

Boletín de dudas

U universidaddevida.online
Daniel Gabarró - Sergi Pérez

Universidad de Vida

BOLETÍN DE DUDAS RESUELTAS

Boletín 293

Viernes 17 de mayo de 2024

ÍNDICE

Utilidad del boletín.....	3
Comprensión y avance interior.....	3

Utilidad del boletín

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

No dudes en 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.

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.



Comprensión y avance interior

Hola Daniel,

el pasado día lunes 13 de mayo del 2024, en el espacio Universidad de Vida en la sesión 293, denominado Comunicación auténtica II, me llamó mucho la atención respecto de lo que comentaste de la comunicación hacia el adolescente, que era algo similar a la comunicación que nosotros mismos debemos de tener hacia nosotros,

Sí, entiendo que te llamase la atención porque no es un enfoque que se suela dar, ¿verdad?

Pero cuando vas afinando la mirada, todo habla de la Totalidad y de nuestro regreso a casa: las estaciones del año, las relaciones entre las personas, el crecimiento de los seres humanos, las transformaciones planetarias...

Al mirar con atención, desde una perspectiva que busca el autoconocimiento y la conexión con Dios, todo habla de eso.

Supongo que, por ese motivo, se dice que no vemos el mundo tal como es, sino tal como somos psicológicamente hablando.

Por otro lado, supongo que también se dice por ese motivo que no se puede ver nada que no esté implícito en nuestra perspectiva: el ángulo desde donde miramos el mundo ya implica lo que puede o no puede verse. Por ejemplo, desde una mirada economicista de la realidad, no puede verse el amor más que como algo acumulativa y con lo que negociar...

En este sentido, estuve hace unos días impartiendo una formación para las familias de un colegio de secundaria y les hablé de la adolescencia y cómo podían mejorar la relación con sus hijos/as y qué técnicas podían usar para apoyarlos y que hubiese más armonía en casa.

Entonces me di cuenta de que la forma, respetuosa y amorosa con la que debemos apoyar el crecimiento de los adolescentes, es la misma firmeza amorosa, clara y sólida con la que deberíamos apoyarnos a nosotros.

Y, en ese momento, pensé en hacer la sesión que impartí.

No he visto esta idea en ningún otro lugar, pero resulta evidente cuando la miras, ¿verdad?

Igual como los adolescentes pueden tener un tipo de apoyo, a través de la relación que les ayude más o les dificulte más el crecimiento interior, también nosotros podemos relacionarnos con nuestro ego o personaje de una forma más o menos sabia.

ahora continuando con esta misma idea desde Aula Interior me di cuenta de que la comprensión en un nivel superior de consciencia e incluso te lo pregunté en alguna de las sesiones de Universidad de Vida y estuviste de acuerdo.

Efectivamente, estamos viviendo un proceso hacia un nivel de consciencia superior.

Vamos avanzando, en espiral, hacia la vertical (tal como diría Sergi) mientras nuestra vida se desplaza por la horizontal o, dicho de otra manera: vamos creciendo en comprensión y acercándonos a lo Superior gracias a lo que ocurre en la vida cotidiana: ese es nuestro trampolín, esa es nuestra escuela.

Siguiendo estas ideas se me ocurre que la comprensión es un salto cuántico, como lo cita Cabalen (2023) “se trata de un cambio radical y profundo en la conciencia y la mente del individuo. Es un proceso de transformación impulsado por un anhelo genuino de libertad, en el cual se busca romper con patrones limitantes y trascender las fronteras del ego”^[1] pues es llegar a un nivel superior de consciencia.

Mira, estoy fundamentalmente de acuerdo con esto.

De hecho, va en la línea de algo que estoy intuyendo y dando forma, pero que no todas las personas con las que hablo, y llevan años en el trabajo interior, están de acuerdo.

¹ Cabalen, Paula 28-dic-2023 Lidera tu vida: ¿Cuáles son las señales de que has dado un salto cuántico? *Ellas*, consultado el 14 de mayo del 2024. Disponible en; <https://www.ellas.pa/estilo-de-vida/bienestar/lidera-tu-vida-cuales-son-las-senales-de-que-has-dado-un-salto-cuantico/>

Pero creo fundamental ser honesto conmigo y mantener mi posición, aunque no sea mayoritaria o no sea compartida por personas que considero expertas en el tema.

