

Boletín de dudas

U universidaddevida.online
Daniel Gabarró - Sergi Pérez

Universidad de Vida

BOLETÍN DE DUDAS RESUELTAS

Boletín 138

[5 de febrero 2021]

ÍNDICE

Utilidad del boletín	3
Sobre la paciencia	4
Sobre el Trabajo y la situación actual	6
Un cuento	9



Utilidad del boletín

Cada semana, enviamos un boletín de dudas resuelto con las preguntas que llegan al mail udv@danielgabarro.com.

No dudes a enviar tus dudas: estamos aquí para serte útil. ¿De acuerdo?

Todos los boletines se cuelgan en el “**Área del Alumnado**” de Universidad de Vida que encontrarás en www.DanielGabarro.com, en autoconocimiento. Se cuelga junto con el resumen de la sesión, el vídeo y el audio de la misma.

Así siempre lo tienes todo disponible y agrupado en un único sitio.

Si eres nueva o nuevo en Universidad de Vida, sigue las clases semanales y deja todo lo que ya se impartió para momentos puntuales. Hay mucho material y el peligro es indigestarse.

Paso a paso.



Sobre la paciencia

Buenos días Daniel,

Buenos días (hoy me toca a mí contestar el boletín - Sergi)

Escuchando lo que decían mis compañeros, me he dado cuenta que he avanzado en el trabajo interior, pues me identifico con mucho de lo que dicen.

Es una de las ventajas de un espacio de crecimiento como Universidad de Vida. Somos una comunidad remando en la misma dirección, y compartiendo las experiencias del viaje.

Avanzamos juntos, y eso, a mi modo de ver, tiene mucha más fuerza que el avance en solitario.

Las cosas me importan cada vez menos, dejo que la vida siga su curso y yo fluyo con ella intentando no presionar,

Como decía Daniel, eso es un muy buen síntoma. ¡Bienvenido/a a la secta del rábano!

He cruzado muchos puentes, y aún me quedan muchos por cruzar, pero cada vez disfruto más del camino, porque ahora veo el valor de las cosas sencillas.

Otro muy buen indicador: disfrutar del camino aunque no le veamos el final.

Denota enraizamiento en la presencia y el instante presente.

Me he reconciliado con Dios y con la vida y dejo que guíen mis pasos.

La fe bien entendida.

Todo lo que sucede en mi vida tiene un sentido. Muchas veces no veo cual es, pero intuyo que está. Y dejo fluir...

Al tener más comprensión, me he dado cuenta que mi pareja siempre estuvo a mi lado sin exigirme nada, pero yo no lo veía, ahora lo he comprendido y he visto claramente, aquello que antes veía también y valoraba, pero como había cosas que a mí no me gustaban, no lo aceptaba.

Otro buen síntoma: vemos donde antes no veíamos. Y vemos a algunas personas con unas nuevas gafas, o mejor aún, ¡sin gafas!

Y entonces vemos sabiduría donde antes no la veíamos, vemos amor donde antes no lo veíamos, vemos comprensión donde antes no la veíamos...

Y eso significa que nosotros también hemos adquirido sabiduría, amor, comprensión..., de otro modo no podríamos reconocerlas en los demás.

Al poco de empezar con el trabajo interior llegó a mis manos un dibujo que ponía esta frase..

LA PACIENCIA ES LA LLAVE QUE ABRE TODAS LAS PUERTAS.

Y supe... QUE eso era para mí, lo supe y entrenándome en ello estoy.

Desde mi perspectiva, la paciencia es la consecuencia de adquirir sabiduría y comprensión.

Por lo tanto, no hay que procurar desarrollar la paciencia, la paciencia llegará con el desarrollo del Ser.

El esfuerzo útil es el que aumenta nuestra consciencia en la vida cotidiana: autoobservación, presencia, meditación, reflexión, el trabajo con las imágenes arquetípicas, etc. Todo eso hace que, poco a poco, me vaya recordando y reconociendo en el Ser que soy.

Es entonces cuando aparece la comprensión y la sabiduría y todos los hermosos frutos que vienen detrás, entre ellos, la paciencia.

Para mí, la paciencia es la suma de adquirir paz (suficiente comprensión para dejar de ver el conflicto con la vida y suficiente presencia

como para fundirse con el instante y no dar más valor a lo que vendrá) y ciencia (suficiente sabiduría como para saber que todo sigue su curso, que todo tiene un sentido, que hay un tiempo para cada cosa,...)

Versillos

Me veo cada día, practicando con fuerza y pasión, mi coach la vida y Dios es mi amor...

