

## **Cantares del Ermitaño**

Para comunicarse con el autor

Email: [info@orangebudha.cl](mailto:info@orangebudha.cl)

Web: [www.orangebudha.cl](http://www.orangebudha.cl)

Certificado propiedad: Cristián Sarmiento

Impreso por

Impreso en Chile – Printed in Chile

1° Edición: Marzo 2017

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de la cubierta, puede ser reproducida o transmitida en manera alguna ni por ningún medio, ya sea electrónico, químico, mecánico, óptico, de grabación o de fotocopia, sin permiso previo del editor

## *Prefacio*

Este libro, nace del entusiasmo y motivación por compartir las sensaciones y sentimientos respecto a un tiempo de introspección espiritual (a través de la meditación y contemplación) y cierta asimilación de enseñanzas del Espíritu.

No hubo premeditación respecto a los escritos, sino el ferviente deseo de provocar en el lector, el real reconocimiento de transitar desde la mente racional/lineal hasta la mente intuitiva, esto es, expansión de la capacidad de sentir.

La transición es un desafío - como muchas situaciones que aparecen en la vida - y disolver creencias limitantes e impulsar el auto-estudio, se hace necesario en esta época de caos, donde la espiritualidad parece estar atascada por el instinto de sumar y sumar información.

El título de “Cantares del Ermitaño” se orienta al disfrute, risa, al celebrar a través de textos poéticos y, en definitiva, darse cuenta que la espiritualidad tiene muchísimo que ver con la autenticidad, originalidad y la reevaluación de valores hacia la compasión y empatía.

Indagar en la verdadera naturaleza de nuestro “Yo” nos permite des-identificarnos de miedos y sustos albergados en la conciencia, quizás desde ya, varias vidas anteriores.

La expresión de tu intención es la esencia del “libre albedrío” ¿Acaso alguien debe decidir cómo comportarte o expresarte en el mundo? Este texto tiene todo el anhelo de despertar tus convicciones, motivaciones y las ganas de seguir, independiente de lo oscuro que el panorama pueda presentarse en algún momento.

Gratitud, es otra palabra, con la cual podemos definir a “Dios”

Un abrazo sincero, Cristián

*A Antonia, Pame y Tomás...*

*A mis padres y familia...*

*A la Conciencia de la Presencia (Dios) que habita detrás de cada ojos que miramos día a día.*

**Delgado Compañero**

Siendo uno más entre la bulliciosa multitud,  
Comenzó a gritar con delicadeza,  
A todos sin igual,

Pelucos y Pipiolos,  
Comunistas, Chauvinistas, Marxistas y Leninistas,  
Anglicanos, Católicos, Protestantes y Sufrientes,  
Adictos, Alcohólicos y Dependientes,  
Artesanos, Fogoneros y Pirquineros,  
Arrendatarios, Convivientes y Propietarios,  
Copiones, Imaginativos y Racionales,  
Cumbiancheros, Rockeros y Selectos,  
Espectros, Humanos y Entidades Extra-Planetarias,

¡El amor existe!  
Es tan real como tú mismo...  
Y tan invisible como tu ser interior....  
Es el único camino,  
A la Fe, Libertad y Unidad.

## El sentido de Yo

Cuando dices “Yo” ¿A quién te refieres?

Yo hice esto, Yo fui a este lado, Yo vi ese aviso...

¿Quién es ese Yo?

El cuerpo, no puede ser. El cuerpo necesita una mente para operar.

La mente tampoco puede ser, necesita un espacio/tiempo para pensar.

El cuerpo, por sí sólo, no puede experimentar el cuerpo.

Así también, la mente, no puede pensarse a sí misma.

Entonces ¿Quién es este “Yo” que tanto nombro durante el día?

Cuando estás despierto, estás en la práctica, Consciente.

Experimentas, lo que es ser Consciente.

De pensamientos, sensaciones, sonidos, de un sinfín de cosas...

Cuando dices “Yo” dices “Soy Consciente de esto”.

Cuando dices “Yo” dices “Estoy experimentando esto”.

A través de un cuerpo, una mente, una expresión del ser...

Tu “Yo” es pura consciencia, absoluta experiencia...

Salvo cuando duermes, ya que se vuelve sobre sí misma...

Lo que llamamos “sueño profundo”.

Karma

Poeta del sentimiento,  
Artista del renacimiento,  
Cantor del enamoramiento,  
Rector del discernimiento.

Autor del proclamamiento,  
Recolector del sarmiento,  
Sembrador del nacimiento,  
Conductor del estancamiento.

Amo del conocimiento,  
Adicto al abatimiento,  
Sensor del reconocimiento,  
Tractor del movimiento.

Ave del somnoliento,  
Pescado del urguimiento,  
Vacuno del cocimiento,  
Molusco del entretenimiento.

Ladrón del aliento,  
Arcano del nombramiento,  
Diablo del embotellamiento,  
Dios del crecimiento.

**Sufragio Universal**

¡Tranquilo!

¡Estás respirando! ¡Estás viviendo!

¿Quién piensa que tu vida es incompleta?

¿Quién? ¡Por favor, respóndete!

¿Quién es ese “Yo” que deambula en pensamientos?

Contrayéndose, Expandiéndose...

Multiplicándose en actividades...

Dividiéndose en preocupaciones...

¿De dónde surge esa disposición a dañarte?

¿De dónde surge el estímulo de mirar hacia atrás?

¿Con que ojos miras la vida?

Una elección, es sencillamente una energía...

A veces, repetida una y otra vez, incesantemente...

Con plena inconsciencia....

¡Tranquilo! ¡Respira!

Estás junto a Dios, Perseo e Ishtar,

Elige el nombre...

Al parecer, también es una energía...

Por tanto, Tu elección....

Por tanto, Tu identidad...

**¡Para la Oreja!**

Si aprendiéramos a escuchar,  
Seguramente la vida sería un paraíso,  
O lo más próximo al Edén.  
Escuchar es humildad.  
Es la paz que has estado buscando durante vidas.  
Es un acto de contundencia, empatía y sinceridad,  
No sólo contigo y tus cercanos,  
Sino con la vida misma.  
Escucha en profundidad a tus niños,  
Entra en su nivel, en su inocencia, en sus temores,  
Entra en tu dicha angelical, donde sólo hay anhelo de expresión.  
Escucha en profundidad a tu pareja,  
Sin cuestionamientos ni desdichas, sino desde tu presencia amorosa.  
Escucha en profundidad a tu ser interior,  
Desde el misterio de la contemplación.  
Si hay enojos y rencores,  
También permíteles la entrada respetuosa.  
Sin exaltarte ¡tú sabes que no es necesario!  
¡Escucha, por favor escucha!...Siempre aprenderás algo nuevo...



