

DON MIGUEL RUIZ

AUTOR DE *LOS CUATRO ACUERDOS*

DON JOSE RUIZ

EL QUINTO
ACUERDO

con Janet Mills



En *Los Cuatro Acuerdos*, un éxito de ventas en todo el mundo, don Miguel Ruíz revelaba cómo el proceso de educación o 'domesticación' nos hace olvidar nuestra sabiduría innata. A lo largo de la vida establecemos muchos acuerdos que van en nuestra contra y nos causan un sufrimiento innecesario. Los Cuatro Acuerdos nos ayudan a romper estos acuerdos limitadores y a substituirlos por otros que nos aportan libertad, felicidad y amor.

Ahora don Miguel Ruíz junto con su hijo don José Ruíz nos ofrece una nueva perspectiva de los Cuatro Acuerdos y un acuerdo nuevo y poderoso para transformar nuestra vida en nuestro cielo personal: el quinto acuerdo. El Quinto Acuerdo nos permite adquirir una conciencia más profunda del poder del yo verdadero y recuperar la autenticidad con la que nacimos. En esta absorbente continuación del libro que ha cambiado la vida de millones de personas de todo el mundo se nos recuerda el mejor regalo que podemos hacernos: la libertad de ser quienes realmente somos.



Miguel Ángel Ruiz Macías

El quinto acuerdo

Una guía práctica para la maestría personal

ePub r1.0

pplogi 15.03.2017

Título original: *The Fifth Agreement - A Toltec Wisdom Book*

Miguel Ángel Ruiz Macías, 2010

Traducción: Paula Tarttelin

Ilustraciones: Nicolas Wilton

Retoque de cubierta: pplogi

Editor digital: pplogi

ePub base r1.2





Agradecimientos

Los autores desean expresar su más sincera gratitud a las siguientes personas: Janet Mills, la madre de este libro; Judy Segal, por todo su amor y apoyo; Ray Chambers por iluminar el camino; Oprah Winfrey Elle DeGeneres por compartir el mensaje de Los Cuatro Acuerdos con tanta gente; Ed Rosenberg y el general de División Reiner por su reconocimiento de Los Cuatro Acuerdos en la medalla al reto de las Fuerzas Aéreas de Estados Unidos; Gail Mills, Karen Kreiger y Nancy Carleton por contribuir generosamente con su tiempo y su talento a la realización de este libro; y Joyce Mills, Maiya Champa, Dave McCollough, Theresa Nelson y Shkiva Samini-Amri por su dedicación y su apoyo permanente a las enseñanzas de los toltecas.



Los Toltecas

Hace miles de años los toltecas eran conocidos en todo el sur de México como «mujeres y hombres de conocimiento». Los antropólogos han definido a los toltecas como una nación o una raza, pero de hecho, eran científicos y artistas que formaron una sociedad para estudiar y conservar el conocimiento espiritual y las prácticas de sus antepasados. Formaron una comunidad de maestros (*naguales*) y estudiantes en Teotihuacán, la antigua ciudad de las pirámides en las afueras de Ciudad de México, conocida como el lugar en el que «el hombre se convierte en Dios».

A lo largo de los milenios los *naguales* se vieron forzados a esconder su sabiduría ancestral y a mantener su existencia en secreto. La conquista de los europeos, unida a un agresivo mal uso del poder personal por parte de algunos aprendices, hizo necesario proteger el conocimiento de aquellos que no estaban preparados para utilizarlo con buen juicio o que hubieran podido usarlo mal intencionadamente para obtener un beneficio propio.

Por fortuna, el conocimiento esotérico tolteca fue conservado y transmitido de una generación a otra por distintos linajes de *naguales*. Aunque permaneció en secreto durante cientos de años, las antiguas profecías vaticinaban que llegaría el momento en el que sería necesario devolver la sabiduría a la gente. Ahora, don Miguel Ruiz y don Jase Ruiz (*naguales* del linaje de los Guerreros del Águila) han sido guiados para compartir con nosotros las poderosas enseñanzas de los toltecas.

La sabiduría tolteca surge de la misma unidad esencial de la verdad de la que parten todas las tradiciones esotéricas sagradas del mundo. Aunque no es una religión, respeta a todos los maestros espirituales que han enseñado en la tierra. Si bien abarca el espíritu, resulta más preciso describirla como una manera de

vivir que se caracteriza por su fácil acceso a la felicidad y el amor.



Introducción

de don Miguel Ruiz

Los cuatro acuerdos fue publicado hace muchos años. Si has leído el libro, ya sabes lo que estos acuerdos pueden conseguir. Tienen la capacidad de transformar tu vida al romper miles de acuerdos limitados que has hecho contigo mismo, con otras personas, con la *vida* misma.

La primera vez que lees *Los Cuatro Acuerdos*, su magia empieza a obrar. Alcanza una profundidad mucho mayor que las palabras que lees. Sientes que ya conoces todas las palabras del libro. Lo sientes, pero quizá nunca llegaste a expresarlo con palabras. La primera vez que lees el libro, éste desafía tus creencias y te lleva al límite de tu entendimiento. Rompes muchos acuerdos limitados y superas muchos retos, pero entonces descubres nuevos desafíos. Cuando lees el libro por segunda vez, parece como si estuvieras leyendo un libro completamente diferente, porque los límites de tu comprensión ya se han ensanchado. Una vez más, te conduce a una conciencia más profunda de ti mismo y alcanzas el límite que es posible alcanzar en ese momento. Y cuando lees el libro por tercera vez, es sencillamente como si estuvieras leyendo otro libro.

Igual que la magia, porque *son* mágicos, los Cuatro Acuerdos te ayudan a recuperar lentamente tu auténtico yo. Con la práctica, estos sencillos cuatro acuerdos te llevan a lo que *realmente* eres, no a lo que finges ser, y ahí es exactamente donde quieres estar: en lo que realmente eres.

Los principios de *Los Cuatro Acuerdos* hablan al corazón de todos los seres humanos, desde los jóvenes hasta los ancianos. Hablan a la gente de distintas culturas de todo el mundo: a gente que habla distintas lenguas, a gente cuyas

creencias religiosas y filosóficas son enormemente diferentes. Han sido educados en distintos tipos de escuelas, desde las escuelas primarias hasta los institutos de enseñanza secundaria y las universidades. Los principios de *Los Cuatro Acuerdos* llegan a todo el mundo porque son puro sentido común.

Ahora ha llegado el momento de brindar otro regalo: *El quinto acuerdo*. El quinto acuerdo no fue incluido en mi primer libro porque los primeros Cuatro Acuerdos ya constituían un desafío bastante grande en aquel momento. El quinto acuerdo está hecho con palabras, por supuesto, pero su significado y su intención van más allá de las palabras. El quinto acuerdo consiste, en definitiva, en ver toda tu realidad con los ojos de la verdad, *sin* palabras. El resultado de poner en práctica el quinto acuerdo es la aceptación completa de ti mismo exactamente como eres y la aceptación completa de todos los demás exactamente como son. La recompensa es tu felicidad eterna.

Hace muchos años empecé a enseñar algunos de los conceptos de este libro a mis aprendices, pero llegó un momento en que dejé de hacerlo porque nadie parecía entender lo que intentaba decir. Aunque compartí el quinto acuerdo con mis aprendices, descubrí que nadie estaba preparado para asimilar las enseñanzas subyacentes a este acuerdo. Años después, mi hijo, don José, empezó a compartir esas mismas enseñanzas con un grupo de estudiantes y tuvo éxito allí donde yo había fracasado. Tal vez la razón por la cual don José triunfó fue porque tenía una fe absoluta en compartir el mensaje. Su misma presencia expresó la verdad y desafió las creencias de las personas que asistían a sus clases. Cambió enormemente sus vidas.

Don José Ruiz ha sido mi aprendiz desde niño, desde que aprendió a hablar. Me honra presentar a mi hijo en este libro así como presentar la esencia de las enseñanzas que transmitimos juntos durante un período de siete años.

A fin de conseguir que el mensaje sea lo más personal posible, y dando continuidad a la voz en primera persona utilizada en los libros anteriores de la serie de Sabiduría Tolteca, hemos decidido presentar *El quinto acuerdo* con el mismo estilo de escritura en primera persona. En este libro le hablamos al lector con una sola voz y con un solo corazón.

1.^a Parte



EL PODER DE LOS SIMBOLOS



1

AL PRINCIPIO

Todo está en el programa

Desde el momento en que naces, transmites un mensaje al mundo. ¿Cuál es ese mensaje? El mensaje eres *tú*, ese niño. Es la presencia de un *ángel* un mensajero del infinito en un cuerpo humano. El infinito, un poder absoluto, crea un programa sólo para ti y todo lo que necesitas para ser lo que eres está en el programa. Naces, creces, te emparejas, envejeces y al final retornas al infinito. Cada célula de tu cuerpo constituye un universo propio. Es inteligente, es completa y está programada para ser lo que sea.

Tú estás programado para ser *tú*, seas lo que seas, y lo que tu mente *piense* que eres no afecta en lo más mínimo al programa. El programa no está en la mente pensante. Está en el cuerpo, en lo que denominamos el ADN, y al principio instintivamente sigues su sabiduría. Cuando eres un niño pequeño, sabes lo que te gusta, lo que no te gusta, cuándo te gusta y cuándo no. Sigues lo que te gusta y tratas de evitar lo que no te gusta. Sigues tus instintos y esos instintos te guían para ser feliz, para disfrutar de la vida, para jugar, para amar, para satisfacer tus necesidades. Pero luego ¿qué es lo que ocurre?

Tu cuerpo empieza a desarrollarse, tu mente empieza a madurar y tú empiezas a utilizar símbolos para transmitir tu mensaje. Del mismo modo que los pájaros comprenden a los pájaros y que los gatos comprenden a los gatos, los seres humanos comprenden a los seres humanos a través de una simbología. Si

nacieras en una isla y vivieras solo, quizá tardarías diez años, pero darías un nombre a todas las cosas que vieras y utilizarías ese lenguaje para comunicar un mensaje, aunque sólo estuviera destinado a ti mismo. ¿Por qué harías algo así? Bien, es fácil de entender y no es porque los seres humanos seamos tan inteligentes. Es porque estamos programados para crear un lenguaje, para inventar una simbología completa destinada a nosotros mismos.

Como sabes, en todo el mundo los seres humanos hablan y escriben en miles de lenguas distintas. Los seres humanos han inventado todo tipo de símbolos no sólo para comunicarse con otros seres humanos sino, aún más importante, para comunicarnos con nosotros mismos. Los símbolos pueden ser sonidos que emitimos al hablar, movimientos que hacemos o la escritura manual y otros signos de naturaleza gráfica. Existen símbolos para objetos, ideas, música y matemáticas, pero la introducción del sonido es simplemente el primer paso, lo que significa que aprendemos a utilizar los símbolos para hablar.

Los seres humanos que nos preceden ya tienen nombre para todo lo que existe y nos enseñan el significado de los sonidos. A esto lo llaman *mesa*; a aquello lo llaman *silla*. También tienen nombres para cosas que únicamente existen en la imaginación, como las sirenas o los unicornios. Cada palabra que aprendemos es un símbolo para algo real o imaginario y existen miles de palabras para aprender. Si observamos a niños de entre uno y cuatro años, comprobaremos el esfuerzo que hacen al tratar de aprender una simbología entera. Representa un gran esfuerzo del que normalmente no nos acordamos porque nuestra mente todavía no ha madurado, pero con la repetición y la práctica, finalmente aprendemos a hablar.

Una vez que aprendemos a hablar, los seres humanos que se ocupan de cuidarnos nos enseñan lo que saben y esto significa que nos programan con conocimientos. Los seres humanos con los que vivimos tienen una gran cantidad de conocimientos que incluyen todas las reglas sociales, religiosas y morales de su cultura. Captan nuestra atención, nos transmiten la información y nos enseñan a ser como ellos. Aprendemos cómo ser un hombre o una mujer según la sociedad en la que nacemos. Aprendemos cómo comportarnos «correctamente» en nuestra sociedad, lo que significa cómo ser un «buen» ser humano.

En realidad, nos domestican de la misma manera en la que se domestica un perro, un gato o cualquier otro animal: a través de un sistema de castigos y premios. Nos dicen que somos un *niño bueno* o una *niña buena* cuando hacemos lo que los adultos quieren que hagamos; somos un *niño malo* o una *niña mala*

cuando no hacemos lo que ellos quieren que hagamos. En ocasiones recibimos un castigo sin haber sido malos y en otras, somos premiados sin haber sido buenos. Por miedo a ser castigados o por miedo a no recibir una recompensa empezamos a tratar de complacer a otras personas. Intentamos ser buenos porque la gente mala no recibe recompensas y se la castiga.

En la domesticación de los seres humanos, nos imponen todas las reglas y los valores de nuestra familia y nuestra sociedad. No tenemos la oportunidad de escoger nuestras creencias; se nos dice qué creer y qué no creer. La gente con la que vivimos nos da su opinión: lo que es bueno y lo que es malo, lo que es correcto y lo que es incorrecto, lo que es bonito y lo que es feo. Como si fuéramos una computadora, nos descargan toda esa información en la cabeza. Somos inocentes; *creemos* lo que nuestros padres u otros adultos nos dicen; estamos *de acuerdo* con ellos y la información se almacena en nuestra memoria. Todo lo que aprendemos entra en nuestra mente por acuerdo, y permanece en nuestra mente por acuerdo, pero primero todo pasa por la atención.

La atención es de suma importancia en los seres humanos porque es la parte de la mente que nos permite concentrarnos en un único objeto o pensamiento dentro de una gran variedad de posibilidades. Mediante la atención, la información externa es transmitida al interior y viceversa. La atención es el canal que utilizamos para enviar y recibir mensajes de un ser humano a otro. Es como un puente entre una mente y otra; abrimos el puente con sonidos, signos, símbolos, con el tacto.. ., con cualquier acontecimiento que capte la atención. Así es como enseñamos y así es como aprendemos. Si no captamos la atención de alguien no es posible enseñarle nada, y no podemos aprender nada si no prestamos atención.

Mediante nuestra atención los adultos nos enseñan a crear una realidad entera en nuestra mente con el uso de símbolos. Tras enseñarnos una simbología a través del sonido, los adultos nos entrenan repetidamente con nuestro alfabeto y entonces aprendemos gráficamente el mismo lenguaje. Nuestra imaginación empieza a desarrollarse, nuestra curiosidad se hace más fuerte y empezamos a hacer preguntas. Preguntamos y preguntamos y seguimos haciendo preguntas; reunimos información de todas partes. Y sabemos que finalmente tenemos maestría de una lengua cuando somos capaces de utilizar los símbolos para hablarnos a nosotros mismos en nuestra cabeza. Éste es el momento en el que aprendemos a *pensar*. Antes de este momento, no pensamos; imitamos sonidos y utilizamos símbolos para comunicarnos, pero la vida es sencilla antes de que

atribuyamos un significado o una emoción a los símbolos.

Una vez que otorgamos un significado a los símbolos empezamos a utilizarlos para tratar de dar un sentido a todo lo que ocurre en nuestra vida. Utilizamos los símbolos para pensar en cosas que son reales y para pensar en cosas que no son reales, pero que empezamos a imaginar que lo son. Cosas como la belleza y la fealdad, la delgadez y la gordura, la inteligencia y la estupidez. Y si lo adviertes, sólo podemos pensar en un lenguaje que dominamos. Durante muchos años yo sólo hablaba español y tardé mucho tiempo en dominar suficientes símbolos en inglés para poder pensar en inglés. Ser maestro en una lengua no es fácil, pero en un momento determinado, nos descubrimos *pensando* con los símbolos que aprendemos.

Cuando ya vamos a la escuela, a los cinco o seis años, entendemos el significado de conceptos abstractos como correcto e incorrecto, ganador y perdedor, perfecto e imperfecto. En la escuela continuamos el aprendizaje de la lectura y la escritura de los símbolos que ya sabemos y el lenguaje escrito nos permite acumular más conocimiento. Continuamos dando sentido a más y más símbolos hasta que pensar se convierte en algo que hacemos no sólo sin esfuerzo, sino automáticamente.

Ahora los símbolos que hemos aprendido captan nuestra atención por sí mismos. Lo que nos está hablando es lo que conocemos, y escuchamos lo que nuestro conocimiento nos dice. Yo lo denomino *la voz del conocimiento* porque el conocimiento nos está hablando en nuestra cabeza. En muchas ocasiones oímos la voz con distintas entonaciones; oímos la voz de nuestra madre, la de nuestro padre, las de nuestros hermanos y hermanas, y la voz no deja de hablar nunca. La voz no es real; es una creación nuestra. Pero *creemos* que es real porque le damos vida mediante el poder de nuestra fe, lo que significa que creemos, *sin ponerlo en duda*, lo que la voz nos está diciendo. Éste es el momento en el que las opiniones de los seres humanos que nos rodean empiezan a ocupar nuestra mente.

Todo el mundo tiene una opinión sobre nosotros y nos dice lo que somos. Cuando somos muy pequeños no sabemos lo que somos. El único modo en el que podemos vernos a nosotros mismos es a través de un espejo, y la gente desempeña el papel de ese espejo. Nuestra madre nos dice lo que somos y la creemos. Es algo completamente diferente de lo que nos dice nuestro padre, o de lo que nos dicen nuestros hermanos y hermanas, pero también estamos de acuerdo con ellos. La gente nos dice cuál es nuestro aspecto y esto es

especialmente cierto cuando somos pequeños. «Mira, tienes los ojos de tu madre y la nariz de tu abuelo.» Escuchamos todas las opiniones de nuestra familia, de nuestros profesores y de los niños mayores del colegio. Vemos nuestra imagen en esos espejos, estamos de acuerdo en que eso es lo que somos, y tan pronto como estamos de acuerdo, esa opinión pasa a formar parte de nuestro sistema de creencias. Poco a poco todas esas opiniones modifican nuestro comportamiento, y en nuestra mente formamos una imagen de nosotros mismos según lo que otra gente dice que somos: «Soy guapo; no soy tan guapo. Soy listo; no soy tan listo. Soy un ganador; soy un perdedor. Soy bueno en esto; soy malo en aquello».

Llega un momento en el que todas las opiniones, las de nuestros padres, las de nuestros profesores, las de la religión y las de la sociedad nos llevan a creer que necesitamos ser de una manera determinada a fin de ser aceptados. Nos dicen de qué manera *deberíamos* ser, qué apariencia *deberíamos* tener, de qué manera *deberíamos* comportarnos. Necesitamos ser de *esta* manera; no deberíamos ser de *aquella* manera. Y como no está bien para nosotros ser lo que somos, empezamos a fingir que somos lo que no somos. El miedo a ser rechazado se convierte en el miedo a no ser lo bastante bueno, y empezamos a buscar algo que denominamos *perfección*. En nuestra búsqueda, nos formamos una imagen de la perfección, cómo deseábamos ser, pero sabiendo que no somos así, y empezamos a juzgarnos por ello. No nos gustamos y nos decimos: «Mira qué aspecto más ridículo tienes, mira qué feo eres. Mira qué gordo, qué bajo, qué débil, qué estúpido que eres». Aquí es cuando empieza el drama, porque en ese momento los símbolos actúan en contra de nosotros. Ni siquiera advertimos que hemos aprendido a utilizar los símbolos para rechazarnos a nosotros mismos.

Antes de la domesticación no nos importa lo que somos o qué aspecto tenemos. Tendemos a explorar, expresar nuestra creatividad, buscar el placer y evitar el dolor. Cuando somos pequeños somos salvajes y libres; correteamos desnudos sin timidez y sin juzgarnos a nosotros mismos. Decimos la verdad porque vivimos en verdad. Nuestra atención está en el momento, no le tenemos miedo al futuro ni estamos avergonzados del pasado. Tras la domesticación, intentamos ser suficientemente buenos para los demás, pero ya no somos lo bastante buenos para nosotros mismos, porque nunca podremos cumplir con nuestra imagen de perfección.

Todas nuestras tendencias humanas normales se pierden en el proceso de la domesticación y empezamos a buscar lo que hemos perdido» Empezamos a buscar la libertad porque ya no somos libres de ser lo que realmente somos;

empezamos a buscar la felicidad porque ya no somos felices; empezamos a buscar la belleza porque ya no creemos ser bellos.

Continuamos creciendo, y en nuestra adolescencia, nuestro cuerpo está programado para introducir unas sustancias a las que denominamos *hormonas*. Nuestro cuerpo físico ya no es el de un niño y ya no encajamos en la manera en la que vivíamos antes. No queremos oír a nuestros padres diciéndonos lo que debemos hacer y lo que no debemos hacer. Queremos nuestra libertad; queremos ser nosotros mismos, pero a la vez tenemos miedo de estar solos. La gente nos dice: «Ya no eres un niño», pero tampoco somos adultos. Es una etapa difícil para la mayoría de los seres humanos. Cuando somos adolescentes, no necesitamos que nadie nos domestique; hemos aprendido a juzgarnos a nosotros mismos, a castigarnos y a recompensarnos de acuerdo con el mismo sistema de creencias que se nos brindó y utilizamos el mismo sistema de castigo y recompensa. Quizá la domesticación pueda ser más fácil para las personas que estén en unos lugares del mundo y más difícil para aquéllas que estén en otros, pero en general, ninguno de nosotros tiene la fortuna de escapar a la domesticación. Ninguno de nosotros.

Finalmente, el cuerpo madura y todo vuelve a cambiar de nuevo. Empezamos a buscar otra vez, pero ahora cada vez más y más; lo que estamos buscando es nuestro propio *yo*. Buscamos el amor porque hemos aprendido a creer que el amor se encuentra en algún lugar fuera de nosotros; buscamos la justicia porque en el sistema de creencias que nos han enseñado no hay justicia; buscamos la verdad porque sólo creemos en el conocimiento que hemos almacenado en nuestra mente. Y, por supuesto, seguimos buscando la perfección porque ahora estamos de acuerdo con el resto de los seres humanos en que «nadie es perfecto».



2

SIMBOLOS Y ACUERDOS

El arte de los seres humanos

Durante todos los años que dura nuestro crecimiento, establecemos innumerables acuerdos: con nosotros mismos, con la sociedad, con todas las personas que nos rodean. Pero los acuerdos más importantes son aquellos que establecemos con nosotros mismos mediante la comprensión de los símbolos que hemos aprendido. Los símbolos nos dicen lo que creemos sobre nosotros mismos; nos dicen lo que somos y lo que no somos, lo que es posible y lo que no lo es. La voz del conocimiento nos está diciendo todo lo que conocemos pero, ¿quién nos dice si lo que conocemos es la verdad?

En la escuela primaria, en el instituto y en la universidad adquirimos una gran cantidad de conocimiento, pero ¿qué sabemos realmente? ¿Somos maestros de la verdad? No, somos maestros de una lengua, de una simbología, y esa simbología sólo es la verdad porque así lo liemos *acordado*, no porque sea *realmente* la verdad. Independientemente de dónde hayamos nacido, o cuál es la lengua en la que aprendemos a hablar, descubrimos que casi todo lo que sabemos se basa realmente en acuerdos, empezando por los símbolos que aprendemos.

Si nacemos en Inglaterra, aprendemos los símbolos ingleses. Si nacemos en China, aprendemos los símbolos chinos. Pero ya aprendamos el inglés, el chino, el español, el alemán, el ruso o cualquier otra lengua, los símbolos sólo tienen

valor porque se lo >asignamos nosotros y estamos de acuerdo con su significado. Si no estamos de acuerdo, los símbolos no tienen el menor sentido. La palabra *árbol* por ejemplo, tiene un sentido para la gente que habla español, pero «árbol» no significa nada a menos que *creamos* que significa algo, a menos que estemos de *acuerdo*. Lo que significa para ti es lo mismo que significa para mí y ésa es la razón por la que nos entendemos mutuamente. Comprendes lo que estoy diciendo ahora mismo porque estamos de acuerdo con el significado de cada palabra que fue programada en nuestra mente. Pero eso no significa que estemos completamente de acuerdo. Cada uno de nosotros otorga un significado a cada palabra y no es exactamente el mismo para todos.

Si centramos nuestra atención en el modo en que se ha creado cada palabra, descubrimos que cualquiera que sea el significado que le asignamos a dicha palabra, se lo damos sin una verdadera razón. Unimos palabras de la nada; las inventamos. Los seres humanos inventamos cada sonido, cada letra, cada símbolo gráfico. Oímos un sonido como el de «A» y decimos: «Este es el símbolo para ese sonido». Dibujamos un símbolo que represente el sonido, unimos el símbolo y el sonido y le damos un significado. Por consiguiente, todas las palabras en nuestra mente tienen un significado, pero no porque sea real, no porque sea la verdad. No es más que un acuerdo que establecemos con nosotros mismos y con las demás personas que aprenden la misma simbología.

Si viajamos a un país en el que la gente habla una lengua distinta, de repente nos damos cuenta de la importancia y el poder del acuerdo. A tree is only a tree, the sun is only the sun, the earth is only the earth if we agree. Ένα δέντρο είναι μόνο ένα δέντρο ο ήλιος είναι μόνο ο ήλιος η γη είναι μόνο γη, αν συμφωνούμε. Ein Baum ist nur ein Baum, die Sonne ist nur die Sonne, die Erde ist nur die Erde wenn wir uns darauf verständigt haben. . Un árbol es sólo un árbol, el sol es sólo el sol, la tierra es sólo la tierra si estamos de acuerdo.

Estos símbolos carecen de significado en Francia, en Rusia, en Turquía, en Suecia o en cualquier otro lugar en el que los acuerdos sean diferentes.