Cuanto más práctico, más conecto con mí esencia y mi ser se llena de amor, gratitud, compasión y paciencia...

¡Eso es! La práctica del Trabajo me conecta con lo que Soy y todo lo demás va llegando a mí,..., y me va llenando.

Gracias Universidad de Vida por tanta entrega y constancia, para que vuestros alumnos consigan, iluminarse con la práctica. Muchísimas gracias y un abrazo para todos 😊😊

Gracias a ti por compartir con nosotros tus vivencias interiores.

Un abrazo.



Sobre el Trabajo y la situación actual

Hola, en septiembre del año pasado me matriculé, vengo de hacer el curso de 4 años en el Centre de Vic.

Entonces creo que tienes una muy buena base para asimilar con suficiencia los contenidos de Universidad de Vida.

El curso de Aula Interior de Daniel también es una fenomenal preparación para seguir sin problemas las sesiones de UdV.

Voy trabajando poco a poco, a paso de tortuga, hay momentos que te da la impresión que estás encallada, pero no es así, vas avanzan-

do.

En una ocasión, alguien me dijo que en este Trabajo, cuando crees que no avanzas es cuando más estás avanzando, y que cuando crees que avanzas mucho, es cuando menos avanzas.

Con el tiempo he comprendido lo que esto significa. El avance en el Trabajo no es en línea recta, es en espiral. Combina etapas de florecimiento de nuevas y profundas comprensiones con etapas de crisis en las que se están digiriendo muchas cosas.

Sin embargo, en ambas estamos creciendo y avanzando, aunque las sensaciones en las etapas de crisis puedan confundirnos y parecer que estamos retrocediendo. Pero no es verdad, si el Trabajo es profundo jamás retrocedemos.

Todo el mundo está pasando esta pandemia y, de un modo u otro, a todos nos afecta.

Cierto, es un evento global.

Ahora bien, no todo el mundo lo vivirá del mismo modo. Sin duda, la mejor forma de vivir esta situación es estando en el Trabajo.

Sin el Trabajo, es una situación que viene para complicarnos la vida. Con el Trabajo, es una situación de la cual podemos extraer mucha comprensión y auto-conocimiento.

Trabajo de enfermera, en primera línea, es duro, y me siento desgastada y sobresaturada, y a pesar de ello tengo fuerza y me siento valiente, y doy las gracias a los 4 años con Sergi y Jordi y ahora con Universidad de Vida por el acompañamiento.

Sí, cuando nos acordamos de como vivíamos (psicológicamente hablando) antes de empezar con el Trabajo y nos imaginamos como estaríamos viviendo situaciones actuales sin nuestro recorrido interior comprendemos la transcendencia del Trabajo para nuestras vidas.

Sabemos que sin él las viviríamos con mayor sufrimiento.

Me da la impresión que sin el trabajo de desidentificación, la autoobservación el recuerdo de sí, etc. no sé si llevaría bien la situación. Estoy muy tranquila y no tengo miedo.

No hay mejor indicador que ese.

Tengo que trabajar muchas cosas que me sacan de quicio, como la lógica o no lógica forma de funcionar de nuestros superiores (sanitarios), quieren que salgan higos de un cerezo. Esto es lo que llevo peor, piden y piden desde un despacho, desde una nube, están orbitando en otro planeta y ello provoca desgaste y me cuesta aceptar esta situación.

Bueno, supongo que todo el mundo hace lo que puede, de la mejor forma que sabe. Nadie se había encontrado nunca en una situación parecida. No hay referencias, y por lo tanto, tampoco existen modelos de actuación fiables.

En todo caso, lo interesante del Trabajo es que te invita a que dejes de señalar a los demás como los responsables de tu sufrimiento y te incluyas en la ecuación.

Es decir, alguien que está en el Trabajo no pierde mucho tiempo preguntándose por qué narices los demás están haciendo tal o cual cosa, sino que empieza a preguntarse a qué se debe que yo reaccione de la forma en qué lo hago.

Es un cambio de paradigma brutal. El centro ahora eres tú. Tu vida pasa en tu interior y en ningún otro sitio. Y ahí es donde apuntamos.

Bien, quería decir que creo que sí estamos avanzando en el trabajo interior y deseo continuar profundizando.

Eso, eso, todos a seguir profundizando. ¡Allá vamos!

Muchas gracias.

Gracias a ti.



Un cuento

Hola Sergi,

Muy buenas.

La verdad es que, después del bloque anterior, tras ver donde estoy en el camino del trabajo, aunque esté más "retrasado" de lo que pensaba en algunas cosas y más "adelantado" en otras, contra todo pronóstico ha hecho que coja el trabajo con una energía, determinación y motivación renovadas. También que recoja repentinamente algunos frutos del trabajo anterior que parecía en cierto modo estéril... interesante ..;)..