## Humildad

Sentémonos un ratito...

No tratemos de entender la vida,

Ni siquiera sabemos de dónde viene el pensamiento y nos atrapamos a él.

Aprovechemos de admirar la belleza de lo existente, tu dulce compañía, tu sincera amistad.

La paz, es similar a la danza de un pequeño pajarito,

La furia, es similar a la explosión de un gigante volcán,

La ira, es similar al azote de una gigantesca ola,

La alegría, es similar al despertar de una bella flor,

La comprensión, la máxima gratitud por habitar este cuerpo y este hermoso planeta.

¿Por qué evitamos nuestras emociones?

Son parte de la vida, son sólo vida, en diferentes dimensiones de una única realidad.

Todo lo que sientes, en este exacto momento, es sencillamente la vida.

No lo rechaces, acógelo y abrázalo.

No trates de sanarlo ¡Para que te complicas!

Sencillamente, acógelo en lo más profundo de tu existencia.

**Desarrollo de Conciencia**

Tal como llega el sol,  
La lluvia o la nieve,  
Así también, llega la vida en cada momento.  
¡Quién se opone a la llegada del Sol!  
¡Quién se opone a la magia de la Luna!  
Acaso, la primavera está preocupada por su fin...  
Por la entrada del verano...  
O dejar de florecer...  
Avanza, no luchando, sino siendo curioso,  
Espontáneo, libre y ¡ojalá te critiquen!  
Para danzar sobre la antigua opinión de ti mismo,  
Sobre los rescoldos de la vergüenza,  
Sobre el sinsabor de la autocrítica,  
¡Sé y permítete!  
¡Sé y acepta!  
Ser es ser consciente.

Desde la mente al corazón

Es una especie de pasadizo,  
Sin embargo, hay miles y, por doquier.  
No hay luz, tampoco oscuridad,  
No obstante, hay vida...  
Mucha vida...  
En las raíces del silencio,  
Encuentra su sostén,  
Tal como un poema de Dogen,  
O una sinfonía de Wagner.  
Es una especie de pasadizo,  
Sin embargo, no hay mapa ni ruta,  
Menos, un guía o un refrán.  
Así está definido...  
El camino,  
Lo terminas recorriendo sólo,  
Completamente sólo...  
Tus Demonios y Fantasmas,  
Ángeles y Dioses,  
Creencias y Paradigmas,  
Aguas y Tinieblas.  
¡Deja de mentirte! Por favor...  
El rico, a veces, es el que más necesita,  
Y el pobre, a veces, el que más tiene,  
Sólo cuestión de nombres, asunto de la mente...  
Nada más que eso,  
La raíz de la ilusión.  
¡Deja de mentirte! Por favor...

Dios es real y milagroso,  
Dios es invisible y mágico,  
Dios es amor y sus opuestos,  
Dios es unidad,  
Dios eres tú mismo,  
Y muchísimo más...

4 claves

¡Suelta!

Suelen llamarle apego, resistencia o tensión,  
Una ilusión que consideras verdad,  
Un objeto que sientes inmortal,  
El único camino a transitar.

¡Ríndetel!

Le temes a esa palabra...  
Al parecer, daña tu integridad y prestigio,  
Es sólo rendirte a ti mismo,  
A tu verdadera esencia,  
A la experiencia de la existencia.

¡Acepta!

El camino del medio de Nagarjuna,  
El Tao de Lao Tse,  
El sendero de Shankara,  
El elixir dorado de Lu Dong Bin.

¡Siente!

Sin conjeturas, juicio o presión,  
Con apertura y expansión,  
Con profunda gratitud, con total unidad

**Beetlejuice**

“Dio Jugo”, relativo a una persona atadosa, complicada, “que da la cacha”, inclusive muchas veces detestable, que busca la contienda, espesa, también denominado “pesado de sangre”, que dejó literalmente la escoba en una situación, que “se pasó de copas” a diestra y siniestra. En casos de índole similar o diferente catástrofe, puede “dar agua”, “dar caldo” o “dar cardo”, dependiendo de la pronunciación.

“Dio Jugo” acto de amar, de dar, compartir, que nace de la inspiración por atender, acoger, por servir al alguien en caso de ser necesario, por ejemplo: almuerzos, cenas o simplemente ante la sed. Detrás, hay un acto de empatía donde sientes la necesidad de hacer algo positivo por otra persona, aunque sea un acto de humildad tan pura como “dar un jugo”.

**Día de los enamorados**

Y grito el Samaritano...  
¿Quién se atreve a expandir el corazón?  
Cruzando por las sombras,  
Infiernos, inframundos y limbos,  
Identidades, personajes y yugos,  
De tu propia creación...  
¿Quién teme?  
¿Quién tiene el coraje?  
Compromisos, dedicaciones y entregas,  
Laberinto multidimensional,  
Creación mundanal,  
Proyección mental.  
¿Quién tiene el coraje? Vuelvo a repetir...  
¡No temas!  
Todas esas palabras,  
Son creaciones del intelecto,  
En ningún caso, la verdad final...

**Cara a cara en un espejo**

Te imaginas una vida con menos pensamientos,  
Es habitual despertar y ¡pensar y pensar!  
¡Sí!  
¿Cuál es el objetivo del pensamiento?  
Arte, creatividad, fe...  
Autocrítica, juicio, separación...  
¿Cuál es el sentido del pensamiento?  
¿Surge de tu gratitud y pasión?  
O ¿Desde la desidia y frustración?  
Estúdialas,  
Contémpalas,  
Conoce su naturaleza.  
Con tranquilidad, no te apresures....  
No bastará un día o un par de meses...  
Usa tu albedrío,  
¿Sirve al mayor bien ese pensamiento?  
Es colectivo, entusiasta, positivo.  
¿Cuál es la disposición de ese pensamiento?  
Aporta a la vida o es una bolsa de quejas.  
Cuando te quejas, nadie te escucha ¡salvo tu mismo!  
Lamentablemente es así...  
¿Por qué he de quejarme?  
¿Qué es lo negativo que estoy experimentado?  
Sencillamente, podría ser parte del proceso...  
¡Acepta! ¡Da las gracias! ¡Esto es lo que es!  
Concluyó el Tibetano...  
Tu mente es una oportunidad,  
Mantén una comunión,



Un sentido de apacible presencia....  
¡Esa energía que te mantiene con vida!  
Un regalo...  
Una suave conciencia...

