

Pedro Alonso Da Silva

El miedo a la vida

Podemos relacionarnos con la vida desde la creencia de que la vida puede cometer errores, es decir, desde la suposición de que lo que sucede en este momento, y en cualquier momento, no es lo que debería de ocurrir. En este caso, nuestro programa mental determinará cómo debería de suceder este momento y nos empujará a luchar contra la vida para que se ajuste a nuestro criterio personal.

Pero cabe otra posibilidad. La posibilidad de que la vida jamás se equivoque y que toda tensión emocional, todo dolor y todo sufrimiento, sea solo el efecto de nuestra oposición a la vida, tal como esté sucediendo en este momento, y en cualquier momento. En este caso, la vida nos invita a rendirnos a ella, a aceptar su "presente", a soltar nuestra personal idea de cómo deberían de ser las cosas, basada en el miedo.

No hay más opciones. O la vida se equivoca, o lo equivocado es mi percepción de la vida. Si es lo primero, jamás seré feliz, pues la lucha y la resistencia jamás me conducirán a la paz. Si es lo segundo, la posibilidad de ser feliz sigue vigente, en este momento, y en cualquier momento. Pues mi percepción de la vida solo son ideas que sostengo en mi mente por miedo a vivirla. Soltar esas ideas y entregarme a sentir mi miedo es cruzar el umbral hacia la gratitud.

La gratitud que surge de reconocer que siempre estoy siendo sostenido, precisamente, por la vida.