¿A quién debemos dar más crédito que a nosotros? ¡A nadie! Solo cuando yo asumo lo que pienso, siento y hago, puedo avanzar.

Pues bien, últimamente afirmo que la libertad no existe, afirmo que la libertad es un sueño del ego.

Lo explico:

Desde el personaje no hay libertad: me domina mi programación (que no he decidido).

Desde el yo experiencia tampoco no hay libertad: expreso conscientemente mis capacidades en función de mi especificidad única que me define (que tampoco he decidido: ¿cuando escojo “libremente” un plato de espaguetis en un restaurante porque es mi plato favorito, pero no he escogido que ese plato me guste realmente, la elección no es libre, puesto que mi gusto -que no elegí-, la determina).

Desde una hipotética iluminación, tampoco podemos decidir, sino amar, ¿acaso podríamos decidir otra cosa?

Ya ves, la libertad me parece imposible.

Y, entonces, ¿qué nos hace avanzar?

Pues la conciencia, la comprensión. Cuando ponemos nuestra atención en algo con ganas de comprender, en algún momento se produce la comprensión y ya no podemos volver a atrás.

Aquí quiero destacar dos cosas:

La primera es que la comprensión se produce. Es decir, no es que yo haga nada más que sostener mis ganas de comprender, pero yo no produzco la comprensión voluntariamente en mí, sino que ella se produce en mí. Supongo que esto tiene bastante que ver con lo que los cristianos definen como que la salvación “se produce solamente por la gracia de Dios” y que nosotros no la producimos, sino que la recibimos.

¡Exacto! Esa sería la palabra: recibimos la comprensión y esa comprensión nos hace avanzar.

La segunda cosa es que, una vez que he comprendido algo, ya no puedo volver a atrás. Mira, ahora escribiré una palabra que define un color: PLÁTANO.

Je, je, je... una vez que sabes leer, te das cuenta de que PLÁTANO es una fruta y no un color, por más amarillo que sea.

Lo dicho: cuando realmente comprendes algo (como en este ejemplo, una vez que sabes leer), ya no puedes engañarte cuando ves lo escrito (la comprensión se produce en ti) y, además, ya no puedes fingir que no sabes leer: no puedes volver a la ignorancia analfabeta.

En este sentido, estoy totalmente de acuerdo con lo que citas: la comprensión, cuando se produce, nos hace habitar en un mundo diferente.

Y, abundando en este punto, hay muchos mundos (aunque estén en este) y a cada mundo le corresponden, literalmente, leyes diferentes.

Pero esta línea de pensamiento nos alejaría de lo central en esta duda, así que solamente lo dejo apuntado para el futuro.

Por otro lado, también en la misma sesión hablabas de que cuando estamos en el proceso de autoconocimiento (aspecto que nunca termina)

Mira, tienes razón con que el autoconocimiento nunca termina... ¡Al menos en el planeta tierra!

Aunque no sé qué ocurrirá en otros planos de conciencia. Algunas filosofías, como el budismo, afirman que hay un momento en que llegamos al final y nos fundimos con el Todo y, entonces, el proceso de autoconocimiento termina. Lo que surgió del Todo ignorante de sí, regresa al Todo sabiéndose Todo (NOTA: no podemos regresar a ningún otro lugar que a lo que somos y, por otra parte, esto será inevitable; no sabemos cuándo, pero solo puedo llegar a lo que soy... ¿a qué otro lugar podría llegar sino?).

En todo caso, la expresión de lo Soy no termina nunca. Pues lo que Es no puede dejar de Ser. Algo así como una danza infinita o una expresión continuada y eterna (aunque, posiblemente, más allá del tiempo).

como lo pretende ser Universidad de Vida, es llegar a ese nivel de comprensión,

Exacto.

