

CONCIENCIA INTEGRAL

CURSO DE CRECIMIENTO

José María Doria

EL PODER CURATIVO DE LAS CRISIS

Inspirado en el “Poder Curativo de las Crisis” Edit. Kairós

Diálogo entre Darío, Yoguina y Néor

Darío: Hace cierto tiempo, le escuché mencionar el término “grieta dimensional”. ¿A qué se refiere?

Néor: Sí. Y es evidente que para explicarle a usted este sentimiento, debo previamente expresarle que tengo consciencia de la existencia de una diversidad de dimensiones ó planos de realidad, en los que la diferencia respecto al que compartimos habitualmente es el grado vibratorio. Para usted, tal vez esto suponga una auténtica fantasía, pero en planos de frecuencia mental y trans-mental, puede *elegir pensar* que existen verdaderos mundos. ¿Había pensado alguna vez que en el futuro llegaremos a viajar en el tiempo? Por favor no piense ahora en las limitaciones físicas. Para un hombre del medievo la electricidad, los aviones, las telecomunicaciones, el genoma y el holograma resultarían fantasías inimaginables. ¿Ha pensado qué lograremos trascender los límites que hoy nos parecen imposibles? Abra su mente. ¿Ha pensado que los habitantes del futuro pueden estar observándonos?

Darío: Ahora con más posibilidad.

Néor: Suponga que sí, además está en la línea de nuestra mutua experiencia. ¿Se ha preguntado que pueden existir otras inteligencias en otros planetas? ¿que nuestra mente es ilimitada como el universo, porque de hecho nuestra *mente profunda* es el mismo universo y, que a través del desarrollo de sus potencialidades podremos estar presentes en mundos insospechados? Pues bien. La grieta dimensional que le menciono, grieta que localizo en el diván de mi consulta sofrológica, supone un escenario en el que el tiempo y el espacio se vuelven flexibles. Los acontecimientos ocurridos en otros tiempos pasados y futuros se hacen presentes en la consciencia y ello resulta

transformador y estrictamente evolutivo. De alguna manera, son agujeros en el programa del Sistema por donde se cuela energía no controlable, y en ocasiones perturbadora.

Darío: Ello dará lugar a una crisis en la seguridad del mundo que conocemos y vivimos. Lo siento pero me resulta amenazante, tengo hijos, me siento limitado a los cambios, y mi equilibrio es precario.

Néor: ¿Piensa usted que las crisis son amenazas? Nuestra curriculum evolutivo es la historia de las grandes oportunidades derivadas de las crisis. De hecho, la crisis comenzó a gestarse hace 50.000 años cuando nació el homo sapiens. Era una criatura que tenía el neocortex sobredimensionado, una especie cuyo futuro no estaba tan condicionado por lo genes como por sus ideas, que poseía una creatividad sin precedentes y una calidad de pensamientos que llegaban incluso a poder comprender el Universo. Sus capacidades eran tan asombrosas que algunos antropólogos le han venido denominando como “homo sapiens-sapiens”.

Darío: En mi caso, lo que le pasara la homo sapiens no me importa tanto como lo que me puede pasar a mí ahora. Insisto en que debe haber otro sistema para despertar, menos inquietante que las crisis.

Néor: El despertar nunca es inquietante, sino que es mas bien un regalo de la evolución que precisamente le libera a usted de esas sensaciones que ahora le asaltan. Lo está usted mirando desde la opción escatológica. Lo está usted sintiendo desde su yo puramente cultural. Respire... *confíe en la perfección del Universo* y sintonícese con su manantial de paz... Cuando sienta algún tipo de agobio, o padezca la tensión de la propia incertidumbre Respire, respire profundamente y verá como todo se torna más sereno y más fácil...

Darío: ¿Resulta realmente este homo sapiens ser una amenaza para la vida?

Néor: El mundo que vive en el seno del tercer milenio se acaba de dar cuenta de ello. De repente se ha descubierto siendo una amenaza para millones de especies, incluyendo la nuestra. Y la crisis de paz interior que se padece es una señal de que la antigua manera de pensar ya no sirve. Observe que en el lenguaje chino, la palabra crisis “Wei Chi” significa exactamente “peligro y oportunidad”. Las crisis son un reto, el reto de reconocer lo que ya no sirve y aprovechar la oportunidad de aprender, de cambiar y de progresar. Y ahí es donde reside el gran poder curativo de las crisis.

Darío: Tal vez la vida esté por encima de las acciones destructoras de hombre ¿Piensa usted que ésta puede sobrevivir a la destrucción humana?

