ningún otro lugar, y tengo una sonrisa, me siento bien con esta idea de sentirse bien, disfrutando. Esa gente allá: me gustan, ellos gustan de mí. Incluso podrías decir, Vaya, esa gente son mis amigos. Me siento cómodo con otra gente. Para muchos, eso sería algo nuevo.

Pero aquí mismo, ¿cómo se sentiría si estuviera cómodo con otra gente? Nadie en particular, alguna gente imaginaria que gustan de ti, “estoy cómodo; puedo decir cosas y ellos se ríen, digo algo gracioso y todos reímos. Y puedo hacer algo tonto, y ellos se ríen y todos nos reímos otra vez. En lo personal, estamos disfrutando”. Trata de sentir eso, si quieres, seguramente eso ha sucedido en tu vida.

Otra respiración, y relájate otra vez. Un poco más relajado. En este espacio de estar presente, permítete también estar en quietud. Aquí la mente racional no tiene nada que probar, o proteger, o defender, o provocar, o hacer que suceda. No hay banderas rojas. Aquí mismo, sentado en el tiempo presente, cómodo.

En este espacio, esta transición, esta oportunidad, disfrutando, sucede algo realmente mágico, y no requiere atención. Cero atención. De hecho, tu atención es lo que le permite funcionar. Al estar sentado aquí en quietud, tiempo presente, cómodo, todo lo que en mi espacio no se parezca a la quietud, cómodo, me gusto, empieza a aflojarse y alejarse. No se requiere trabajo; simplemente se aleja. Al disfrutar en mi tiempo presente, mucho de aquello a que le presté atención en mi pasado y me preocupé en mi futuro, simplemente se aleja. Ahora bien, ¡no vayas a buscarlo! Algo de lo que estaba allí hace un rato, cuando empezamos, simplemente ya no está allí. Porque tan pronto como “me gusto, estoy cómodo, esto es muy lindo, estoy en tiempo presente, relajado, tal vez esa gente allá gusta de mí. Me gustaría gustar de ellos; ellos gustan de mí.” Todo lo que sea contrario al punto de atención “estoy feliz, estoy cómodo, relajado, me gusto” se aleja.

La parte interesante de esto es que el uso de la expresión “todo se aleja” no es una exageración ni una subestimación en esta transición. Todo lo que no se parezca al bienestar, se aleja. Ya veo a la mente racional saltar: “No,” dice; “puedo recordar algo que hice hace mucho, no pude perdonarme, hice una cosa mala, yo no fui una buena persona, causé un problema, ya ves, ahora estoy en esa cosa del pasado, ya no estoy feliz ni cómodo”.

¿Cuál es la mecánica de esto? Es muy fácil distraerse con esas cosas, la mochila llena de cosas, pero en este nuevo constructo que está disponible, si yo reconozco que tengo ese punto de atención, esas cosas en mi mochila, un montón de cosas, lo reconozco y elijo sentarme aquí cómodo, feliz, relajado, en tiempo presente. Nada de atención en aquello.

¿Alguna vez tuviste una de esas grandes cenas, con amigos que vienen, no los has visto en mucho tiempo? Pasas todo el día preparando esta gran cena, para seis u ocho personas, lo que sea, y ellos empiezan a reír, y tú hablas de cosas que han hecho en el pasado, y todo lo que se divertían, tiempos interesantes, y se acuerdan de ese viaje en kayak que hicieron, y cuando fueron de caminata en las montañas, ¡y se ríen! Y entonces uno dice “Son las dos de la mañana.” “Oh, no, ¡no pueden ser las dos! Recién empezamos, apenas un minuto atrás iniciamos esta fiesta.” ¿Puedes recordar una ocasión así?

Ves, ese es el espacio, aquí mismo, tiempo presente, feliz, sosteniendo tu atención en cómo deseas disfrutar, cómo es el sentimiento de “me gusto”. Encuentra eso otra vez, aquí mismo. Quieto, relajado, presente. Cualquiera de esos pensamientos que recién vinieron a tu percepción conciente, déjalos ahí. Y trae tu atención al momento presente: feliz, aquí mismo. Muy simple.

