

1.- ¡DESPIERTA! ¡FELICIDAD ERES TÚ!

Despertarse es la espiritualidad, porque sólo despiertos podemos entrar en la verdad y descubrir qué lazos nos impiden la libertad. **Esto es la iluminación.** Es como la salida del sol sobre la noche, la luz sobre la oscuridad. Es la alegría que se descubre a sí misma, desnuda de toda forma. Esto es la iluminación. **El místico es el hombre iluminado, el que todo lo ve con claridad, porque está despierto.**

No quiero que os creáis lo que os digo, porque yo lo digo, sino que cuestionéis cada palabra y analicéis su significado y lo que os dice en vuestra vida personal; pero con sinceridad, sin auto-engañaros por comodidad o por miedos.

Lo importante es el Evangelio, no la persona que lo predica ni sus formas. No la interpretación que se le ha dado siempre o el que le da éste o aquél, por muy canonizado que esté. Eres tú el que tienes que interpretar el mensaje personal que encierra para ti, en el ahora. No te importe lo que la religión o la sociedad prediquen.

La sociedad sólo canoniza a los que se conforman con ella. En el tiempo de Jesús y ahora. A Jesús no pudieron canonizarlo y por ello lo asesinaron.

¿Quiénes creéis que lo mataron?. ¿Los malos?. No. A Jesús lo asesinaron los buenos de turno, los más respetados y creídos en aquella sociedad. A Jesús lo mataron los escribas, los fariseos y sacerdotes; y si no andas con cuidado, asesinarás a Jesús mientras vives dormido.

ESTAS DORMIDO

¿Y cómo sabré si estoy dormido?. Jesús os lo dice en el Evangelio: «¿Por qué decís Señor, Señor, si no hacéis lo que os digo?». Si no hacemos lo que Dios quiere y nos dedicamos a fabricarnos un dios «tapa agujeros», es que estamos dormidos. Lo que importa es responder a Dios con el corazón. No importa ser ateo, musulmán o católico; lo importante es la circuncisión y el bautismo del corazón. El estar despierto es cambiar tu corazón de piedra por uno que no se cierre a la Verdad.

Si estás doliéndote de tu pasado, es que estás dormido. Lo importante es levantarse para no volver a caer. La solución está en tu capacidad de comprensión y de ver otra cosa que lo que se permite uno ver. Ver lo que hay detrás de las cosas. Cuando se te abran los ojos, verás cómo todo cambia, que el pasado está muerto y el que se duerme en el pasado está muerto, porque sólo el presente es vivo si tú estás despierto en él.

Metanoia quiere decir despertarse y no perderse la vida. Es vivenciar el presente. Para saber esto hay un criterio: **¿Tú sufres?. Es que estás dormido.**

Es igual que sepas muchas cosas y te dediques a salvar a las personas. «El ciego que guía a otro ciego» quiere decir que los dos están dormidos. **Si sufres es que estás dormido.** Me dirás que el dolor existe. Sí, es verdad que el dolor existe, pero no el sufrimiento. El sufrimiento no es real, sino una obra de tu mente. Si sufres es que estás dormido porque, en sí, el sufrimiento no existe, **es un producto de tu sueño, y si estás dormido, verás a un Jesús dormido,** que tú

te has imaginado, que nada tiene que ver con el Jesús real, y eso puede ser muy peligroso.

Calderón dice: «Todo es según el color del cristal con que se mira». Si estás dormido no serás capaz de ver más que cosas dormidas, y tú no te darás cuenta hasta que despiertes. Pasará la vida por ti sin que tú la vivas.

Si tienes problemas es que estás dormido. La vida no es problemática. Es el «yo» (la mente humana) el que crea los problemas. A ver si eres capaz de comprender que el sufrimiento, no está en la realidad, sino en ti. Por eso, en todas las religiones, se ha predicado que hay que morir al «yo» para volver a nacer. Este es el verdadero bautismo que hace surgir al hombre nuevo. La realidad no hace problemas, los problemas nacen de la mente cuando estás dormido. **Tú pones los problemas.**

DESPIERTA

¿Se puede decir que en estos últimos días no te has sentido como un hombre libre y feliz, sin problemas ni preocupaciones?. ¿No te has sentido así?. Pues estás dormido. ¿Qué ocurre cuando estás despierto?. No cambia nada, todo ocurre igual, pero tú eres el que ha cambiado para entrar en la realidad. Entonces lo ves todo claro.

Le preguntaron a un maestro oriental sus discípulos: «¿Qué te ha proporcionado la iluminación?». Y contestó: «Primero tenía depresión y ahora sigo con la misma depresión, pero la diferencia está en que ahora no me molesta la depresión».