Si aprendemos a hablar en inglés y vamos a China, oímos hablar a la gente, pero no entendemos ni una palabra de lo que dicen. Nada tiene sentido para nosotros, porque no utilizan la simbología que hemos aprendido. Muchas cosas son extranjeras para nosotros; es como estar en otro mundo. Si visitamos sus lugares de culto, descubrimos que sus creencias son completamente diferentes, sus rituales son completamente diferentes, sus mitologías no tienen nada que ver con lo que nosotros hemos aprendido. Un modo para llegar a entender su cultura

sería el de aprender los símbolos que utilizan, es decir, su lenguaje, pero si aprendemos una nueva manera de ser, una nueva religión o filosofía, esto podría generar un conflicto con lo que habíamos aprendido anteriormente. Las nuevas creencias chocan con las viejas creencias y la duda surge de inmediato: «¿Qué es correcto y qué es incorrecto? ¿Es verdad lo que aprendí antes? ¿Es verdad lo que estoy aprendiendo ahora? ¿Cuál es la verdad?».

La verdad es que nuestro conocimiento entero, el cien por cien del mismo, no es nada más que un simbolismo o palabras que inventamos por la necesidad de comprender y expresar lo que percibimos. Todas y cada una de las palabras en nuestra mente y en esta página son sólo un símbolo, pero cada una de ellas tiene el poder de nuestra fe, porque *creemos* en su significado sin ninguna duda. Los seres humanos construimos todo un sistema de creencias hecho de símbolos; construimos un edificio entero de conocimiento. Y entonces utilizamos todo lo que sabemos, que no es más que simbología, a fin de justificar lo que creemos, a fin de tratar de explicarnos, en primer lugar a nosotros mismos y después a todos los que nos rodean, la manera en la que nos percibimos a nosotros y la manera en la que percibimos el universo entero.

Si cobramos conciencia de esto, resulta fácil comprender que todas las distintas mitologías, religiones y filosofías del mundo, todas las distintas creencias y maneras de pensar, no son más que acuerdos que establecemos con nosotros mismos y con otros seres humanos» Son nuestra creación, pero ¿acaso son ver- daderas? Todo lo que existe es verdadero: la tierra es verdadera, las estrellas son verdaderas, el universo entero ha sido siempre verdadero. Pero los símbolos que utilizamos para construir lo que sabemos son sólo verdad porque lo decimos nosotros.



En la Biblia se cuenta una preciosa historia que ilustra la relación entre Dios y los seres humanos. En esta historia, Adán y Dios están caminando juntos alrededor del mundo y Dios le pregunta a Adán qué nombre quiere darle a todas las cosas. Adán nombra, una a una, todas las cosas que percibe. «A esto lo llamaremos *árbol*. A esto lo llamaremos *pájaro*. A esto lo llamaremos *flor*...» Y Dios estuvo de acuerdo con Adán. La historia trata de la creación de los símbolos, de la creación de todo un lenguaje que funciona por acuerdo.

Se trata de las dos caras de una misma moneda: podemos decir que una cara es pura percepción, lo que Adán percibe; la otra es el significado que Adán le da

a cualquier cosa que percibe. Está el objeto de la percepción, que es la verdad, y está nuestra interpretación de la verdad, que únicamente es un punto de vista. La verdad es objetiva y la llamamos *ciencia*. Nuestra interpretación de la verdad es subjetiva y la llamamos *arte*. Ciencia y arte; la verdad y nuestra interpretación de la verdad. La verdad objetiva es la creación de la vida y es la verdad absoluta, porque es verdad para todo el mundo. Nuestra interpretación de la verdad es creación nuestra y es una verdad relativa, porque sólo es verdad por acuerdo. Al ser conscientes de esto, podemos empezar a comprender la mente humana.

Todos los seres humanos estamos programados para percibir la verdad, y para ello no necesitamos un lenguaje. Pero para *expresar* la verdad necesitamos utilizar un lenguaje y esa expresión es nuestro arte. Ya no se trata de la verdad porque las palabras son símbolos y los símbolos sólo pueden representar o «simbolizar» la verdad. Por ejemplo, podemos ver un árbol aunque no conozcamos el símbolo «árbol». Sin el símbolo, sencillamente vemos un objeto. El objeto es real, es verdad y lo percibimos. Una vez que lo llamamos un *árbol*, utilizamos el arte para expresar un punto de vista. Si utilizamos más símbolos podemos describir el árbol: cada una de sus hojas, cada uno de sus colores» Podemos decir que es un árbol grande, un árbol pequeño, un árbol bonito, un árbol feo, pero ¿es la verdad? No, el árbol sigue siendo el mismo árbol.

Nuestra interpretación del árbol dependerá de nuestra reacción emocional hacia dicho árbol y nuestra reacción emocional dependerá de los símbolos que utilicemos para recrear el árbol en nuestra mente. Como puedes ver, nuestra interpretación del árbol no es exactamente la verdad, pero nuestra interpretación es un *reflejo* de la verdad y ese reflejo es lo que denominamos la *mente humana*. La mente humana no es otra cosa que una realidad virtual. No es real. Lo que es real es verdad. Lo que es verdad es verdad para todos. Pero la realidad virtual es una creación personal; es nuestro arte y sólo es «verdad» para cada uno de nosotros»

Todos los seres humanos somos artistas, *todos* nosotros. Cada símbolo, cada palabra es una pequeña obra de arte» Desde mi punto de vista, y gracias a nuestra programación, nuestra mayor obra maestra de arte es el uso de un lenguaje para crear una realidad virtual completa en nuestra mente» La realidad virtual que creamos podría ser un claro reflejo de la verdad, o bien este reflejo podría estar completamente distorsionado» En cualquier caso, es arte. Nuestra creación podría ser nuestro cielo personal o podría ser nuestro infierno personal. No importa; es arte. Pero lo que podemos hacer al cobrar conciencia de lo que es

verdad y lo que es virtual no tiene fin. La verdad nos conduce a la maestría personal, nos conduce a una vida que es muy fácil; nuestra distorsión de la verdad a menudo nos conduce a conflictos innecesarios y al sufrimiento humano. La conciencia lo cambia todo.

Los seres humanos nacemos con conciencia; nacemos para percibir la verdad, pero acumulamos conocimiento y aprendemos a negar lo que percibimos. Practicamos para no ser conscientes y llegamos a ser maestros en no ser conscientes. La palabra es pura magia y aprendemos a utilizar nuestra magia en contra de nosotros mismos, en contra de la creación, en contra de los de nuestra propia especie. Ser consciente significa abrir los ojos para ver la verdad. Cuando vemos la verdad, lo vemos todo tal y como es, no tal como creemos que es, no tal como desearíamos que fuera. La conciencia abre la puerta a millones de posibilidades, y si sabemos que somos los artistas de nuestra propia vida, podemos elegir entre todas esas posibilidades.

Lo que estoy compartiendo contigo proviene de mi entrenamiento personal, de lo que yo denomino *Sabiduría Tolteca*. *Tolteca* es una palabra náhuatl que significa «artista». En mi opinión, ser un *tolteca* no tiene nada que ver con ninguna filosofía o lugar en el mundo. Ser un tolteca es sencillamente ser un artista. Un tolteca es un artista del espíritu, y como artistas que somos, nos gusta la belleza; no nos gusta lo que no es bello. Si nos convertimos en mejores artistas, nuestra realidad virtual se convierte en un reflejo mejor de la verdad y entonces podemos crear una obra maestra celestial con nuestro arte.

Hace miles de años, los toltecas crearon tres maestrías del artista: *la maestría de la conciencia*, *la maestría de la transformación* y *la maestría del amor, intento o fe*. Esta separación sirve únicamente para nuestra comprensión, puesto que las tres maestrías se convierten en una sola. La verdad es sólo una y de la verdad es de lo que estamos hablando. Estas tres maestrías nos guían para abandonar el sufrimiento y volver a nuestra verdadera naturaleza, que es la felicidad, la libertad y el amor.

Los toltecas comprendieron que vamos a crear una realidad virtual con o sin la conciencia. Si es con la conciencia, disfrutaremos de nuestra creación. Y ya sea que facilitemos la transformación o que nos resistamos a ella, nuestra realidad virtual siempre se estará transformando. Si practicamos el arte de la transformación, pronto estaremos facilitando la transformación misma y en lugar de utilizar nuestra magia en contra de nosotros mismos, la utilizaremos para expresar nuestra felicidad y nuestro amor. Cuando somos maestros del amor, del

intento o de la fe, somos maestros del sueño de nuestra vida, y cuando las tres maestrías se han consumado, reclamamos nuestra divinidad y nos convertimos en uno con Dios. Este es el objetivo de los toltecas.

Los toltecas no tenían la tecnología con la que contamos en la actualidad; no tenían conocimiento de la realidad virtual de las computadoras, pero eran grandes maestros de la realidad virtual de la mente humana. La maestría de la mente humana requiere un control absoluto de la atención: la manera en la que interpretamos y reaccionamos a la información que percibimos desde nuestro interior y desde el exterior. Los toltecas comprendieron que cada uno de nosotros es exactamente como Dios, pero que en lugar de crear, lo que hacemos es recrear. ¿Y qué es lo que recreamos? Lo que percibimos. Eso es lo que llega a ser la mente humana.

Si somos capaces de entender lo que es la mente humana y lo que la mente humana hace, podemos empezar a separar la realidad de la realidad virtual, es decir, la percepción pura, que es verdad, de la simbología, que es arte. La maestría personal se basa enteramente en la conciencia y empieza por la conciencia de uno mismo. En primer lugar, ser consciente de aquello que es real, después ser consciente de aquello que es virtual, lo cual significa aquello que creemos sobre aquello que es real. Con esta conciencia, sabemos que podemos cambiar lo que es virtual mediante un cambio en lo que creemos. Lo que es real no lo podemos cambiar y lo que creemos no tiene importancia.



3

TU HISTORIA

El primer acuerdo:
Sé impecable con tus palabras

Durante miles de años los seres humanos han intentado comprender el universo, la naturaleza y principalmente la naturaleza *humana*. Resulta maravilloso observar a los seres humanos en acción por todo el mundo, en todos los lugares y en todas las distintas culturas que existen en este bello planeta Tierra. Los seres humanos hacemos un gran esfuerzo para comprender, pero durante ese proceso, también hacemos muchas suposiciones. Como artistas que somos, distorsionamos la verdad y creamos asombrosas teorías; creamos filosofías enteras y las religiones más sorprendentes; creamos historias y supersticiones sobre todas las cosas, incluidos nosotros mismos. Y éste es exactamente el punto principal: *las creamos nosotros*.

Los seres humanos nacemos con el poder de la creación, así que constantemente estamos creando historias con las palabras que hemos aprendido. Todos nosotros utilizamos la palabra para formar nuestras opiniones, para expresar nuestro punto de vista. A nuestro alrededor suceden innumerables acontecimientos y, utilizando la atención, tenemos la capacidad de reunir todos esos acontecimientos en una historia. Creamos la historia de nuestra propia vida, la historia de nuestra familia, la historia de nuestra comunidad, la historia de nuestro país, la historia de la humanidad, la historia del mundo entero. Cada uno

de nosotros tiene una historia que compartimos, un mensaje que nos entregamos a nosotros mismos y que transmitimos a todo y a todas las personas que nos rodean.

Fuiste programado para entregar un mensaje y la creación de ese mensaje es tu mayor arte. ¿Cuál es el mensaje? Tu *vida*. Con ese mensaje creas principalmente tu historia, y después, la historia sobre todo lo que percibes. Creas una realidad virtual entera en tu mente y vives en esa realidad. Cuando piensas, lo haces en tu lengua; repites en tu cabeza todos los símbolos que significan algo para ti. Te estás brindando a ti mismo un mensaje, y ese mensaje es la ver- dad para ti porque crees que es la verdad.

Tu historia se basa en todo lo que sabes sobre ti, y cuando digo esto, te estoy hablando a ti, conocimiento, lo que tú crees que eres, no a *ti*, ser humano, lo que *realmente* eres. Como puedes ver, establezco una distinción entre tú y *tú* porque uno de los dos es real y el otro no lo es. *Tú*, el ser humano físico, eres real; *tú* eres la verdad. Tú, conocimiento, no eres real; tú eres virtual. Sólo existes por los acuerdos que estableciste contigo mismo y con los seres humanos que te rodeaban. Tú, conocimiento, provienes de los símbolos que oyes en tu cabeza, de todas las opiniones de la gente a la que amas, de la gente a la que no amas, de la gente a la que conoces, y, sobre todo, de la gente a la que nunca conocerás.

¿Quién está hablando en tu cabeza? Supones que eres tú. Pero, si tú eres quien habla, entonces ¿quién está escuchando? Tú, conocimiento, eres el que está hablando en tu cabeza y diciéndote lo que eres. *Tú*, el ser humano, estás escuchando, pero *tú*, el humano, existías mucho antes de que tuvieras el conocimiento. Existías mucho antes de que entendieras todos esos símbolos, antes de que aprendieras a hablar y, al igual que antes de que cualquier niño o niña aprenda a hablar, eras completamente auténtico. No fingías ser lo que no eres. Incluso sin siquiera saberlo, confiabas plenamente en ti mismo; te amabas enteramente a ti mismo. Antes de que adquirieras el conocimiento, eras totalmente libre para ser lo que realmente eres porque las opiniones y las historias de otros seres humanos no estaban todavía en tu cabeza.

Tu mente está llena de conocimiento, pero ¿cómo estás *utilizando* ese conocimiento? ¿Cómo estás utilizando la palabra cuando te toca describirte a ti mismo? Cuando te miras en un espejo ¿te gusta lo que ves o juzgas tu cuerpo y utilizas todos esos símbolos para decirte mentiras? ¿Es *realmente* verdad que eres demasiado bajo o demasiado alto, demasiado grueso o demasiado delgado? ¿Es *realmente* verdad que no eres guapo? ¿Es *realmente* verdad que no eres

perfecto tal y como eres?

¿Eres capaz de percibir todos los juicios que tienes sobre ti mismo? Cada juicio es sólo una opinión —es sólo un punto de vista— y ese punto de vista no estaba ahí cuando naciste. Todo lo que piensas sobre ti, todo lo que crees sobre ti, lo piensas y lo crees porque lo aprendiste. Aprendiste las opiniones de mamá, de papá, de tus hermanos y de la sociedad. Ellos te enviaron todas esas imágenes de la apariencia que debería tener un cuerpo; expresaron todas esas opiniones sobre cómo eres, sobre cómo no eres, sobre el modo en el que *deberías* ser. Te entregaron un mensaje y tú estuviste de acuerdo con él. Y ahora son muchas las cosas que piensas sobre cómo eres, pero ¿son la verdad?

Como ves, el problema no es realmente el conocimiento; el problema es creer en una *distorsión* del conocimiento: a eso es a lo que llamamos una *mentira*. ¿Qué es la verdad y qué es la mentira? ¿Qué es real y qué es virtual? ¿Ves la diferencia o te crees a esa voz en tu cabeza cada vez que habla y distorsiona la verdad mientras te asegura que las cosas son realmente como crees que son? ¿Es *realmente* verdad que no eres un buen ser humano y que nunca serás lo bastante bueno? ¿Es *realmente* verdad que no te mereces ser feliz? ¿Es *realmente* verdad que no eres digno de ser amado?

¿Recuerdas cuando un árbol dejó de ser sólo un árbol? Una vez que has aprendido una lengua, interpretas el árbol y juzgas el árbol según todas las cosas que sabes. Es entonces cuando el árbol se convierte en un árbol bonito, en un árbol feo, en un árbol alarmante, en un árbol maravilloso» Bien, pues haces lo mismo contigo mismo» Te interpretas y te juzgas según todas las cosas que sabes» Es entonces cuando te conviertes en un ser humano bueno, un ser humano malo, un ser humano culpable, un ser humano loco, un ser humano poderoso, un ser humano débil, un ser humano bello, un ser humano feo» Eres lo que crees que eres» Así que la primera pregunta es: «¿Qué crees que eres?»»

Si utilizas tu conciencia, verás todo lo que crees y es así como vives tu vida» Tu vida está totalmente dominada por el sistema de creencias que aprendiste» Cualesquiera que sean tus creencias están creando la historia que estás experimentando» Cualquier cosa que crees está creando las emociones que estás experimentando. Y quizá quieras realmente creerte que *eres* lo que tú crees, pero esa imagen es completamente falsa» No eres *tú*.

El tú real es único y está más allá de cualquier cosa que conoces, porque el tú real es la verdad. Tú, el ser humano, eres la verdad. Tu presencia física es real. Lo que crees sobre ti mismo no es real y no es importante, a menos que quieras

crear una historia mejor para ti mismo. Verdad o ficción; en cualquier caso, la historia que estás creando es una obra de arte. Es una historia maravillosa, una historia preciosa, pero es sólo una historia y llega a aproximarse a la verdad tanto como lo permite el uso de los símbolos.

Eres un artista y, como tal, para ti no existe una manera correcta o incorrecta de crear tu arte; sólo hay belleza o no la hay; hay felicidad o no la hay. Si crees que tú eres un artista, entonces todo vuelve a ser posible de nuevo. Las palabras son tu pincel y tu vida es el lienzo. Puedes pintar cualquier cosa que quieras pintar; incluso puedes copiar la obra de otro artista, pero lo que expresas con tu pincel es el modo en el que te ves a ti mismo, el modo en el que ves toda la realidad. Lo que pintas es tu vida y la apariencia que tenga dependerá de la manera en que utilices la palabra. Cuando comprendas esto, tal vez empieces a entender que la palabra es una herramienta poderosa para la creación. Cuando aprendas a utilizar esa herramienta con conciencia podrás hacer historia con la palabra. ¿Qué historia? La historia de tu vida, por supuesto. Tu historia.

EL PRIMER ACUERDO: SÉ IMPECABLE CON TUS PALABRAS

Esto nos lleva al primer y más importante de los Cuatro Acuerdos: *se impecable con tus palabras*. La palabra constituye tu poder de creación y ese poder puede utilizarse en más de una dirección. Una dirección es la impecabilidad, en la que la palabra engendra una preciosa historia: tu cielo personal en el mundo. La otra dirección es la del uso erróneo de la palabra que destruye todo lo que te rodea y crea tu infierno personal.

La palabra, como símbolo, tiene la magia y el poder de la creación, porque puede reproducir una imagen, una idea, un sentimiento o una historia entera en tu imaginación. Sólo con oír la palabra *caballo* se puede reproducir una imagen completa en tu mente. Ése es el poder de un símbolo, pero todavía puede ser mucho más poderoso que eso. Sólo diciendo dos palabras, *El Padrino*, una película entera puede aparecer en tu mente. Esta es tu magia, tu poder de creación y empieza con la palabra.

Quizá puedas entender lo que nos dice la Biblia: «En el principio existía el Verbo, y el Verbo estaba con Dios, y el Verbo era Dios». Según muchas religiones, en el principio no existía nada y la primera cosa que Dios creó fue el

mensajero, el ángel que entrega un mensaje. Tal vez comprendas la necesidad de algo que pudiera transmitir la información de un lugar a otro. Claro que, de ninguna parte a ninguna parte parece un poco complicado, pero a la vez es muy simple. En el mismo principio, Dios creó la palabra y la *palabra* es un mensajero. Por consiguiente, si Dios creó la palabra para entregar un mensaje y si la palabra es un mensajero, entonces eso es lo que eres: un mensajero, un ángel.

La palabra existe gracias a una fuerza que denominamos *vida, intento o Dios*. La palabra es la fuerza; es el intento y ésta es la razón por la que nuestro intento se manifiesta a través de la palabra, independientemente de la lengua que hablemos. La palabra es de suma importancia en la creación de todas las cosas, porque el mensajero empieza a entregar mensajes y toda la creación aparece de la nada.

¿Recuerdas cuando Dios y Adán caminaban y hablaban juntos? Dios crea la realidad y nosotros recreamos la realidad con la palabra. La realidad virtual que creamos es un reflejo de la realidad; es nuestra interpretación de la realidad mediante el uso de la palabra. Nada puede existir sin la palabra, porque la palabra es lo que utilizamos para crear todo lo que conocemos.

Si lo adviertes, estoy cambiando todos los símbolos a propósito, a fin de que puedas ver que las distintas expresiones significan exactamente lo mismo. Los símbolos pueden cambiar, pero el significado es el mismo en todas las tradiciones diferentes que existen en el mundo entero. Si escuchas el intento que está *detrás* de los símbolos, comprenderás lo que estoy tratando de expresar. La impecabilidad de la palabra tiene tanta importancia porque la palabra eres *tú*, el mensajero. La palabra es el mensaje que transmites, no sólo a todos los demás y a todas las cosas que te rodean, sino también el mensaje que te transmites a ti mismo.

Te estás contando una historia, pero ¿es la verdad? Si utilizas la palabra para crear una historia en la que te juzgas y te rechazas a ti mismo, entonces estás utilizando la palabra en tu contra y no estás siendo impecable. Cuando eres impecable no te dices: «Soy viejo. Soy feo. Soy gordo. No soy lo bastante bueno. No soy lo bastante fuerte. Nunca conseguiré nada en la vida». No utilizarás tu conocimiento contra ti mismo, lo que significa que tu voz del conocimiento no utilizará la palabra para juzgarte, declararte culpable y castigarte. Tu mente es tan poderosa que percibe la historia que tú mismo creas. Si creas juzgándote a ti mismo, entonces creas un conflicto interior que no es

más que una pesadilla.

Tu felicidad depende de ti mismo y de cómo utilizas la palabra. Si te enfadas y utilizas la palabra para enviar veneno emocional a otra persona, parecerá que utilizas la palabra contra esa persona, pero lo que en realidad estás haciendo es usar la palabra contra ti mismo. Esa acción generará una reacción similar y esa persona actuará yendo en *tu* contra. Si insultas a alguien, esa persona podría incluso herirte como respuesta. Si utilizas la palabra para crear un conflicto en el cual tu cuerpo podría resultar dañado, evidentemente la utilizas en *tu* contra.

Sé impecable con tus palabras significa realmente no utilizar nunca el poder de las palabras contra *ti mismo*. Cuando eres impecable con las palabras, nunca te traicionas a ti mismo. Nunca utilizas las palabras para chismorrear sobre ti mismo, ni para esparcir veneno emocional contando chismes sobre otras personas. El chismorreaje es la forma principal en la que la sociedad se comunica, y aprendemos a chismorrear por acuerdo. De niños, oímos a los adultos que nos rodean contar chismes sobre sí mismos y dar sus opiniones sobre otras personas, incluida gente a la que ni siquiera conocen. Pero ahora eres consciente de que nuestras opiniones no son la verdad; son simplemente un punto de vista.

Recuerda: eres el creador de la historia de tu propia vida. Si utilizas la palabra impecablemente, sólo imagínate la historia que vas a crearte para ti mismo. Utilizarás la palabra en la dirección de la verdad y del amor por ti mismo. Utilizarás la palabra para expresar la verdad en cada pensamiento, en cada acción, en cada palabra que utilices para describirte a ti mismo y para describir la propia historia de tu vida. ¿Y cuál será el resultado? Una vida extraordinariamente bella. En otras palabras, serás feliz.

Como puedes ver, la impecabilidad de las palabras tiene un influjo mucho mayor de lo que parece. La palabra es magia pura, y cuando adoptas el primer acuerdo, la magia sencillamente acontece en tu vida. Tus intenciones y deseos se manifiestan fácilmente porque no hay resistencia, no hay miedo; sólo hay amor. Estás en paz y creas una vida de libertad y de satisfacción en todos los aspectos. Este único acuerdo bastará para transformar completamente tu vida y convertirla en tu cielo personal. Sé siempre consciente de cómo utilizas la palabra y *sé impecable con las palabras*.



4

CADA MENTE ES UN MUNDO

El segundo acuerdo:
No te tomes nada personalmente

Cuando nacemos no hay símbolos en nuestra mente, pero tenemos un cerebro y tenemos ojos, y nuestro cerebro ya está captando imágenes que provienen de la luz. Empezamos percibiendo la luz, nos familiarizamos con la luz, y la reacción de nuestro cerebro a la luz es un interminable juego de imágenes en nuestra imaginación, en nuestra mente. Estamos *soñando*. Desde el punto de vista tolteca, toda nuestra vida es un sueño porque el cerebro está programado para soñar veinticuatro horas al día.

Cuando el cerebro está despierto, existe un marco material que nos hace percibir las cosas de una manera lineal; cuando el cerebro está dormido no hay marco y el sueño tiene la tendencia a cambiar constantemente. Incluso con el cerebro despierto, tendemos a soñar despiertos y el sueño cambia constantemente. La imaginación es tan poderosa que nos lleva a muchas partes. En nuestra imaginación vemos cosas que otra gente no ve; oímos cosas que otra gente no oye, o quizá no lo hagamos, depende de la manera en la que soñemos. La imaginación proporciona un movimiento a las imágenes que vemos, pero esas imágenes sólo existen en la mente, en el sueño.

Luz, imágenes, imaginación, sueño.... Ahora mismo estás soñando y esto es algo que puedes verificar fácilmente. Tal vez nunca has notado que tu mente está

soñando siempre, pero si utilizas tu imaginación sólo por un instante, comprenderás lo que estoy tratando de explicarte. Imagínate que estás mirando un espejo. En el espejo hay un mundo entero de objetos, pero sabes que lo que ves no es más que un reflejo de lo que es real. Parece como si fuera real, parece como si fuera la verdad, pero no es real y no es la verdad. Si intentas tocar los objetos que están en el espejo sólo tocas la superficie del espejo.

Lo que ves en el espejo es sólo una *imagen* de la realidad, lo que significa que es una realidad *virtual*; es un sueño y es el mismo tipo de sueño que los seres humanos soñamos con el cerebro despierto. ¿Por qué? Porque lo que ves en el espejo es una copia de la realidad que creas con la capacidad de tus ojos y de tu cerebro. Es una *imagen* del mundo que construyes en tu mente, lo cual quiere decir que así es cómo tu propia mente percibe la realidad. Lo que un perro ve en el espejo es la manera en la que el cerebro del perro percibe la realidad. Lo que un águila ve en ese mismo espejo es la manera en la que el cerebro del águila percibe la realidad y es una manera distinta a la tuya.