Vedanta

¡Por favor no te preocupes!  
Para que anteponerse,  
A aquello que va a suceder,  
Porque quieras o no,  
Algo va a ocurrir.  
Haz tu mejor esfuerzo,  
Convicción, dedicación, fe.  
Pero entiende,  
Que no tienes el control sobre los resultados.  
Trabajar sólo por el premio final,  
Es evitar el proceso de crecimiento,  
Vivir fuera del presente,  
Donde ansiedad y sufrimiento habitan,  
Raíz de la enredada racionalidad.

¡Por favor no te preocupes!  
No invites a la carencia,  
Ya que irradias,  
La sensación que falta algo en tu vida.

¡Por favor no te preocupes!  
No invites al miedo,  
A la sensación de separación,  
A tu soledad personal.

¡Por favor no te preocupes!  
No estás y nunca estarás solo,  
Sólo te lo hicieron creer,

Confía, expresa, siente,  
Comunica, comparte, entrégate.  
Tú no eres el hacedor,  
Sino un canal de una misteriosa y sagrada energía,  
Llamada por algunos,  
“Dios”, “Amor”, “Música”...  
O sencillamente,  
“Ser”

**Estar Despierto...**

Sabemos que si es voluntad de Dios,  
Cada mañana despertarás con un cúmulo de actividades que hacer,  
Bailando entre alegrías, ansiedades, oportunidades y penas,  
Así es la dualidad de la existencia y así siempre será...  
Pero esto es distinto,  
Estás despertando a algo que no puedes detallar con claridad,  
No hay un concepto, forma o identidad que pueda definirte,  
Sino el transitar del propio momento que estás viviendo.  
Las viejas formas y promesas, ya no causan estrago en tu interior,  
Porque reconoces la ilusión de la competencia y separación.  
Estás despertando y entiendes que estás colaborando y  
cooperando con algo mayor,  
Donde tu importancia personal se funde con la intención  
colectiva.  
Sientes la vida con profundidad,  
Hay momentos de alegría divina,  
Y terrores del inframundo que duelen hasta el alma,  
No puedes escapar de ello, ya que eres parte del todo,  
Donde miedo y felicidad son aceptados con total libertad.  
Amas con ternura,  
Y entregas la vergüenza de no aceptarte tal cual eres.  
No vives de supersticiones,  
Ya que apreciaste el velo de la ilusión.  
Habitas detrás de cada pensamiento que transcurre,  
Amplio, omnipotente y silencioso que te invita a reposar,  
A darte cuenta que la preocupación,  
Es solo causada por el miedo y temor ancestral.  
Lo único que muere es el miedo,

Mi querido compañero,  
Ya que tú eres eterno,  
Pura consciencia, expresión creativa, intuitiva y sagrada.  
Ten fe, explora en ello, por favor,  
Trasciende las creencias lineales,  
Para adentrarte en el misterio de la fe.  
Aquello que te regalo vida,  
Alimento, amigos, un planeta y existencia.  
Abraza el momento,  
Que es lo único que tienes,  
Y si recuerdas, por favor abraza,  
Tus niños, tu esposa y toda la existencia.  
A quienes están en este camino de reconocimiento,  
La mejor de las bienaventuranzas y que la divinidad los acompañe.

**Este es mi día ¡qué paradoja!**

Son las 07:00 am, ¡es tiempo de despertar! *Primera paradoja:* Supone que estoy despierto, pero en realidad estoy dormido o inconsciente gran parte del día.

07:05 am a 07:09 am; Siendo sincero vivo como si no viviera ¡esto no es vida! ¡No sé si me gusta lo que estoy haciendo! *Segunda paradoja:* Primeros pensamientos cuestionan mi propia existencia, pero ¡estoy respirando! ¡Estoy vivo! ¿O no?

07: 10 am -07:15 am es tiempo de ducharse y escuchar radio. *Tercera paradoja:* ¡Radio! La verdad, solo estoy escuchando y siguiendo mis pensamientos.

07:16 am a 07:20 am. Ya estoy bastante preocupado para salir de la ducha e ir ganarme la vida. *Cuarta Paradoja:* La vida es una lucha, nada es sencillo, gran parte de lo que vivo en un conflicto.

07:21 am a 08:30 am Repaso todo lo que tengo que hacer, recuerdo un par de problemas, doy un beso a los míos y dejo algo de dinero por si acaso. ¡Ojalá no se me haya olvidado nada!.....paralelamente comienzo a recordar lo relevante del trabajo para anteponerme a cualquier “drama” *Quinta Paradoja:* Inicio del ciclo “anteponerse al próximo momento para asegurar la sobrevivencia” o jugar a “que existe un futuro”. ¿Dónde está el futuro? ¡Qué pregunta!

08:30 am a 13:30 pm: Ajetreos, bambalinas, cuestionamientos, dimes y diretes, enredos, fantasías mentales, gemidos guturales, histrionismos, ideas varias, jolgorio, entre otros... ¡uff...otro día tapado de pega! *Sexta paradoja:* ¿Cuál es el sentido de todo esto? ¿Cuál es el propósito de la vida? ¿Estar todo el día encerrado en una pared de 4x4 mts2?

13:30 pm a 14:15 pm: Por fin un relajajo....a almorzar. ¿Me sirvo algo de carne con acompañamiento?, ¡pero estoy algo excedido de peso! ¿Si almuerzo sólo vegetales o pura fruta? Chupalla! ¿Qué me hará bien al organismo? *Séptima paradoja*: ¿Quién diablos soy yo? ¿Qué me identifica? ¿De dónde surge está inseguridad?

14:16 pm a 18:30 pm: Segundo ciclo de ajetreos, bambalinas, cuestionamientos, dimes y diretes, enredos, fantasías mentales, gemidos guturales, histrionismos, ideas varias, jolgorio, entre otros...¡uff...otro día tapado de pega! ¡Voy a buscar otra pega! *Octava Paradoja*: Y... ¿Quién podrá ayudarme? Por favor, ¡Asumamos por un momento que no existe el chapulín colorado!

18:31 pm a 19:50 pm: Viaje de vuelta a casa por las silentes calles de la ciudad. Estoy algo cansado. ¿Escucharé Vivaldi o Faith no More? *Novena Paradoja*: La vida es un continuo equilibrio de los opuestos interconectados.