Estar despierto es aceptarlo todo, no como ley, ni como sacrificio, ni con esfuerzo, sino por iluminación. Aceptarlo todo porque lo ves claro y ya nada ni nadie te puede engañar. **Es despertar a la luz.** El dolor existe, y el sufrimiento sólo surge cuando te resistes al dolor. Si tú aceptas el dolor, el sufrimiento no existe. El dolor no es inaguantable, porque tiene un sentido comprensible en donde se remansa. Lo inaguantable es tener el cuerpo aquí y la mente en el pasado o en el futuro.

Lo insoportable es querer distorsionar la realidad que es inamovible. **Eso sí que es insoportable.** Es una lucha inútil como es inútil su resultado: el sufrimiento. **No se puede luchar por lo que no existe.**

No hay que buscar la felicidad en donde no está, ni tomar la vida por lo que no es vida, porque entonces estaremos creando un sufrimiento que sólo es el resultado de nuestra ceguera y, con él, el desasosiego, la congoja, el miedo, la inseguridad... Nada de esto existe sino en nuestra mente dormida. Cuando despertemos, se acabó.

IMPORTA LA VIDA

El ir contra la realidad, haciendo problemas de las cosas, es creer que «tú» importas, y lo cierto es **que tú, como personaje individual, no importas nada.**

Ni tú, ni tus decisiones ni acciones **importan nada en el desarrollo de la vida; es la vida la que importa** y ella sigue su curso. Sólo cuando comprendes esto y te acoplas a la unidad, tu vida cobra sentido. Y esto queda muy claro en el Evangelio. ¿Importaron todas las transgresiones y desobediencias para la

historia de la salvación?. ¿Importa si yo asesino a un hombre?. ¿Importó el que asesinaran a Jesucristo?. Los que lo asesinaron creían estar haciendo un acto «bueno», de justicia, y lo hicieron después de mucho «discernimiento».

Jesús era portador de la luz y por ello predicaba las cosas más raras y contrarias al judaísmo, a sus creencias e interpretaciones religiosas: Hablaba con las mujeres, comía con ladrones y prostitutas. Pero, además, interpretaba la Ley en profundidad, cargándose las reglas y sus formas. Los «sabios» y los «poderosos» tenían que cargárselo. ¿Podía ser de otra manera?. Era necesario que muriera así, asesinado y no enfermo de vejez.

Cuentan que un rey godo se emocionó al oír el relato de Jesús y dijo:

«¡De estar yo allí, no se lo hubieran cargado!».

¿Lo creemos así, como ese rey godo?. Dormimos.

La muerte de Jesús descubre la realidad en una sociedad que está dormida, y por ello, su muerte es la luz. Es el grito para que despertemos.

NO TE ATES

¿Qué hace falta para despertarse?. No hace falta esfuerzo ni juventud ni discurrir mucho. Sólo hace falta una cosa, la capacidad de pensar algo nuevo, de ver algo nuevo y de descubrir lo desconocido. Es la capacidad de movernos fuera de los esquemas que tenemos. Ser capaz de saltar sobre los esquemas y mirar con ojos nuevos la realidad que no cambia.

El que piensa como marxista, no piensa; el que piensa como budista, no piensa; el que piensa como musulmán, no piensa... y el que piensa como católico tampoco piensa. Ellos son pensados por su ideología. Tú eres un esclavo en tanto en cuanto no puedes pensar por encima de tu ideología. Vives dormido y pensado por una idea. El profeta no se deja llevar por ninguna ideología, y por ello es tan mal recibido. **El profeta es el pionero, que se atreve a elevarse por encima de los esquemas abriendo camino.**

La Buena Nueva fue rechazada porque no querían la liberación personal, sino un caudillo que los guiase. Tenemos el riesgo de volar por nosotros mismos. Tenemos miedo a la libertad, a la soledad, y preferimos ser esclavos de unos esquemas. Nos atamos voluntariamente, llenándonos de pesadas cadenas y luego nos quejamos de no ser libres. ¿Quién te tiene que liberar si ni tú mismo eres consciente de tus cadenas?.

Las mujeres se atan a sus maridos, a sus hijos. Los maridos a sus mujeres, a sus negocios. Todos nos atamos a los deseos y nuestro argumento y justificación es el amor». ¿Qué amor?. La realidad es que nos amamos a nosotros mismos, pero con un amor adulterado y raquítrico que sólo abarca el «yo», el ego. Ni siquiera somos capaces de amarnos a nosotros mismos en libertad. Entonces, ¿cómo vamos a saber amar a los demás, aunque sean nuestros esposos o nuestros hijos? Nos hemos acostumbrado a la cárcel de lo viejo y preferimos dormir para no descubrir la libertad que supone lo nuevo.