Néor: Si revisa las crisis anteriores que han dado lugar a cambios extraordinarios en el planeta, comprobará como hace millones de años, ante la temprana crisis planetaria que se produjo cuando empezó a escasear la comida de las bacterias, brotó una respuesta de vida que consistió en desarrollar una nueva manera de obtener la energía, naciendo la fotosíntesis. Pero la fotosíntesis a su vez, generaba un subproducto sumamente venenoso, el oxígeno, que al cabo de 1.500 millones de años se había acumulado en la atmósfera en tal cantidad que amenazaba con extinguir la vida sobre la tierra. ¿Qué

sucedió? La vida reaccionó y respondió nuevamente, desarrollando un tipo de célula apta para emplear beneficiosamente el oxígeno...

Yoguina: Por favor, escuchen este relato de Sabiduría Milenaria.

PUEDE SER, PUEDE SER. *En una lejana comarca allí donde el sol aparece cada mañana, vive Long Ching, un anciano de frágil cuerpecillo y larga barba blanca. Sus modales serenos y su palabra siempre cuidadosa y amable, hacen de él un hombre respetado por todos los que lo conocen, que incluso afirman que Long Ching fue en su juventud, iniciado en los misterios de la antigua sabiduría. Así que su prudencia y sobriedad es siempre objeto de admiración de todos los que lo conocen, incluido su propio y único hijo que con él vive.*

Aquel día, los vecinos del poblado de Kariel se encontraban muy apenados. Durante la pasada tormenta, las yeguas de Long Ching había salido de sus corrales y escapado a las montañas, dejando al pobre anciano sin los medios habituales de subsistencia. El pueblo sentía una gran consternación por lo que no dejaban de desfilar por su honorable casa y decir repetitivamente a Long Ching:

¡Qué desgracia! ¡Pobre Long Ching! ¡Maldita tormenta cayó sobre tu casa! ¡Qué mala suerte ha pasado por tu vida! Tu casa está perdida...

Long Ching, amable sereno y atento, tan sólo decía una y otra vez:

Puede ser, puede ser...

Al poco, sucedió que el invierno comenzó a asomar sus vientos trayendo un fuerte frío a la región, y ¡Oh sorpresa! Las yeguas de Long Ching retornaron al calor de sus antiguos establos, pero en esta ocasión, preñadas y acompañadas de caballos salvajes encontrados en las montañas.

Con esta llegada, el ganado de Long Ching se había visto incrementado de manera inesperada.

Así que el pueblo, ante este acontecimiento y sintiendo un gran regocijo por el anciano, fue desfilando por su casa, tal y como era costumbre, para felicitarlo por su suerte y su destino.

¡Qué buena suerte tienes anciano! ¡Benditas sean las yeguas que escaparon y aumentaron tu manada! La vida es hermosa contigo Long Ching...

A lo que el sabio anciano tan solo contestaba una y otra vez:

Puede ser, puede se...

Pasado un corto tiempo, los nuevos caballos iban siendo domesticados por el hijo de Long Ching que desde el amanecer hasta la puesta del sol no dejaba de preparar a sus

animales para sus nuevas faenas. Podría decirse que la prosperidad y la alegría reinaban en aquella casa.

Una mañana como cualquier otra, sucedió que uno de los caballos derribó al joven hijo de Long Ching con tan mala fortuna que sus dos piernas se fracturaron en la caída. Como consecuencia, el único hijo del anciano quedaba impedido durante un largo tiempo para la faena diaria.

El pueblo quedó consternado por esta triste noticia por lo que uno a uno pasando por su casa, decía al anciano.

¡Qué desgraciado debes sentirte Long Ching! le decían apesadumbrados. ¡Qué mala suerte, tu único hijo! ¡Malditos caballos que han traído la desgracia a la casa de un hombre respetable!

El anciano escuchaba sereno y tan sólo respondía una y otra vez:

Puede ser, puede ser...

Al poco, el verano caluroso fue pasando y cuando se divisaban las primeras brisas del otoño, una fuerte tensión política con el país vecino estalló en un conflicto armado. La guerra había sido declarada en la nación y todos los jóvenes disponibles eran enrolados en aquella negra aventura.

Al poco de conocerse la noticia se presentó en el poblado de Kariel un grupo de emisarios gubernamentales con la misión de alistar para el frente a todos los jóvenes disponibles de la comarca. Al llegar a la casa de Long Ching y comprobar la lesión de su hijo, siguieron su camino y se olvidaron del muchacho que tenía todos los síntomas de tardar en recuperarse un largo tiempo.

