

EL PRESENTE

TODA NUESTRA VIDA SE RIGE EN EL TIEMPO Y ESPACIO, COMO SI FUESEN NUESTROS GOBERNADORES O VALORES QUE DESDE PEQUEÑOS HEMOS IDO ASUMIENDO SIN CUESTIONARNOS ¿POR QUE?

SIN EMBARGO LA VIDA TIENE UN PRINCIPIO Y UN FINAL EN NUESTRA MENTE, CONDICIONAMIENTOS QUE DESDE PEQUEÑOS NOS INCULCAN Y NOS INDUCEN A ACTUAR VIVIENDO LA MAYOR PARTE DE NUESTRO TIEMPO EN EL PASADO CON LOS ERRORES O BUENOS RECUERDOS NOSTÁLGICOS Y EN EL FUTURO IMPREVISIBLE AL CUAL POR DESCONOCIMIENTO LE TENEMOS RESPECTO.

NADIE RECUERDA CUANDO COMENZO Y TAMPOCO SABEMOS CUANDO TERMINARA, SIN EMBARGO SI SABEMOS QUE AL DIA DE HOY ESTAMOS PRESENTES, EN ESTE PRECISO INSTANTE PODEMOS RESPIRAR, CAMINAR, COMER Y POR SUPUESTO AMAR.

SI TODOS SABEMOS QUE EXISTE EN LA MATERIA UN PRINCIPIO Y UN FIN, POR QUE NO VIVIR EL PRESENTE PARA TOMARLO TAL Y COMO ES Y ASÍ VIVIR LA VIDA PLENAMENTE

MUCHOS DE NOSOTROS PRACTICAMOS MEDITACIÓN, YOGA, REIKI Y OTRAS TÉCNICAS QUE NOS AYUDAN A UNA TOMA DE CONCIENCIA MAS REAL, Y ¿QUE ES LO REAL? MUCHOS DE NOSOTROS CON DICHAS TÉCNICAS LO QUE REALIZAMOS EN LA PRACTICA ES EVADIRNOS DE NUESTRA PROPIA REALIDAD, SIGUIENDO A UN MAESTRO, Y EN ALGUNOS CASOS DEPENDIENDO DE EL, SEGUIMOS SIN VIVIR EL PRESENTE.

EL PRESENTE ES AQUELLO QUE SUCEDE EN ESE PRECISO MOMENTO, COMO LA RESPIRACIÓN, COMO LAS GANAS DE IR AL BAÑO, COMO LA EMFERMEDAD CUANDO REQUIERE DE NUESTRA ATENCIÓN, SON INSTANTES QUE HACEN EL MOMENTO MUY PRESENTE, LA VIDA SE VIVE DE INSTANTE EN INSTANTE, EL EXCLUIRSE DE LO QUE SUCEDE NO ES PRECISAMENTE VIVIR, EL EVADIRSE DE LO QUE UNO REALMENTE ES, NO ES VIVIR LA VIDA EN EL PRESENTE.

EL TOMAR AQUELLO QUE SE NOS PRESENTA SIN PONERLE REPAROS ES VIVIR PLENAMENTE LO QUE ESTA POR SUCEDERNOS, PARA QUE CAMBIAR DE LUGAR O MOMENTO, SI LO SUCEDIDO ES LO REAL.

ALGUNOS DICEN, QUE LA REALIDAD TE LA FABRICAS TU MISMO CON TU PROPIO PENSAMIENTO, MI OPINIÓN ES QUE TU SI PUEDES MANIPULAR TU PROPIA REALIDAD PARA NO VIVIR EL PRESENTE Y VIVIR EN TU IMAGINACIÓN ATRAVES DE TUS DIFERENTES ORGANOS DE PERCEPCIÓN.

VIVIR EN EL PRESENTE ES VIVIR EN EL ADULTO, VIVIR EN LAS QUEJAS, REPROCHES, CHANTAJES Y RABIETAS ES VIVIR EN LA NIÑEZ; VIVIR EN EL EGOCENTRISMO, EN LOS VALORES IMPUESTOS, EN LO INDISCUTIBLE, EN EL MAÑANA, ES VIVIR EN EL PATERNALISMO.

NO TENEMOS NECESIDAD DE VIVIR COMO NIÑOS NI COMO PADRES DEL MUNDO O LA HUMANIDAD, SI DEBEMOS VIVIR COMO ADULTOS EL PRESENTE, PUES LOS NIÑOS SUFRIRAN Y LLORARAN, LOS PAPIS CRITICARAN Y LUCHARAN HASTA LA MUERTE Y NADIE VIVIO LO SUCEDIDO, NADIE CRECIO EN EL PRESENTE; SEAMOS ADULTOS, VIVAMOS EL PRESENTE CON TODO LO QUE TENEMOS Y NO CON LO QUE NO TENEMOS, SOLTEMOS AQUELLO QUE NO ES NUESTRO Y TOMEMOS LO QUE REALMENTE NOS PERTENECE: LA VIDA.

UNO PUEDE VIVIR EL PRESENTE SIN NADA DE NADA Ó PUEDE NO VIVIR LA VIDA POSEYÉNDOLO TODO, TODO AQUELLO QUE AL FIN Y AL CABO NO NOS PERTENECE; LA VIDA EN EL PRESENTE ES NUESTRA MEJOR ESCUELA, EN EL AMOR ES EL MOMENTO MAS INTENSO, LOGROS Y PERDIDAS SON LAS DOS CARAS DE LAMISMA MONEDA, EL PRESENTE.

EL PASADO YA SE FUE, EL FUTURO AUN NO LLEGO, EL PRESENTE ESTA AQUÍ, AQUÍ Y AHORA.

NAMASTE

MIGUEL ANXO MARTINEZ LOPEZ

CASA DHARMA GAIA