Ahora imagínate que en lugar de mirar el espejo miras en tus ojos» Tus ojos perciben la luz que está siendo reflejada desde millones de objetos que están fuera de tus ojos. El sol envía luz a todo el mundo y cada objeto refleja la luz. Billones de rayos de luz que provienen de todas partes entran en tus ojos y proyectan imágenes de objetos en tus ojos. Piensas que estás viendo todos esos objetos, pero la única cosa que *realmente* estás viendo es la luz que está siendo reflejada.

Todo lo que percibes es un reflejo de lo que es real, igual que los reflejos en un espejo, salvo por una diferencia importante. Al otro lado del espejo no hay nada, pero detrás de tus ojos hay un cerebro que intenta darle un sentido a todo. Tu cerebro interpreta todo lo que percibes según el significado que tú le das a cada símbolo, según la estructura de tu lengua, según todo el conocimiento que fue programado en tu mente. Cada cosa que percibes es filtrada por todo tu sistema de creencias. Y el resultado de interpretar todo lo que percibes utilizando todo lo que crees es tu sueño personal. Así es como creas toda una realidad virtual en tu mente»

Tal vez puedas ver cuán fácil nos resulta a los seres humanos distorsionar lo que percibimos. La luz reproduce una imagen perfecta de lo que es real, pero nosotros distorsionamos la imagen creando una historia con todos esos símbolos y opiniones que aprendimos. Soñamos sobre ello con nuestra imaginación y por acuerdo pensamos que nuestro sueño es la verdad absoluta, cuando la verdad

real es que nuestro sueño es una verdad relativa, un *reflejo* de la verdad que siempre va a ser distorsionado por todo el conocimiento que hemos almacenado en nuestra memoria.

Muchos maestros han dicho que cada mente es un mundo, y esto es verdad. El mundo que pensamos, que vemos en el exterior, está en realidad en nuestro *interior*. Sólo son *imágenes* en nuestra imaginación. Es un *sueño*. Estamos soñando constantemente y esto es algo conocido desde hace siglos, no sólo por los toltecas en México, sino también en Grecia, en Roma, en India, en Egipto. Gente de todo el mundo ha dicho: «La vida es un sueño». La cuestión es ¿somos conscientes de ello?

Cuando no somos conscientes de que nuestra mente siempre está soñando, resulta fácil culpar a todas las cosas y a todos los demás por todas las distorsiones de nuestro sueño personal, por cualquier cosa que nos haga sufrir en la vida. Cuando cobramos conciencia de que vivimos en un sueño que estamos creando nosotros, los artistas, damos un gran paso hacia nuestra propia evolución, porque en ese momento podemos responsabilizarnos de nuestra creación. Comprender que nuestra mente está soñando siempre nos brinda la clave para cambiar nuestro sueño si no estamos disfrutando de él.

¿Quién está soñando la historia de tu vida? Lo haces tú. Si no te gusta tu vida, si no te gusta lo que crees sobre ti mismo, eres el único que puede cambiarlo. Se trata de tu mundo; es tu sueño. Si disfrutas de tu sueño, entonces fantástico, continúa disfrutando todos y cada uno de los momentos. Si tu sueño es una pesadilla, si hay drama y sufrimiento y no estás disfrutando de tu creación, entonces puedes cambiarlo. Estoy seguro de que sabes que existen millones de libros en este mundo escritos por millones de soñadores con distintos puntos de vista. Tu historia es tan interesante como cualquiera de esos libros, incluso es más interesante porque tu historia continúa cambiando. El modo en que sueñas cuando tienes diez años es completamente distinto al modo en que sueñas cuando tienes quince, o cuando tienes veinte o treinta o cuarenta años o al modo en que sueñas ahora.

La historia que sueñas hoy no es la misma historia que soñabas ayer o incluso hace media hora. Cada vez que hablas sobre tu historia se produce un cambio según a quién se la estés contando, según tu estado físico y emocional en ese momento, según tus creencias en ese momento. Aun cuando intentes contar la misma historia, tu historia está cambiando siempre. En un momento determinado descubres que no es más que un cuento. No es la realidad; es una

realidad virtual. No es nada más que un sueño. Y es un sueño compartido, porque todos los seres humanos estamos soñando en el mismo momento. El sueño compartido de la humanidad, *el sueño del planeta*, ya existía antes de que tú nacieras y así es cómo aprendiste a crear tu propio arte, tu historia.

EL SEGUNDO ACUERDO: NO TE TOMES NADA PERSONALMENTE

Utilicemos el poder de nuestra imaginación para crear un sueño juntos, sabiendo que se trata de un sueño. Imagina que estás en un centro comercial gigante en el que hay cientos de salas de cine. Consultas la programación para ver qué están poniendo y adviertes que hay una película que lleva tu nombre. ¡Increíble! Entras en la sala y está casi vacía, salvo por una persona. Para no interrumpir, te sientas muy silenciosamente detrás de esa persona que ni siquiera advierte tu presencia; toda la atención de esa persona está centrada en la película.

Miras a la pantalla ¡y qué gran sorpresa! Reconoces a todos los personajes de la película: tu madre, tu padre, tus hermanos y hermanas, tu persona amada, tus hijos y tus amigos. Entonces ves al protagonista de la película ¡y eres tú! Eres la estrella de la película y es tu historia. Y la persona que está sentada delante de ti, ¡vaya!, también eres tú viéndote actuar en la película. Por supuesto, el protagonista es exactamente como tú crees que eres, igual que todos los personajes secundarios, porque tú conoces tu historia. Transcurrido un tiempo, empiezas a sentirte un poco abrumado por todo lo que acabas de presenciar y decides ir a otra sala.

En esta sala también hay una sola persona viendo una película y ni siquiera advierte que te sientas a su lado. Empiezas a ver la película y reconoces a todos los personajes, pero ahora sólo eres un personaje secundario. Esta es la historia de la vida de tu madre y ella es la persona que está viendo la película con toda su atención. Entonces comprendes que tu madre no es la misma persona que aparecía en tu película. El modo en el que ella se proyecta es completamente distinto en su película. Es la manera en la que tu madre quiere que todos la perciban. Tú sabes que no es auténtico, sólo está actuando, pero entonces empiezas a comprender que es el modo en el que ella se percibe a *sí misma* y esto te provoca una especie de conmoción.

Entonces adviertes que el personaje que tiene tu rostro no es la misma

persona que salía en tu película. Te dices: «Ah, éste no soy yo», pero ahora ves cómo te percibe tu madre, lo que cree sobre ti y está muy lejos de ser lo que tú crees sobre ti mismo. Entonces ves al personaje de tu padre, el modo en que tu madre lo percibe y no se parece en nada al modo en el que lo percibes tú. Está completamente distorsionado, igual que su percepción del resto de los personajes. Ves de qué modo percibe tu madre a tu persona amada e incluso llegas a disgustarte un poco con tu madre. «¡Cómo se atreve!» Te levantas y abandonas la sala.

Entras en la siguiente sala y ahí está la historia de tu persona amada. Ahora puedes ver el modo en que te percibe tu persona amada y el personaje es completamente diferente del que aparecía en tu película y en la película de tu madre. Puedes ver el modo en que tu persona amada percibe a tus hijos, a tu familia, a tus amigos. Puedes ver el modo en que tu persona amada quiere proyectarse a sí mismo o a sí misma, y no se parece en nada a la manera en que tú percibes a tu persona amada. Entonces decides abandonar la sala y vas a ver la película de tus hijos. Ves el modo en el que tus hijos te ven a ti, el modo en el que ven al abuelo, a la abuela, y apenas puedes creértelo. Entonces ves las películas de tus hermanos y hermanas, de tus amigos, y descubres que todos distorsionan a todos los personajes en sus películas.

Tras ver todas estas películas, decides regresar a la primera sala para ver tu propia película otra vez. Te ves a ti mismo actuar en tu película, pero ya no te crees nada de lo que estás viendo; ya no te crees tu propia historia porque ves que es sólo un cuento. Ahora sabes que toda la actuación que hiciste a lo largo de tu vida entera fue inútil, porque nadie te percibe como tú quieres ser percibido. Ves que todo el drama que ocurre en tu película en realidad no es advertido por las personas que te rodean. Resulta obvio que la atención de los demás está centrada en su propia película. ¡Ni siquiera se han dado cuenta de que te has sentado a su lado en su sala! Los actores centran toda su atención en su historia y ésa es la única realidad que viven. Su atención está tan absorbida por su propia creación que ni siquiera advierten su *propia* presencia: la persona que está observando su película.

En ese momento, todo cambia para ti. Ya nada es lo mismo porque ahora ves lo que realmente está sucediendo. La gente vive en su propio mundo, en su propia película, en su propia historia. Deposita toda su fe en esa historia, y esa historia es verdadera para cada uno de ellos, pero es una verdad relativa, porque no es verdad para ti. Ahora puedes ver que todas sus opiniones sobre ti

realmente conciernen al personaje que vive en su película, no en la tuya. La persona a la que están juzgando en tu nombre es un personaje creado por ellos. Cualquier cosa que la gente piense de ti está relacionada realmente con la *imagen* que tienen de ti y esa imagen no eres tú.

En este punto está claro que las personas a las que más quieres no te conocen realmente y tú tampoco las conoces a ellas. Lo único que conoces de ellas es lo que crees sobre ellas. Sólo conoces la imagen que creaste para ellas y esa imagen no tiene nada que ver con las personas reales. Creías que conocías muy bien a tus padres, a tu cónyuge, a tus hijos, a tus amigos. La verdad es que no tienes ni idea de lo que ocurre en su mundo: lo que están pensando, lo que están sintiendo, lo que están soñando. Pero lo que resulta incluso más sorprendente es que creías que te conocías a *ti mismo*. Entonces llegas a la conclusión de que ni siquiera te conoces a ti mismo, porque has estado actuando durante tanto tiempo que te has convertido en un maestro del fingimiento de ser lo que no eres.

Con esta conciencia, comprendes cuán ridículo resulta decir «Mis seres queridos no me comprenden. Nadie me comprende». Por supuesto que no te comprenden. Ni siquiera te comprendes tú mismo. Tu personalidad está cambiando constantemente, entre un momento y el siguiente, según el papel que estés representando, según los personajes secundarios de tu historia, según el modo en el que estás soñando en ese momento. En casa, tienes un tipo de personalidad. En el trabajo, tu personalidad es completamente diferente. Con tus amistades femeninas es de una manera; con tus amistades masculinas es de otra manera. Pero durante toda tu vida has hecho la suposición de que la gente te conocía muy bien y cuando no hacía lo que tú esperabas que hiciera, te lo tomabas personalmente, reaccionabas con enfado y utilizabas la palabra para crear muchos conflictos y dramas por nada.

Ahora resulta fácil comprender la razón por la que existen tantos conflictos entre los seres humanos. El mundo está poblado por billones de soñadores que no tienen conciencia de que la gente vive en su propio mundo y que sueña su propio sueño. Desde el punto de vista del personaje principal, que es su *único* punto de vista, todo trata sólo sobre ellos. Cuando los personajes secundarios dicen algo que está en desacuerdo con su punto de vista, se enfadan e intentan defender su postura. Quieren que los personajes secundarios sean como ellos quieren que sean, y si no lo son, se sienten muy heridos. Se lo toman *todo* personalmente. Con esta conciencia también tú puedes entender la solución y se trata de algo muy simple y muy lógico: *no te tomes nada personalmente*.

Ahora el significado del segundo acuerdo está profundamente claro. Este acuerdo te proporciona la inmunidad en la interacción con los personajes secundarios de tu historia. No tienes que preocuparte por los puntos de vista de otras personas. Una vez que comprendes que nada de lo que los demás digan o hagan tiene que ver contigo, no importa quién chismorrea sobre ti, quién te culpa, quién te rechaza, quién está en desacuerdo con tu punto de vista. Todos esos chismes no te afectan. Ni siquiera te molestas en defender tu punto de vista. Sencillamente dejas que los perros ladren y seguro que ladrarán y ladrarán y ladrarán. ¿Y qué? Cualquier cosa que diga la gente no te afecta, porque eres inmune a sus opiniones y a su veneno emocional. Eres inmune a los depredadores, los que utilizan los chismes para herir a otras personas, los que quieren utilizar a otras personas para herirse a sí mismos.

No te tomes nada personalmente es una preciosa herramienta de interacción con tu propia especie, de ser humano a ser humano. Y proporciona una gran entrada para alcanzar la libertad personal, porque ya no tienes que regir tu vida según la opinión de otras personas. ¡Esto te libera realmente! Puedes hacer cualquier cosa que quieras hacer sabiendo que, hagas lo que hagas, no tiene nada que ver con nadie más que contigo. La única persona que necesita preocuparse de tu historia eres *tú*. Esta conciencia lo cambia todo. Recuerda, la conciencia de la verdad constituye el primer paso para la maestría personal y eso es lo que estás haciendo ahora mismo. Te están recordando la verdad.

Ahora que comprendes esta verdad, ahora que has cobrado conciencia, ¿cómo puedes seguir tomándote las cosas personalmente? Una vez que comprendes que todos los seres humanos viven en su propio mundo, en su propia película, en su propio sueño, el segundo acuerdo es puro sentido común: *no te tomes nada personalmente*.



5

VERDAD O FICCION

El tercer acuerdo:
No hagas suposiciones

Durante siglos, incluso milenios, los seres humanos han creído que en la mente humana existe un conflicto: un conflicto entre el bien y el mal. Pero eso no es verdad. El bien y el mal son sólo el resultado del conflicto, porque el conflicto real está entre la verdad y las mentiras. Tal vez podríamos decir que *todo* conflicto es el resultado de las mentiras, porque la verdad carece de cualquier clase de conflicto. La verdad no necesita demostrarse a sí misma: existe, creamos en ella o no. Las mentiras sólo existen si las creamos nosotros y sólo sobreviven si creemos en ellas. Las mentiras no son más que una distorsión de la palabra, una distorsión del significado de un mensaje, y esa distorsión se halla en el reflejo, en la mente humana. Las mentiras no son reales —son una creación nuestra—, pero les otorgamos una vida y las hacemos reales en la realidad virtual de nuestra mente.

Cuando era adolescente, mi abuelo me transmitió esta sencilla verdad, pero tardé años en comprenderla realmente, porque siempre estaba pensando: «¿Cómo podemos saber la verdad?». Utilizaba símbolos para tratar de comprender la verdad, cuando la verdad real es que los símbolos no tienen nada que decir sobre la verdad. La verdad existía mucho antes de que los seres humanos crearan símbolos.

Como artistas estamos siempre distorsionando la verdad con símbolos, pero ése no es el problema. Como hemos dicho antes, el problema surge cuando nos *creemos* esa distorsión, porque algunas mentiras son inocentes y otras son letales. Vamos a ver de qué modo podemos utilizar la palabra para crear una historia, una *superstición*, sobre una silla. ¿Qué sabemos sobre una silla? Podemos decir que una silla está hecha de madera o de metal o de tela, pero solamente estamos utilizando símbolos para expresar un punto de vista. La verdad es que realmente no sabemos qué es ese objeto. Pero podemos utilizar la palabra con toda nuestra autoridad para transmitirnos un mensaje a nosotros mismos y a todos los que nos rodean: «Esta silla es fea. Odio esta silla».

El mensaje ya está distorsionado, pero esto es sólo el principio. Podemos decir: «Es una silla estúpida y creo que quienquiera que se siente en ella se puede convertir también en un estúpido. Creo que tenemos que destruir la silla porque si alguien se sienta en ella y se rompe, la persona se caerá y se fracturará la cadera. ¡Oh, sí, esta silla es maligna! Elaboremos una ley contra la silla para que todo el mundo sepa que representa un peligro para la sociedad. De ahora en adelante ¡está prohibido acercarse a la silla maligna!».

Si transmitimos este mensaje, quienquiera que lo reciba y esté de acuerdo con él empezará a tenerle miedo a la silla maligna. Muy pronto, habrá personas que le tengan tanto miedo a la silla que empezarán a tener pesadillas relacionadas con ella. Llegarán a obsesionarse con la silla maligna y, por supuesto, tendrán que destruirla antes de que la silla las destruya a ellas.

¿Ves lo que podemos hacer con la palabra? La silla es sólo un objeto. Existe y ésa es la verdad. Pero la historia que creamos sobre la silla no es la verdad; es una superstición. Es un mensaje distorsionado y el mensaje es la mentira. Si no nos creemos la mentira, no hay ningún problema. Pero si nos creemos la mentira e intentamos imponérsela a otras personas, la situación puede desembocar en lo que denominamos el *mal*. Por supuesto que lo que denominamos el *mal* tiene muchos niveles dependiendo de nuestro poder personal. Algunas personas son capaces de conducir al mundo entero a una gran guerra en la que mueran millones de personas. Existen tiranos en todo el mundo que invaden otros países y destruyen a su población porque los tiranos creen en mentiras.

Ahora podemos entender fácilmente por qué existe un conflicto en la mente humana y sólo en la mente *humana* —la realidad virtual—, porque no existe en el resto de la naturaleza. Hay billones de seres humanos que distorsionan todos esos símbolos en sus cabezas y entregan mensajes distorsionados. Eso es lo que

realmente le ocurrió a la humanidad. Creo que esto explica el motivo por el cual existen las guerras, por el cual existen todas las injusticias y los abusos, por el cual el sueño que denominamos *infierno* existe en el mundo de los seres humanos. El infierno no es más que un sueño lleno de mentiras.

Recuerda, nuestro sueño está controlado por lo que creemos y lo que creemos podría ser verdad o podría ser ficción. La verdad nos conduce a nuestra propia autenticidad, a la felicidad. Las mentiras nos conducen a las limitaciones en nuestra vida, al sufrimiento y al drama. Quienquiera que crea en la verdad, vive en el cielo. Quienquiera que crea en las mentiras, más tarde o más temprano, vivirá en el infierno. No tenemos que morir para ir al cielo o al infierno. El cielo está por todas partes a nuestro alrededor, igual que el infierno también está a nuestro alrededor. El cielo es un punto de vista, un estado mental, igual que lo es el infierno. Es obvio que las mentiras han estado actuando en nuestra cabeza. Los seres humanos creamos las mentiras y después las mentiras nos controlan a nosotros. Pero, tarde o temprano, llega la verdad y las mentiras no pueden sobrevivir ante la presencia de la verdad.

Hace siglos la gente creía que la Tierra era plana. Algunos decían que los elefantes sostenían la Tierra y eso les hacía sentirse seguros. «Bien, ahora sabemos que la Tierra es plana.» Bueno, ¡pues ahora sabemos que no es plana! La creencia de que la Tierra era plana era considerada verdad y casi todo el mundo estaba de acuerdo, pero ¿acaso eso la hizo verdad?

Una de las mentiras más grandes que oímos en la actualidad es: «Nadie es perfecto». Es una excusa excelente para nuestro comportamiento, y casi todo el mundo está de acuerdo, pero ¿es verdad? Bien al contrario, cada ser humano en este mundo es perfecto, pero hemos oído esa mentira desde que éramos niños, y como consecuencia, continuamos juzgándonos a nosotros mismos comparándonos con una *imagen* de la perfección. Seguimos buscando la perfección, y en nuestra búsqueda descubrimos que todo en el universo es perfecto, excepto los seres humanos. El sol es perfecto, las estrellas son perfectas, los planetas son perfectos, pero cuando llega el turno de los seres humanos, «Nadie es perfecto». La verdad es que todo en la creación es perfecto, incluso los seres humanos.

Si no tenemos la conciencia para ver esta verdad es porque estamos cegados por la mentira. Quizá digas: «¿Y si alguien tiene una discapacidad física? ¿Es esa persona perfecta?». Bueno, según lo que tú sabes, esa persona puede ser imperfecta, pero ¿acaso lo que tú sabes es la verdad? ¿Quién dice que lo que

llamamos *discapacidad* o incluso *enfermedad* no es perfecto?

Todo en nosotros es perfecto, incluso la discapacidad o la enfermedad que podamos tener. Alguien con una dificultad de aprendizaje es perfecto; alguien que nace sin un dedo o un brazo o una oreja es perfecto; alguien con una enfermedad es perfecto. Sólo existe la perfección y tomar conciencia de ello constituye otro paso importante en nuestra evolución. Decir lo contrario significa no tener conciencia de lo que somos. Y no es suficiente con *decir* que somos perfectos; necesitamos *creer* que somos perfectos. Si creemos que somos imperfectos, esa mentira se une a más mentiras que la apoyan, y juntas, todas esas mentiras reprimen la verdad y guían el sueño que nos estamos creando para nosotros mismos. Las mentiras no son más que supersticiones y puedo asegurarte que vivimos en un mundo de superstición. Pero, de nuevo, ¿somos conscientes de ello?

Imagina que mañana por la mañana te despiertas en la Europa del siglo XIV, sabiendo lo que sabes ahora, creyendo lo que crees hoy. Imagina lo que esas personas pensarían de ti, de qué manera te juzgarían. Te juzgarían por bañarte cada día. Todo lo que crees sería una amenaza para lo que ellos creían. ¿Cuánto tiempo pasaría antes de que te juzgaran por ser un brujo? Te torturarían, te harían confesar que eres un brujo y finalmente te matarían por el miedo que despertarían tus creencias. Resulta fácil ver que aquellas gentes vivían su vida inmersas en la superstición. Casi nada de lo que creían era verdad y esto puedes verlo fácilmente gracias a lo que crees hoy. Pero aquellas personas no eran conscientes de sus supersticiones. Su manera de vivir era completamente normal para ellas; no conocían nada mejor porque nunca aprendieron nada distinto.

Así que tal vez lo que crees sobre ti mismo está igualmente lleno de supersticiones, como las creencias de aquella gente del pasado. Sólo imagina que los seres humanos provenientes de siete u ocho siglos en el futuro pudieran ver lo que la mayoría pensamos de nosotros mismos hoy. El modo en el que la mayoría de nosotros nos relacionamos con nuestro propio cuerpo es todavía bárbaro, aunque no tanto como hace siete siglos. Nuestro cuerpo nos es completamente fiel, pero lo juzgamos y abusamos de él; lo tratamos como si fuera el enemigo, cuando en realidad es nuestro aliado. Nuestra sociedad otorga una gran importancia al atractivo físico según las imágenes que vemos en los medios de comunicación: en la televisión, en las películas y en las revistas de moda. Si creemos que no somos suficientemente atractivos según estas imágenes, entonces nos creemos una mentira y estamos utilizando la palabra

contra nosotros, contra la verdad.

Las personas que controlan los medios de comunicación nos dicen qué creer, cómo vestarnos, qué comer y manipulan a los seres humanos como si fuéramos marionetas, lo que significa que nos manipulan como quieren. Si quieren que odiamos a alguien, esparcen chismorreos por todas partes y las mentiras obran su magia. Cuando dejamos de ser marionetas, nos resulta obvio que nuestra vida ha sido guiada por mentiras y supersticiones. Imagínate lo que los futuros seres humanos pensarían de nuestras supersticiones. Si creyeran en la perfección de todas las cosas de la creación, incluidos todos los seres humanos, ¿los crucificaríamos por sus creencias?

¿Cuál es la verdad y cuál es la mentira? Una vez más, la conciencia resulta muy importante porque la verdad no viene con las palabras, con el conocimiento. Pero las mentiras sí que lo hacen y hay billones de mentiras. Los seres humanos nos creemos tantas mentiras porque no somos conscientes de ello. Ignoramos la verdad o sencillamente no vemos la verdad. Cuando estamos domesticados acumulamos una gran cantidad de conocimiento, y todo ese conocimiento es sencillamente como un muro de bruma que no nos permite percibir la verdad, lo que realmente es. Sólo vemos lo que queremos ver; sólo oímos lo que queremos oír. Nuestro sistema de creencias es exactamente como un espejo que únicamente nos muestra lo que creemos.

En nuestro desarrollo, a medida que vamos creciendo a lo largo de la vida, aprendemos tantas mentiras que la estructura completa de nuestras mentiras se convierte en algo muy complicado. Y nosotros lo complicamos todavía más porque *pensamos* y nos *creemos* lo que pensamos. Suponemos que lo que creemos es la verdad absoluta y nunca nos detenemos a considerar que nuestra verdad es una verdad relativa, una verdad virtual. Por lo general, ni siquiera se acerca a ninguna clase de verdad, pero es lo que más podemos aproximarnos sin conciencia.

EL TERCER ACUERDO: NO HAGAS SUPOSICIONES

Esto nos lleva al tercer acuerdo: *no hagas suposiciones*. Hacer suposiciones es sencillamente buscarse problemas, porque la mayoría de las suposiciones no son la verdad; son ficción. Una gran suposición que hacemos es considerar que

todo lo que está en nuestra realidad virtual es la verdad. Otra gran suposición que hacemos es considerar que todo lo que está en la realidad virtual de todos los demás es la verdad. Bueno, ¿pues ahora ya sabes que ninguna de las realidades virtuales es la verdad!

Si utilizamos nuestra conciencia veremos fácilmente todas las suposiciones que hacemos y podremos ver cuan fácil resulta hacerlas. Los seres humanos tenemos una imaginación poderosa, muy poderosa, y son muchas las historias e ideas que podemos imaginar. Escuchamos los símbolos que nos hablan en nuestra cabeza. Empezamos a imaginarnos lo que otras personas están haciendo, lo que están pensando, lo que están diciendo sobre nosotros y soñamos cosas en nuestra imaginación. Nos inventamos toda una historia que sólo es verdad para nosotros, pero nos la creemos. Una suposición conduce a otra suposición; sacamos precipitadamente una conclusión y nos tomamos nuestra historia muy personalmente. Entonces culpamos a otras personas y por lo general empezamos a chismorrear con la intención de justificar nuestras suposiciones. Por supuesto, al chismorrear, el mensaje distorsionado se distorsiona aún más.