Esto que cuentas es muy habitual en el camino interior. Creemos que entendemos unas cosas y que otras no las entendemos y, de repente, ¡chas! cambia completamente tu perspectiva.

El camino interior es un camino en el cual, como decía Luis Eduardo Aute, la mente no puede tomar asiento.

Prepárate para reformular una y otra vez tus puntos de vista. La flexibilidad es uno de los valores del Ser.

Completamente de acuerdo con tu recomendación de Vaiana, la vi hace un tiempo y la verdad es que me impactó bastante. Describe muy bien el tema de la búsqueda de la identidad propia real (la esencia), y como muchas veces los monstruos no son lo que

parecen.

Sí, esto es lo que más me gustó de la película. Como de repente, dejas de ver al monstruo como el malo de la película y te das cuenta que tan solo tenía la apariencia de un monstruo porque había perdido su centro.

Sin embargo, el monstruo no existía como tal. No hay oscuridad, hay solo grados de luz. Al igual que el mal no existe, solo grados de Amor.

Y sí, la banda sonora es genial. De hecho en su momento busqué las canciones que más me motivaron

Yo las tengo en mi lista de Spotify, jajaja

y las he reencontrado y os paso los enlaces de youtube a los clips ya que me parecen muy inspiradores, aunque sin haber visto la película completa seguramente le resta potencia. Ahí van:

Qué hay más allá (La llamada de la búsqueda):

<https://youtu.be/Tsl7co5OWtg>

Yo soy Vaiana-La canción de los Ancestros (El "fracaso" con perspectiva puede ser un gran motivador):

<https://youtu.be/540c-MFbA6c>

Un nuevo hogar (Todos somos buscadores)

<https://youtu.be/YzoqIPBbQcs>

Te lo compro. Las que propones me parecen brutales, aunque como dices, sin ver la película no tendrán tanta potencia inspiradora.

Bueno, voy al ajo de la sesión..;)..La verdad es que no me he inventado ahora un cuento nuevo, pero cuando propusiste el ejercicio me vino a la mente un cuento que vengo contando a mi hijo desde hace como un año. Le tengo un especial cariño porque, junto con otros, es una historia inventada entre los dos. Todo empezó con un "Papa explícame un cuento de un dragón" y a partir de ahí empecé con una versión bastante simple y a fuerza de contarle, ver sus caras, donde se reía y qué le motivaba más, fue

convirtiéndose en esta versión que hoy explico. Me ha impactado mucho ver como en la interpretación, sorprendentemente, todo o la gran mayoría encaja en algo más profundo a pesar de su simpleza. La verdad es que he "alucinado" bastante, quizá es cosa mía, pero aunque sea sólo eso al menos para mí ha sido útil. Ojalá lo sea para alguien más.

Creo que es inevitable, cuando alguien está haciendo Trabajo, que en sus historias o cuentos aparezcan símbolos y referencias al crecimiento interior.

A mí me pasa con mis hijos, ahora ya están creciendo y no les explico tantos cuentos, pero cuando les contaba uno nuevo inventado casi cada día, me di cuenta que, inconscientemente, siempre introducía metáforas y referencias al despertar.

Es inevitable. Es lo que estamos viviendo en nuestro interior y eso es lo que expresamos en todas las facetas de la vida.

Cuento

Había una vez un dragón que era amigo de la luna, y cada noche iba a visitarla para jugar durante toda la noche. Pero una tarde cuando se disponía a subir se dio cuenta que cuando movía las alas: "Ayaaayaya..." -Cómo me duelen las alas-decía el dragón.

Lo volvió a intentar pero obtuvo idéntico resultado. Se le ocurrió la idea de ir a preguntarle a su amigo el ratón:

-Oye ratón me duelen las alas y no puedo volar ¿Cómo podría arreglarlo?

-Pues mira-dijo el ratón-tengo un amigo, un murciélago, que una vez le pasó algo parecido. Pregúntale a ver si él puede ayudarte. Mira, vive en ese tronco de ahí.

-Muy bien-iré a preguntar-dijo el dragón.

El dragón picó fuertemente en el tronco:"toc,toc,toc,toc"

-Murciélago ¡¡Oye que tengo que preguntarte una cosa!!

El murciélago apareció enfadado porque estaba durmiendo.

-Qué quieres dragón, no ves que estoy durmiendo? Porqué me molestas?

-Perdona murciélago, pero es que me duelen las alas cuando intento volar y el ratón me ha dicho que una vez te pasó y te curaste ¿Me puedes decir qué hiciste?