NO CONFUNDAS LOS SUEÑOS

Vosotros estáis dormidos porque, si no, ya no necesitaríais venir a este curso.

Si ya lo vierais todo con ojos nuevos, ya no necesitaríais venir a despertaros. Pero, si sois capaces de reconoceros dormidos, ser conscientes de que no estáis despiertos, ya es un paso. Pues lo peor y más peligroso del que duerme es creer que está despierto y confundir sus sueños con la realidad. Lo primero que se necesita para despertar es saber que estáis durmiendo y estáis soñando.

La religión es una cosa buena en sí, pero en manos de gente dormida puede hacer mucho daño. Y lo podemos ver muy claramente por la historia de una religión que, en el nombre de Dios, cometió tantas barbaridades creyendo que hacía el bien. Si no sabes emplear la religión en esencia, en libertad, sin fanatismos ni ideologías de un color u otro, puedes hacer mucho daño y, de hecho, se sigue haciendo.

Para despertar hay que estar dispuesto a escucharlo todo, más allá de los cartelitos de «buenos» y «malos», con receptividad, que no quiere decir credulidad. Hay que cuestionarlo todo estando atento a descubrir las verdades que puedan encerrar, separándolas de lo que no lo son. Si nos identificamos con las teorías sin cuestionarlas con la razón — y sobre todo con la vida — y nos las tragamos almacenándolas en la mente, es que seguimos dormidos. No has sabido asimilar esas verdades para hacer tus propios criterios. Hay que ver las verdades, analizarlas y ponerlas a prueba una vez cuestionadas.

«Haced lo que os digo» — dice Jesús —. Pero no podremos hacerlo si antes no nos transformamos en el hombre nuevo, despierto, libre, que ya puede amar.

«Aunque diera todo a los pobres, y mi cuerpo a las llamas — dice, Pablo —, ¿De qué me serviría si no amo?». Este modo de ver de Pablo se consigue viendo, y nace, ese modo de ser, de estar despierto, disponible y sin engaños.

¡QUE LIO!

Mi vida es un lío. ¿Soy capaz de reconocerlo?. Necesito tener receptibilidad, ¿Estoy dispuesto a reconocer que el sufrimiento y la congoja los fabrico yo mismo?. Si eres capaz de darte cuenta, es que comienzas a despertarte.

Ordinariamente, buscamos alivio y no curación. Cuando sufres, ¿Estás dispuesto a separarte de ese sufrimiento lo necesario para analizarlo y descubrir el origen que está detrás?. Es preferible dejar que sufras un poco más, hasta que te hartes y estés dispuesto a ver. O despiertas tú, o la vida te despertará.

Cuando la relación entre amigos no funciona lo bien que tú quisieras, puedes aliviarla. Puedes pararte y comenzar una tregua, pero si no has puesto al aire las premisas que están debajo, el problema sigue en pie, y seguirá generando sentimientos negativos.

Las componendas y alivios son manejos comerciales del «buen comportamiento» que te ha metido en la mente tu sentido de «buena educación». Si los miras, bien despierto, descubrirás que no son más que utilización, comercio de «toma y daca» y chantaje, más hipocresía. Cuando veas esto, ¿Quieres quitarte el cáncer, o tomar un analgésico para no sufrir?.

Cuando la gente se harta de sufrir es un buen momento para despertar. Buda

dice; «El mundo está lleno de dolor, que genera sufrimiento. La raíz del sufrimiento es el deseo. Si quieres arrancarte esa clase de dolor, tendrás que arrancarte del deseo».

El deseo ¿Es cosa buena?. Es cuestión de lenguaje, pues la palabra deseo, en español, abarca deseos buenos, que son estímulos de acción y deseos estériles, que a nada conducen. A estos deseos, para entendernos, vamos a llamarlos «apegos».

La base del sufrimiento es el apego, el deseo. En cuanto tú desees una cosa compulsivamente, que pones todas tus ansias de felicidad en ello, te expones a la desilusión de no conseguirlo. De no haber deseado tanto que tu amigo te acoja, te contemple, y te tenga en cuenta; de no desearlo tanto, no te importaría su indiferencia ni su rechazo. Donde no hay deseo-apego, no hay miedo, porque el miedo es la cara opuesta al deseo, inseparable de él.

Sin esta clase de deseos, nadie te puede intimidar, ni nadie te puede controlar o robar, porque, si no tienes deseos, no tienes miedo a que te quiten nada.