19:51 pm a 21:00 pm: Recordé que debo pasar al Supermercado, ¡total sirve para distenderse! *Décima Paradoja*: Cancelo la comida de hoy a tres cuotas ¡pero sin intereses!.

21:00 pm en adelante: De todo un poco se vive en la casa. Es como los ingredientes de un charquicán o cocimiento de mariscos. ¡Juntos, pero no revueltos!

Es tiempo de descansar y tener un poco de silencio. En la tranquilidad del jardín y de fondo con un vasto manto de estrellas; enciendo un tabaco y junto al habitual té de la noche, tomo del cofre mi papelito de color rosa con la enseñanza de hoy “Perfección es la profunda sensación de aceptar lo imperfecto que es vida. Deja a la imperfección existir, esa es la perfección que

buscas. Perfección es la aceptación de lo que es”. Gracias por este mensaje ¡Gran Espíritu de Luz!

23:00 pm: Luego de dar un beso a los míos, desearles las buenas noches y consultarles si necesitan apoyo en algo; me dirijo al dormitorio para descansar inmerso en el mar de unidad donde el amor brilla por sí solo. En ese lugar, la mente racional y sus continuas falacias duermen en el esplendor de la conciencia.



Magic

¿Quién observa la magia?

¿Quién siente?

¿Qué o quién?

¿Quién o qué?

El huevo o la gallina,

El agua o el viento,

El viento o el fuego,

El fuego o la tierra,

La tierra o el amor,

¿Quién es el amor? ¿Qué es amor?

La mirada esconde la esencia,

Esencia inmanente, inmanente con sutileza universal,

Universal tal como el silencio.

¿Tienes temor al silencio sideral?

Es diferente al silencio terrenal,

Ahí el universo despierta las antiguas memorias,

Que temes por tu propio temor al amor,

Amor, entusiasmo, pasión, dolor, sufrimiento o aflicción,

No tiene nombre ni lugar,

Eso quizás, es “Dios”.

**Copucha, Chirola y Cuchara...**

Trabaje de payaso un tiempo,  
Creo que fueron 2 a 3 años,  
De deambular y deambular,  
De intenso payaseo,  
De escribir libretos satíricos y burlescos.  
Antes había sido Gerente y también Empresario,  
Trabajaba en un agujero de gusano,  
Vendiendo la ilusión del tiempo,  
Trayendo el futuro al presente, si tratará de explicártelo,  
A un costo mayor que el interés convencional.  
Ahí la gravedad es distinta,  
Denso, extraño, raro, como un discurso político o una propuesta  
presidencial,  
Leía libros de Einstein y Hawkins para entender ese sendero,  
Y tratar de rescatar lo poco que le restaba a mi alma.  
Por lo anterior y por uno que otro merkén, opte por ser payaso,  
¡Lo confieso!  
Quizás por libre albedrío o por voluntad de Dios,  
¿Quién sabe? el saber a veces es más conocimiento de otros que  
intuición personal.  
No cumplía horarios salvo los determinados previamente,  
No tuve Afp e Isapre, tampoco pague impuestos,  
Un tipo de indigente, renunciante, sadhu,  
Tal vez, un identificado con la forma,  
Tendría que consultarle a Frankl, Maslow o Gurdjieff.  
Te cuento que un día este payaso miro la vida desde atrás,  
No disfrazándose de payaso o sombra, sino de persona,  
Ya que olvide maquillaje, peluca y traje,

¡Si no! hubiera sido más entretenido y jocoso.  
¡Sí! ¡Fui un payaso! lo repito  
De creencias e imaginaciones, de silencios y tormentas,  
Que el karma presente y mantuvo suspendido,  
Como él un-dos del tarot.  
Este payaso tenía raíces vampiresas,  
Inspirado en un retrato que encontré en la ventana de un baño,  
Siendo niño, interesante paradoja de la naturaleza.  
No lo pinto Rembrant ni Warhol, sino una parte de mi oscuridad,  
¡Sí! ¡Fui un payaso! pero de circo romano,  
No por desmerecer los circos nacionales ni las cuevas bravas,  
Donde estuve, todos se mataban unos a otros,  
Pero no utilizaban bombas ni cuchillos, sino mentiras,  
Del tipo “miedo” que genera eso llamado inseguridad,  
Creo que se conoce, como superstición.  
¿Conoces esa palabra? O más, bien su refrán o temática.  
Este payaso era franco,  
Más con otros que con sí mismo,  
Porque tenía miedo, susto y terror,  
A sí mismo y en parte a la vida.  
Payaso de elucubraciones y maquinaciones,  
Para evitar un sentimiento y un perdón,  
Quizás hasta la libertad universal.  
Payaso que honraba a Giordano y también a Don Pipa – ¡Sí! el de  
Barrabases  
Payaso de meditaciones y yogas, de universidades y remoliendas,  
Libros, sabidurías y tincadas,

Pero poco de procedimientos y técnicas.  
Te cuento que una vez llegado el tercer año,  
Este payaso recibió una invitación,  
Desde un lugar llamado empatía ¡Donde estará ese lugar!  
Casi no leo la carta, vil ignorante desconcentrado,  
Es tiempo de ser humano ¡tú eliges!  
Para que dejes de ser payaso y compartas tu cara,  
Porque a este payaso no se le ve la cara, pero no es una sombra.  
Actitudes, sentidos y valores. ¡Pero de a poco! es gradual.  
Así que no vas a acumular puntos para viajar, ¡lo siento!  
No es de plástico ni de papel, sino de éter,  
Como lo que respiras, invisible, pero real,  
Mente multidimensional, tal como el pensamiento que tienes en  
este momento.  
¡Sé consciente de ello!  
Bueno, no te aburro más,  
Si no, voy a ser criticado,  
Enjuiciado y quizás ¡Que más! ¡Qué payaso mas fome!  
Seguramente, dejo ese oficio por penca.  
No obstante, te dejo una recomendación o sugerencia,  
Mírate al espejo y descubre a tu propio payaso,  
A ese que se ríe de ti mismo y esconde tu conciencia,  
Al que se niega a aceptar lo que es, a fluir o jugar,  
Abrazalo, dale un tinto, algo de comida, o parte de la naturaleza,  
Sólo le faltaba cariño, de nadie más que de ti mismo,  
¡Siempre quiso sentirse acariciado! Aprovecha de acogerlo,  
Ya que tu eres su hogar y no necesitas pagar arriendo o dividendo,  
Ya que el amor es gratis... ¡Amén!

**Be awareness**

Si bien el cuerpo está detenido,

Aparecen pensamiento, percepciones, sensaciones, sentimientos,  
Entre otras cosas, que no logro distinguir.