El cheque de los 9.900.000 dólares está en el correo, de modo que disfruta de eso, está llegando, momento futuro. Una respiración más, y ¿qué quieres? Mantengámoslo en el contexto de: “deseo sentirme feliz, cómodo. Deseo tener una percepción conciente de mí mismo, siendo exitoso, siendo feliz. Lo que sea. Permítete sentir una vibración, un sentimiento, - cómodo, feliz, complacido conmigo mismo. Alegre, seguro, capaz, solo siéntelo. Una vibración, siéntela. Y luego disfrútala; no la pienses, siéntela y permítete disfrutarla. Simple: estoy relajado, cómodo. Feliz. Lo que sea. Siéntela, y permanece en el momento presente con el sentimiento.

Y luego, justo aquí, agrégale más, date a ti mismo un poquito más de eso, como una sonrisa y... una sonrisa más grande. Feliz. Puedo estar un poquito más feliz. Aquí es donde tienes permiso para simular, inventar. Tenemos esas palabras que el papá/mamá/maestra/sacerdote tenían muy claras al principio del juego: “deja de inventar esas cosas”. “Deja de ver a todos los ángeles sentados a tu

mesa tomando el té, porque no existen. Deja de usar tu clarividencia. Deja de hablar con aquellos allá que te hacen feliz.”

Pero ves, aquí, hay transición. Date permiso para encontrar ese sentimiento y disfrutarlo. Y luego, mientras lo disfrutas, nota si la mente racional sigue saltando y trayendo otras ideas. Y entonces, muy claramente, para este lugar donde estamos jugando juntos, dile a la mente racional que se calle por unos momentos: “Estoy jugando”. Muy claro, no áspero, solo no pensar.

Ahora bien, aquí pasan dos cosas. De una, recién hablamos. En este espacio de “me gusto, estoy feliz, siento un lindo sentimiento, mi cuerpo está cómodo” todo lo que no se parezca a esa vibración, empieza a disiparse. Recién hablamos de eso.

Pero en esta transición que se despliega, las oportunidades que vienen en esta percepción conciente son inmensas, y son simples. Si puedes solo sentarte y disfrutar, hacer nada más que sentarte, feliz, un minuto, cinco minutos, diez minutos. Empieza con un minuto. Probablemente empieces con treinta segundos. Entonces, por treinta segundos estás muy cómodo contigo mismo, sin pensar. Justo allí. Mira qué sucede. De hecho, hagámoslo aquí mismo. Treinta segundos. Sin pensar, solo sentarse y sentirse feliz. Hay una sonrisa. Sonríe. Me gusto. Otra respiración. Con una sonrisa más grande. Muy quieto.

Ahora bien, mientras permites esta sonrisa, esta sensación del sentimiento en que estás, tiempo presente, sin expectativas, sin necesidades, solo estoy disfrutando de mí mismo. En estas oportunidades hay un campo de luz que es, yo diría, muy elevadora, es quieta, es sutil, y esta oleada de luz básicamente es muy oportunista. Esta vibración es una apertura que ahora está en su lugar. Se va a mover durante los próximos seis a nueve meses en ese lugar. Pero en la quietud, es como si estuvieras recordando quién eres. Estás recordando aspectos de ti mismo, - para el propósito las llamaríamos vidas pasadas o vidas futuras – pero el aspecto que está disponible es uno de alegría. Ese de la gran cena festiva. La vibración, de “Oh, esto es hermoso. Esta cascada, esta montaña, esta puesta de sol, esta flor, estas mujeres bonitas, estos hombres guapos, ¡Guau!” No se requiere ningún trabajo, excepto tiempo presente, cómodo contigo mismo.

Ahora encuentra esa sonrisa, y sostén tu atención en esta ola de luz, este campo de vibración, que trae un nivel de alegría, diríamos, un nivel de excitación, un nivel de ¡Guau! Es muy sutil, es tranquilo, es como “esto se siente realmente bien”. Otra vez, toma otros treinta segundos. Y tal vez una sonrisa más grande. Sí, lindo. Lindo. Y esa vibración de cómodo, relajado, sentado en una silla. Otra vez, ese sentimiento, ese campo de luz es muy expansivo dentro de ti; simplemente crece. Sostienes tu atención en él, y crece. Es como observar una nube que empieza a desarrollarse como en un flujo, se expande, y hay colores. No estás acostumbrado a estos colores, pero allí están. Y no hay que hacer nada; sin trabajar; una sonrisa.