EL AMOR NO DUERME

Donde hay amor no hay deseos. Y por eso no existe ningún miedo. Si amas de verdad a tu amigo, tendrías que poder decirle sinceramente: «Así, sin los cristales de los deseos, te veo como eres, y no como yo desearía que fueses, y así te quiero ya, sin miedos a que te escapes, a que me faltes, a que no me quieras». Porque en realidad, ¿Qué desees?. ¿Amar a esa persona tal cual es, o a una imagen que no existe?. En cuanto puedas desprenderte de esos deseos-apegos, podrás amar; a lo otro no se le debe llamar amor, pues es todo lo contrario de lo que el amor significa.

El enamorarse, tampoco es amor, sino desear para ti una imagen que te imaginas de esa persona. Todo es un sueño, porque esa persona no existe. Por eso, en cuanto conoces la realidad de esa persona, como no coincide con lo que tú te imaginabas, te desenamoras. La esencia de todo enamoramiento son los deseos. Deseos que generan celos y sufrimiento porque, al no estar asentados en la realidad, viven en la inseguridad y en la desconfianza de los miedos a que todos sus sueños se acaben, se vengan abajo.

El enamoramiento proporciona cierta emoción y exaltación que gusta a las personas con una inseguridad afectiva y que alimenta una sociedad y una cultura que hacen de ello un comercio. Cuando estás enamorado no te atreves a decir toda la verdad por miedo a que el otro se desilusione porque, en el fondo, sabes que el enamoramiento sólo se alimenta de ilusiones e imágenes idealizadas.

El enamoramiento supone una manipulación de la verdad y de la otra persona para que sienta y desee lo mismo que tú y así poderla poseer como un objeto, sin miedo a que te falle. El enamoramiento no es más que una enfermedad y una droga del que, por su inseguridad, no está capacitado para amar libre y gozosamente.

La gente insegura no desea la felicidad de verdad, porque teme el riesgo de la libertad y, por ello, prefiere la droga de los deseos. Con los deseos viene el

miedo, la ansiedad, las tensiones y... por descontado, la desilusión y el sufrimiento continuos. Vas de la exaltación al desespero.

¿Cuánto dura el placer de creer que has conseguido lo que deseabas?. El primer sorbo de placer es un encanto, pero va prendido irremediabilmente ai miedo a perderlo, y cuando se te apoderan las dudas, llega la tristeza. La misma alegría y exaltación de cuando llega el amigo, es proporcional al miedo y al dolor de cuando se marcha... o cuando lo esperas y no viene... ¿Vale la pena?. Donde hay miedo no hay amor y podéis estar bien seguros de ello.

Cuando despertamos de nuestro sueño y vemos la realidad tal cual es, nuestra inseguridad termina y desaparecen los miedos, porque la realidad es y nada la cambia. Entonces puedo decirle al otro: Como no tengo miedo, a perderte, pues no eres un objeto de propiedad de nadie, entonces puedo amarte así como eres, sin deseos, sin apegos ni condiciones, sin egoísmos ni querer poseerte. Y esta forma de amar es un gozo sin límites.

¿Qué haces cuando escuchas una sinfonía?. Escuchas cada nota, te deleitas en ella y la dejas pasar, sin buscar la permanencia de ninguna de ellas, pues en su discurrir está la armonía, siempre renovada y siempre fresca. Pues, en el amor, es igual. En cuanto te agarras a la permanencia destruyes toda la belleza del amor. No hay pareja ni amistad que esté tan segura como la que se mantiene libre. El apego mutuo, el control, las promesas y el deseo, te conducen inexorablemente a los conflictos y al sufrimiento y, de ahí, a corto olargo plazo, a la ruptura. Porque los lazos que se basan en los deseos son muy frágiles. Sólo es eterno lo que se basa en un amor libre. Los deseos te hacen siempre Vulnerable.

DISPARAR GRATUITAMENTE

Hay dos tipos de deseos o de dependencias: El deseo de cuyo cumplimiento depende mi felicidad y el deseo de cuyo cumplimiento no depende mi felicidad.

El primero es una esclavitud, una cárcel, pues hago depender de su cumplimiento, o no, mi felicidad o mi sufrimiento. El segundo deja abierta otra alternativa: si se cumple me alegro y, si no, busco otras compensaciones.

Este deseo te deja más o menos satisfecho pero no te lo juegas todo a una carta. Pero existe otra tercera opción, hay otra manera de vivir los deseos, como estímulos para la sorpresa, como un juego en lo que menos importa es ganar o perder, sino jugar.