Hacer suposiciones y después tomárnoslas personalmente propicia el principio del infierno en este mundo. Casi todos nuestros conflictos se basan en esto y resulta fácil entender el porqué. Las suposiciones no son más que mentiras que nos decimos a nosotros mismos. Esto crea un gran drama por nada, porque no sabemos realmente si algo es verdad o no lo es. Hacer suposiciones no es otra cosa que buscar un drama cuando no existe ninguno. Y si el drama está teniendo lugar en la historia de otra persona ¿qué pasa? No se trata de nuestra historia; es la historia de otra persona.

Sé consciente de que casi todo lo que te dices a ti mismo es una suposición. Si eres padre, sabes lo fácil que resulta hacer suposiciones sobre tus hijos. Es medianoche y tu hija no ha vuelto a casa todavía. Salió a bailar y creíste que a estas horas ya habría regresado. Empiezas a imaginarte lo peor; empiezas a hacer suposiciones: «Oh, ¿y si le ha ocurrido algo? Tal vez debería llamar a la policía». Puedes imaginar una infinidad de cosas y creas un drama entero de posibilidades en tu cabeza. Diez minutos más tarde tu hija llega a casa luciendo una gran sonrisa. Cuando llega la verdad y todas las mentiras se disipan, comprendes que sencillamente te estabas torturando por nada. *No hagas suposiciones.*

Si no tomarte nada personalmente te proporciona inmunidad en la interacción con otras personas, no hacer suposiciones te proporciona inmunidad

en la interacción contigo mismo, con tu voz del conocimiento, o con lo que llamamos *pensar*. Las suposiciones se crean todas en el pensamiento. Pensamos demasiado y el pensamiento nos conduce a las suposiciones. Sólo pensar: «¿Y si...?», puede generar un gran drama en nuestra vida. Todos los seres humanos podemos pensar mucho y el pensamiento trae consigo el miedo. No tenemos ningún control sobre todo ese pensamiento, sobre todos esos símbolos que distorsionamos en nuestra cabeza. Si dejamos de pensar ya no necesitamos explicarnos nada a nosotros mismos y esto nos impide hacer suposiciones.

Los seres humanos tenemos la necesidad de explicarlo y justificarlo todo; necesitamos el conocimiento y hacemos suposiciones para satisfacer nuestra necesidad de *saben*. No nos importa si el conocimiento es verdad o no. Verdad o ficción, creemos en un cien por cien lo que creemos y continuamos creyéndolo, sencillamente porque poseer ese conocimiento nos hace sentirnos seguros. Hay muchas cosas que la mente no puede explicar; tenemos una gran cantidad de preguntas que necesitan respuesta. Pero cuando no sabemos algo, en lugar de preguntar, hacemos todo tipo de suposiciones. Si sencillamente preguntáramos, no necesitaríamos hacer suposiciones. Siempre es mejor preguntar y ser claro.

Si no hacemos suposiciones podemos centrar nuestra atención en la verdad, no en lo que *creemos* que es la verdad. Entonces vemos la vida tal como es, no como queremos verla. Como podemos ver, cuando no creemos en nuestras propias suposiciones, el poder de nuestra creencia que habíamos invertido en ellas retorna a nosotros. Cuando recuperamos toda la energía que habíamos puesto en hacer suposiciones, podemos utilizarla para crear un nuevo sueño: nuestro cielo personal. *No hagas suposiciones.*



6

EL PODER DE CREER

El símbolo de Santa Claus

Hubo una época en tu vida en la que eras completamente dueño del poder de tu creencia, pero cuando te educaron para formar parte de la humanidad, el poder de tu creencia se destinó a todos esos símbolos que aprendiste, y en un momento determinado, los símbolos consiguieron dominarte a ti. La verdad es que el poder de tu creencia fue entregado a *todas las cosas* que conoces, y desde entonces, todo lo que sabes ha gobernado tu vida. Obviamente, cuando somos pequeños, nos vemos superados por el poder de las creencias de las demás personas. Los símbolos son una invención maravillosa, pero cuando nos los introducen ya van acompañados de opiniones y creencias. Absorbemos cada opinión sin preguntarnos si es verdad o no lo es. Y el problema reside en que cuando llegamos a ser maestros de un lenguaje con todas las opiniones que oímos al crecer, los símbolos ya tienen el poder sobre nuestra creencia.

Esto no es ni bueno ni malo, ni correcto ni incorrecto. Es sencillamente lo que sucede y nos ocurre a todos nosotros. Aprendemos a ser un miembro de nuestra sociedad, aprendemos una lengua, aprendemos una religión o filosofía, aprendemos a ser de una manera determinada y estructuramos todo nuestro sistema de creencias basándonos en todas las cosas que nos han dicho. No tenemos razón para dudar de lo que otras personas nos dicen hasta que se nos rompe el corazón por primera vez y descubrimos que algo de lo que nos dijeron

no es verdad.

Vamos a la escuela y oímos hablar a los niños mayores. Hablan de nosotros y dicen: «¿Ves a ese niño? Todavía cree en Santa Claus». Tarde o temprano descubrimos que Santa Claus no existe. ¿Te acuerdas de tu reacción, de cómo te *sentiste* cuando descubriste que Santa Claus no era verdad? No creo que tus padres lo hicieran con mala intención. Creer en Santa Claus constituye una maravillosa tradición para millones de personas. La letra de una canción describe lo que nos dicen sobre el símbolo que conocemos como *Santa Claus*: «Mejor que tengas cuidado, mejor que no llores, mejor que no te enfurruñes y voy a decirte por qué. ¡Santa Claus está llegando a la ciudad!». Nos dicen que Santa Claus sabe todo lo que hacemos y lo que no hacemos; sabe cuándo hemos sido malos o buenos; sabe si no nos lavamos los dientes. Y nosotros nos lo *creemos*.

Llega la Navidad y vemos que hay una enorme diferencia entre los regalos que reciben los niños. Digamos que le pediste a Santa Claus una bicicleta y que fuiste bueno todo el año. Tu familia es muy pobre. Abres tus regalos y no recibes la bicicleta. Tu vecino, que fue muy malo —y sabes lo que significa *muy malo*—, recibe una bicicleta. Dices: «Yo he sido bueno, este niño ha sido malo, ¿cómo es que yo no he recibido una bicicleta? Si Santa Claus sabe realmente todo lo que yo hago, seguro que sabe todo lo que ha hecho mi vecino. ¿Por qué Santa Claus le trae una bicicleta a mi vecino y a mí no?».

Es sencillamente injusto y no entiendes el porqué. Tu reacción emocional es la envidia, el enfado e incluso la tristeza. Ves al otro niño dar vueltas felizmente con su bicicleta, portándose peor que nunca y quieres ir a pegarle o a romperle la bicicleta. *Injusticia*. Y ese sentido de injusticia nace de creer en una mentira. Es una mentira inocente y, por supuesto, sin ninguna mala intención, pero tú te la *crees* y estableces un acuerdo contigo mismo: «De ahora en adelante, no seré bueno. Voy a ser malo, como mi vecino». Más adelante descubres que Santa Claus no existe; no es real, pero ya es demasiado tarde. Ya has soltado todo el veneno emocional; ya has sufrido el enfado, los celos, la tristeza. Ya has sufrido por haber establecido un acuerdo que se basaba en una mentira.

Este es sólo un ejemplo de cómo invertimos nuestra fe en un símbolo. Aprendemos cientos, incluso miles de símbolos, cuentos y supersticiones. El símbolo de Santa Claus demuestra de qué modo creer en una mentira, aunque sea inocente, puede hacer surgir emociones que sentimos como un fuego que quema en nuestro interior. Las sentimos como un veneno —nos duelen, nos duelen físicamente— y sufrimos por una historia que no es real. Las emociones

son reales; son parte de la verdad, pero la razón por la que las estamos sintiendo no lo es. No es verdad; es ficción.

Si te preguntas por qué en ocasiones te sientes tan desdichado, es porque te estás contando una historia que no es verdad, pero tú te la crees. La verdad es que tu sueño se ha distorsionado, pero eso no es ni bueno ni malo, ni correcto ni incorrecto, porque les sucede a billones de personas. No eres el único que se encuentra en esta situación y ésta es la buena noticia.

El mundo de los símbolos es extraordinariamente poderoso porque hacemos que cada símbolo sea poderoso con esa fuerza que proviene de nuestro interior: esa fuerza que denominamos *vida*, *fe* o *intento*. Ni siquiera advertimos lo que está ocurriendo, pero todos esos símbolos juntos forman una estructura completa hecha de acuerdos: eso es lo que denominamos un *sistema de creencias*. De una simple letra a una palabra, de un simple cuento a un sistema filosófico entero, todas las cosas que acordamos creer pasan a formar parte de esa estructura.

El sistema de creencias confiere una forma y una estructura a nuestra realidad virtual, y con cada acuerdo que establecemos, la estructura se hace más fuerte y gana mayor poder hasta que se convierte en algo casi tan rígido como un edificio de ladrillos. Si nos imaginamos que cada símbolo, cada concepto, cada acuerdo es como un ladrillo, entonces nuestra fe es como el cemento que mantiene unidos los ladrillos. A medida que continuamos aprendiendo a lo largo de nuestra vida, mezclamos los símbolos en muchas direcciones y los conceptos interactúan entre ellos a fin de crear más conceptos complejos. La mente abstracta se organiza de un modo más complicado y la estructura sigue creciendo y creciendo hasta que tenemos la totalidad de todas las cosas que conocemos.

Esta estructura es lo que los toltecas denominan *la forma humana*. La forma humana no es la forma del cuerpo físico; es la forma que adopta nuestra mente. Es la estructura de las creencias sobre nosotros mismos y sobre todas las cosas que nos ayudan a darle un sentido a nuestro sueño. La forma humana nos proporciona nuestra identidad, pero no es lo mismo que el marco del sueño. El marco del sueño es el mundo material tal como es, lo que es verdad. La forma humana es el sistema de creencias que contiene todos los elementos de juicio. Todo lo que está en ese sistema de creencias conforma nuestra verdad personal y lo juzgamos todo según esas creencias, aun cuando esas creencias vayan en contra de nuestra propia naturaleza interior.

En el proceso de domesticación, el sistema de creencias se convierte en el *libro de la ley* que rige nuestra vida. Cuando seguimos las reglas según nuestro

libro de la ley, nos recompensamos; cuando no seguimos las reglas, nos castigamos. El sistema de creencias se convierte en el gran juez de nuestra mente, pero también en la mayor víctima porque, en primer lugar, nos juzga, y después, nos castiga. El gran juez está hecho de símbolos y funciona con símbolos para juzgar todo lo que percibimos, ¡incluso los símbolos! La víctima es la parte de nosotros que recibe el juicio y que sufre el castigo. Y cuando interactuamos con el sueño externo, juzgamos y castigamos a todas las personas y a todas las cosas según nuestro propio libro de la ley.

El gran juez, por supuesto, hace un trabajo perfecto porque estamos de acuerdo con todas esas leyes. El problema está en que el sistema de creencias cobra vida en nuestro interior y utiliza nuestro conocimiento en contra de nosotros mismos. Utiliza todo lo que sabemos, todas nuestras reglas sobre cómo tenemos que vivir nuestra vida, cómo castigar a la víctima, que es el ser humano. Utiliza nuestro lenguaje para crear el juicio personal, el rechazo de uno mismo, la culpa, la vergüenza. Abusa verbalmente de nosotros y nos hace sentir desdichados porque crea nuestros demonios personales y nuestro sueño personal del infierno. Son muchos los símbolos que podemos utilizar para decir lo mismo.

El sistema de creencias gobierna la vida humana como un tirano. Nos despoja de nuestra libertad y nos convierte en sus esclavos. Se apodera de nuestro yo *real* la vida humana, ¡y este sistema ni siquiera es real! Nuestro yo real permanece oculto en algún lugar de la mente y, cuando llegamos a ese punto, lo que controla la mente es todo lo que sabemos, todo lo que estuvimos de acuerdo en creer. El cuerpo humano, que es bello y perfecto, se convierte en la víctima de todos esos juicios y castigos; se convierte en un simple vehículo en el que la mente actúa y se proyecta a sí misma a través del cuerpo.

El sistema de creencias constituye el reino de la mente; no podemos verlo ni medirlo, pero sabemos que existe. Tal vez lo que no sabemos es que esta estructura sólo existe porque la hemos creado nosotros. Nuestra creación está completamente apegada a nosotros; nos sigue dondequiera que vayamos. Hemos estado viviendo de esta manera desde hace tanto tiempo que ni siquiera advertimos que vivimos en esta estructura. Y aunque la mente no es real — es virtual— tiene a la vez un *poder total* porque también ha sido creada por la vida.

Así que una cosa muy importante en la maestría de la conciencia es ser consciente de nuestra propia creación. ser consciente de que está viva. Cada una de nuestras creencias, desde la más mínima, como el sonido de una letra, hasta una filosofía completa, utiliza nuestra fuerza vital para sobrevivir. Si pudiéramos

observar nuestra mente en acción, veríamos millones de formas de vida y veríamos que le estamos dando vida a nuestra creación entregándole el poder de nuestra fe, entregándole toda nuestra atención. Utilizamos nuestra fuerza vital para sostener la estructura completa. Sin nosotros, estas ideas no existirían; sin nosotros, la estructura entera se desmoronaría.

Si utilizamos el poder de nuestra imaginación, podemos ver la creación de nuestra «mitología personal», la construcción de nuestro sistema de creencias y cómo empezamos a invertir nuestra fe en mentiras. En el proceso de toda esa construcción — todo el aprendizaje que hacemos— existen muchos conceptos que entran en contradicción con otros conceptos. Construimos una gran cantidad de sueños distintos y, como vamos creando tantas estructuras diferentes, éstas se oponen las unas a las otras y anulan el poder de nuestra palabra. En ese punto, nuestra palabra no es casi nada porque cuando existen dos fuerzas que van en direcciones opuestas el resultado es cero. Cuando sólo hay una fuerza que avanza en una dirección, el poder es inmenso y nuestras intenciones se manifiestan sólo con decirlo, sólo porque nuestra palabra tiene todo el poder de nuestra fe.

De niños, invertimos nuestra fe en casi todas las cosas que aprendemos y así es como perdemos el poder sobre nuestra propia vida. Cuando somos adultos ya hemos invertido nuestra fe en tantas mentiras que apenas nos queda ningún poder para crear el sueño que queremos crear. El sistema de creencias tiene todo el poder de nuestra fe, y al final de la ecuación, permanecemos con una fe y un poder que casi tienen un valor de cero. Y resulta fácil ver de qué modo invertimos nuestra fe en un símbolo como Santa Claus, pero no es tan fácil ver de qué modo hacemos exactamente lo mismo con cada símbolo, con cada historia, con cada opinión que aprendemos sobre nosotros mismos y sobre todas las cosas.

Creo que es de suma importancia comprender esto y que el único modo de comprenderlo es el de ser conscientes de que esto es justo lo que estamos haciendo. Si somos conscientes de que invertimos nuestro poder personal en todo lo que creemos, quizá resultará fácil recuperar nuestro poder depositado en los símbolos y esos símbolos dejarán de tener poder sobre nosotros. Si despojamos a cada símbolo de su poder, los símbolos se convierten simplemente en símbolos. Entonces obedecerán a su creador, que es nuestro yo *real* y servirán para su propósito *real*: ser una herramienta que podemos utilizar para comunicarnos.

Cuando descubrimos que Santa Claus no existe, dejamos de creer en él y el poder que habíamos invertido en ese símbolo vuelve a nosotros. Es en ese momento cuando somos conscientes de que éramos nosotros quienes estábamos de acuerdo en creer en Santa Claus. Cuando recuperamos nuestra conciencia, vemos que somos nosotros quienes estábamos de acuerdo en creer en la simbología entera. Y si somos nosotros quienes depositamos el poder de nuestra fe en cada símbolo, entonces somos los únicos que podemos recuperar ese poder.

Si tenemos esta conciencia, creo que podemos recuperar el poder depositado en todas las cosas que creemos y no perder nunca el control sobre nuestra propia creación.

Cuando podemos ver que somos nosotros quienes creamos la estructura de nuestras creencias, esto nos ayuda a recuperar la fe en nosotros mismos. Cuando tenemos fe en nosotros mismos en lugar de en el sistema de creencias, no tenemos dudas sobre el origen de ese poder y empezamos a dismantelar la estructura.

Una vez que la estructura de nuestro sistema de creencias ya ha desaparecido, nos volvemos muy flexibles. Podemos crear cualquier cosa que queramos crear; podemos hacer cualquier cosa que queramos hacer. Podemos invertir nuestra fe en cualquier cosa que queramos creer. Elegimos nosotros. Si ya no creemos en todo lo que sabemos que nos hace sufrir, entonces, como por arte de magia, todo nuestro sufrimiento desaparece. Y no necesitamos pensar mucho: necesitamos actuar. Es la acción la que va a cambiar las cosas.



7

LA PRÁCTICA HACE AL MAESTRO

El cuarto acuerdo:
Haz siempre lo máximo que puedas

Cuando estás preparado para cambiar tu vida, cuando estás preparado para cambiar tus acuerdos, lo más importante es la conciencia. No es posible cambiar tus acuerdos si no eres consciente de lo que te gusta y de lo que no te gusta. ¿Cómo puedes cambiar algo si ni siquiera eres consciente de lo que quieres cambiar? Pero se necesita algo más que simplemente ser consciente. Es la práctica la que lo cambiará todo, porque puedes ser consciente, pero eso no significa que tu vida cambiará. El cambio es el resultado de la acción; es el resultado de la práctica. La práctica hace al maestro.

Todo lo que has aprendido, lo has aprendido mediante la repetición y la práctica. Aprendiste a hablar, aprendiste a andar, incluso aprendiste a escribir por repetición. Eres un maestro del habla de tu lengua porque practicaste. De esta misma manera has aprendido todas las creencias que gobiernan tu vida: mediante la práctica. El modo en el que vives tu vida ahora mismo es el resultado de muchos años de práctica.

Durante toda tu vida has practicado cada momento a fin de convertirte en lo que crees que eres ahora mismo. Has practicado hasta que se ha convertido en algo automático. Y cuando empieces a practicar algo nuevo, cuando cambies lo que crees que eres, tu vida entera cambiará. Si practicas *ser impecable con tus*

palabras, si no te tomas nada personalmente, si no haces suposiciones, romperás miles de *acuerdos* que te mantienen atrapado en el sueño del infierno. Muy pronto, lo que estés de acuerdo en creer se convertirá en la elección de tu yo *auténtico*, no en la elección de la *imagen* de ti mismo que creías ser.

El primer acuerdo, *sé impecable con tus palabras*, es todo lo que necesitas para crearte una vida maravillosa. Te conducirá hasta el cielo, pero quizá necesites apoyo para este acuerdo. Cuando *no te tomas nada personalmente*, cuando *no haces suposiciones*, puedes imaginarte que resulta más fácil ser impecable con tus palabras. Cuando no haces suposiciones, resulta más fácil no tomarse nada personalmente y viceversa. Al no tomarte nada personalmente y al no hacer suposiciones estás apoyando el primer acuerdo.

Los tres primeros acuerdos tal vez parezcan difíciles de llevar a cabo. Quizá nos parezca imposible realizarlos. Bueno, créeme, no es imposible, pero estoy de acuerdo en que resulta difícil porque practicamos exactamente lo contrario. Durante toda nuestra vida practicamos el hecho de creernos la voz de nuestra cabeza. Pero existe el cuarto acuerdo y resulta fácil. Éste es el acuerdo que lo hace todo posible: *haz siempre lo máximo que puedas*. Puedes hacer lo máximo que puedas y ya está. Ni más ni menos. Sencillamente haz lo máximo que puedas. *Haz*. Emprende la acción. ¿Cómo puedes hacer lo máximo si no emprendes la acción?

Haz siempre lo máximo que puedas es el acuerdo que todo el mundo puede llevar a cabo. Tu máximo es, de hecho, lo único que *puedes* hacer. Y lo máximo que puedes hacer no significa que en ocasiones das un 80 % y en otras sólo das el 20 %. Siempre das el 100 % —ésa es siempre tu intención—, pero resulta que tu máximo está cambiando siempre. Ya sea en un momento o en otro, no eres nunca el mismo. Estás vivo y estás cambiando todo el tiempo y tu máximo también cambia de un momento al siguiente.

Tu máximo dependerá de si te sientes físicamente cansado o renovado. Tu máximo dependerá de cómo te sientes emocionalmente. Tu máximo cambiará con el tiempo y a medida que adoptes el hábito de practicar los Cuatro Acuerdos, tu máximo mejorará.

El cuarto acuerdo te permite que los primeros tres acuerdos se conviertan en hábitos profundamente arraigados. La repetición y la práctica te convertirán en un maestro, pero no esperes ser un maestro de estos acuerdos de inmediato. No esperes que siempre vayas a ser impecable con tus palabras, ni que nunca te vayas a tomar nada personalmente, ni que nunca vayas a hacer suposiciones. Tus

hábitos son demasiado fuertes y están firmemente arraigados en tu mente. Sencillamente haz tu máximo.

Si no logras mantener uno de los acuerdos, vuelve a establecer de nuevo el acuerdo. Empieza de nuevo mañana y de nuevo al día siguiente. Continúa practicando y practicando. Cada día te resultará más fácil. Al hacer tu máximo, los hábitos de utilizar mal las palabras, tomarse las cosas personalmente y hacer suposiciones se harán más débiles y menos frecuentes con el tiempo. Si continuas emprendiendo la acción a fin de cambiar tus hábitos, eso es lo que ocurrirá.

Con el tiempo, llegará un momento en el que los Cuatro Acuerdos se habrán convertido en un hábito. Ya ni siquiera tratarás de establecerlos. Serán automáticos, sin hacer ningún esfuerzo. Un día descubres que gobiernas tu vida con los Cuatro Acuerdos. ¿Puedes imaginarte tu vida cuando estos acuerdos se conviertan en un hábito? ¡En lugar de forcejear con el conflicto y el drama, tu vida entera se vuelve muy fácil!

Si de todos modos vas a crear, si de todos modos no puedes evitar soñar, entonces ¿por qué no crear un sueño precioso? Tienes una mente, percibes luz, vas a soñar. Si haces la elección de no crear nada, te aburrirás y el gran juez se resistirá a permanecer aburrido. Entonces, por supuesto que va a juzgarte según lo que tú crees. «Oh, eres un perezoso. Deberías estar haciendo algo con tu vida.» Así que ¿por qué no soñar bien y disfrutar realmente de tu sueño? Si puedes creer en tus limitaciones, entonces, ¿por qué no creer en la belleza y el poder de la vida que fluye en ti?

La vida nos lo da todo y todo en la vida puede resultar un placer. ¿Por qué no creer en la generosidad de la vida? ¿Por qué no aprender a ser generoso y amable contigo mismo? Si eso te hace feliz, y eres bueno con todas las personas que te rodean, ¿por qué no? Si siempre te estás transformando —si tu sueño está cambiando siempre aun cuando tú no quieres que cambie—, ¿por qué no ser un maestro de la transformación y crear tu cielo personal?

El sueño de tu vida está constituido por miles de pequeños sueños que son dinámicos. Los sueños nacen, crecen y mueren, y esto significa que se están transformando siempre. Pero, generalmente, se transforman sin tu conciencia. Una vez que eres consciente de que estás soñando, recuperas el poder de cambiar el sueño siempre que tú elijas hacerlo. Cuando descubres que tienes el poder de crear un sueño del cielo, quieres cambiar tu sueño y los Cuatro Acuerdos constituyen la herramienta perfecta para hacerlo. Desafían al tirano, al juez y a la

víctima en tu cabeza. Desafían a todos esos acuerdos diminutos que te hacen la vida difícil.

Y si desafías tus creencias sólo con preguntarte a ti mismo, si lo que crees es verdad, quizá descubras algo muy interesante: toda tu vida has intentado ser lo bastante bueno para alguien más y te has dejado a ti mismo para lo último. Has sacrificado tu libertad personal para vivir según el punto de vista de otro. Has tratado de ser lo bastante bueno para tu madre, para tu padre, para tus profesores, para tu persona amada, para tus hijos, para tu religión y para tu sociedad. Tras intentarlo durante tantos años, tratas de ser suficientemente bueno para *ti mismo* y descubres que no eres lo bastante bueno para ti mismo.

¿Por qué no ponerte a ti mismo en primer lugar quizá por primera vez en tu vida? Puedes reaprender a amarte a ti mismo aceptándote incondicionalmente. Y puedes empezar proyectando amor incondicional a tu yo *auténtico*. Después practica amar a tu yo auténtico más y más. Cuando te amas incondicionalmente, dejas de ser una presa fácil para el depredador externo que quiere controlar tu vida. Dejas de sacrificarte a ti mismo por alguien más. Si practicas el amor por ti mismo, te convertirás en un maestro del amor por ti mismo.

Haz siempre lo máximo que puedas es el acuerdo que te ayuda a convertirte en un artista maestro. Los tres primeros acuerdos están en el reino de la realidad virtual. El cuarto acuerdo está en el reino de lo físico. Consiste en emprender la acción y practicar y practicar hasta que te conviertas en un maestro del sueño. Haciendo lo máximo que puedas, una y otra vez, finalmente llegarás a ser un maestro del arte de la transformación. La maestría de la transformación es la segunda maestría del artista, lo que puedes comprobar claramente en el cuarto acuerdo. Cuando haces siempre lo máximo que puedes, estás emprendiendo la acción, te estás transformando a ti mismo, estás cambiando el sueño de tu vida.

El objetivo de la segunda maestría es el de afrontar lo que crees y transformar lo que crees. La maestría se alcanza cambiando tus acuerdos y reprogramando tu propia mente a tu manera. El resultado que quieres obtener es la libertad de vivir tu propia vida en lugar de la vida del sistema de creencias. Cuando ese libro de la ley ya no esté en tu mente, el tirano, el juez y la víctima tampoco lo estarán.