Luego hay otro aspecto de esto, mientras te sientas aquí. Hay un aspecto de amor en este campo expandido de oportunidad, que se presenta como una fuerza. Toma otra respiración. Se presenta como tal vez certidumbre, o como otras palabras que usamos: capaz, dueño de sí, pero es una fortaleza, una sensación de “Este es quien yo soy”, y se abre desde el corazón. Se expande, ese aspecto de amor. Y no hay empujones. Es un permiso, un permiso. Una vibración muy interesante, permiso. Verás, el permiso te pertenece a ti, no es algo que otro te da. Si solo permites a tu atención para sentir permiso, “tengo permiso”, toma una respiración y solo permite que se desarrolle. Hay una sonrisa. Una presencia, tu presencia. Fortaleza. Y hay una facilidad, está en la luz. Otra respiración, inspirando fortaleza. Estoy presente. No hay fuerza; no hay nada que probar, solo eres tú, sentado en tiempo presente, disfrutando de ti mismo, empezando a tener percepción conciente de características de ti mismo, que en esta transición empiezan a presentarse. No se requiere trabajo, ningún esfuerzo.

Y allí está esa sonrisa, esa facilidad, relajada, esta fortaleza.

A medida que esto se vuelve más consciente, si juegas en esta simplicidad, hay mucho que se está creando. Primero, todo lo que no se parece a esto, presencia, conciencia, se aleja. Pasado y futuro. Toda esa dinámica de las emociones, se aleja. ¿Todo se va a la vez? No. Pero a medida que empiezas a tener maestría aquí mismo, construyéndote a ti mismo, todo lo que no se parece a esta creación en que estás jugando, se aleja.

Muchos de ustedes han jugado en lo que se llamó el Proyecto del Banco del Parque. Experiencia maravillosa. Se trató de construir la arquitectura, crear el paisaje, traer el entorno, de un nuevo reino de consciencia. También se trató de 100% darte para ti mismo y 100% de servicio a los otros.

Pero esta ola, de oportunidad, es fortaleza; básicamente está creando una dinámica de tu arquitectura. Empezando a traer una estructura de aquello que siempre has sido, ahora empezando a tener la oportunidad para experimentar.

Y esta facilidad, esta quietud, tiempo presente, relajado, presente, alegre, feliz, dándote para ti mismo, es el pegamento que lo sostiene todo unido. Darme a mí. Facilidad. Relajado. Cómodo. Tiempo presente. Las herramientas que tienes. Permanecer de tu lado de la rosa, observando la experiencia en 3ª dimensión, sin que se te caiga encima. Centro de la cabeza. Mente superior. Pensando desde el corazón. Conectado a tierra. Herramientas simples que permiten la organización de la energía. No se requiere trabajo. Es una respiración, es una alineación. Me gusto. Todo viene a ti.

Una configuración muy diferente de la configuración con que crecimos experimentando en un cuerpo. Nótalos otra vez. Muy presente, conciente, presente. Quieto, Ya sea que conozcas las palabras “conectado a tierra”, simplemente relájate en esta silla, el peso del cuerpo sobre la silla. Conectado a tierra. Solo toma conciencia de ti mismo tomando conciencia de ti. Tal vez justo desde detrás de tus ojos, desde el centro de tu cabeza. Esto siempre estuvo aquí, pero no siempre estuvo disponible. Relajado. Cómodo. Presente. Nota: presente. Una respiración. Estoy aquí; aquí mismo. Tal vez otra respiración, y pon tu atención un poco más fija. Feliz. Presente. Estoy aquí. Y esa sonrisa: permítela.

Y luego, esa vibración de permiso. Simplemente asume el permiso. Yo tengo permiso. Yo soy un ser creador. Estoy aquí sentado, relajado; tengo permiso. Y toma nota de ti mismo: cuatro, cinco, seis alineaciones de energía; presente, relajado, quieto, fortaleza, permiso, percepción conciente. Todas ellas forman la copa – una manera de decirlo – esa capacidad para contener lo que tú quieres. La capacidad para darte para ti mismo lo que tú quieres. No hay esfuerzo; realmente no hay requisito de trabajo. Beneficio: mucho simplemente se aleja, por solo estar aquí mismo, y mucho se abre; feliz, complacido conmigo mismo.