Los vecinos de Kariel sintieron una gran alegría cuando supieron de la permanencia en el poblado del joven hijo de Long Ching. Así que, de nuevo, uno a uno fueron visitando al anciano para expresar la admiración que sentían ante su nueva suerte.

¡Tienes una gran suerte querido Long Ching! le decían ¡Bendito accidente aquél que conserva la vida de tu hijo y lo mantiene a tu lado durante la escasez y la angustia de la guerra! ¡Gran destino el tuyo que cuida de tu persona y de tu hacienda manteniendo al hijo en casa! ¡Qué buena suerte Long Ching ha pasado por tu casa!.

El anciano mirando con una lucecilla traviesa en sus pupilas tan sólo contestaba:

Puede ser, puede ser...

Darío: La aparición del hombre sobre la tierra ¿también dependió de una crisis precedente?

Néor: Dependió de una de las crisis más extraordinarias que podamos imaginar ya que se debió al formidable impacto de un meteorito sobre la superficie terrestre que provocó un colosal incendio de proporciones planetarias que acabó, entre otras cosas con los dinosaurios. Si esta masa rocosa proveniente del espacio no hubiese impactado en la Tierra, los únicos mamíferos que existirían serían los pequeños roedores. Como puede usted comprobar, una crisis más y otra transformación, en este caso el cambio que más puede afectar a lo que conocemos: el hombre. Y como diría el poeta: *Dios escribe recto con líneas torcidas*.

Darío: ¿Y actualmente sugiere usted que nos encontramos ante otra crisis?

Néor: En los principios del tercer milenio, la Tierra enfrenta una nueva crisis y las premisas egocéntricas de supervivencia que hasta aquí han guiado el curso del hombre, ya no funcionan, aunque fueran fundamentales desde tiempos prehistóricos. El egocentrismo inherente al desarrollo de aquellas primitivas comunidades y antiguos estados sin conexión alguna, caducó. La creciente interdependencia económica y las nuevas redes de comunicación hacen obsoleto el caduco modelo de pensamiento y sentimiento.

Darío: De todas formas muchos observadores vemos el riesgo de que la potencia destructora del hombre acabe con la vida de la tierra. En este sentido nacen muchos movimientos de salvar a la Tierra ¿qué piensa usted acerca de ello?

Néor: Gaia como organismo viviente no necesita que la salvemos. De hecho se recuperaría mejor incluso sin nosotros. Si la humanidad desapareciera rápidamente no pasaría mucho tiempo en que la hierba crecería sobre las autopistas... en el plazo de algunos millones de años, Gaia habría repuesto su variada colección de especies y quedarían muy pocos rastros, en todo caso los restos de la reciente y perturbadora conciencia humana. Cuando variados movimientos dicen ¡"Salvemos al planeta"!, lo que están tratando en realidad, es de detener el suicidio colectivo de la humanidad. Es decir, salvemos al hombre, como llamada para no desaparecer como homo sapiens sapiens ya que el planeta en sí, se regenera en un abrir y cerrar ojos del kosmos.

Darío: Y ya en la esfera del ser humano ¿Desde qué perspectiva es la enfermedad como crisis una oportunidad?

La enfermedad como oportunidad

Néor: Este Sistema no entiende la enfermedad y el sufrimiento como procesos de transformación física y psíquica como lo hacen los pueblos de Asia y las culturas tribales. Si así fuere ganarían una visión más profunda de los procesos psicosomáticos y psicoespirituales. El Sistema se empeña en ignorar las muchas oportunidades que ofrece el dolor, porque en muchos casos amenaza de muerte al ego, al propio Sistema, cuando en realidad la enfermedad es una llamada a la autorrealización y al autodesarrollo.

Darío: De todas formas, la cultura cientifista del Sistema aborda la enfermedad como una desgracia o como un fallo de la naturaleza.

Néor: La cultura y la medicina occidentales enclavadas en el racionalismo de final de siglo XX, declararon la guerra total a la enfermedad y a la muerte. En realidad la enfermedad es un camino de transformación y una verdadera puerta de vida. ¿Ha observado por qué con tanta frecuencia en la vida de un ser humano, la entrada en un nivel más amplio de experiencia está marcada por la enfermedad o, podríamos decir por un proceso doloroso de cambio y limpieza?