-Pues sí-dijo el murciélago malhumorado- ¿Ves esa montaña de ahí? Pues ahí vive un mago y él me curó ¡Adiós, que tengo sueño!

Y con un sonoro portazo se despidió del dragón.

El dragón, se puso en marcha. Era una subida muy dura porque él estaba acostumbrado a ir a los sitios volando pero en este caso no tuvo más remedio que ir subiendo a pie.

En mitad del camino le entró mucha hambre. Suerte que en su mochila llevaba agua y un bocadillo.

Tras mucho andar llegó a la cima y allí vio al mago que estaba curando a un conejo poniéndole una tirita.

-Hombre Dragón-dijo el Mago-¿Qué haces tú por aquí?

-Pues mira-dijo el dragón-que cuando intento volar me pasa esto...ayayayaay.. que me duelen las alas.

-Vaya-comentó el mago-Pues tendremos que hacer una crema. Mira me tienes que dar unas cuantas escamas de tu pecho y yo las mezclaré con agua, unas hierbas que tengo por aquí y agua. Con eso haremos una crema.

El dragón se frotó en el pecho y le dio unas cuantas de sus escamas. El mago las mezcló con sus plantas y agua y metió todo en una olla.

-Vaya-dijo el mago-Resulta que no tengo nada con que prender el fuego...

-NO te preocupes-respondió el dragón-yo con mi aliento te enciendo la leña

El dragón con un bufido puso en llamas la leña.

-Bueno, dragón, tendrás que esperar a que se haga la crema y se enfríe.

Entonces el mago empezó a remover el contenido de la olla sin parar y durante mucho rato, mientras la mezcla hervía. Al cabo de ese tiempo la crema tomó un color blanco y paró el fuego para que dejara de hervir.

Más tarde el mago llamó al dragón para ponerle la crema.

-Muy bien dragón ya tienes puesta la crema por todas las alas y un poco de la espalda, ahora tendrás que dormir toda la noche sin moverte para que la crema de haga efecto.

-Vale-Respondió el dragón.

A la mañana siguiente se despertó el dragón y resulta que ¡las alas se le habían convertido en piedra....!

-Mago, Mago, mira que me ha pasado-Le dijo visiblemente asustado.

-No te preocupes-le tranquilizó-Es normal. Durante todo el día las alas van a estar así y cuando caiga la noche la cáscara de piedra se romperá, dentro están las alas nuevas. Lo único es que tienes que estar caminando todo el día para que las alas se calienten por dentro y crezcan.

-Muy bien Mago-dijo el dragón, así lo haré.

Y así estuvo el dragón caminando todo el día, hasta que llegó el crepúsculo. Con el último rayo de sol, las alas empezaron a resquebrajarse y los trozos cayeron con estrepitosos golpes "¡Pum!¡Crac!¡Crunch!" Entonces el dragón vio sus nuevas alas, eran de un verde clarito, muy suaves. Eran unas alas nuevas, como si fueran de un bebé dragón. Intentó volar y lo consiguió pero todavía le dolían un poco... fue a ver al mago por si acaso.

-Oye Mago, mira ya puedo volar, pero me duelen un poco.

-Claro, es normal, son nuevas y tienen que ejercitarse. Vuela un rato y verás como el dolor desaparece al hacerse más fuertes.

-Muy bien Mago ¡¡Muchas gracias!!

Entonces el dragón emprendió el vuelo hacia la casa de su amiga la luna que ya estaba brillando en el cielo de la noche. Cuando llegó la luna lo recibió sonriente:

-Hola Dragón ¿Dónde has estado? Anoche no viniste a jugar....

-Uy, es que tuve un problema en las alas, pero ahora ya están bien, ¡¡Y no me duelen nada!!

-Qué bien-dijo la luna-¿Quieres que juguemos?

-No-Respondió el dragón-es que estoy muy cansado, he estado todo el día caminando y como estas alas son nuevas se cansan mucho...

¿Puedo dormir en algún sitio?

-Pues sí-dijo la luna-Ahí está mi cama, yo por la noche no la uso, si quieres puedes dormir ahí y mañana ya jugaremos ¿Te parece bien?

-Sí,sí-contestó el dragón.

El dragón se fue a dormir y estaba tan cansado que, tras un gran bostezo, se quedó dormido.

Interpretación

*La luna es femenina y para mí es la esencia.

*Dragón: mezcla de dinosaurio y ser fabuloso, para mí es un ser humano mezcla animal y divinidad que en algún momento hizo la desconexión con la esencia.