La transformación ya se ha iniciado y siempre empieza por ti. ¿Tienes la valentía de ser completamente honesto contigo mismo, de ver la verdad sobre cómo escribes tu historia? ¿Tienes la valentía de ver tus supersticiones y mentiras? ¿Tienes la valentía de revisar lo que crees que eres o acaso hay

demasiadas heridas que ver? Tal vez estés pensando: «No lo sé». Pero estás aceptando el desafío. Estás transformando tu sueño y está sucediendo ahora mismo, porque lo que estás haciendo es desaprender todas tus mentiras.

Los Cuatro Acuerdos son, en realidad, un resumen de la *maestría de la transformación*, y la maestría de la transformación es el proceso de desaprender lo que ya has aprendido. Aprendes estableciendo acuerdos y desaprendes rompiendo acuerdos. Cada vez que rompes un acuerdo, el poder de la fe que habías depositado en ese acuerdo regresa a ti, porque ya no necesitas gastar tu energía en mantener vivo ese acuerdo.

Empiezas por romper pequeños acuerdos que requieren menos poder. A medida que vas desaprendiendo, empiezas a dismantelar la estructura de tu conocimiento y eso libera tu fe. Cuando recuperas tu fe, tu poder personal aumenta; tu voluntad se fortalece. Eso te proporciona el poder para cambiar otro acuerdo, después otro, y otro más. Tu poder personal continúa creciendo y creciendo, y como eres mucho más poderoso, descubres que casi todo es posible. Pronto estás estableciendo acuerdos que te conducen a la felicidad, a la dicha, al amor. Entonces, estos nuevos acuerdos cobran vida y empiezan a interactuar con el mundo exterior y todo tu sueño cambia.

Cuando desaprendes, que es lo que estás haciendo ahora, empiezas por afrontar lo que crees. ¿Cómo vas a hacerle frente a lo que crees? Sólo tienes una herramienta para hacer esto y esa herramienta es la duda. La duda es un símbolo, por supuesto, pero su significado es muy poderoso. Con el poder de la duda desafías cada mensaje que transmites y que recibes. Desafías cada creencia de tu libro de la ley. Después desafías todas las creencias que rigen la sociedad, hasta que rompes el hechizo de todas las mentiras y supersticiones que controlan tu mundo. Como verás en la 2.^a Parte, el quinto acuerdo te brinda el poder de la duda.

2.^a Parte



EL PODER DE LA DUDA



8

EL PODER DE LA DUDA

El quinto acuerdo:
Sé escéptico, pero aprende a escuchar

El quinto acuerdo es *sé escéptico, pero aprende a escuchar*. Sé escéptico porque la mayoría de las cosas que oyes no son verdad. Sabes que los seres humanos hablamos con símbolos y que los símbolos no son la verdad. Los símbolos son sólo verdad porque así lo acordamos, no porque sean *realmente* la verdad. Pero la segunda parte del acuerdo es *aprende a escuchar*, y la razón es simple: cuando aprendes a escuchar comprendes el significado de los símbolos que la gente utiliza. Comprendes su historia y la comunicación mejora mucho. Entonces, quizás, en lugar de toda la confusión existente entre todos los seres humanos que habitan la tierra, habrá claridad.

Una vez que comprendas que prácticamente nada de lo que conoces a través de los símbolos es verdad, *ser escéptico* adquiere un significado mucho mayor. *Sé escéptico* confiere maestría porque utiliza el poder de la duda para discernir la verdad. Cuando oigas un mensaje que provenga de ti mismo, o de otro artista, sencillamente pregúntate: «¿Es verdad o no es verdad? ¿Es la realidad o se trata de una realidad virtual?». La duda te coloca *detrás* de los símbolos y te hace responsable de todos los mensajes que entregas y que recibes. ¿Por qué querrías invertir tu fe en cualquier mensaje que no sea verdad? Siendo escéptico, no te crees todos los mensajes; no depositas tu fe en los símbolos, y cuando tu fe

no está en los símbolos, tu fe está en ti mismo.

Entonces, si la fe significa creer sin dudar, y dudar es no creer, *sé escéptico. No creas*. ¿Y qué es lo que no creerás? Pues no creerás en todas las historias que nosotros, los artistas, creamos con nuestro conocimiento. Sabes que la mayor parte de nuestro conocimiento no es verdad —la simbología entera no es verdad — de modo que *no me creas, no te creas a ti mismo y no creas a nadie más*. La verdad no necesita que tú creas en ella; la verdad sencillamente es y sobrevive tanto si crees en ella como si no. Las mentiras necesitan que creas en ellas. Si no te crees las mentiras, no sobreviven a tu escepticismo y simplemente desaparecen.

Pero el escepticismo puede ir en dos direcciones. Una de ellas es fingir que eres escéptico porque crees que eres demasiado listo para ser crédulo. «Mira qué inteligente soy. No creo en nada». Esto no es escepticismo. Ser escéptico consiste en no creer todo lo que oyes, y no creérselo porque no es la verdad, eso es todo. El modo de ser escéptico consiste sencillamente en ser consciente de que toda la humanidad cree en mentiras. Sabes que los seres humanos distorsionamos la verdad porque estamos soñando y nuestro sueño es sólo un reflejo de la verdad.

Cada artista distorsiona la verdad, pero no es necesario que juzgues lo que alguien dice o que llames a esa persona mentirosa. Todos nosotros decimos mentiras de un modo u otro, y no es porque queramos mentir. Es a causa de lo que creemos; es a causa de los símbolos que aprendimos y la manera en la que aplicamos todos esos símbolos. Una vez que cobras conciencia de esto, el quinto acuerdo adquiere mucho sentido y puede cambiar mucho tu vida.

La gente acudirá a ti y te contará su historia personal. Te dirá cuál es su punto de vista, lo que cree que es verdad. Pero tú no juzgarás si es verdad o no es verdad. No tienes ningún juicio pero tienes respeto. Escuchas la manera en la que la gente expresa sus símbolos, sabiendo que cualquier cosa que digan está distorsionada por sus creencias. Sabes que lo que la gente te está diciendo no es más que una historia, y eso lo sabes porque lo puedes sentir. Sencillamente lo *sabes*. Pero también sabes cuándo sus historias provienen de la verdad, y lo sabes sin palabras, y eso es lo principal.

Verdad o ficción, no tienes por qué creer la historia de nadie. No tienes que formarte una opinión sobre lo que otra persona diga. No tienes que expresar tu propia opinión. No tienes que estar de acuerdo o en desacuerdo. Sencillamente *escucha*. Cuanto más impecable sea una persona con la palabra, más claro será el

mensaje, pero las palabras que provienen de otro artista no tienen nada que ver contigo. Sabes que no se trata de nada personal. Escuchas y comprendes todas las palabras, pero las palabras ya no te afectan. Ya no juzgas lo que otras personas dicen porque comprendes lo que están haciendo. Solamente están dejando que sepas lo que está ocurriendo en su mundo virtual.

Ya eres consciente de que todos los artistas viven en su propio sueño, en su propio mundo. En ese mundo, cualquier cosa que perciban es verdad para ellos y es posible que sea absolutamente verdad para los artistas que están expresando su historia, pero no es verdad para ti. La única verdad para ti es lo que percibes en tu mundo. Con esta conciencia no tienes que demostrar nada a nadie. No se trata de tener razón o de estar equivocado. Respetas cualquier cosa que diga otra persona porque se trata de lo que dice otro artista. El respeto es muy importante. Cuando aprendes a escuchar, eres respetuoso con los demás artistas, demuestras respeto a los demás artistas: demuestras respeto por su arte, por su creación.

Todos los artistas tienen derecho a crear su arte de la manera que lo deseen. Tienen derecho a creer cualquier cosa que quieran creer; tienen derecho a decir cualquier cosa que tengan que decir, pero si no aprendes a escuchar, nunca comprenderás lo que están diciendo. Escuchar es de suma importancia en la comunicación. Cuando aprendes a escuchar, sabes exactamente lo que quieren los demás. Una vez que sabes lo que quieren, lo que hagas con esa información depende de ti. Puedes reaccionar o no reaccionar, puedes estar de acuerdo o en desacuerdo con lo que dicen y eso depende de lo que *tú* quieras.

Que otras personas quieran algo no significa que tú tengas que darles lo que quieren. La gente está siempre tratando de captar tu atención porque, a través de la atención, pueden descargar cualquier información. Muchas veces sencillamente no quieres esa información. Escuchas; si no lo quieres, lo ignoras y cambias de dirección. Pero si esa información capta tu atención, entonces realmente querrás escuchar a fin de descubrir si lo que alguien está diciendo resulta importante para ti. Entonces, si lo deseas, puedes compartir tu punto de vista, sabiendo que sólo se trata de un punto de vista. Es tu elección, pero la clave es *escuchar*.

Si no aprendes a escuchar, nunca comprenderás lo que estoy compartiendo contigo ahora mismo. Sacarás precipitadamente una conclusión y reaccionarás como si se tratara de tu sueño cuando no lo es. Cuando otros artistas comparten su sueño contigo, simplemente sé consciente de que se trata de *su* sueño. Tú sabes lo que es tu sueño y lo que no lo es.

Ahora mismo. estoy compartiendo la manera en la que percibo el mundo, el modo en que sueño, y mis historias son verdaderas para mí, pero sé que no son la verdad *real* así que no me creas. Cualquier cosa que te diga no es más que mi punto de vista. Por supuesto, desde mi punto de vista, comparto la verdad contigo. Hago lo máximo que puedo para utilizar las palabras de la manera más impecable a fin de que puedas entender lo que digo; pero incluso si comparto contigo una copia exacta de la verdad, sé que distorsionarás mi mensaje tan pronto como vaya de mi mente a la tuya. Oirás el mensaje y te dirás a ti mismo el mismo mensaje de un modo completamente distinto, según *tu* punto de vista.

Por consiguiente, quizá lo que yo digo es la verdad o no lo es, pero tal vez lo que tú crees no es la verdad. Yo sólo soy la mitad del mensaje; tú eres la otra mitad. Soy responsable de lo que digo, pero no soy responsable de lo que tú entiendas. Tú eres responsable de lo que tú entiendes; tú eres responsable de cualquier cosa que hagas con lo que oigas en tu cabeza, porque tú eres quien da significado a cada palabra que oyes.

Ahora mismo estás interpretando lo que yo estoy diciendo según tu conocimiento personal. Estás reordenando los símbolos y transformándolos de una manera que mantenga un equilibrio con todo lo que contiene tu sistema de creencias. Una vez que alcances ese equilibrio, quizás aceptes o no aceptes mi historia como la verdad. Y puedes suponer que lo que te estás diciendo a ti mismo es lo que yo me propuse decir, pero eso no significa que tu suposición sea verdad. Puedes interpretar mal lo que digo. Puedes utilizar lo que oyes para culparme, para culpar a otra persona, para culparte a ti mismo, para culpar a tu religión o tu filosofía, para enfadarte con todo el mundo, y principalmente, contigo mismo. También puedes utilizar lo que oyes para encontrar la verdad, para encontrarte a ti mismo, para hacer las paces contigo mismo y tal vez para cambiar el mensaje que te transmites.

Lo que hagas con mis palabras depende de ti. Es tu sueño y yo respeto tu sueño. No tienes que creerme, pero si aprendes a escuchar, comprenderás lo que estoy diciendo, y si la información que estoy compartiendo contigo tiene sentido para ti, entonces, si lo deseas, puedes hacer que forme parte de tu sueño. Puedes tomar todo lo que funcione para ti y utilizarlo a fin de modificar tu sueño, y lo que no funcione para ti, simplemente ignóralo. Eso no cambiará nada para mí, pero podría cambiar las cosas para ti, porque hago la suposición, sabiendo que es una suposición, de que quieres convertirte en un artista mejor y ésa es la razón por la cual estás desafiando tus propias creencias.

Así que *sé escéptico*. No me creas, no creas a nadie más, pero, especialmente, no te creas a ti mismo. Cuando digo que *no te creas a ti mismo*, ¿puedes ver lo que implica? ¡Dios mío, no te creas todo lo que has aprendido! No creerte a ti mismo tiene una enorme ventaja, porque la mayor parte de las cosas que has aprendido no son la verdad. Todo lo que sabes, la realidad entera, no es nada más que símbolos. Pero tú no eres ese puñado de símbolos que hablan en tu cabeza. Lo sabes, y por esa razón eres escéptico y no te crees a ti mismo.

Si tus creencias te están diciendo: «Estoy gordo. Soy feo. Soy viejo. Soy un perdedor. No soy suficientemente bueno. No soy lo bastante fuerte. Nunca lo conseguiré», entonces no te creas a ti mismo, porque no es verdad. Estos mensajes están distorsionados. No son más que mentiras. Una vez que puedes ver las mentiras, no hay razón para creerlas. Utiliza el poder de la duda para cuestionar todos los mensajes que te transmiten. «¿Es *realmente* verdad que soy feo? ¿Es *realmente* verdad que no soy suficientemente bueno?» ¿Es este mensaje real o es virtual? Claro que es virtual. Ninguno de estos mensajes proviene de la verdad, de la vida; provienen de las distorsiones en nuestro conocimiento. La verdad es que no hay personas feas. No existe algo que no sea suficientemente bueno o no sea lo bastante fuerte. No existe un libro de ley universal en el que cualquiera de esos juicios sea verdad. Estos juicios son sólo acuerdos que establecen los seres humanos.

¿Puedes ver las consecuencias de creerte a ti mismo? Creerte a ti mismo es una de las peores cosas que puedes hacer, porque te has estado mintiendo toda tu vida, y creerte todas esas mentiras es la razón por la que tu sueño no es un sueño agradable. Si crees lo que te dices a ti mismo, quizás utilices todos esos símbolos aprendidos para hacerte daño. Quizá tu sueño personal sea incluso un infierno puro, porque creas tu propio infierno creyendo en mentiras. Si estás sufriendo, no es porque alguien te esté haciendo sufrir, es porque obedeces al tirano que gobierna en tu cabeza. Cuando el tirano te obedezca a ti, cuando ya no exista ni un juez ni una víctima en tu mente, no sufrirás más.

Tu tirano es despiadado. Está abusando siempre de ti utilizando todos esos símbolos en tu contra. Medra con el veneno emocional generado por las emociones negativas, y genera esas emociones en ti emitiendo juicios y dando opiniones. Nadie te juzga más de lo que tú te juzgas a ti mismo. Por supuesto, tratas de escapar de ese juicio, de la culpa, del rechazo, del castigo. Pero ¿cómo puedes escaparte de tus propios pensamientos? Si no te gusta alguien, puedes dejarlo atrás. Si no te gustas a ti mismo, dondequiera que vayas, sigues estando

ahí. Puedes ocultarte de todos los demás, pero no te puedes ocultar de tu propio juicio. Parece como si no hubiera escapatoria.

Esa es la razón por la que tantas personas comen en exceso, consumen drogas, abusan del alcohol y se vuelven adictas a distintas sustancias y comportamientos. Tratan de hacer lo que pueden para evitar su propia historia, para evitar su propia creación que está distorsionando todos esos símbolos en su cabeza. Algunas personas sufren tanto dolor emocional que deciden quitarse la vida. Eso es lo que las mentiras pueden hacernos a cualquiera de nosotros. La voz del conocimiento puede llegar a distorsionarse tanto y a crear tanto odio hacia uno mismo que mata al ser humano. Y todo esto es sólo porque nos creemos todas esas opiniones que aprendimos a lo largo de muchos años.

Tan sólo imagina que todas tus propias opiniones, más las opiniones de todas las personas que te rodean, son como un enorme huracán dentro-de ti. ¡Imagina creerte todas esas opiniones! Bueno, pues si eres escéptico, si no te crees a ti mismo, si no crees a nadie más, entonces ninguna de estas opiniones pueden molestarte o desviarte de tu centro. Cuando adquieres el control sobre tu propia simbología, siempre estás centrado, siempre estás relajado y tranquilo, porque es tu yo *real* quien hace las elecciones en tu vida y no los símbolos. Cuando quieres comunicar algo, ordenas los símbolos y ésa es la manera en la que salen de tu boca.

Tú eres el artista y puedes disponer los símbolos de la manera que quieras, en la dirección que quieras, porque todos esos símbolos están a tus órdenes. Puedes utilizar los símbolos para pedir lo que necesitas, para expresar lo que quieres, lo que no quieres. Puedes expresar tus pensamientos, tus sentimientos, tus sueños con la prosa o la poesía más bella. Pero sólo porque utilices una lengua para comunicarte no significa que te lo creas. ¿Por qué necesitas creer lo que ya sabes? Cuando estás solo y te hablas a ti mismo, no tiene el menor sentido. ¿Qué puedes decirte que no sepas ya?

Si comprendes el quinto acuerdo, verás la razón por la que no necesitas creer lo que puedes ver, lo que ya sabes sin palabras. La verdad no viene con las palabras. La verdad es silenciosa. Es algo que simplemente sabes; es algo que puedes sentir sin palabras y esto se llama *conocimiento silencioso*. El conocimiento silencioso es lo que sabes antes de depositar tu fe en los símbolos. Cuando te abres a la verdad, y aprendes a escuchar, todos los símbolos pierden su poder y lo único que permanece es la verdad. No hay nada que saber; no hay nada que justificar.

Lo que estoy compartiendo contigo no es fácil de comprender, y a la vez, es tan sencillo que resulta obvio. Al final, comprenderás que las lenguas son símbolos que son únicamente verdad porque *piensas* que lo son, pero si los dejas aparte ¿qué es lo que queda? La verdad. Entonces verás una silla y no sabrás cómo llamarla, pero podrás sentarte en ella y la verdad está ahí. La materia es verdad. La vida es verdad. La luz es verdad. El amor es verdad. El sueño humano no es verdad, pero que no sea verdad no significa que sea malo. Ser malo es simplemente otro concepto que tampoco es verdad.

Una vez que comprendes que creas una simbología entera para comunicarte con los de tu propia especie, descubres que los símbolos no son realmente ni buenos ni malos, ni correctos ni incorrectos. Los conviertes en correctos o incorrectos con tus creencias. Ese es el poder de tu creencia, pero la verdad está más allá de la creencia. Cuando vas más allá de los símbolos, lo que encuentras es un mundo de perfección en el que todo el mundo y todas las cosas de la creación son perfectos. Incluso el hecho de depositar tu creencia en cada palabra es perfecto. Incluso tu enfado, tu drama y tus mentiras son perfectos. Incluso el infierno en el que habitas en ocasiones es perfecto, porque sólo existe la perfección. Imagínate vivir toda tu vida sin introducir todas las mentiras en tu conocimiento, sin sufrir por haber depositado tu fe en mentiras, supersticiones y opiniones. Seguirías la vida como el resto de los animales y esto significaría que mantendrías tu inocencia durante toda tu vida.

En el proceso de domesticación pierdes la inocencia, pero al perderla, empiezas a buscar lo que has perdido y esto te conduce de nuevo a cobrar conciencia. Una vez que recuperas la conciencia, te haces completamente responsable de tu propia evolución: de cada elección que haces en la vida.

Cuando eres educado por el sueño del planeta, no tienes elección; son tantas las mentiras que aprendes. Pero tal vez es el momento de desaprender esas mentiras y reaprender de qué manera seguir la verdad, siguiendo tu propio corazón. Desaprender, o lo que yo denomino *des domesticación*, es un proceso muy lento pero muy poderoso. Como hemos mencionado anteriormente, cada vez que retiras tu fe de un símbolo, ese poder regresa a ti y continúa regresando a ti hasta que, finalmente, la simbología completa deja de tener poder sobre ti.

Cuando le quitas el poder a cada símbolo y te lo entregas de nuevo el sueño entero resulta impotente. Y cuando todo ese poder ha regresado a ti, eres invencible. Nada puede derrotarte. O quizá debería decir que ya no puedes derrotarte a ti mismo, porque es exactamente lo mismo.

Una vez que recuperas todo el poder que invertiste en los símbolos, no te crees todos los pensamientos que aparecen en tu cabeza; no te crees tu propia historia. Pero escuchas tu historia y, como respetas tu propia historia, puedes disfrutar de ella. Cuando vas al cine o lees una novela, no te la crees, pero puedes disfrutarla, ¿no? Una vez que puedes ver la diferencia entre la realidad y la realidad virtual, sabes que puedes confiar en la realidad y que no tienes que confiar en la realidad virtual, pero puedes disfrutar de ambas. Puedes disfrutar lo que es y puedes disfrutar de tu creación.

Aun cuando sepas que tu historia no es verdad, puedes crear la historia más bella y puedes guiar tu vida a través de esa historia. Puedes crear tu cielo personal y vivir en ese cielo. Y si eres capaz de comprender las historias de otras personas, y ellas pueden entender la tuya, entonces juntos pueden crear el sueño más maravilloso. Pero primero tienes que desaprender mucho y el quinto acuerdo es otra herramienta perfecta para conseguirlo.

Dondequiera que vayas, oirás todo tipo de opiniones e historias de otra gente. Encontrarás grandes contadores de cuentos que querrán decirte lo que deberías hacer con tu vida: «Deberías hacer esto, deberías hacer aquello, deberías hacer lo que sea». No les creas. *Sé escéptico, pero aprende a escuchar* y entonces elige. Sé responsable de todas las elecciones que hagas en tu vida. Ésta es tu vida; no es la vida de nadie más y descubrirás que lo que tú haces con tu vida no es asunto de nadie más.

Durante siglos ha habido gente que afirmaba conocer la voluntad de Dios y que iba por todo el mundo predicando la virtud y la rectitud, y condenando a todo el mundo. Durante siglos, ha habido profetas que predecían grandes catástrofes en el mundo. No hace tanto tiempo, hubo gente que predijo que en el año 2000 toda las computadoras fallarían y la sociedad, tal como la conocemos, desaparecería. Algunas personas pensaron que volveríamos a la época de las cavernas. El día llegó, celebramos el nuevo siglo, el año nuevo, y ¿qué ocurrió? No ocurrió nada.

Hace miles de años, igual que hoy en día, había profetas que esperaban el fin del mundo. En aquel entonces, un gran maestro dijo: «Habrá muchos falsos profetas que afirmarán hablar en nombre de Dios. *No les crean*». Como ves, el quinto acuerdo no es realmente nuevo. *Sé escéptico, pero aprende a escuchar*.



9

EL SUENO DE LA PRIMERA ATENCIÓN

Las Víctimas

Esto me lleva a la historia de Adán y Eva en el Paraíso. Adán y Eva representan a todos los seres humanos y Dios nos dijo que podíamos comer cualquier fruto que quisiéramos excepto el fruto del Árbol del Conocimiento. El día que comiéramos el fruto de este árbol, moriríamos. Bueno, pues lo comimos y morimos.

Por supuesto, esto es sólo una historia, pero lo importante es el significado de la historia. ¿Por qué nos morimos cuando comemos el fruto de este árbol? Porque el verdadero nombre del Árbol del Conocimiento es el Árbol de la Muerte. El otro árbol del Paraíso es el Árbol de la Vida. La vida es la verdad y la verdad sencillamente es, sin palabras ni símbolos. El Árbol del Conocimiento es sólo un reflejo del Árbol de la Vida. Ya sabemos que el conocimiento se crea con símbolos y que los símbolos no son reales. Cuando comemos el fruto del Árbol del Conocimiento, los símbolos se convierten en una realidad virtual que nos habla como la voz del conocimiento y vivimos en esa realidad creyendo que es real, lo que significa, por supuesto, sin conciencia.

Es obvio que los seres humanos comimos el fruto del Árbol de la Muerte. Desde mi punto de vista, hay billones de seres humanos en este mundo que están muertos, pero no *saben* que están muertos. Sí, sus cuerpos están vivos, pero están soñando sin la menor conciencia de que están soñando, y eso es lo que los

toltecas denominan *el sueño de la primera atención*.

El sueño de la primera atención es el sueño que creamos utilizando nuestra atención por primera vez. Esto es lo que yo también llamo *el sueño ordinario de los seres humanos*, o también podemos decir que es *el sueño de las víctimas*, porque somos víctimas de todos los símbolos que creamos, somos víctimas de todas las voces en nuestra cabeza, somos víctimas de todas las supersticiones y distorsiones de nuestro conocimiento. En el sueño de las víctimas, donde vive la mayoría de la gente, nos convertimos en víctimas de la religión, del gobierno, de toda nuestra forma de pensar y de creer.

De niños, no podemos defendernos de todas las mentiras que vienen con todo el Árbol del Conocimiento. Como hemos dicho antes, nuestros padres, las escuelas, la religión y toda la sociedad captan nuestra atención y nos introducen sus opiniones y creencias. Creemos en la religión en la que creemos porque nuestros padres creen en esa religión, porque nos llevan a la iglesia o a otro lugar de culto y aprendemos a creer todo lo que nos dicen. Los adultos que se ocupan de nosotros nos cuentan sus historias, y vamos a la escuela y oímos más historias. Aprendemos la historia de nuestro país; aprendemos sobre todos los héroes, todas las guerras, todo el sufrimiento humano.

Los adultos nos preparan para formar parte de nuestra sociedad y puedo decir, sin lugar a dudas, que es una sociedad gobernada completamente por mentiras. Aprendemos a vivir en el mismo sueño en el que viven ellos; nuestra fe queda atrapada en la estructura de ese sueño y ese sueño se convierte en algo normal para nosotros. Pero no creo que hicieran esto con mala intención. Los adultos sólo pueden enseñarnos lo que saben; no pueden enseñarnos lo que no saben. Lo que saben es lo que aprendieron a lo largo de toda su vida; es en lo que creyeron toda su vida. Puedes estar seguro de que tus padres hicieron lo máximo que pudieron por ti en ese momento. Si no lo hicieron mejor, es porque no sabían hacerlo mejor. Puedes estar seguro de que tenían todo tipo de juicios sobre sí mismos y que todos los demás también los estaban juzgando. Vivían en el sueño de la primera atención, *el infra-mundo*, el sueño que denominamos *Hades* o *infierno*. Estaban muertos.