Nótate a ti mismo, ahora, y considera que tal vez esto es lo que quieres. Parte de lo que quieres. Feliz, presente, capaz, exitoso, alegre, participando, teniendo buena comunicación, “yo soy respetado al tratar con la gente con un propósito mutuo, yo disfruto de mí.” Puedes devolver los 9.900.000 dólares, está bien; yo sabía que no los necesitabas de todos modos. Solo nótrate a ti mismo.

Esto es muy simple, ¿puedes vivir desde aquí mismo las 24 horas del día? No. Oh, ¡sí que puedes! Pero no lo harás. ¿Es eso un fracaso? No, en absoluto. Lo estás calculando. Pero si pudieras sentarte aquí por solo unos pocos minutos al día, en tiempo presente, dándote a ti mismo, siendo uno contigo, feliz contigo, me gusto, hay una fortaleza, soy capaz.

Empieza a ser magnético, en estas nuevas oleadas que se despliegan, esa fortaleza empieza a ser permanente. Empieza a haber una facilidad para moverse. ¿El equipaje? Empieza a desaparecer a medida que permaneces en tiempo presente.

Este número de años próximos van a estar inmensamente llenos de oportunidades, significativamente disruptivos, en transición masiva. En la experiencia tridimensional. Experiencia de 4ª, 5ª dimensión. Pero si puedes sentarte solo unos pocos momentos aquí mismo, con los ojos abiertos, en tu propio banco del parque personal, consciente de estar consciente, la oportunidad empieza a presentarse considerablemente

Solo una vez más, una mirada más, toma nota de ti mismo justo aquí, es muy simple, solo sentado, tomando nota de ti mismo, tomar un momento, cómodo, justo aquí, no cambies nada, excepto permitir que tus párpados se abran, no veas nada inmediatamente, solo permitir que se abran. Date cuenta de cómo te estás experimentando a ti mismo. Parpadea. Permite que la habitación esté a tu vista, pero nada cambió, solo se abrieron tus párpados. Aquí estoy, justo aquí.

Continuemos un momento más, ojos abiertos, y tan pronto como los ojos se abren, hay otro aspecto del cerebro que se enciende, y la mente racional cree que tiene que hacer algo. Pero tú solo quédate donde estás, en esta quietud, con los ojos abiertos. Ves la habitación frente a ti, pero permaneces en el centro de tu cabeza, simplemente “Me doy cuenta de lo que está a mi alrededor”. Nota por un momento, lo que está a tu alrededor “pero no estoy allí; estoy aquí, observando lo que está a mi alrededor.” “Estoy en quietud, estoy presente, estoy conciente”. Nada para hacer; sentado en tu silla. No hay nada roto, nada que reparar, solo estoy cómodo conmigo mismo, dándome cuenta de mí mismo. ¿Te permitirías gustar de esta experiencia? “Disfruto de estar en tiempo presente, conmigo mismo. Oh, amo a mi familia. Me gusta, o no me gusta, mi trabajo, tengo cosas que hacer y hay que pagar el alquiler, pero justo aquí, me gusto. Nada que hacer.” Puedes permitirte jugar aquí en quietud.

Empiezas a tener coincidencias. Coincidencias. Oh, pensé en eso justo el otro día, y aquí está, llega. Habrá más, y más, y más, y eventualmente es “Guau. Sigo pensando en esto que me gustaría, y aparece.” Desde aquí, desde este espacio quieto y presente. No requiere trabajo.

Una respiración más. Vean si pueden permanecer en este espacio tanto como sea posible, tendremos algunas preguntas y respuestas, vean si pueden escuchar las preguntas y las respuestas desde este espacio, si no son los que hacen la pregunta.

Mi sugerencia podría ser curiosa respecto a las respuestas, porque de pronto en esta llamada, ya contesté esa pregunta la semana pasada. Podrías tener algo que se te ocurra, sin embargo.