De manera automática, tal obra de Dios, la respiración entra y sale  
tal como un apacible balancín.

Que regalo más bonito ¡Puedo respirar!

Agradeciendo, llorando, quejándome, temiendo o estando en paz,  
¡Puedo respirar!

Puedo sentir ese regalo en mi interior,

Cuando parece que el mundo cae a pedazos, la respiración me  
sostiene con todo su amor,

Cuando aparecen los regalos más divinos de la vida, ahí está la  
respiración, acogiendo y ampliando mis perspectivas.

Parece no impresionarse por el escenario, es similar, al telón de la  
consciencia.

Lo más sagrado de ver a un bebe recién nacido,

Es verlo respirar, ampliando su abdomen de manera tan amorosa,  
natural y sencilla.

Cuando aparece el peor de los miedos, la respiración logra calmar  
esa tumultuosa tormenta.

Cuando espero con ansias la respuesta soñada, la respiración  
impulsa el entusiasmo del ser.

Quizás no necesito entender la ciencia de la respiración,

Salvo respirar y ser consciente de su juego.

Como que intentase llevarme a la infancia, al potencial creativo,

Al éxtasis de la existencia.

La mente intenta interferir, solo por un tema de hábito e  
identificación.

Porque la mente sin respiración, no es nada, su esencia es  
respiración.

De todos los tipos de respiración, la respiración espontánea y profunda ¡Es conexión!

Es el derrumbe de la ilusión, tal como lo menciono Buda,

Hipatyá, Lao Tse, Plotino, Zoroastro y muchos más...

Estar atento a ella, es la mejor representación del presente.

Si bien, posee movimiento tal como un pensamiento o sensación,

Todas ellas, dependen de la respiración.

Su raíz es el chi, prana, qi o como quieras llamarle,

Si te gusta Dios o Unidad, también sirve,

Cuando la respiración se extingue,

Somos solo consciencia,

Una gota del océano,

El vino selecto de la Unidad.

**Curiosidad**

¡De una vez!

Asómbrate... ¿Sabes? Estás vivo...

En plenitud con la existencia,

Ennegrecida por preocupación,

Sagaz vector de la mente,

Sigilo de sutil separación.

Tú eliges el traje,

El atuendo, el licor y el perfume,

El estilo, la prosa y el Corán.

Busca asombrarte, para encontrar al que busca...

Arritmia emocional,

Curación ancestral.

Tarde es el encuentro,

En la cueva animal,

Mar de simbologías,

Comunicación interdimensional.

¡Gracias por salir del encierro! ... por interpretar el Taró,

Por desfallecer alegre,

En tintes de color.

**Ejecutivo de Ventas**

¿Cuál es su gracia?

Perdón, señor, no entiendo...

Que ¿Cuál es su gracia? Por favor...

No sé, no estoy seguro...

¿Cómo? ¿No sabe cuál es su gracia?

Es que nunca me lo habían consultado...

Pero ¿Cómo vive? ¿Cómo hace sus trámites? ¿Cómo se identifica?

Es que, no sé, “Yo” soy “Yo”.

Y... ¿Quién es ese “Yo” del cual usted me habla?

¡Este! Apuntando su cuerpo y mente...

Pero, eso un día va a perecer... ¿cierto?

¿Tan limitado es su “Yo”? ¿Tan poco alcance tiene?

Disculpe Señor, me tiene hartado enredado; para ser sincero,

Más que confundido; “la gracia” y “el Yo”, no entiendo,

Disculpe Señor, no fue mi intención invitarlo,

A descubrir su verdadera naturaleza....

A conocer en profundidad su “Yo”

En fin...

Tome Don Jorge, su trámite esta Ok...

Buenas Tardes... ¡Que Dios lo acompañe!



**Aburrimiento, flor de enseñanza...**

Tengo que hacer algo ¡ya!,  
Inquietud, picazón y tensión,  
Ocultando ansiedad y frustración.  
Algo me falta ¡No sé que es! Pero algo falta.  
Una nueva búsqueda se ha iniciado,  
Respuesta homeopática a lo que siento.  
Un nuevo escape, huida cinematográfica,  
El mismo personaje, similar telón,  
Detrás de todo, sutil aburrimiento.  
¿Te aburre estar contigo mismo?  
¿Te aburre estar en silencio contigo mismo?  
¡Paradójico!  
Aburrido de estar con lo único que realmente tienes,  
¡Tú! Ojalá se enseñe a estar con uno,  
A confiar ciegamente en el silencio,  
O digamos, la presencia de Dios, Siendo veedor,  
De pensamientos, percepciones, sensaciones y sentimientos,  
También de Intuiciones.  
¿Por qué me estoy resistiendo a lo que es?  
Desechando el arte,  
La belleza, lo estético,  
Lo simple de la vida.  
Prefieres nadar en mares de culpas,  
Y en tortas de odiosidad.  
¡Permite lo que es!  
Sintiendo en profundidad, la emoción detrás del pensamiento.

**I started...**

Si uno comienza,  
Es fácil empezar,  
Útil alcanzar,  
Accesible celebrar.  
Si uno comienza,  
Sabes sentir,  
Observar vivir,  
Aceptas estar.  
Si uno comienza,  
Ardiendo arderás,  
Corriendo correrás,  
Eludiendo escaparás.  
Si uno comienza,  
No existe final,  
Tampoco lugar,  
Obviamente sitio.  
Algo despierta....  
Llamado pasión,  
Alarmas de amor, Sonetos del sol...

Dimensión Invisible

No me atrevo,  
Puedo perder algo,  
O deshacerme de un apego,  
O reconocer una resistencia,  
O rendirme a la humildad.  
No me atrevo,  
Podría sentir una emoción,  
Recorrer una sensación,  
Atravesar un sentimiento,  
Rendirme y someterme...  
No me atrevo,  
No soy capaz,  
No lo merezco, ¡Nunca podré!  
Creencias entre luz y sombras,  
¡Se consciente de ellas!  
Investígalas tal como Curie o Planck,  
Obsérvalas en profundidad.  
No me atrevo,  
Crear, improvisar o ser natural,  
Sin condiciones, esquemas o posturas,  
Cantar, jugar y reír,  
Amar, sentir y seguir amando.  
No me atrevo,  
De una vez por todas,  
A no atreverme más.  
Camino de libertad,  
A la sabiduría interior, a la conciencia de unidad.