Naturalmente, todos estos símbolos no son exactamente la verdad. La verdad está *detrás* de los símbolos: está en el *intento* o el *significado* de los símbolos. Cuando las religiones describen el sueño del infierno dicen que es un lugar en el que ardemos, un lugar en el que somos juzgados, un lugar de castigo eterno. Pues bien, esa descripción del infierno es el sueño ordinario de los seres

humanos. Es exactamente lo mismo que sucede en la mente humana: el juicio, la culpa, el castigo y las emociones generadas por el miedo y que sentimos como un fuego que arde en nuestro interior. El miedo es el rey del inframundo y rige nuestro mundo creando distorsiones en nuestro conocimiento. El miedo crea el mundo entero de injusticia y de drama emocional, la pesadilla entera en la que viven billones de personas.

¿Y cuál es el mayor miedo en este mundo? El miedo a la verdad. Los seres humanos tenemos miedo a la verdad porque hemos aprendido a creer en una gran cantidad de mentiras. Claro, también tenemos miedo a las mentiras que creemos. Verdad o ficción, el hecho de tener el conocimiento nos hace sentir seguros, pero después sufrimos porque nos creemos lo que sabemos y casi todo lo que sabemos no es verdad. Éste es sólo un punto de vista, pero nos lo creemos y transmitimos los mismos mensajes distorsionados a nuestros hijos. Toda la cadena continúa y la historia de los seres humanos se repite una y otra vez.

Hace mucho tiempo, personas sabias compararon el sueño de la primera atención con un mercado en el que miles de personas hablaban a la vez y nadie escuchaba realmente. Esto es lo que los toltecas denominan *mitote*, que es una palabra náhuatl que significa «chismorreos extremos». En ese *mitote*, utilizamos la palabra contra nosotros mismos, y cuando nos relacionamos con otras personas, utilizamos la palabra contra ellas.

Todo ser humano es un mago, y en la interacción entre los magos hay hechizos que se lanzan por todas partes. ¿Cómo? Con el mal uso de la palabra, tomándoselo todo personalmente, distorsionando todo lo que percibimos con suposiciones, chismorreando y esparciendo veneno emocional mediante las palabras. Los seres humanos lanzamos hechizos principalmente a la gente que más amamos, y cuanto mayor sea la autoridad que tengamos, más poderosos serán los hechizos. La autoridad es el poder que tiene un ser humano para controlar a otros seres humanos, para hacer que obedezcan. Puedes verte de niño teniendo miedo a la autoridad. También puedes ver a adultos que le tienen miedo a la autoridad. Las palabras pronunciadas con autoridad se convierten en un poderoso hechizo que afecta a otros seres humanos. ¿Por qué? Porque nos *creemos* esas palabras.

Si entendemos el poder de la simbología, veremos adonde nos llevan esos símbolos. Lo podemos ver por el modo en el que nos comportamos, por la interacción que tenemos con los demás, pero principalmente con nosotros mismos. Nos posee una idea, una creencia, una historia. En ocasiones, nos posee

el enfado; en ocasiones, nos poseen los celos; en ocasiones, nos posee el amor. Los símbolos compiten por el control de nuestra atención y, de un modo u otro, están cambiando siempre; hacen turnos para poseernos. Hay miles de símbolos que quieren ocupar su puesto en nuestra cabeza y controlarnos. Como hemos mencionado anteriormente, todos esos símbolos están vivos y esa vida se la proporcionamos nosotros porque *creemos* en ellos.

Los símbolos hablan y hablan en nuestra cabeza. Nunca paran de hablar. Es exactamente como si tuviéramos un narrador en la cabeza que nos cuenta todo lo que está sucediendo a nuestro alrededor, como si no fuéramos conscientes de que lo estamos percibiendo. «Y ahora se pone el sol. Eso está bien. Tengo calor. ¡Mira, por allí hay árboles! ¿Qué está haciendo esa persona? Me pregunto lo que está pensando». La voz del conocimiento quiere saber lo que significa todo. Apenas puede esperar para interpretar todo lo que ocurre en nuestra vida. Nos dice qué hacer, cuándo hacerlo, dónde hacerlo, cómo hacerlo. Nos recuerda continuamente lo que creemos sobre nosotros, lo que no creemos sobre nosotros. Nos dice todo lo que no somos. Nos pregunta por qué no podemos ser como deberíamos ser.

En el sueño de la primera atención, el mundo en el que vivimos es igual que un *reality show* presentado por la voz del conocimiento. Y seguro que siempre vamos a tener razón y que todos los demás estarán equivocados, porque utilizamos todo lo que sabemos para justificar todo lo que ocurre en nuestro espectáculo. ¡Vaya *reality show*! El primero en televidentes. Creamos todos los personajes de esa historia y cualquier cosa que creemos sobre cada uno de ellos no es la verdad y nunca lo fue. Con un Árbol del Conocimiento entero viviendo en nuestra cabeza, dejamos de percibir la verdad: sólo percibimos nuestro propio conocimiento, sólo percibimos mentiras. Cuando sólo percibimos mentiras, nuestra atención queda atrapada en el sueño del infierno; ya no percibimos la realidad del cielo a nuestro alrededor. Y así es como los seres humanos salimos del Paraíso.

En la historia de Adán y Eva, teníamos un gran intercambio con una serpiente que vivía en el Árbol del Conocimiento. Aquella serpiente era un ángel caído que entregaba mensajes distorsionados; era el Príncipe de las Mentiras y nosotros éramos inocentes. La serpiente nos dijo: «¿Quieren ser como Dios?». Una pregunta simple, pero ¿puedes ver la trampa? Si hubiéramos contestado: «No, gracias, ya soy Dios», todavía estaríamos viviendo en el Paraíso, pero contestamos: «Sí, quiero ser como Dios». No advertimos la mentira; mordimos

el fruto, nos tragamos la mentira y morimos.

Lo que nos hace morder la manzana sin advertir la mentira es la duda. Antes de tener la duda, ni siquiera sabemos; la verdad está ahí y simplemente la vivimos. Una vez que nos tragamos la mentira, ya no creemos que somos Dios y es entonces cuando empezamos a buscar a Dios. Después creemos que tenemos que edificar un templo para encontrar a Dios; necesitamos un lugar para rendir culto a Dios. Tenemos que sacrificarlo todo para alcanzar a Dios; tenemos que crear dolor en nosotros mismos y ofrecerle nuestro dolor a Dios. Muy pronto tenemos un gran templo con miles de personas que creen que no son Dios. Por supuesto, tenemos que darle un nombre a Dios y el resultado es la creación de la religión.

Creamos al dios del trueno, al dios de la guerra, a la diosa del amor y los llamamos Zeus, Marte y Afrodita. Hubo miles, quizá millones de personas que creyeron en estos dioses y que les rindieron culto. Ofrecieron sus vidas como sacrificio a esos dioses. Incluso mataron a sus propios hijos como una ofrenda a esos dioses porque creían que esos dioses eran la verdad. Pero ¿lo eran?

Como puedes ver, la primera mentira en la que creemos es «No soy Dios». De esta mentira surge otra mentira, y otra más y otra, y creemos, creemos y creemos. Muy pronto hay tal cantidad de mentiras que nos resulta abrumador y olvidamos nuestra propia divinidad. Vemos belleza y la perfección de Dios y queremos ser como Dios -queremos ser esa «imagen de perfección»- y buscamos y seguimos buscando la perfección.

Los seres humanos somos contadores de cuentos y les contamos cuentos a nuestros niños sobre un dios que es perfecto, sobre un dios que nos juzga y que nos castiga cuando nos portamos mal. Les hablamos de Santa Claus, quien recompensa a los niños pequeños que son «buenos» o que se parecen más a «Dios». Estos mensajes están distorsionados. El tipo de dios que juega con la justicia no existe. Santa Claus no existe. Todo ese conocimiento en nuestra cabeza no es real.

Como ves, cuando le hablamos a la serpiente del Árbol del Conocimiento, le hablamos a un reflejo distorsionado de nosotros mismos. Es esa serpiente del Árbol del Conocimiento a quien realmente tenemos mucho miedo. Nos da miedo nuestro propio reflejo. ¿No es eso ridículo? Imagínate mirando el reflejo de ti mismo en un espejo. El reflejo parece ser una copia exacta de lo que es real, pero la imagen del espejo es la opuesta de lo que es real; tu mano derecha es tu mano izquierda en el espejo. La verdad siempre está distorsionada por el reflejo.

De pequeños los espejos que hay a nuestro alrededor captan nuestra atención para que podamos verlos y lo que vemos son imágenes distorsionadas de nosotros mismos, según sea su humor, según el momento en que esos espejos nos reflejan, según el sistema de creencias que están utilizando para justificar su percepción. Los seres humanos que nos rodean nos dicen lo que ellos *creen* que somos, pero no hay un espejo diáfano que refleje lo que *realmente* somos. Todos los espejos están completamente distorsionados. Proyectan lo que creen en nosotros y casi todo lo que creen es mentira. Lo creemos o no lo creemos, pero cuando somos niños, somos inocentes y nos lo creemos casi todo. Depositamos nuestra fe en mentiras; le damos vida, le damos poder, y pronto esas mentiras gobiernan nuestra vida.

La historia del Príncipe de las Mentiras es sólo un cuento, pero es una bonita historia hecha con símbolos comprensibles de la que podemos extraer conclusiones. Creo que su significado resulta claro. Una vez que empezamos a soñar que no somos Dios, empieza toda la pesadilla. Caemos del Paraíso y vamos a parar directamente al inframundo, a lo que denominamos *infierno*. Empezamos a buscar a Dios, empezamos a buscar nuestro propio yo, porque el Árbol del Conocimiento está viviendo nuestra vida y nuestro yo auténtico está muerto.

Y esto me recuerda otra historia sobre Jesús, el Cristo, quien estaba andando con sus discípulos cuando vio a un hombre que era digno de sus enseñanzas. Se acercó al hombre y le dijo: «Ven y únete a mí». El hombre le contestó: «Vendré, pero mi padre acaba de morir. Debo enterrarlo y después te seguiré». Y Jesús le dijo: «Deja que los muertos entierren a los muertos. Tú estás vivo. Ven conmigo».

Si comprendes la historia, resulta fácil ver que estás «muerto» cuando no estás despierto, cuando no eres consciente de lo que eres. Eres *verdad*; eres *vida*, eres *amor*. Pero en el proceso de domesticación el sueño externo, el sueño del planeta, capta tu atención y te alimenta con todas tus creencias. Poco a poco te conviertes en una copia del sueño externo. Copias todo lo que aprendes de todas las personas y de todas las cosas que te rodean. No sólo copias las creencias, sino también el comportamiento, lo que significa que no copias únicamente lo que la gente dice, sino también lo que hace. Percibes el estado emocional de la gente que te rodea e incluso copias eso.

No eres quien *realmente* eres, porque has sido poseído por esa imagen distorsionada de ti. Esto puede resultar un poco difícil de comprender, pero todo

este tiempo has sido tú quien te ha poseído a *tu* Quien te está poseyendo a ti es el tú *virtual*. Es lo que tú *piensas* que eres; es lo que *crees* que eres, y esa imagen de ti mismo se vuelve extraordinariamente poderosa. Todos esos años de práctica te han convertido en un maestro del fingimiento de ser lo que crees que eres. Y esa imagen distorsionada de ti mismo es realmente tu tumba, porque el tú verdadero no es el que está viviendo tu vida. Entonces ¿quién está viviendo tu vida?

¿Es el tú real el que crea todo el drama y el sufrimiento en tu vida? ¿Es el tú real el que dice: «La vida es un valle de lágrimas y venimos aquí a sufrir»? ¿Es el tú real el que te juzga a ti mismo y te castiga e invita a otra gente a que te castigue también? ¿Es el tú real el que abusa de tu cuerpo? ¿Es el tú real el que incluso no se gusta a sí mismo? ¿Es *realmente* el tú real el que está soñando todo eso?

No, no es el tú real. Tú estás muerto y ésa es la verdad. ¿Y cuál es la clave para volver a la vida? La *conciencia*. Cuando recuperas la conciencia, resucitas y vuelves a la vida. En la tradición cristiana, el día de la resurrección es cuando Cristo vuelve de los muertos y demuestra al mundo su divinidad. Ésa es la razón por la que estás aquí: para regresar de entre los muertos y reclamar tu propia divinidad. Es hora de regresar del mundo de los engaños, del mundo de las mentiras y volver a tu propia verdad, a tu propia autenticidad. Es hora de desaprender las mentiras y convertirte en el tú verdadero. Y para hacerlo, necesitas volver a la vida, que es verdad.

La conciencia es la clave para volver a la vida y es una de las principales maestrías de los toltecas. La conciencia te hace salir del sueño de la primera atención y te conduce al sueño de la segunda atención, en el que te rebelas contra todas las mentiras que están gobernando tu cabeza. Te rebelas y el sueño entero empieza a cambiar.



10

EL SUEÑO DE LA SEGUNDA ATENCIÓN

Los guerreros

La primera vez que aprendemos a soñar hay muchas cosas que no nos gustan, de las que estamos en contra, pero sencillamente aceptamos el sueño tal como es. Entonces, por cualquier razón, cobramos conciencia de que no nos gusta la manera en que vivimos nuestra vida; cobramos conciencia de lo que estamos soñando; y no queremos ese sueño. Ahora tratamos de utilizar la atención una segunda vez a fin de cambiar nuestro sueño, para crear un segundo sueño. Esto es lo que los toltecas denominan *el sueño de la segunda atención* o *el sueño de los guerreros*, porque ahora declaramos la guerra a todas las mentiras que existen en nuestro conocimiento.

En el sueño de la segunda atención empezamos a dudar: «Quizá todo lo que he aprendido no es la verdad». Empezamos a desafiar lo que creemos; empezamos a cuestionarnos todas las opiniones que aprendimos. Sabemos que hay algo en nuestra cabeza que nos lleva a hacer muchas cosas que tal vez no queremos hacer —algo que tiene el control total de nuestra mente— y no nos gusta. Y como no nos gusta, en un momento determinado empezamos a rebelarnos.

En esa rebelión tratamos de recuperar nuestra autenticidad, lo que yo llamo la *integridad* del yo, o la totalidad de lo que somos. En el sueño de la primera atención, el yo auténtico no tiene ninguna oportunidad; es una víctima completa.

No nos rebelamos; ni siquiera lo intentamos. Pero ahora ya no queremos ser la víctima e intentamos cambiar nuestro mundo. Intentamos recuperar nuestra libertad personal: la libertad de ser quienes realmente somos, la libertad de hacer lo que realmente queremos hacer. El mundo de los guerreros es el mundo de los intentos. Intentamos cambiar el mundo que no nos gusta y seguimos intentándolo e intentándolo e intentándolo, y la guerra parece interminable.

En el sueño de los guerreros, estamos en una guerra, pero esa guerra no es contra otras personas. No tiene nada que ver con el sueño externo. Todo ocurre en nuestra mente. Es una guerra contra la parte de nuestra mente que hace todas las elecciones que nos conducen a nuestro infierno personal. Es una guerra entre el auténtico yo y lo que denominamos *el tirano, el gran juez, el libro de la ley, el sistema de creencias*. Es una guerra entre ideas, entre opiniones, entre creencias. Yo también la llamo *la guerra de los dioses* porque todas estas ideas luchan por el dominio de la mente humana. Y, al igual que los dioses de la Antigüedad, claman un sacrificio humano. Sí, el sacrificio humano que ofrecemos a los dioses todavía tiene lugar, aunque afirmemos que ya no creemos en el sacrificio humano. Evidentemente, cambiamos los nombres de los dioses; cambiamos el *significado* de todos aquellos símbolos que llamamos *dios*. Quizá ya no creamos en Apolo, ya no creamos en Zeus, ya no creamos en Osiris; pero creemos en la justicia, creemos en la libertad, creemos en la democracia. Éstos son los nombres de los nuevos dioses. Entregamos nuestro poder a estos símbolos, los llevamos al reino de los dioses y sacrificamos nuestra vida en nombre de esos dioses.

El sacrificio humano está sucediendo constantemente, en todas partes, y podemos ver el resultado: vemos violencia, vemos crímenes, vemos cárceles llenas de gente, vemos guerras, vemos el sueño del infierno en la humanidad porque creemos en una gran cantidad de supersticiones y distorsiones en nuestro conocimiento. Los seres humanos creamos guerras y enviamos a nuestros jóvenes para que sean sacrificados en esas guerras. En muchas ocasiones ni siquiera saben la razón por la que están luchando.

Vemos guerras de pandillas en cualquier gran ciudad. Los jóvenes se sacrifican y se matan unos a otros en nombre del orgullo, en nombre del lucro, en nombre de cualquiera que sea el dios en el que creen. Luchan por su orgullo, luchan por controlar un trozo de terreno, luchan por un símbolo que está en su cabeza y en sus chaquetas, y se sacrifican a sí mismos. Desde el barrio más pequeño hasta las grandes naciones del planeta, vemos grupos de personas luchar y defender sus dioses por algo que no existe. La guerra ruge en su cabeza,

pero el problema es que sacan la guerra fuera de sí mismos y se matan unos a otros.

Tal vez ya no creamos en el sacrificio humano, pero ahora mismo hay gente que dice: «Yo me encargaré del sacrificio. Dame una pistola y mataré a tanta gente como pueda antes de que me maten». Y esto no es un juicio; es sencillamente como es. No diré que el sacrificio humano sea incorrecto. Simplemente existe y no podemos negar su existencia, porque lo vemos a diario en distintas culturas del mundo. Lo vemos y también participamos en ello. Si alguien comete un error y lo cogen infringiendo una regla, ¿qué hacemos? Crucifiquémoslo, juzguémoslo, contemos chismes sobre él. Esta es otra forma de sacrificio humano. Sí, hay reglas y tal vez el mayor pecado sea ir contra esas reglas, y quizás algunas de esas reglas sean completamente artificiales. Pero nosotros creamos esas reglas, acordamos vivir según esas reglas y seguiremos las reglas hasta que ya no las necesitemos, y ahora mismo las necesitamos.

Los seres humanos creemos tantas mentiras que incluso la cosa más pequeña se convierte en un gran demonio que nos hace sufrir. Por lo general es sólo un juicio, principalmente un juicio que nos hacemos a nosotros mismos: «Pobre de mí. Mira lo que me pasó cuando tenía nueve años. ¡Mira lo que me pasó ayer por la noche!». Bueno, fuera lo que fuese lo que ocurrió en tu pasado ya no es verdad. Podría tratarse de la cosa más horrible, pero ahora mismo no es verdad, porque ahora mismo es la única verdad en la que vives. Cualquier cosa que te ocurriera en el pasado está en la realidad virtual y cualquier cosa que le pasase a tu cuerpo se curó hace mucho tiempo, pero la mente te puede hacer sufrir y vivir sumido en la vergüenza durante años.

Los seres humanos cargamos con nuestro pasado, con nuestra historia, y es exactamente como si cargáramos con un pesado cadáver. Para algunos no es tan pesado, pero para la mayoría de la gente ese cadáver es muy pesado. Y no sólo es pesado; huele muy mal. Lo que muchos de nosotros hacemos es quedarnos con nuestro cadáver y compartirlo con las personas que amamos. Con la memoria poderosa que tenemos, le damos la vida en el momento presente y revivimos nuestras experiencias una y otra vez, y otra vez y otra vez más. Cada vez que recordamos esas experiencias, nos castigamos a nosotros mismos y a todos los demás una y otra vez.

Los seres humanos somos los únicos animales sobre la Tierra que nos castigamos a nosotros mismos mil veces o más por el mismo error y que castigamos a los demás mil veces o más por el mismo error. ¿Cómo podemos

hablar de injusticia en el resto del mundo cuando no hay justicia en el mundo que está en nuestra propia cabeza? El universo entero se rige por la justicia, pero por la verdadera justicia, no por la distorsión de la justicia que hemos creado nosotros, los artistas. La verdadera justicia se enfrenta a lo que yo llamo *acción-reacción*. Vivimos en un mundo de consecuencias; por cada acción hay una reacción. La verdadera justicia consiste en pagar una vez por cada error que cometemos. Y ¿cuántas veces pagamos por cada error? Obviamente, esto no es justicia.

Digamos que estás viviendo con culpabilidad y vergüenza por un error que cometiste hace diez años. La excusa para tu sufrimiento es: «Cometí un terrible error». Y piensas que todavía estás sufriendo por algo que ocurrió hace diez años, pero la verdad es que estás sufriendo por algo que ha sucedido hace diez segundos. Te juzgaste de nuevo por el mismo error, y por supuesto, el gran juez dice: «Necesitas ser castigado». Es una simple acción-reacción. La *acción* es el juicio al que te sometes tú mismo; la *reacción* es el castigo que te infliges y que adopta la forma de culpabilidad y vergüenza. Toda tu vida repites la misma acción con la esperanza de tener una reacción diferente y esto nunca ocurre. El único modo de cambiar tu vida consiste en cambiar la acción, ya que entonces la reacción cambiará.

¿Puedes ver de qué modo tú, conocimiento, te estás hiriendo a ti, el ser humano? Estás pensando y juzgando con todos esos símbolos que aprendiste. Estás creando una historia que está abusando del ser humano. Siempre que un ser humano sufre abusos, la reacción normal es el enfado, el odio, los celos o cualquiera de las emociones que nos hacen sufrir. Nuestro sistema nervioso es una fábrica de emociones y las emociones que experimentamos dependen de lo que percibimos. Pues bien, percibimos nuestros propios juicios, nuestro propio sistema de creencias, nuestra propia voz del conocimiento. Y con el juez, la víctima y el sistema de creencias gobernando nuestro mundo virtual, las emociones que generamos son el miedo, el enfado, los celos, la culpa y la vergüenza. ¿Qué otra cosa esperamos crear? ¿Amor? Por supuesto que no, aunque en ocasiones lo hagamos.

La palabra es una fuerza que no se puede ver, pero sí es posible ver la manifestación de esa fuerza, la expresión de la palabra, que es tu propia vida. La forma de medir la impecabilidad de tus palabras es mediante tu reacción emocional. ¿Eres feliz o estás sufriendo? Si disfrutas tu sueño o sufres tu sueño es porque lo estás creando de ese modo. Sí, tus padres, tu religión, las escuelas,

el gobierno, la sociedad entera te ayudó a crear tu sueño y es verdad que nunca tuviste elección. Pero ahora sí que la tienes. Puedes crear el cielo o puedes crear el infierno. Recuerda, ambos son estados mentales que existen en tu interior.

¿Te gusta ser feliz? Pues entonces sé feliz y disfruta de tu felicidad. ¿Te gusta sufrir? Fantástico; entonces ¿por qué no disfrutar de tu sufrimiento? Si decides crear el infierno, bien por ti. Llorar, sufrir el dolor y haz una obra maestra artística con tu dolor. Pero si tienes conciencia, de ningún modo escogerás el infierno; escogerás el cielo. Y la manera de escoger el cielo consiste en ser impecable con tus palabras.

Si eres impecable con tus palabras, ¿cómo puedes juzgarte a ti mismo? ¿Cómo puedes culparte? ¿Cómo puedes cargar con la culpa y la vergüenza? ¿Cuando no estás creando todas esas emociones te sientes de maravilla! Ahora sonrías de nuevo y resulta completamente auténtico. No tienes que fingir que eres de una manera determinada. No tratas de ser lo que no eres. Lo que quiera que seas es lo que serás en ese momento. En ese momento te aceptas a ti mismo exactamente como eres. Te gustas a ti mismo; disfrutas de tu propia compañía. Ya no abusas de ti mismo utilizando los símbolos en tu contra.

Esa es la razón por la que debo repetir lo crucial que resulta ser consciente. La tiranía de los símbolos es extraordinariamente poderosa. En el sueño de la segunda atención, el guerrero trata de descubrir de qué modo los símbolos arrebataron el poder a los seres humanos. Toda la guerra del guerrero es contra los , contra nuestra propia creación, y no porque odiamos los símbolos. Los símbolos son una creación llena de maestría; son nuestro arte y nos resulta conveniente utilizar todos esos símbolos para comunicarnos. Pero cuando entregamos todo nuestro poder a esos símbolos, nos volvemos impotentes y necesitamos que nos rescaten. Necesitamos un salvador, porque no tenemos poder para hacerlo solos.

Entonces miramos fuera de nosotros y decimos: «Oh Dios, por favor, sálvame». Pero nuestra salvación no depende de Dios ni de Jesús ni de Buda ni de Moisés ni de Mahoma ni de cualquier otro maestro, chamán o gurú. No podemos culparles si no nos salvan. Nadie puede salvarnos, porque nadie más es responsable de lo que suceda en nuestro mundo virtual. El cura, el pastor, el rabino, el chamán o el gurú no pueden cambiar nuestro mundo; nuestro marido o nuestra esposa, nuestros hijos o nuestros amigos no pueden cambiarlo. Nadie más puede cambiar nuestro mundo, porque ese mundo sólo vive en nuestra mente.

Mucha gente dice que Jesús murió por nosotros, para salvarnos de nuestros pecados. Bueno, es una historia preciosa, pero Jesús no toma las elecciones de nuestra vida. En lugar de salvarnos, Jesús nos dijo lo que debíamos hacer. ¿Necesitas ayuda? Conforme, necesitas seguir la verdad. Necesitas perdonar. Ámense los unos a los otros. Nos dio todas las herramientas, pero decimos: «No. No puedo perdonar. Prefiero vivir con mi veneno emocional, con mi orgullo, con mi enfado y con mis celos». Si estamos luchando con la gente que amamos, si estamos creando mucha resistencia a nuestro alrededor, recuerda, vivimos en un mundo de consecuencias. Primero tenemos que liberar todo eso, tenemos que perdonar, porque el perdón es la única vía para limpiar nuestro cuerpo emocional del veneno emocional.

