

# El Río

## El Río

Nos vivimos nadando en un gran río, un río sin orillas, y nuestra mirada se encuentra focalizada en un objetivo lejano, al cual anhelamos profundamente llegar. No nos fijamos en lo que hacemos, solo mantenemos la vista en el objetivo, ese objetivo que parece es el fin de tu vida. Muchísimas veces nos sentimos cansados y agotados, pero no nos damos cuenta de cual es el motivo, creemos que es lo normal por el esfuerzo de nadar hacia el objetivo, hacia el sentido de tu vida. Es curioso porque hay días que te levantas y parece que ya estás cerca del objetivo y te sientes alegre e ilusionado, pero hay otros días, que sin ninguna causa, te sientes lejos y esto te deprime y te entristece. Hay días de sol y días de lluvia. Día tras día sigues nadando para acercarte a donde tú crees se encuentra la felicidad que tanto anhelas, día tras días sigues en ese esfuerzo, a veces agotador, de nadar &ldquo;contra corriente&rdquo; hacia el objetivo deseado. Porque eso es lo curioso, todo objetivo mental se encuentra contra corriente, toda idea de tus pensamientos se encuentra en sentido contrario al fluir del río y tú nadas y nadas, te pasas la vida nadando contra corriente y dependes de la intensidad del río de ese día. Si el río tiene poco caudal, es más fácil nadar contra corriente, pero si tiene mucho, es él el que te lleva y te separa de tu meta. Pero sea como sea, el nadar contra corriente es agotador y siempre te debilita, siempre terminas cansado.

¿Cuál es el sentido de la vida? ¿Nadar contra corriente buscando un objetivo ideal? O tomar consciencia de tu situación, de donde te encuentras y cuales son tus medios. Una vez que nuestra mirada se dirige hacia &ldquo;el aquí y ahora&rdquo;, todo cambia, te das cuentas que te encuentras en un río (la vida), que ese río tiene unas leyes y que lo más sabio es ponerte a favor de ellas. Descubres que lo que realmente puedes hacer en ese momento es disfrutar del río tal y como es, sentirlo, bucear en él, jugar en él y dejarte llevar por su fluir. En ese momento te das cuenta de lo erróneo que era fijar tu mirada en un punto externo a tu realidad, ya que la felicidad se encuentra en el aquí y ahora, en el disfrutar profundamente de lo que el río tiene para ti en esos momentos. Descubres que ya no te agotas, sino todo lo contrario descubres una fuerza especial al ir a favor del río que no conocías y lo más curioso y deslumbrante es que cuando verdaderamente te encuentras ya confiado en ese río de la vida en el que vives, la vida comienza a traerte todo eso que anhelabas, ese objetivo que antes veías atrás, ahora se encuentra frente a ti y puedes acceder a él sin ningún esfuerzo. Y no sólo se manifiesta ese objetivo ideal, sino otros muchos regalos que seguramente ni habías soñado con ellos. Todo eso se descubre cuando te pones a vivir la vida a favor, cuando descubres que la vida no es ir a alcanzar ningún objetivo sino solamente vivirla en el aquí y ahora, con todos tus sentidos y profundizando en comprender el lugar en el que estás, con quién estás y para lo que estás. No huyas, no quieras ir a ningún otro lugar, es agotador y te desvía de la Comprensión de la Existencia. Todo lo que sea no querer ver tu situación actual ni asumirla, no es de valientes sino de idealistas. Y el idealistas solo vive en las nubes, no en su realidad, sólo proyecta sus expectativas, sin afrontar su aquí y ahora. Es el niño que vive soñando en un futuro mejor, sin afrontar el presente. El adulto es el que vive aquí y ahora la realidad que tiene, sin proyección ni a un pasado ni a un futuro. Es consciente de que él es solamente aquí y ahora y es ahí donde él se siente, él vive y él puede desarrollar plenamente el Potencial que Es, realizándose así la gran transformación. La Transformación que tanto esperas se encuentra aquí y ahora, vive sabiamente lo que te toca vivir y vive a favor de la corriente, descubrirás que tus ideales se encuentran a la vuelta de la esquina. M<sup>a</sup> Paloma Crisóstomo González Brunete, 25 de Noviembre de 2008