

LA RESPUESTA ESTÁ EN MÍ

"El ser humano tiene la capacidad, latente si no manifiesta, de comprenderse a sí mismo y de resolver sus problemas suficientemente para la satisfacción y la eficacia necesarias al funcionamiento adecuado. Y tiene la tendencia a ejercer esa capacidad". C. Rogers.

Y Pablo de Tarso dice: "Dios ya nos lo ha dado todo"

Pensando en estas afirmaciones me empecé a preguntar:

"¿Por qué ese dinamismo interno que nos guía, esa capacidad para funcionar de acuerdo a lo que nos da plenitud no es igual de evidente en todas las personas? ¿Cuál es el motivo de que ese dinamismo no esté libre en mí?"

Y con el tiempo, paulatinamente, de algún rincón recóndito de mi interior fue surgiendo la respuesta:

- "Obsérvate.
- Obsérvate más. Dedicar más tiempo y más atención a lo que estás viviendo en tu interior.
- Observa lo que se ofrece a tu atención.
- Si quieres saber, déjate sentir lo que sientes. No sientes suficiente."

Y la respuesta, sin prisa, sin pausa, dependiendo de mi atención, fue añadiendo matices y completándose hasta llegar a esta solución:

- "La gran dificultad para liberarte es una idea equivocada con la que miras el mundo. Esa idea que te dice que no eres de fiar, que no eres digna, ni merecedora, que eres miserable."

En ese momento empecé a ver, a sentir, mi resistencia a creer que, a mí, puede pasarme algo bueno.

Y seguí preguntando:

"¿Por qué te ocupas de mí?"

Y desde el mismo lugar escondido en mi interior volvió a formarse una respuesta:

- "Es mi naturaleza. No puedo hacer otra cosa."

"¿Por qué te ocupas de mí?"

- "Porque soy tú. No soy yo, soy tú. No te cuido, me cuido. No puedo hacer otra cosa".