Todos nosotros tenemos veneno emocional porque todos nosotros tenemos heridas emocionales. Esto ocurre. Igual que es normal que un corte produzca dolor en nuestro cuerpo o sintamos dolor cuando nos caemos y nos rompemos un hueso, es normal que el cuerpo emocional nos duela porque estamos vivos, porque estamos rodeados de depredadores, y nosotros también somos depredadores. Pero no hay nadie a quien culpar; es sencillamente como es. Si culpamos a alguien, es nuestro veneno emocional el que nos lleva a hacerlo. En lugar de culpar podemos responsabilizarnos de nuestra propia curación.

Si estás esperando a que llegue alguien para salvarte, debes saber que eres tú quien tienes que salvarte a ti mismo. Eres tu propio salvador, pero hay maestros que te brindan las herramientas para ayudarte a recuperar la conciencia y ganar tu guerra personal. Hay artistas que pueden enseñarte cómo crear una obra maestra del cielo con tu arte.

Digamos que eres un buen artista, pero entonces un artista maestro se te acerca y te dice: «Me gustas. Quiero que seas mi aprendiz. Ven; te enseñaré. La primera y más importante herramienta para que te conviertas en un artista maestro es *sé impecable con tus palabras*. Es algo muy sencillo. Escribes tu propia historia y no quieres escribir la historia contra ti mismo. La segunda herramienta, *no te tomes nada personalmente*. Esto te será de gran ayuda; la mayor parte del drama se desvanece si sencillamente estás de acuerdo con eso. La tercera, *no hagas suposiciones*. No te crees tu propio infierno; deja de creer en supersticiones y mentiras. Y la cuarta, *haz siempre lo máximo que puedas*. Emprende la acción. La práctica hace al maestro. Muy sencillo».

Entonces llega el momento en el que empiezas a ver toda tu creación desde otro punto de vista. Empiezas a comprender que eres el creador artístico de tu

vida. Eres quien crea el lienzo, la pintura, el pincel y el arte. Eres quien le da un sentido a cada pincelada del lienzo de tu vida. Eres quien invierte toda tu fe en tu arte. Y dices: «La historia que estoy creando es preciosa, pero ya no me la creo. Ya no creo mi historia ni la de nadie más. Puedo ver que sólo se trata de arte». Fantástico. Ese es el quinto acuerdo. Vuelve al sentido común, a la verdad, al tú real. *Sé escéptico, pero aprende a escuchar.*

En el sueño de la segunda atención necesitas herramientas para ganar la guerra y cambiar tu mundo, y de eso es de lo que tratan todos estos acuerdos. Éstas son las herramientas para transformar tu sueño, para ser maestro de tu sueño y lo que hagas con estas herramientas depende de ti. Estos sencillos cinco acuerdos tienen el poder de plantar una semilla de duda entre todos esos acuerdos limitadores y basados en el miedo que estableciste durante toda tu vida. La única posibilidad que tienes para desaprender las mentiras en tu conocimiento es mediante el uso de la atención. Utilizas tu atención para ensamblar tu primer sueño y utilizas la atención para desaprender ese sueño.

Los Cuatro Acuerdos son las herramientas para utilizar tu atención por segunda vez a fin de crear tu cielo personal y el quinto acuerdo es la herramienta para ganar la guerra contra la tiranía de los símbolos. Los Cuatro Acuerdos son herramientas para tu transformación personal y el quinto acuerdo es el fin de la transformación personal y el inicio en el que te brindas a ti mismo el mayor regalo que puedes ofrecerte: el regalo de la *duda*.

Hemos dicho que la duda fue la que nos hizo abandonar el Paraíso. Pues bien, volver al Paraíso es, una vez más, una cuestión de duda. La duda es la herramienta que utilizamos para recuperar nuestra fe, para recuperar el poder de cada mentira y de cada superstición en la que creemos y devolvernos ese poder. Por supuesto, también podemos utilizar el poder de la duda contra nosotros mismos si dudamos de nosotros, si dudamos de la verdad. En la historia de Adán y Eva, cuando dudamos si somos Dios, esa duda abre la puerta a otra duda, y después a otra y a otra. Cuando dudamos de la verdad empezamos a creer en mentiras. Pronto creemos tantas mentiras que nos resulta imposible ver la verdad y abandonamos el sueño del cielo.

La duda constituye una gran creación que concebimos para ir al infierno o para salir de él. En cualquier caso, la duda abre la puerta para ser poseídos por los símbolos, o la duda cierra la puerta para poner fin a la posesión. Si dudamos de nosotros mismos, si dudamos de la verdad, todo el Árbol del Conocimiento—toda la mitología que controló nuestra atención durante toda nuestra vida—

empieza a volver a nosotros. La voz del conocimiento empieza a poseernos de nuevo y empezamos a sentir el enfado, los celos, la injusticia que acompañan a todos esos símbolos, con todas las suposiciones, con todo ese *pensamiento*.

Por consiguiente, en lugar de dudar de ti mismo, ten fe en ti mismo. En lugar de dudar de la verdad, duda de las mentiras. *Sé escéptico, pero aprende a escuchar*. El quinto acuerdo te abre la puerta al cielo y el resto depende de ti. Este acuerdo se basa en estar en el cielo y en que el cielo esté en ti. Se trata de abandonar tu apego a los símbolos, incluso a tu propio nombre y unirse al infinito, a fin de ser auténtico, de creer en ti mismo sin ninguna duda, porque incluso una pequeña duda puede poner fin a la experiencia del cielo.

Cuando tienes fe en ti mismo, sigues cada instinto con el que naciste. No tienes dudas sobre lo que eres y vuelves al sentido común. Tienes todo el poder de tu autenticidad; confías en ti mismo, confías en la *vida*. Confías en que todo irá bien y con eso la vida se vuelve extraordinariamente fácil. La mente ya no necesita comprenderlo todo; no necesita *saber*. Sabes algo o no lo sabes, pero no tienes ninguna duda sobre si lo sabes o no. No vas a inventártelo. Cuando eres completamente auténtico, te dices la verdad a ti mismo, sin dudas: «Me gusta; no me gusta. Lo quiero; no lo quiero». No tienes que hacer lo que no te gusta hacer. Disfrutas tu vida haciendo exactamente lo que te gusta hacer.

Nos hacemos la vida difícil cuando tratamos de sacrificarnos por alguien más. Indudablemente, no estás aquí para sacrificarte a ti mismo por otra persona. No estás aquí para satisfacer las opiniones o los puntos de vista de otras personas. En *el sueño de la segunda atención*, uno de los primeros desafíos es el miedo a ser tú mismo: tu yo *real*. Si tienes la valentía de enfrentarte a este desafío, descubrirás que todas las razones por las cuales tenías miedo no existen. En ese momento descubres que te resulta mucho más fácil ser tú mismo que tratar de ser lo que no eres. Todo el sueño del infierno te agota porque se necesita energía para mantener una imagen, para llevar puesta una máscara social. Estás cansado de fingirlo; estás cansado de no ser *tú*. Lo mejor que puedes hacer es ser sencillamente auténtico. Cuando eres auténtico puedes hacer cualquier cosa que quieras hacer; puedes creer cualquier cosa que quieras creer y eso incluye creer en ti mismo.

¿Cuán difícil puede resultar tener fe en ti mismo, creer en *ti*, en lugar de creer en símbolos? Puedes depositar tu fe en teorías científicas, en muchas religiones, en opiniones y puntos de vista, pero ésta no es la fe real. La fe en ti mismo es la fe *real*. La fe real consiste en confiar en ti mismo

incondicionalmente, porque sabes lo que realmente eres y lo que realmente eres es la verdad.

Una vez que recuperas la conciencia de lo que eres, la guerra en tu cabeza se acaba. Es obvio que tú eres quien crea todos los símbolos. Y como resulta obvio de dónde proviene el poder de tus palabras, tu palabra tiene poder y nada puede detener el poder de tu palabra. Tu palabra se vuelve impecable y es impecable porque eres tú quien tienes poder sobre los símbolos y no son los símbolos los que tienen poder sobre ti. Una vez que tu palabra es impecable, basas cada elección de tu vida en la verdad y ganas la guerra contra el tirano. Las palabras están ahí, listas para ser utilizadas a tus órdenes, pero las palabras sólo tienen significado cuando las utilizas para comunicarte, para tener una conexión directa con alguien. Cuando dejas de utilizar las palabras, de nuevo vuelven a no tener significado.

Al final del sueño de la segunda atención la forma humana empieza a desmoronarse y tu realidad cambia una vez más. Cambia porque ya no percibes el mundo a través de una rígida estructura de creencias. La guerra se acaba porque tu fe no está depositada en mentiras. Aun cuando las mentiras todavía existen, ya no *crees*. Como sabes, la verdad sencillamente es; no tienes que creer en la verdad. Ya no crees en nada, pero puedes ver y lo que puedes ver es la verdad. La verdad está aquí mismo; es única y es perfecta. Tal vez no del modo en que tú la interpretas, tal vez no en el modo en el que utilizas la palabra para chismorrear sobre ti mismo o para contar chismes sobre los demás, pero una vez que ves la verdad, ¿a quién le importa lo que otra gente esté soñando? Lo que está soñando la gente que te rodea no es importante. Lo que es importante es tu propia experiencia: utilizar todas las herramientas de las que dispones para enfrentarte a lo que crees, para ver la verdad, para ganar tu guerra personal.

No necesitas competir con nadie; no necesitas compararte con nadie. Sencillamente necesitas ser lo que eres, ser amor, pero amor *real* no esa clase de amor que te posee y que hace que te creas enamorado. No el amor que te vuelve celoso y posesivo con los demás y te coloca directamente en el infierno con todas sus torturas y castigos. No el amor que te hace sacrificarte en su nombre o que te hace herirte a ti mismo y herir a los demás en su nombre. El símbolo del amor se ha distorsionado. El amor real es con lo que naciste. El amor real es lo que eres.

Naciste con todo lo necesario para construirlo, Si te enfrentas a tus miedos hoy, mañana *vcv!\s* el sueño de la segunda atención, el mundo de los gur reros.

Pero no por vencer el miedo hoy significa que ya hayas ganado la guerra. No, la guerra no se ha acabado; la guerra no ha hecho más que empezar. Todavía juzgas; todavía tienes todas esas cuestiones. Crees que ya está hecho y ¡boom! Tu tirano ha vuelto. Oh, sí, otra vez y otra y otra más. Y no sólo se trata del tirano que hay en ti, sino del tirano que está en todos los que te rodean, y hay algunos que son peores que otros. Pero incluso en el caso de haber estado en guerra muchos años, al menos puedes defenderte. Como guerrero, quizá ganes la guerra o quizá la pierdas, pero una vez que tienes conciencia, dejas de ser una víctima; estás en guerra y ahí es donde está la mayoría de la gente ahora mismo, hasta que la guerra se acabe.

En el sueño de la segunda atención, empiezas a crear tu cielo personal en la tierra. Empiezas a depositar tu fe en acuerdos que apoyan la *vida*, que aumentan tu dicha, tu felicidad, tu libertad. Pero esto es sólo un paso en tu evolución. Hay mucho más que eso. Llegará el momento en el que serás un maestro de la conciencia y eso significa ser un maestro de la verdad. Y, por cierto, también te conviertes en un maestro de la transformación; un maestro del amor, del intento o la fe, porque, cuando llegue ese momento, crees en ti mismo.

El resultado de esta transformación es la creación de otra realidad que tiene el mismo marco que los dos primeros sueños, pero en esta otra realidad ya no crees en lo que solías creer. Ya no crees en las mentiras que aprendiste; ni siquiera crees en las palabras que aprendiste. No tienes la menor duda sobre lo que experimentas, sobre lo que eres.

El siguiente sueño, el sueño de la tercera atención, no está tan lejos. Pero en primer lugar tienes que ganar la guerra en tu cabeza y ahora tienes las herramientas para hacerlo. Entonces, ¿por qué no hacerlo? Emprende la acción, pero no lo *intentas* más. Si lo intentas, morirás intentándolo y puedo asy^ti rarte que millones de guerreros han muerto intentan dolo. Hay muy pocos guerreros que alguna ve/ hayan ganado la guerra que tiene lugar en la mente humana, pero aquellos que ganan la guerra mediante el uso de su atención por segunda vez recrean el mundo entero.



11

EL SUEÑO DE LA TERCERA ATENCIÓN

Los maestros

El sueño de la segunda intención acaba cuando algo muy importante sucede en nuestra vida, algo llamado *el juicio final*. Esta es la última vez que nos juzgamos a nosotros mismos o a cualquier otra persona. Es el día en el que nos aceptamos exactamente como somos y aceptamos a los demás tal y como son. Cuando llega el día de nuestro juicio final, la guerra en nuestra cabeza finaliza y empieza *el sueño de la tercera atención*. Y será el fin de nuestro mundo, pero también el inicio de nuestro mundo, porque ya no estamos en el sueño de los guerreros. Estamos en el mundo superior, o lo que yo denomino *el sueño de los maestros*.

Los maestros son antiguos guerreros. Han ganado su guerra personal y están en paz. *El sueño de los maestros* es un sueño de verdad, un sueño de respeto, un sueño lleno de amor y dicha. Es el patio del recreo de la vida; es lo que se supone que deberíamos vivir y sólo la conciencia nos puede conducir a ese lugar.

Muchas religiones hablan del juicio final como si se tratara de un castigo para los pecadores. Lo describen como el día en el que llega Dios, nos juzga, y destruye a todos los pecadores. Esto no es verdad. El juicio final es una carta del tarot, que es una antigua mitología proveniente de Egipto. Cuando las escuelas místicas hablan del juicio final, apenas podemos esperar a que llegue ese día porque es el día en el que los muertos salen de sus tumbas, y eso significa que resucitamos. Es el día en el que recuperamos la conciencia y despertamos del

sueño del inframundo. Es el día en el que ya no tenemos miedo a estar vivos de nuevo. Esto sucede cuando regresamos a nuestro estado real, a nuestro yo divino, donde sentimos una comunión de amor con todo lo que existe.

La resurrección es un concepto maravilloso de las escuelas místicas de todo el mundo. Una vez que tienes la conciencia de que casi todo lo que aprendiste mediante los símbolos no es la verdad, lo único que queda es sencillamente disfrutar de la vida, y eso es la resurrección. Cuando le das sentido a todo mediante los símbolos, tu atención se dispersa en muchas cosas a la vez. Cuando despojas todo de significado, estás en comunión y te conviertes en todo para ti. Te conviertes en el único ser vivo que existe. Ya no hay diferencia entre cualquier estrella del cielo y tú o entre cualquier roca del desierto y tú. Todo lo que existe es parte del único ser vivo en existencia. Cuando experimentas esta verdad, aunque sólo sea un momento, toda la estructura de tu sistema de creencias desaparece y estás en ese maravilloso sueño del cielo.

Hoy puede ser un día como cualquier otro o bien puede ser un día de celebración, el día de tu resurrección, el día en el que cambias tu mundo volviendo a la vida. Puede ser el día en el que el tú real salga de esa tumba consistente en creer que eres lo que *piensas* que eres, y convertirte en lo que *realmente* eres.

En el sueño de la tercera atención, finalmente tienes la conciencia de lo que eres, pero no con palabras. Y como no hay palabras para explicar lo que eres, vuelves a la paz, al lugar en el que no necesitas utilizar palabras para saber lo que eres. Esto es lo que los maestros de las filosofías esotéricas les revelarían a sus aprendices. El punto más alto que puedes alcanzar es cuando vas más allá de los símbolos y te conviertes en uno con la vida, con Dios.

Las religiones antiguas afirman que nadie puede decir el nombre de Dios, y es absolutamente cierto, porque no hay un símbolo para describir a Dios. El único modo de conocer a Dios es ser Dios. Cuando te conviertes en Dios dices: «Oh, por eso no podía aprender el símbolo». La verdad es que no sabemos el nombre de quien nos creó. La palabra *Dios* es sólo un símbolo que representa lo que realmente existe y me resisto a esta palabra porque es un símbolo que se ha distorsionado mucho. Si utilizamos símbolos para describir a Dios, necesitamos estar de acuerdo en el significado de los símbolos, así que, ¿qué punto de vista estamos utilizando? Hay billones de puntos de vista diferentes. Como artista, hago lo máximo que puedo para pintar a Dios con palabras y es lo único que puedo ofrecer: un retrato de Dios desde mi punto de vista personal. Cualquier

cosa que diga es, por supuesto, sólo una historia que es verdadera únicamente para mí. Y quizás ésta tenga un sentido para ti o quizá no, pero al menos tendrás una idea de mi punto de vista personal.

El sueño de los maestros resulta un poco difícil de explicar porque la enseñanza real no se hace con palabras. Se hace con la presencia. Si pudieras sentir la presencia de un maestro, aprenderías mucho más de lo que puedes aprender con palabras. Las palabras no pueden expresar ni siquiera una diminuta parte de la experiencia, pero si utilizas la imaginación, las palabras te pueden llevar al lugar en el que puedes tener la experiencia por ti mismo. Y ésta es mi intención ahora mismo: que expandas tu conciencia hasta el punto en el que puedas *percibir* lo que realmente eres, en el que puedas *sentir* lo que realmente eres.

En lugar de utilizar palabras, tal vez una mejor manera para ello sea la de ponerte cara a cara con Dios, a fin de que veas a Dios. Y si yo te enseño a Dios, cara a cara, te verás a ti mismo. Créetelo o no te lo creas, pero te verás a ti mismo porque tú eres la manifestación de Dios. Y si pudieras ver lo que está *moviendo* tu cuerpo, entonces verías al Dios *real*. Mira tu propia mano. Mueve tus dedos. La fuerza que mueve tus dedos es lo que los toltecas denominan el *intento*, o lo que yo denomino *vida*, *el infinito*, o *Dios*.

El intento es el único ser vivo que existe y es esa fuerza la que lo mueve todo. Tú no eres los dedos. Eres la fuerza que los está moviendo. Los dedos te obedecen. Puedes dar cualquier explicación que quieras: «Oh, mi cerebro, mis nervios...». Pero si buscas la verdad, la fuerza que mueve tus dedos es la misma fuerza que te hace soñar; es la misma fuerza que abre una flor o mueve el viento o crea un tornado o hace que las estrellas se muevan por el universo o hace que los electrones den vueltas alrededor de los átomos. Sólo hay un ser vivo y *tú* eres ese ser. Eres la fuerza que se manifiesta a sí misma de infinitas maneras por todos los universos.

La primera manifestación de esa fuerza es la luz, o la energía, que es lo mismo, y todo se crea a través de esa energía. Los científicos saben que todo está hecho de energía y como sólo hay una fuerza en el universo que crea esa energía, la religión y la ciencia se unen en este punto, y podemos comprender que somos Dios porque somos luz. Esto es lo que somos; esto es lo que es todo, billones y billones de frecuencias diferentes o manifestaciones de luz. Y juntas, todas esas distintas frecuencias crean sólo una luz.

El intento es la fuerza que crea la luz, y podemos decir que la luz es el

mensajero del intento, porque conduce el mensaje de vida que llega a todas partes. La luz tiene toda la información necesaria para crear todo lo que existe, incluyendo cualquier tipo de vida —seres humanos, monos, perros, árboles—, cualquier cosa. Todas las especies vivas del planeta Tierra han sido creadas por un rayo o frecuencia de luz específica que los científicos denominan ADN. Y la diferencia en el ADN puede ser mínima, pero en su manifestación podría constituir la diferencia entre un ser humano y un mono, o entre un ser humano y un jaguar, o entre un ser humano y un árbol.

La luz tiene muchas propiedades. Está viva. Es un ser vivo y es extraordinariamente inteligente. Está creando continuamente; está transformando continuamente y no puede ser destruida. La luz está en todas partes y todo está lleno de luz, pero no podemos ver la luz a menos que la refleje la materia. Si enviamos un objeto al espacio desde la Tierra, vemos el objeto porque está reflejando luz. No hay espacios vacíos entre las estrellas, entre las galaxias, entre los universos, lo que significa que todos los universos están conectados.

Tú eres un universo entero. La Tierra es otro universo. El Sol y todos los planetas a su alrededor son otro universo. Todos los sistemas solares juntos crean otro universo y podemos continuar y continuar, hasta que vemos sólo un ser vivo hecho por billones y billones de seres vivos diferentes.

Cada ser vivo está protegido por la fuerza que denominamos *alma*. El alma es la fuerza que une al universo entero y reconoce la totalidad de ese ser. El alma hace que la materia sea impenetrable, lo que significa que crea lo que parece una división entre los seres. El alma confiere forma a todo; sin esta fuerza, no habría diferencias entre tú y una flor o un pez o un pájaro. Tu alma nació en el momento de tu concepción y reconoce cada elemento de sí misma: cada molécula, cada célula, cada órgano de tu ser. Tu alma reconoce todo lo que pertenece a tu universo y rechaza todo lo que no le pertenece.

En el sueño de la tercera atención, eres consciente de que tu cuerpo conforma un universo entero formado por billones de seres vivos: formado por átomos, formado por moléculas, formado por células, formado por tejidos, formado por órganos, formado por sistemas, hasta que el universo entero es uno. Desde el punto de vista de la mente, parece que sólo hay un punto de vista: el que está detrás de tus ojos. Pero si profundizas más en la conciencia, descubres que cada átomo de tu cuerpo tiene un punto de vista personal, porque cada átomo está vivo. Cada átomo es un universo entero; no es otra cosa que un > sistema solar en miniatura con estrellas y planetas. Lo que cada universo tiene en común es que

cada uno de ellos está vivo con el poder total del infinito.

Tú, esa fuerza, estás vivo; tú eres poder total. Tú eres verdad; tú eres real. Todo lo demás, incluso todo lo que sabes a través de los símbolos no es verdad. No es real. Es una ilusión y es bella. La luz no es sólo inteligente; tiene memoria. Crea una imagen de sí misma; crea el mundo entero de ilusión en que llega a convertirse tu mente, el modo en el que sueñas. Tus sueños no son materia; son un reflejo de la materia y ese reflejo existe en la materia que llamamos el *cerebro*. El cerebro no es otra cosa que un espejo. Como hemos dicho anteriormente, si miras a través de un espejo, ves tu propia mente, tu propio sueño.

La primera vez que abres tus ojos, empiezas a percibir luz y la luz se convierte en tu profesora. La luz proyecta una información que no comprendes a tus ojos, pero fuiste hecho para percibir luz, para hacerte uno con la luz, porque la luz es tu otra mitad. Y como eres luz, siempre estás creando y siempre estás transformando y siempre estás evolucionando. La luz va directamente a tu cerebro y lo reordena para modificarte a ti, realidad virtual, para convertirte en un reflejo mejor de ti mismo. Cuando la luz está modificando tu cerebro, el cerebro por sí mismo está modificando la fábrica de Dios, el ADN, para el posible próximo ser humano que puede proceder de ti.

Del mismo modo que tu cuerpo tiene muchos órganos distintos —cerebro, corazón, pulmones, hígado, estómago, piel— y que todos juntos te crean a *ti*, una totalidad, cada órgano de tu cuerpo está hecho por diferentes tipos de células que crean ese órgano. ¿Saben las células que todas ellas juntas forman un solo ser vivo, es decir, *tú*? ¿Sabemos los seres humanos que todos juntos formamos un solo ser vivo, y que esto significa *humanidad*.

Estás rodeado por billones de seres humanos. Igual que tú, fueron programados para ser humanos. Machos o hembras, los reconoces; sabes que son seres humanos como tú. Lo *sabes*. Pero lo que tal vez no sepas es que nosotros, los seres humanos, somos un órgano de este bonito planeta. El planeta Tierra está vivo. Es un ser vivo y la humanidad entera trabaja para ese planeta como un órgano de ese ser vivo. Los bosques son otro órgano, la atmósfera es otro órgano —cada especie es otro órgano— y todos trabajamos juntos a fin de crear un equilibrio que es el metabolismo de la Tierra.

Toda la humanidad es un solo ser vivo y esto ya no es una teoría. Los seres humanos vivimos juntos. Tenemos el mismo tipo de cuerpo; tenemos el mismo tipo de mente; tenemos las mismas necesidades. Creamos todos esos símbolos

para comprendernos los unos a los otros. Macho o hembra, víctimas, guerreros o maestros, todos somos iguales. Ningún ser humano es mejor o peor que cualquier otro ser humano. Ningún ser humano es mejor o peor que cualquier otra cosa que exista en todo el universo. En el nivel más profundo de nuestro ser, no hay diferencia entre un ser humano y un perro, o un ser humano y una pulga o una mosca o una flor. Somos lo mismo; provenimos del mismo lugar y no importa el origen de nuestra historia. No importa si somos un cristiano, un budista, un musulmán, un hindú. Provenimos del mismo lugar y regresaremos al mismo lugar.

El infinito crea todo lo que existe, y cuando el ciclo se acaba, todo regresa al infinito. Por supuesto, el cuerpo muere, porque el cuerpo es mortal, pero *tú*, la fuerza, eres inmortal. En esa fuerza en la que vive la mente lo único que muere son las mentiras. En el antiguo Egipto se decía: si cuando mueres tu corazón es más ligero que una pluma, entonces bienvenido al cielo; si tu corazón es más pesado que una pluma, no irás al cielo. Las mentiras no pueden regresar al poder, pero la verdad vuelve al poder porque la verdad es un reflejo del poder; es el reflejo del infinito. La cuestión es ¿cuánto pesan tus mentiras? ¿Carga tu corazón con el peso del enfado, del miedo, de la culpa, del remordimiento?