**Libre Albedrío = Decisión**

Pega hondo en lo moral,  
También en lo ético y lo suntuoso,  
Inclusive en lo esotérico y teológico,  
Y más aún, en lo tántrico y espumoso.  
¡Qué majamama de ideas!  
¡Qué alboroto de pensamientos!  
¡Qué estruendo pecaminoso!  
¡Qué absurdo codicioso!  
Posicionamientos que creen ser verdad...  
Creencias que ostentan ser verdad...  
Juicios que adoran ser verdad...  
Razones que pregonan ser verdad...  
La verdad nace de la mentira,  
Y la mentira de la verdad,  
¿Cómo iba a ser diferente?  
Si la vida crece de la muerte,  
Y la muerte de la vida.  
El equilibrio justo,  
Decisión y punto...

Kali-iuga

Campos celestiales,  
Infusión al corazón,  
Fugaz irrupción,  
De vibrante concepción.  
Hay una temible tranquilidad,  
Intuición o premonición,  
Mentalismo o adivinación,  
Pronóstico o estimación.  
Hay una asombrosa ansiedad,  
Pasado o ayer,  
Recuerdo o réquiem,  
Remembranza o pastel.  
Todo es ilusión,  
En el seno de Kali,  
Ardiente mujer,  
Excitante placer.  
Existe un lugar,  
Sin tiempo,  
Curvas,  
Ondas,  
¡Sin nada!  
¡Con todo!  
Radiante combinación,  
De vibrante existir,  
De suave inhalación,  
Y ardiente exhalación.  
Hoy encuentras su nombre,  
Dentro de ti,

Dentro de él,  
Dentro de todo lo que es...  
Unidad...

**A todos nos toca amar...**

Estuve profundamente enamorado,  
Y temiblemente angustiado,  
Asustado, inquieto, rabioso,  
Confundido, enredado, posesivo.  
Estuve profundamente enamorado,  
Esperanzando, tal como un niño,  
Con ganas de vivir eternamente en ese lugar,  
Llamado, sencillamente...  
¡Amor!  
¡Sufrí mucho!  
Colapse...  
Doctores, pastillas, rencores...  
Pánico, soledad y tinieblas...  
No había nadie salvo el silencio del Edén,  
Una serpiente, un círculo y una fórmula,  
Una luz distante, pero real.  
Entendí, leí y realicé...  
Que no había mucho que entender,  
Que a veces conocer es limitarse,  
Que a veces entender es enredarse,  
Que a veces leer es intimidante.  
Sentí el dolor,  
Sentí el pánico,  
Sentí la muerte,  
Desafiando al Tao,  
Alquímico, mágico e inmortal.  
El amor es eterno,  
Colectivo y universal,

Sin palabras ni muecas,  
En estrella sideral.  
Si es que vuelvo a verte,  
Te abrazaré profundamente,  
Amor, estima y pasión,  
Sanando utilización,  
Curando con perdón,  
¡Gracias!



**Creatividad**

Cuando emerge la creatividad,  
Aparece cierta imperiosidad,  
Gotas de sensibilidad,  
Rostros de irritabilidad.  
Cuando despierta la creatividad,  
Aceptas la maldad,  
Compartes la caridad,  
Experiencias la bondad.  
.Cuando cultivas la creatividad,  
Amas la fraternidad  
Reconoces la igualdad,  
Te adentras en la profundidad.  
Cuando aplicas la creatividad,  
Conectas con la divinidad,  
Enseñas la amabilidad,  
Olvidas la fealdad.  
Cuando conectas la creatividad,  
Borras la necesidad,  
Disfrutas la curiosidad,  
Integras a unidad, utilizas la espontaneidad...

Adolescencia

Temor a la locura,  
Acompaño la infancia, adolescencia y parte de la adultez,  
Nunca fue material como un objeto,  
Sino algo inmaterial, un pensamiento, una sensación.  
Similar a un disfraz,  
Cansador, tenebroso y rabioso,  
Cual oposición,  
A la creatividad, inspiración, en fin ¡A lo que es!  
¿De dónde viene todo ello?  
Sentimiento de anticipación,  
Escape, evasión, huida,  
De la silente sensación de presencia,  
De un lugar sagrado,  
Del aroma del “Yo”.  
Es una energía,  
Que necesita profunda comprensión,  
Acogimiento, cobijo, descanso,  
Alguien dispuesto a escuchar su dolor,  
Con ninguna intención adicional,  
Solo escuchar...  
Dicen que escuchando,  
Aprendes más que conociendo,  
¡Escúchate a ti mismo!  
¡Por favor! ¡Escucha la vida!

Causeo de Ideas

Pareciera ser que la tranquilidad no está en todos los lugares,  
Siendo la tierra un lugar uniforme,  
Presiento diferencias.  
Una construcción mental, un conflicto, una resistencia...  
¡No puedes existir diferencias!  
Salvo en tu mente programada,  
Ya que eso es la mente...un programa,  
Causa/efecto...esto/aquello.  
¡No pueden existir diferencias!  
Salvo que crees en el miedo,  
Y has regalado tu trono a la inseguridad...  
¡Mejor compártelo! ¡Sé un espacio para todo ello!  
¡Aquiétate! Que aparezca lo que tenga que aparecer,  
Acaso, ¿Crees tener el control?  
Sé como la tierra que permite que el río avance,  
A veces muy quieto, a veces torrentoso.  
La naturaleza de la existencia es el cambio,  
Obsérvalo con detención, con tierno amor.  
Fuiste creado a la imagen y semejanza de Dios  
Y ese Dios, es tu planeta, tu tierra, tu hogar...  
¿Dónde más va a estar Dios? ¡Feroz y Radiante!  
Compasivo, dulce, equilibrado.  
No hay nada negativo y positivo,  
Sólo la existencia,  
Exactamente ese lugar,  
Dónde estás respirando,  
¡Gracias por sentirlo!

**Sonido de Armónica**

¿Qué es la armonía?

Estar tranquilo de dinero...

Que todo esté tal como anhelas...

Sentir tu cuerpo relajado y tranquilo...

Mantener pocos pensamientos en la mente...

Hacer siempre lo que te ha gustado...

Disfrutar de relaciones interesantes...

Interactuar, jugar, tocar,

O juzgar y reclamar...

Cada estrella, planeta y universo,

Decide lo que es armonía para él/ella,

De tal manera, parte de nuestra responsabilidad,

Antes de nada,

O después de todo,

Es definir ¿Qué es la armonía para ti?