Pero cuando alcanzas un nivel de comprensión, otro nivel superior aparece como alcanzable... ¡Y así sucesivamente! Al menos, hasta que el yo desaparece y se da cuenta de que siempre Era (pero no creo que esto podamos, de momento, vivirlo en esta vida terrícola

que estamos viviendo).

que es otra dimensión otro espacio, otro universo, por que es un nivel superior de consciencia como ya lo he mencionado

¡Exacto!

y entonces volvemos a pasar por las etapas de *niño-adolescente-adulto-madurez*, pero en ese otro nivel de consciencia,

Muy posiblemente sea así.

Hay un período en el que vamos estabilizando esta comprensión nueva (niñez), otra en que la limpiamos de errores para hacerla verdaderamente nuestra (adolescencia), otra en que la disfrutamos y la expandimos y, finalmente, otra en la que vemos que se nos queda pequeña y aspiramos a una comprensión aún mayor (madurez).

convirtiéndose en un círculo virtuoso, pues siempre estamos aprendiendo.

Sí, también yo lo veo así.

Pero remarco que el aprendizaje se PRODUCE en nosotros.

Y lo remarco para que, quien lo viva así, renuncie a su libertad y a su libre albedrío (en realidad son sueños del ego) y se entregue, conscientemente, en manos de la Vida (o Dios, o como lo llames).

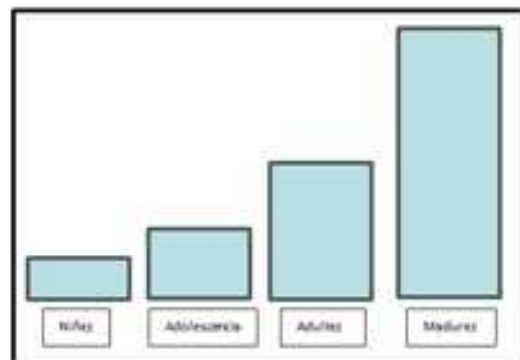
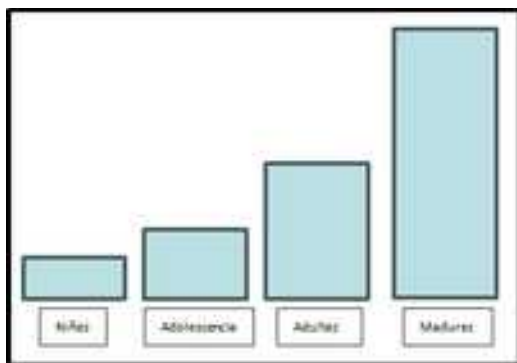
A partir de ese momento, el goce es mucho mayor y, creo, el aprendizaje mucho más rápido.

Ahora para hacer ese salto cuántico que es la comprensión, por supuesto que se requiere como tú lo has dicho en varias ocasiones una base psicológica, de lo contrario no se pudiera hacer ese salto.

Exacto: la psicología debe estar muy limpia y equilibrada; eso facilita que la comprensión se produzca.

Pues, si tenemos un psiquismo que deforma la realidad, ¿cómo vamos a comprender algo profundamente si lo estamos deformando?

Esta idea lo pudiera representar gráficamente así;



Dimensión Psicológica

Dimensión Comprensión

¿Qué te parece?,

Sí, es una forma de representarlo.

Por mi parte, me gusta más una representación en espiral. Pues lo psicológico sigue estando presente mientras seguimos vivos en el planeta tierra.

Es decir, no veo una separación entre lo psicológico y la comprensión. En un cierto nivel, comprendemos dentro de nuestra dimensión psicológica.

Aunque, esto también me parece así, a partir de un cierto nivel la comprensión se produce en un cierto espacio que está más allá de la mente "pequeña o psicológica".

En todo caso, me parece muy ilustrativo lo que nos has compartido.

Creo que nos ayuda a entender y a poner la atención en lo fundamental. Pues, donde pongamos la atención, aquello crecerá y ahí se producirá comprensión.

Por lo tanto, el reto es: ¿dónde quieres poner tu atención?

¿Qué quieres comprender ahora?

¿Qué resulta, ahora, central en tu vida?

deseo haberme explicado,

Sí, creo que te has explicado perfectamente.

Y espero que mis comentarios también sirvan de ayuda.

Bueno, estoy seguro de que ayudarán a muchas personas.

te mando un afectuoso saludo

También para ti y para todas y todos.