Yoguina: Les voy a contar un cuento que puede inspirarnos acerca de los cambios y las transformaciones:

LA CUERDA *Tshunulama era una muchacha que sentía su corazón esclavizado por una relación de amor. Y por más lágrimas que sus ojos derramaban, y por más que su mente le decía que tenía que soltar y nacer a la verdadera independencia, su corazón no sabía como salir de aquella tortura. Noche tras noche tan solo experimentaba un recuerdo obsesivo de aquel ser que la hacía sentir ignorada, despreciada y humillada...*

Tshunulama estaba desesperada, cada vez comía menos, casi nada hablaba, y ya nunca sonreía. Y así pasaban las horas y los días, inundada de dolor mientras contemplaba el cielo del atardecer, tan sólo queriendo acabar con su vida... Tshunulama sentía que vivía esclava, agarrada a una cuerda que su mano aferrada no podía soltar, porque tan solo de pensarlo el miedo aterrador la invadía...

Un día aparentemente como otro cualquiera, sintió que saliendo de su corazón, aparecía ante su vista la imagen de un anciano de ojos profundos cuya mirada la sentía familiar, atemporal y sabia... Aquel anciano dirigiéndose a ella y mirándola con ternura le dijo:

“Basta, no temas, suelta la cuerda que ata tu vida y atrapa tu alma.”

“No puedo, es que no puedo” -Respondió Tshunulama- “Me da miedo, caería, me moriría... es superior a mí”...

“No es así. Desde que tu corazón se siente esclavo, has dejado de vivir. Tu eres capaz de soltar Tshunulama, cuando así lo hagas, tu sabes en lo más profundo de ti que sentirás un gozo muy intenso y una paz muy profunda que mereces. Anda, comienza por soltar un dedo”

“No puedo” -sentía- “No obstante ¿podré hacerlo? ¿será seguro? ¿tengo el coraje suficiente? Se preguntaba en pleno conflicto Tshunulama... De pronto, aprovechando una corriente de vida y esperanza, soltó un dedo y aceptó el riesgo... Al momento se sintió aliviada al ver que no caía, ni nada terrible sucedía, sino que por el contrario una sensación de felicidad y paz acariciaban su corazón...

Pero ¿sería posible mantener aquella paz y felicidad? se preguntaba comenzando a sentir las sombras de las viejas emociones y ataduras...

“Confía en mí, le dijo el anciano, respira hondo y mira en tu interior”...

Tshunulama siguiendo sus indicaciones sintió que podía ver con claridad sus miedos, y con una serenidad inusitada contempló las partes ruidosas de su mente que afirmaban que soltar más la cuerda sería una locura... voces asustadas que le decían que soltar iba en contra de todo lo que había hasta entonces deseado e incluso aprendido...

¿Deseo realmente la libertad y la paz interior como para arriesgar lo que tanto aprecio? ¿cómo puedo estar segura de que no caeré? Tshunulama respirando profundamente, comenzó a explorar sus miedos y sus deseos ¿qué era realmente lo que quería de la vida? ¿Cuáles eran sus verdaderos propósitos? ¿Para qué había nacido? Su mente se ensanchaba...

Poco a poco comenzó a sentir sus dedos mas sueltos y conforme permitía que algo muy profundo aflojara su mano aferrada, también una corriente de paz y renacimiento brotaba de su corazón...

Ya tan sólo quedaba un dedo asido fuertemente a la cuerda que la esclavizaba... una parte de ella le decía que ya debía haberse caído a ese abismo que tanto temía... sabía que soltar ese último dedo era algo que dependía exclusivamente de ella... intuía que sus miedos eran tan solo fantasmas de su mente, recuerdos de viejas pérdidas, memorias de antiguas heridas que se agolpaban y confundían su cabeza impidiéndole pensar y discernir con claridad...

Confiado en su intuición, aflojó el último dedo y, de pronto observó que nada sucedía... comprobó que permanecía exactamente donde estaba... y entonces se dio cuenta atónita que había estado todo el tiempo sobre el suelo... todos sus miedos tan sólo habían sido vividos en su mente... podía salir, abrir puertas y ventanas, sentir el horizonte y respirar la fuerza de la vida que ya circulaba en su interior rebotando una paz tal que devolvió a su rostro la sonrisa al sentir que todo el universo brotaba, se renovaba y renacía.

Su corazón era libre y ya podía comenzar a sentir qué era el verdadero sentimiento de amor.

Yoguina: En realidad la enfermedad es un camino en el que puede haber una gran oportunidad de transformación y elevación de las cualidades superiores del ser. Aprovecharlo o no, es el gran misterio de las oportunidades.

Darío: Necesito cerrar el tema con un definición de crisis que satisfaga todo lo que hemos dicho.

Neor: Crisis es el estado que sentimos cuando lo que estaba, ya no está, y lo que está por venir, todavía no ha llegado.

José María Doria