La Luna en el Taró

Un largo puente aparece en el firmamento...  
Un vibrante cielo,  
Un silente viento,  
Y un cálido aroma a jazmín,  
Acompañan a un cuerpo dudoso.  
Mirando alrededor,  
Percato que no hay nadie,  
Que estoy completa y totalmente solo,  
Ni siquiera mi madre y su amplio vientre,  
Están para cobijarme.  
Parece que esto es la vida,  
Ansiedad, entusiasmo y temor,  
Atravesando un cuerpo y una mente vacilante,  
Atesorados en una inestable respiración.  
Desde un lugar sombrío,  
Aparece cierta convicción,  
Una extraña energía que entrega cierta consistencia,  
A un ser temeroso durante encarnaciones.  
¿De dónde vienes sagrada energía?  
No tiene sustancia objetiva,  
Ni materia gustativa,  
Una emoción oculta, como el truco del ilusionista,  
Un extraño sonido, como el tono del percusionista.  
Algo no comprendo y necesito cruzar,  
Ya que es tarde y la noche aparece con fiereza,  
Así también, la completa magia de la naturaleza.  
El temor se incrementa,  
Mis sentidos no comprenden,

La mente y sus memorias no me sirven de mucho,  
¡Cómo es eso!  
Siempre escuche que era sostén de abolengo y elite...  
Pero sólo, en compañía de mi mismo, solo responde “No sé”  
¡Y si la mente no sabe! ¿Quién sabe?  
El instructor se acaba de retirar,  
Estoy solo y en silencio,  
Con terror fantasmal,  
Con instinto animal.  
Estoy en profundo silencio,  
Aferrado a la respiración,  
A la mejor enseñanza de lo que es Dios,  
A lo que otorga el gran Don.  
No necesito muchos conceptos,  
Sino conocer la sensación de Ser,  
La misma que comparto con todo,  
La misma que demando del todo.  
¡El miedo puede existir!  
Pero no necesito invitarlo, ya que es un hábito mental,  
Anclado en el poder personal.  
Necesito moverme, aunque no estoy seguro de lograrlo,  
Ya que me cuesta pensar,  
Y elaborar un argumento mental,  
O competencia personal.  
¡Dios mío que se haga tu voluntad!  
Soy parte de ti y tú de mí,  
Te entrego la vida y guíame como la Brujula de Sparrow,  
Ya que me di cuenta,

Que mi vida, en definitiva,  
Te pertenece con totalidad.  
Descubrí que sólo te tengo a ti,  
Y a todos los personajes de esta película,  
Si puedo atravesar...  
Si puedo experimentar...  
Si puedo sonreír...  
Y aprendí, que si puedo vivir...  
Pase lo que pase estoy en tu consciencia,  
Y tú en la mía,  
¡Gracias por el miedo!  
Gracias por pensar que podría morir...  
Gracias por creer que estaba solo...  
Gracias por enseñarme la palabra ¡Gracias!

**Feeling, Love y Devotion...**

Cada extraña sensación,  
Por muy expansiva que resulte,  
Te conduce a un lugar muy intuitivo de tu ser.  
Cada energía de la conciencia,  
Eso llamado “Pensamiento”,  
Te conduce a un lugar muy creativo de tu ser.  
Cada misteriosa percepción,  
Por muy lejana que parezca,  
Te conduce al lugar más silencioso de la existencia.  
Cada fulgurante sentimiento,  
Por feliz o triste que resulte,  
Te conduce a la interacción misma,  
A eso llamado “Empatía”.  
Cada mirada que aprecias,  
Independiente de su contexto o forma,  
Te conduce a ese lugar tan íntimo,  
Conocido como “Dios”.



### Reflexiones al cierre

¿Qué es Dios? ¿Cómo es Dios? ¿Qué hace Dios? ¿Dónde está Dios? ¿Que piensa Dios? ¿Cómo Dios se creó toda la existencia?, son quizás los principales cuestionamientos de todo “buscador” independiente de su fin científico o espiritual. Esa energía que mantiene todo en apacible movimiento, ha intentada ser explicada en un sinnúmero de formas, dando lugar a un infinito número de creencias, sistemas, técnicas y paradigmas; todo, para estar sencillamente más cerca de él. Así también, bajo la etiqueta de “lucha religiosa” han acaecido importantes matanzas en la humanidad, todo por diferir de una hipotética “única gran verdad” ¿Acaso Dios está sólo cuando acudimos al templo, cuando practicamos una oración o realizamos alguna obra de bien en su nombre? ¿Acaso Dios está sólo cuando practicamos meditación, yoga o estudiamos las sagradas escrituras? Si lo único, que sabemos a ciencia cierta, es que Dios es una energía (Prana o Chi) y no un concepto, porque tanta infiltración de racionalidad en la búsqueda del espíritu que conecta todo lo que es. ¿Si nunca te hubieran mencionado la palabra “Dios” creerías en él o en expresiones como alma o ser? Posiblemente no, seguramente tal como nuestros ancestros identificaríamos a Dios con sus acciones; tales como erupciones volcánicas, tormentas con sus espectaculares juegos de rayos y truenos o los temidos movimientos telúricos. Lo anterior, nos generó una distancia con la divinidad ante su poder y, en consecuencia, temor por nuestra existencia. ¡Con sólo mover un dedo Dios puede arrasar con todo lo que hemos edificado! es una creencia muy anclada en el silente inconsciente de la humanidad.

¿Cuál es la razón de querer estar cerca de Dios? Para asegurar mi tranquilidad, para evitar que algo pueda pasarnos, para llegar tranquilo al cielo, para evitar conocer al hombre de cola y tridente...en fin, hay miles de motivos. Esta búsqueda que ha identificado al “buscador espiritual” durante siglos está inmersa en un mar de conjeturas, ideas, paradojas con ciertas enseñanzas y técnicas más abstractas o complejas que simples y digeribles. La

mente intuitiva ha quedado algo desplazada. Si no te hubieran enseñado nada acerca de Dios - absolutamente nada - si no existiera un libro que te hubiera dictado enseñanzas acerca de Dios ¿Dónde lo encontrarías? A modo de opinión y centrandó está breve indagación; creo que además de los bellos parajes, lo excelso de la flora y fauna, el arte, la música; la divinidad está detrás de cada persona a la cual miramos, detrás del brillo de sus ojos, detrás de su alegría o dolor, detrás de su frustración o felicidad, detrás de su impotencia o entusiasmo, detrás de su rabia o propósito, detrás de su orgullo o generosidad, detrás de su timidez o pasión. Ahí está Dios, mirándonos día a día en sus diferentes expresiones y formas. No necesitas entender mucho, básicamente acoger, colaborar y escuchar. Lo que hagas o no hagas, es parte de tu gran don regalado – el libre albedrío/tu capacidad de decisión. En resumen, la invitación es tomar consciencia que Dios, está más cerca de lo que sientes, que de lo que piensas.