*Alas duelen, no puede ir con la luna: desconexión con la esencia, no puede elevarse. Creo que podría interpretarse como la desconexión de la esencia que va ocurriendo durante la infancia a medida que crecemos. El mundo material y de las sensaciones eclipsa al resto. Ese mundo donde está el dragón antes de subir a la montaña, el único sitio donde puede recuperar esa conexión perdida que se le dio sin pedirlo pero ahora que ahora requiere de una acción para recuperarla.

*La pregunta al ratón: La búsqueda inicial para recuperar esa conexión que echamos de menos.

*Murciélago: malhumorado y dormido. Es el ego que no está despierto y es ignorante en sus maneras pero aun así, ayuda.

*La subida a la montaña: La búsqueda personal con la poca o mucha información que tengamos que requiere un esfuerzo al que no estamos acostumbrados.

*El agua y la comida: Los descansos necesarios que podemos necesitar para acceder al conocimiento que luego usaremos para llegar a la conexión.

*El conejo al que curaba el mago: El conocimiento de la cima de la montaña es para todo aquel que suba a ver al Mago. No es personal.

*Mago: El maestro que tiene sabiduría y ayuda a otros. La sabiduría interior también.

*Ingredientes de la crema: Usa lo aprovechable del dragón (parte material) y otros elementos naturales (parte divina). Por otro lado le pide que deje sus escamas que es una parte de su coraza, lo que le protege y lo aísla al mismo tiempo.

*Fuego: Por un lado sería la pasión y la motivación que insufla en la crema que luego aplicará al dragón para que cambie pero al mismo tiempo el fuego es un elemento de transformación. Por otro lado el fuego proviene del mismo dragón y es el mago el que lo potencia y le da un uso trascendente con la leña. El mago usa elementos del dragón y les da un uso que le transformará.

*Dormir con la crema y no moverse: reposar la enseñanza y dejarla que actúe sin querer hacer nada. La autoobservación que hace sus efectos sin pretender hacer nada.

*Alas de piedra: Aparente retroceso, despierta los miedos del dragón. Con ayuda del mago se tranquiliza y le da la paciencia necesaria para que el dragón continúe con el proceso. Ese peso en las alas (el ego) ya existía pero con el nuevo conocimiento se percibe y aparece como un retroceso cuando en realidad es la conciencia de ese

obstáculo que antes no se percibía.

*Caminar todo el día: Ahora que ya se ha digerido la primera parte (el trabajo nocturno, inconsciente) hacer el trabajo de un modo más consciente, actuar para que el proceso siga su curso.

*La rotura de las alas de piedra: La liberación del peso del ego que da la capacidad de elevarse de un modo nuevo gracias a haber pasado por la etapa egoica, es decir con conciencia.

*Alas nuevas suaves recién nacido: capacidad de elevarse con algo similar a lo que se tenía en la infancia pero con una mirada nueva, sin distorsiones. Se pasa de la esencia inconsciente a la esencia consciente.

*Encuentro con la luna: Vuelta a la esencia, poder volver a jugar alegremente desde un lugar elevado.

*Dormir en la cama de la luna para jugar mañana: Dejar atrás el sufrimiento anterior sin preocupaciones, descansar cuando se necesita para reponer fuerzas y continuar más adelante. Reposar en la casa de la esencia donde ya no hay conflicto.

¡Qué bueno! Me ha parecido brutal. Ya estoy viendo la película, jajaja a ver si Spielberg o Henderson se animan...

También es curioso que a veces mi hijo me pedía el cuento del dragón pero con la luna, entonces le explicaba el mismo cuento pero desde el punto de vista de la luna.

¡Qué hermoso! Y de paso, le estás transmitiendo la clave de la empatía: la mirada del otro, el punto de vista ajeno...

En ese cuento la luna buscaba al dragón porque no venía y llamaba por teléfono al ratón, al murciélago, al mago... y todos ellos le iban poniendo al día de lo que le pasaba al dragón pero no podía hablar con él porque se había ido o estaba haciendo algún trabajo del mago, hasta que el dragón volaba hacia la luna y cuando la encontraba le iba a explicar lo que le había pasado, pero la luna le decía que no hacía falta, ya lo sabía todo por las llamadas que había hecho, que había estado siempre tranquila porque sabía lo que le estaba pasando... me sorprendió durante el análisis del cuento, ya que inter-

preto que esto es la llamada de la esencia (la luna) que alguna vez hemos comentado. La esencia no se preocupa, porque sabe lo que pasa en todo momento y sabe que sólo tiene que esperar el regreso.

Maravilloso.

Te agradezco mucho, en nombre de todos, este maravilloso relato junto con su profunda interpretación.

Un abrazo.