Hay un proverbio oriental que dice: «Cuando el arquero dispara gratuitamente tiene con él toda su habilidad». Cuando dispara esperando ganar una hebilla de bronce, ya está algo nervioso. Cuando dispara para ganar una medalla de oro, se vuelve loco pensando en el premio y pierde la mitad de su habilidad, pues ya no ve un blanco, sino dos. Su habilidad no ha cambiado pero el premio lo divide, pues el deseo de ganar le quita la alegría y el disfrute de disparar. Quedan apegados allí, en su habilidad, las energías que necesitaría libres para disparar. El deseo del triunfo y el resultado para conseguir el premio se han convertido en enemigos que le roban la visión, la armonía y el goce.

El deseo marca siempre una dependencia. Todos dependemos, en cierto

sentido, de alguien (el panadero, el lechero, el agricultor, etc., que son necesarios para nuestra organización). Pero depender de otra persona para tu propia felicidad es, además de nefasto para ti, un peligro, pues estás afirmando algo contrario a la vida y a la realidad.

Por tanto, el tener una dependencia de otra persona para estar alegre o triste es ir contra corriente de la realidad, pues la felicidad y la alegría no pueden venirme de fuera, ya que están dentro de mí. Sólo yo puedo actualizar las potencias de amor y felicidad que están dentro de mí y sólo lo que yo consiga expresar, desde esa realidad mía, me puede hacer feliz, pues lo que me venga desde afuera podrá estimularme más o menos, pero es incapaz de darme ni una pizca de felicidad.

Dentro de mí suena una melodía cuando llega mi amigo, y es mi melodía la que me hace feliz, y cuando mi amigo se va me quedo lleno con su música, y no se agotan las melodías, pues con cada persona suena otra melodía distinta que también me hace feliz y enriquece mi armonía. Puedo tener una melodía o más, que me agraden en particular, pero no me agarro a ellas, sino que me agradan cuando están conmigo o cuando no están, pues no tengo la enfermedad de la nostalgia, sino que estoy tan feliz que no añoro nada. La verdad es que yo no puedo echarme de menos porque estoy lleno de ti.

Si te echase de menos sería reconocer que al marcharte te quedaste fuera. ¡Pobre de mí, si cada vez que una persona amada se va, mi orquesta entrase en el paro!.

Cuando te quiero, te quiero independiente de mí, y no enamorado de mí, sino enamorado de la vida. No se puede caminar cuando llevas a alguien agarrado a ti. Se dice que tenemos necesidades emocionales: ser querido, apreciado, pertenecer a otro, que se me desee. No es verdad. Esto cuando se siente esa necesidad es una enfermedad que viene de tu inseguridad afectiva.

Tanto la enfermedad — necesidad de sentirme querido — como la medicina que se ansia — el amor recibido — están basados en premisas falsas.

Necesidades emocionales para conseguir la felicidad en el exterior, no hay ningunas. Puesto que tú eres el amor y la felicidad en ti mismo, y sólo mostrando ese amor y gozándote en él vas a ser realmente feliz, sin agarraderas ni deseos, puesto que tienes en ti todos los elementos para ser feliz.

La respuesta de amor del exterior agrada y estimula, pero no te da más felicidad de la que tú dispones, pues tú eres toda la felicidad que seas capaz de desarrollar. Dios es la Verdad, la Felicidad y la Realidad, y El es la Fuente, dispuesta siempre, para llenarnos en la medida que, libremente, nos abramos a El.

TU YA ERES FELICIDAD

Despertarse es la única experiencia que vale la pena. Abrir bien los ojos para ver que la infelicidad no viene de la realidad, sino de los deseos y de las ideas equivocadas. Para ser feliz no has de hacer nada, ni conseguir nada, sino deshacerte de falsas ideas, ilusiones y fantasías que no te dejan ver la

realidad. Eso sólo se consigue manteniéndote despierto y llamando a las cosas por su nombre.

Tú ya eres felicidad, eres la felicidad y el amor, pero no lo ves porque estás dormido. Te escondes detrás de las fantasías, las ilusiones y también de las miserias de las que te avergüenzas. Nos han programado para ser felices o infelices (según aprieten el botón de la alabanza o de la crítica), y esto es lo que te tiene confundido. Has de darte cuenta de esto, salir de la programación y llamar a cada cosa por su nombre.

Si tú te empeñas en no despertar, nada se puede hacer: «No te puedes empeñar en hacer cantar a un cerdo, pues perderás tu tiempo y el cerdo se irritará». Ya sabes que no hay peor sordo que el que no quiere oír. Si no quieres oír, para despertar seguirás programado, y la gente dormida y programada es la más fácil de controlar por la sociedad.

ANTHONY DE MELLO