## **Historia del autor**

Me crié en el seno de una familia clase media, trabajadores del sistema público del Estado chileno. Si bien, el dinero no empapelaba las murallas, tuve la posibilidad de estudiar en un colegio particular, disfrutar de buenas vacaciones y mantener una situación tranquila en el aspecto material. Como gran parte de los niños de mi edad, después del colegio pasábamos mucho tiempo jugando en la calle, patiperreando por distintos lugares o practicando algún deporte. Naturalmente, los padres llegaban bien tarde por la noche y yo, más bien, mantenía una relación de “orden y forma” en términos de actitudes, calificaciones y comportamiento.

Nunca lo comenté por temor a la descalificación o derechamente a no ser tomado en cuenta, pero desde pequeño viví con enormes sensaciones de miedo y terror, tanto por lo que provocaba la vida o por situaciones (si pudiera llamarse de esa forma) del entorno. Sinceramente, creo que haber mantenido un gran grupo de amigos y muchas actividades, me permitió obviar estas sensaciones o dejarlas durmiendo en algún lugar errante de la psique.

En torno a los 14 años, se comenzó a manifestar todo un esquema de ataques de autoestima, aceptación e inseguridades que repercutieron en una notoria acné, continuos problemas intestinales, ciertas alergias, temores a hablar en público, entre otros.

El deporte y participar en grupos como los scouts, fue una excelente vía de escape a esta ola de sensaciones que aparecían. No obstante, a eso de los 17 años, comenzó en mí un nuevo interés gracias a un nuevo grupo de amistades; alcohol, fiestas, distracciones varias...

En el primer año de Ingeniería Comercial, todo ese cúmulo de emociones, experiencias, sentimientos y vivencias comenzaron a generar una especie de ansiedad, angustia y sensaciones que algo negativo podía ocurrir en el próximo segundo de mi vida. Creo que, derechamente, cierta depresión comenzó a empoderarse de mi totalidad; sin embargo, descubrí que nuevos excesos me provocaban la sensación de armonía y tranquilidad que siempre anhelé. Sinceramente, la desesperación era algo diario y explotaba en súbitas crisis de pánico, que no tardaron en sentarme ante la palestra de especialistas de las ciencias mentales. Obviamente, comenzó la ingesta de químicos, sin ningún examen fisiológico previo, para disminuir las sensaciones que imperaban en el cuerpo.

Una vez egresado de la carrera de Economía y después de una pasantía por Francia (Bachillerato), de la cual cultivo poquísimos recuerdos, ingresé a eso de los 22 años al mundo laboral bancario. Por suerte, tuve siempre al apoyo de los mayores para comenzar a desenvolverme en el mundo profesional, no dejando de lado mis aficiones por la bebida y las pastillas para calmar los estados de tensión y temores que aparecían como ladrones de mi espíritu.

A eso de los 26 años, me desplazé a otra Institución trabajando en el área comercial, donde alcance a ejercer a los 30 años de edad, el cargo de Gerente Comercial (s). Si bien, el ascenso laboral significaba bastante en términos de imagen personal y acceso a ciertas oportunidades, en mi interior estaba cada vez más metido en un hoyo, ya que los medicamentos no surtían efecto.

Ante todo esto, opté por renunciar a la profesión y buscar nuevas alternativas, ya que los disturbios en mi ser espiritual, físico y mental ya comenzaban a ser notorios. Invertí junto a mi pareja en un supermercado, el cual al cabo de un año lo vendimos, y en común acuerdo, decidimos retirarnos a vivir cerca de la Cordillera. Ahí, tomé la decisión de alejarme paulatinamente de toda sustancia que fuera nociva para mí. No tuve la convicción de alejarme en un cien por ciento en un comienzo, ya que los ataques de angustia, pánico y sensaciones de muerte seguían apareciendo y

no tenía el coraje para atravesar por sí solo este sendero. Con el apoyo de mi pareja, la práctica de la meditación, ciertos ejercicios, reevaluación de actitudes y trabajos en la naturaleza, lentamente comencé a avanzar en la integración de todo este caudal emocional. No tuve apoyo de especialistas o similares, sino consejos y orientaciones de maestros del espíritu que me regalaban ciertas señales hacia donde marchar. No fue fácil, ya que se despertaron nuevas aflicciones, fantasmas y oscuridades que me hicieron tambalear varias veces o, derechamente, me botaron en una noche bastante oscura.

Por consejo de un amigo, llegamos a la televisión a mostrar un nuevo interés que habíamos cultivado en búsqueda de la propia sanación asociado al trabajo energético y, especialmente, al potencial psíquico de cada ser humano. Me entusiasmaron conceptos como el karma, el desarrollo humano, las vidas anteriores, la conexión con el cosmos, etc...Creo que fue un buen tónico para reencontrarse con el interés por la vida.

A contar de ello, tuvimos la suerte de aparecer en diversos medios de comunicación, sin embargo, el dolor y el sufrimiento seguían aún ahí. Tuve la opción de tapar todo este hoyo con cierta auto-importancia, pero hubiera sido el gran engaño de mi vida, creando una nueva máscara o un nuevo disfraz. Siendo muy realista conmigo mismo, me había dado cuenta de que ciertas prácticas espirituales me provocaban paz y tranquilidad, pero la angustia seguía ahí; silenciosa pero viva. En ese momento, la frustración, la soledad y el no saber qué hacer se apoderaron completamente de mí y todo comenzó a caerse de una manera implacable. Obviamente, pensé lo peor para mí en completa soledad del ser, pero comencé escucharme a mí mismo, a ser compasivo y empático primeramente con mi ser y, desde ahí, comenzar a compartir y edificar lo que más disfruto y me gusta con la vida.

En este recorrido, ciertas noches de terror embriagaron totalmente mi existencia hasta el punto del desencanto completo

con todo lo que es, pero descubrí que la fe es muy superior o, más bien, importante que las creencias. Confiar, expresar y sentir se convirtieron en parte de mi esencia, parte de “algo nuevo”, raíz de lo que me gusta hacer. Entregarse y dejar ir ciertos estados, son parte de los recordatorios que habitualmente llevo en mis entrañas. Todo en el camino de la aceptación de lo que es, como perfección de la vida cotidiana.