En el sueño de la tercera atención, la verdad ya ha destruido todas las mentiras y lo único que sobrevive es la verdad, es decir, el *tú* real. Tú eres esa fuerza. Tú eres vida, lo que es verdad, y desde ese punto tu sueño se convierte en el cielo. Tu sueño se convierte en una preciosa obra maestra artística, una preciosa obra maestra de amor. Esto te conduce a la tercera maestría de los toltecas, la *maestría del amor* o lo que también podemos llamar la *maestría del intento* o de *la fe*. Yo prefiero llamarla la *maestría de la fe* porque es una maestría para que tú confíes en ti mismo, lo que significa comprender el poder que tienes: el poder del intento, el poder de la vida, el poder de la creencia, el poder de la fe, el poder del amor. Todos son el mismo poder, por supuesto. Son el *poder total*.

Cuando eres un maestro de la fe vives tu vida en el amor, porque amor es lo que eres y resulta maravilloso. En ese momento, aceptas completamente tu cuerpo, tus emociones, tu vida, tu historia. Te respetas a ti mismo; respetas a todos los artistas, a todos tus hermanos y hermanas; respetas a toda la creación. Te amas incondicionalmente y no te da miedo expresar tu amor, decir «te amo» a los demás. Cuando eres un maestro de la fe, cuando vives tu vida en el amor, ves cómo se refleja tu propio amor en cada personaje secundario de tu historia y

amas a todos los personajes secundarios de tu historia de manera incondicional, del mismo modo que te amas a ti mismo.

Esto cambia tu relación con el resto de los seres humanos. Te vuelve completamente impersonal. No necesitas tener razones para amar a alguien o para no amarlo; ni siquiera *eliges* amar, porque amar es tu naturaleza. El amor sale de ti como la luz sale del sol. Toda tu naturaleza sale de ti, tal como es, sin expectativas. Y tu amor no tiene nada que ver con las palabras en tu cabeza. No hay historias. Es una experiencia que denominamos *comuni3n*, y eso significa tener la misma frecuencia, la misma vibraci3n que el amor. As3 es como eras antes de que aprendieras a hablar, porque has evolucionado del profundo infierno del sueño de la primera atenci3n a un mejor sueño, el sueño de la segunda atenci3n, hasta que sueñes el sueño de la tercera atenci3n en el que sabes que todo lo que ves, todo lo que sueñas es una realidad virtual hecha de luz.

Durante miles de ańos la gente ha sabido que existen tres mundos en cada ser humano. En casi todas las filosof3as y mitolog3as nos encontramos con que la gente lo ha dividido todo en tres mundos, pero los han llamado de modos distintos y han utilizado diferentes s3mbolos para describirlos. Como hemos visto en la tradici3n del artista, es decir, los toltecas, estos tres mundos son conocidos como *el sueño de la primera atenci3n*, *el sueño de la segunda atenci3n* y *el sueño de la tercera atenci3n*. En Grecia y en Egipto se denominaban *el inframundo*, *el mundo* y *el mundo superior*. En la tradici3n cristiana son conocidos como *Infierno*, *Purgatorio* y *Para3so*.

El concepto del mundo que tenemos hoy en d3a es muy diferente de lo que la gente comprend3a hace miles de ańos. Para ellos, el mundo no era el planeta; el mundo era todo lo que podemos percibir, todo lo que sabemos. Por esa raz3n se dec3a que cada cabeza es un mundo, porque cada uno de nosotros creamos un mundo entero en nuestra cabeza y vivimos en ese mundo. La mayor3a de los seres humanos vive en el sueño de la primera atenci3n, el inframundo. Otra gran parte de la humanidad vive en el sueño de la segunda atenci3n, el mundo de los guerreros, y gracias a este sueño la humanidad avanza en la direcci3n correcta y evoluciona tal como lo est3 haciendo.

Por lo general, creemos que el mundo superior est3 relacionado con la bondad y que el inframundo est3 relacionado con el miedo y el mal, pero esto no es exactamente verdad. Los tres mundos existen en todo ser humano. Cargamos con el inframundo en nuestro interior, del mismo modo que cargamos con el

mundo superior. En el inframundo existe una infinidad completa, y en el mundo superior también existe una infinidad completa y ambas se unen en el mundo, que es donde vivimos. El camino hacia el inframundo se convierte en una elección, del mismo modo que el camino hacia el mundo superior se convierte en una elección.

En el sueño de los maestros, somos conscientes de que hacer una elección significa tener un poder en nuestras manos. Controlamos todo nuestro sueño mediante las elecciones que hacemos. Cada elección tiene sus consecuencias, y un maestro del sueño es consciente de las consecuencias. Hacer una elección puede abrir muchas puertas y cerrar otras muchas. No hacer una elección es también una elección que podemos hacer. Haciendo elecciones podemos convertirnos en maestros del arte de soñar y crear la vida más maravillosa.

Cualquiera puede ser un gran artista del sueño, pero la maestría la alcanzamos cuando tenemos un control completo sobre nuestro sueño, lo que significa que recuperamos el control de nuestra propia atención. Cuando somos maestros de la atención, realmente somos maestros del intento, lo que significa que tenemos un control completo sobre nuestras elecciones. El sueño de nuestra vida irá dondequiera que queramos llevarlo.

En el sueño ordinario de los seres humanos, el sistema de creencias controla la atención. Y como nuestro poder personal, nuestra voluntad, es débil, cualquiera puede captar nuestra atención e introducir una opinión en nuestra mente. La voluntad o el intento es la fuerza capaz de mover lo que existe o cambiar la dirección de lo que existe. La voluntad es lo que sustenta y mueve la atención. Una vez que tenemos el poder suficiente para usar nuestra voluntad, aumentamos el control sobre la atención. Entonces, por fin podemos tomar el control sobre nuestras creencias y ganar la guerra por el control de nuestro sueño.

En el sueño de la tercera atención, no depositamos nuestra atención en la vida. *Somos vida, somos la fuerza, somos el intento* y el intento controla la atención. El sueño de la tercera atención es el sueño del puro intento. Nos volvemos conscientes de que somos vida: no sólo como concepto, sino como acción, como conciencia completa. Ahora podemos ver con los ojos de la verdad y éste es un punto de vista completamente diferente.

La primera vez que aprendes a soñar, tu sistema de creencias crea millones de pequeñas barreras para la verdad. Cuando la estructura de tu sistema de creencias desaparece, eliminas las barreras y ya no ves sólo un punto de vista.

Hay muchos puntos de vista que puedes ver a la vez. Te ves a ti mismo no sólo desde el punto de vista de un ser humano, sino desde el punto de vista de una fuerza. Te ves a ti mismo no sólo como una fuerza, sino como la manifestación de esa fuerza. Sabes que eres luz, que eres únicamente una imagen en la luz y utilizas la atención para ser testigo del sueño desde el punto de vista de la luz. Ya no ves todo lo que está fuera de ti como si estuviera separado de ti. Sientes la totalidad de ti mismo en todas las cosas. Te sientes como el único ser vivo que existe y no sólo lo sientes; lo *sabes*. Como ya hemos mencionado anteriormente, comprendes lo que eres, pero no con palabras. No necesitas símbolos. Si utilizas símbolos para comprender lo que eres, puedes perderte en esos símbolos mientras tratas de comprenderte a ti mismo.

Te llamas a ti mismo un *ser humano* y tal vez te identifiques con ese símbolo, pero en China no eres un ser humano; en Rusia no eres un ser humano; en Alemania no eres un ser humano. *Ser humano* es sólo un símbolo y ¿cuál es el significado de ese símbolo? Podrías escribir un libro entero, utilizar miles de símbolos que se utilizan para describir el significado de *ser humano* y aun así te dejarías algo. ¡Y sólo se trata de un símbolo! Utilizar símbolos para comprender lo que eres no es nada más que un disparate. Cualquier cosa que *pienses* que eres nunca será la verdad, porque los símbolos no son la verdad.

Si le dices a un gato: «¡Eh, tú, perro!», no le importa; no te contesta. Si le dices a una persona: «¡Eh, tú, perro!», seguramente esa persona te contestará «No soy un perro». Algunas personas quizá se ofendan y otras quizá se rían; será trágico para algunas y cómico para otras, porque tratamos con diferentes puntos de vista. ¿Necesitan saber los animales el símbolo de lo que son? Bueno, ni lo saben ni les importa. Sencillamente son. No necesitan símbolos para justificar su existencia.

Si alguien me pregunta lo que soy, puedo decirle: «Soy un ser humano. Soy un hombre. Estoy hecho de energía. >Estoy hecho de materia. Soy un padre, soy un doctor». Puedo utilizar símbolos para identificar lo que soy, para justificar lo que soy, para tratar de comprenderme a mí mismo. Pero, en realidad, los símbolos no significan nada. La verdad es que no sé lo que soy. Lo único que sé es que soy. Estoy vivo, puedes tocarme. Estoy soñando y soy consciente de que estoy soñando. Aparte de eso, nada más es importante, porque todo lo demás es simplemente una historia. Los símbolos nunca me dirán lo que soy ni de dónde provengo, pero eso no es importante porque de todos modos volveré a ese lugar. Esa es la razón por la que uno de mis grandes héroes es el personaje de dibujos

animados Popeye el Marino, que dice: «Soy lo que soy y eso es todo lo que soy». Eso es sabiduría. Eso es aceptación completa que revela un respeto completo por lo que soy, porque soy verdad. Quizá lo que yo diga no sea verdad, pero yo soy verdad, y ocurre lo mismo contigo.

Estás vivo; existes, eso es verdad, pero ¿qué eres? La verdad es que no lo sabes. Sólo sabes lo que crees que eres, sabes lo que aprendiste que eres, sabes lo que te dijeron que eres, sabes lo que finges ser, sabes el modo en el que deseas que te vean las demás personas y para ti quizás eso sea verdad. Pero ¿es *realmente* verdad que eres lo que dices que eres? No lo creo. Cualquier cosa que digas sobre ti mismo es sólo simbología y está completamente distorsionado por tus creencias.

Cuando finalmente te ves a ti mismo sin todo el conocimiento que has acumulado el resultado es: *yo soy*. Soy lo que soy; tú eres lo que tú eres y la aceptación completa de cualquier cosa que seas es lo que provoca un gran cambio. Una vez que aceptas completamente lo que eres, estás listo para disfrutar de la vida. No hay más juicios, no hay más culpa, no hay más vergüenza, no hay más remordimientos.

Cuando dejas los símbolos aparte, lo que queda es la verdad desnuda, pura y simple. No necesitas saber lo que eres, ¡y ésta es una gran revelación! No necesitas fingir que eres lo que no eres. Puedes ser completamente auténtico, y por esa razón puedes transmitir un mensaje, y ese mensaje es el tú verdadero. Tu *presencia* es el mensaje. Es la misma presencia que puedes sentir cuando nace tu primer hijo y finalmente puedes tenerlo entre tus brazos. Puedes sentir la presencia de la divinidad en tus manos sin comprender nada, sin necesidad de palabras.

Todo recién nacido tiene la misma presencia. Es Dios, el infinito, un ángel encarnado, y estamos programados para reaccionar ante la presencia de un bebé. El bebé no necesita decir ni una palabra; la presencia del bebé lo dice todo. Sólo su presencia despierta la necesidad de dar, de proteger. Cuando se trata de tu propio bebé, el instinto es aún más fuerte y la presencia es realmente algo increíble. Esa presencia despierta tu generosidad y empiezas a dar a tu hijo sin esperar nada a cambio, hasta un cierto momento en el que quizá tu hijo crece y parece como si la presencia se hubiera perdido.

Cuando naciste, tu presencia fue suficiente para despertar un instinto en la gente que te rodeaba para darte atención, para protegerte, para tratar de satisfacer tus necesidades. Todavía tienes esa presencia pero ha sido reprimida durante

mucho tiempo. Ha estado esperando para salir. Para sentir realmente tu presencia, necesitas ser plenamente consciente; necesitas ver toda tu creación desde otro punto de vista, desde un lugar donde todo es sencillo. Cuando no eres consciente, todo parece completamente ilógico y el miedo se apodera de nosotros y crea el gran *mitote*.

El quinto acuerdo constituye una parte importante para recuperar lo que eres, porque utiliza el poder de la duda para romper todos esos hechizos bajo los que has estado. Utilizar tu magia para recobrar la presencia que perdiste hace tanto tiempo representa un intento muy fuerte. Cuando toda tu atención no está centrada en tu historia, puedes *ver* lo que es real; puedes *sentir* lo que es real. Cuando no estás dominado por una simbología, recuperas la presencia que tenías cuando naciste y las emociones de la gente que te rodea responden a tu presencia. Entonces brindas a los demás la única cosa que realmente tienes, que es tú mismo, tu presencia, y esto establece una gran diferencia. Pero esto sólo ocurre cuando llegas a ser completamente auténtico.

Imagina volver a ser como eras cuando eras muy pequeño, antes de que comprendieras el significado de cualquier símbolo, antes de que el conocimiento controlara tu mente. Cuando recuperas tu presencia, eres exactamente como una flor, exactamente como el viento, exactamente como el océano, exactamente como el sol, exactamente como la luz. Eres exactamente como tú. No hay nada que justificar; no hay nada que creer. Estás aquí sólo para ser, por ninguna razón. No tienes ninguna otra misión más que la de disfrutar de la vida, ser feliz. Lo único que necesitas es sólo ser el tú *real*. Sé auténtico. Sé la presencia. Sé felicidad. Sé amor. Sé dicha. Sé tú mismo; ésa es la cuestión principal. Eso es sabiduría.

Aquellos que todavía no son sabios, buscan la perfección; buscan a Dios; buscan el cielo e intentan encontrarlo. Bueno, pues no hay nada que buscar. Ya está aquí. Todo está dentro de ti. No tienes que buscar el cielo; eres cielo ahora mismo. No necesitas buscar la felicidad; eres felicidad dondequiera que estés. No tienes que buscar la verdad; tú eres la verdad. No tienes que buscar la perfección. Eso es una ilusión. No tienes que buscarte a ti mismo; nunca le abandonaste. No tienes que buscar a Dios; Dios nunca te abandonó. Dios está siempre contigo; tú estás siempre contigo. Si no ves a Dios en todas partes es porque tu atención está centrada en todos esos dioses en los que *realmente* crees.

La presencia del infinito está por todas partes, pero si estás en la oscuridad, no ves lo que está ahí. No lo ves porque únicamente ves tu propio conocimiento.

Guías tu creación a través de ese sueño y cuando tu conocimiento no puede explicar lo que está sucediendo en tu vida, te sientes amenazado. Lo que sabes es lo que quieres saber, y cualquier cosa que represente una amenaza para tu conocimiento te hace sentir inseguro. Pero llegará el momento en el que comprenderás que el conocimiento no es más que la descripción de un sueño.

Eres lo inconocible. Estás aquí sólo para estar en este momento, en este sueño. Ser no tiene nada que ver con el conocimiento. No se trata de comprensión. No necesitas comprender. No se trata de aprendizaje. Estás aquí para desaprender y ya está, hasta que un día comprendas que no sabes nada. Únicamente sabes lo que crees, lo que habías aprendido y sólo para descubrir que eso no era la verdad. Sócrates, uno de los más grandes filósofos de todos los tiempos, necesitó toda su vida para llegar al punto en el que dijo: «En cuanto a mí, todo lo que sé es que no sé nada».



12

CONVERTIRSE EN EL QUE VE

Un nuevo punto de vista

Hace dos mil años, un gran maestro dijo: «Y conocerán la verdad y la verdad los hará libres». Bueno, pues ahora ya sabes que la verdad es lo que eres. El siguiente paso consiste en *ver* la verdad, ver lo que eres. Sólo entonces serás libre. ¿Libre de qué? Libre de todas las distorsiones de tu conocimiento, libre de todo el drama emocional que es la consecuencia de creer en mentiras. Cuando la verdad te hace libre, los símbolos que habías aprendido ya no gobiernan tu mundo. Entonces ya no se trata de tener razón o de no tenerla, o de ser bueno o malo. No se trata de ser un ganador o un perdedor. No se trata de ser joven o viejo, guapo o feo. Todo eso se ha acabado. No eran más que símbolos.

Sabrás que eres totalmente libre cuando ya no tengas que ser ese tú que finges ser. Esa libertad es profunda. Es la libertad de ser el tú real y es el mayor regalo que puedes brindarte a ti mismo.

Imagina vivir la vida sin miedo, sin juicios, sin reproches, sin culpa, sin vergüenza. Imagina vivir tu vida sin tratar de complacer los puntos de vista de otras personas; y ni siquiera tu propio punto de vista según tu propio libro de la ley. Imagina cuán diferente sería tu vida si vivieras con gratitud, amor, lealtad y justicia, empezando por ti mismo. Imagina tan sólo la unión entre tú y tu cuerpo si fueras completamente leal al mismo, si estuvieras completamente agradecido a tu cuerpo, si trataras a tu cuerpo con justicia. Imagínate siendo tú mismo y sin

tratar de convencer a nadie de nada. Imagina que sólo con ser tú mismo eres feliz y que, dondequiera que vayas, el cielo va contigo, porque tú *eres* cielo. Imagina vivir con este tipo de libertad. Sí, la verdad te hará libre, pero en primer lugar necesitas *ver* la verdad.

Quiero que veas si tu historia es la verdad o no es la verdad. Sencillamente sé testigo de lo que *es*, sin ningún juicio, porque cualquier cosa que estés creando es perfecta. Observa tu entorno, el marco de tu sueño, rodeándote. Observa tus creencias, de qué modo se reflejan en la historia de tu vida. Observa dónde la atención está conduciendo todo tu sueño. No quiero decir que *pienses* en ello. Quiero decir que lo *veas* y ver no es pensar. ¿Es la verdad?

Bien, pues si no es la verdad, ahora ya sabes que no tienes que creértela. En lugar de creértela, aprende a *ver*. Lo que crees lo distorsionas de inmediato según tu conocimiento. Pero cuando abandonas el conocimiento y vas más allá de los símbolos, llega un momento de tu vida en el que empiezas a ser el que ve. El que ve es un soñador que se ha hecho maestro del sueño, que ha aprendido a *ver*. Artista, soñador, mensajero, el que ve: existen muchas maneras de llamarte. Yo prefiero llamarte artista porque toda tu creación es una obra maestra artística.

Ésta es tu oportunidad de ver tu creación, de ver lo que *es*, de ver la verdad. Pero primero tienes que liberar todo lo que no es verdad, todo lo que no es más que una superstición o una mentira. Si estás dispuesto a invitar a la verdad, descubrirás que tu historia, cualquier cosa que digas que sea, es completamente falsa. Sabes que tu historia no es la verdad. Sólo necesitas la valentía para liberarte de lo que no eres, para liberarte del pasado, para desapegarte de tu historia, porque tu historia no eres *tú*. Tan pronto como dejas de creer en todas las mentiras que te has estado diciendo a ti mismo, descubres que no importa lo doloroso que resulte; la verdad es un millón de veces mejor que creer en mentiras.

En cualquier novela, en cualquier película o drama de la vida real, el punto álgido de la historia es el momento de la verdad. Antes de eso, todo el drama de la historia se va construyendo poco a poco. La tensión sigue aumentando hasta que llega la verdad como un maremoto y destruye todas las mentiras. En el momento de crisis, las mentiras no pueden sobrevivir frente a la presencia de la verdad y desaparecen. No hay más tensión. La paz vuelve con la verdad y nos sentimos aliviados de que el drama se haya acabado.

Por supuesto, cuando la verdad llega a tu propia historia, todo en lo que crees se siente amenazado. El miedo asume el control y dice: «¡Socorro! Toda la

estructura de mi vida, todo en lo que siempre he creído se está desmoronando. ¿Qué voy a hacer con todas mis mentiras? Si ya no creo nunca en nada más, si ya no chismorreó nunca más, no tendré nada que decir». *¡Exacto!* Esto es lo que he estado intentando decirte.

Muchas personas me preguntan: «Si ya no creo en todos los símbolos, si retiro mi fe de cada palabra, ¿cómo me puedo comunicar con alguien? ¿Cómo puedo sobrevivir en la vida sin la base de lo que conozco?». Como puedes ver, el poder de la duda está trabajando en sus mentes y es incluso más grande que antes.

Bien, si recuerdas cómo eras antes de que aprendieras a hablar, cuando eras exactamente como el resto de los animales, verás que en aquel momento podías comunicarte sin palabras. Sin utilizar tu intelecto, sin utilizar palabras, quiero que recuperes lo que eras hace mucho tiempo, que vuelvas a la autenticidad que tenías antes de que aprendieras a hablar y que experimentes la verdad. Quiero que vayas directamente a tu corazón y que busques la verdad sin palabras, a fin de encontrar tu yo auténtico, y que lo saques fuera con todo tu poder.

El punto crítico de tu viaje de regreso a ti es el momento en el que finalmente te ves a ti mismo a través de los ojos de la verdad. Si puedes ver tu auténtico yo, amarás lo que ves. Ves la magnificencia de tu presencia; ves lo maravilloso y bello que eres. Ves la perfección en ti y esto quiebra cualquier duda que cualquier otra persona te pusiera en la cabeza alguna vez. Ves que eres luz, que eres *vida*, y cuando aceptas tu propia divinidad, te conviertes en un reflejo mejor de la vida.

Estás aquí para disfrutar de la vida. No estás aquí para sufrir por tu drama o tu importancia personal. Eso no eres *tú*; no pertenece a tu presencia. Estás aquí para ser un soñador, para ser un artista, para ser el que ve. Pero no puedes ser el que ve cuando sólo tienes ojos para ver tu propia historia, tus propias heridas, tu propia victimización. Cuando todavía te estás centrando en lo que te hizo tu madre hace veinte o cuarenta años o lo que te hizo tu padre o lo que te hizo tu pareja o lo que te hizo cualquiera de los personajes secundarios de tu historia, entonces no estás viendo la verdad. Si te estás centrando en todo ese drama, entonces hablar contigo es como hablarle a una pared. ¿Te suena de algo?

Antes de convertirte en el que ve, estás lejos de la simplicidad de la vida, muy lejos de ella. Crees que lo sabes todo. Tienes muchas grandes opiniones y tratas de imponérselas a los demás. Una vez que te conviertes en el que ve, todo cambia. Como el que ve, ves lo que la gente finge ser, lo que expresa, lo que

cree que es, Sabes que no es la verdad; sabes que toda la gente está sencillamente fingiendo. ¿Qué está fingiendo? No lo sabes con exactitud; no puedes leer la mente de esos personajes secundarios que creas. Apenas sabes lo que tú mismo *estás* fingiendo. Pero algo que puedes ver detrás de todo ese fingimiento es la persona real. ¿Y cómo no puedes amar a la persona real? Igual que tú, la persona real proviene del infinito. La persona real no tiene nada que ver con los símbolos que provienen de la voz del conocimiento; la persona real no tiene nada que ver con ninguna historia.

Cuando te conviertes en el que ve, ves lo que está *detrás* de la historia. Comprendes a las demás personas, pero ellas no se comprenden a sí mismas. No hay ninguna manera de que puedan comprenderte a ti y no tienen que hacerlo. La mayoría de los seres humanos no tiene la conciencia que tienes tú. No saben por qué son como son. No tienen ni idea; sencillamente sobreviven. No tienen que creer a todo el mundo, pero igualmente lo hacen. No confían en sí mismos en absoluto; no tienen la menor idea de lo magníficos que son. Lo único que ven es su conocimiento, que les rodea como un muro de bruma. Imagina que eres la única persona sobria entre mil personas que están completamente borrachas. ¿Vas a discutir con gente así? ¿Realmente quieres creerla? Sabes que cualquier cosa que digan no es la verdad. Y lo sabes porque tú también solías estar borracho y todo lo que decías tampoco era la verdad.

Con conciencia, puedes comprender fácilmente cómo esas mentes fueron preparadas para convertirse en lo que son. Pero tener conciencia no significa que seas mejor que cualquier otra persona. Ser consciente no te hace superior y no te hace más inteligente. No tiene nada que ver con la inteligencia. Por supuesto, sabiendo esto, eres completamente humilde. Sencillamente no te importa. Pero hay dos tipos de «no me importa». Está el tipo de la víctima en el sueño de la primera atención y ese «no me importa» es sólo una mentira, porque a las víctimas realmente sí que les importa y se sienten muy dolidas y heridas. Tienen todas esas heridas emocionales que están llenas de veneno y un mecanismo de defensa que dice: «Oh, no me importa». Claro que les importa y por supuesto que no te creerás su «no me importa».

Cuando eres el que ve, los seres humanos resultan extremadamente predecibles. Ves que todos los seres humanos en el sueño de las víctimas están poseídos por el personaje principal de su historia. Éste es su punto de vista: su *único* punto de vista. Ven la vida de una manera muy estrecha y es estrecha porque sus creencias actúan como un espejo que sólo les enseña lo que ellos

creen, así que es obvio que no es verdad en absoluto. Proyectan lo que creen en ti y tú percibes en ti lo que proyectan, pero no te lo tomas personalmente porque no haces la suposición de que lo que están proyectando es verdad. Sabes que lo que proyectan es lo que ellos creen sobre *si mismos* y lo sabes porque tú solías hacer lo mismo.

Una vez que te conviertes en el que ve, ves todas las cosas que otros artistas se hacen a sí mismos, pero tu punto de vista es totalmente impersonal. El proceso de desaprender te conduce a un lugar en el que ya no existe un juez ni una víctima en tu historia. Es sencillamente una historia y sabes que es creación tuya, pero es como si le sucediera a otra persona. Ves todas las historias; ves todos los símbolos, ves de qué modo la gente juega con todo eso, pero no te afecta. No te ofende porque estás totalmente inmunizado. Ves rostros, amas los rostros pero a la vez eres consciente de que hay algo que no pertenece a tu sueño. Es el sueño personal que otros artistas están soñando y sientes un respeto absoluto por ese sueño, por su creación.

Respeto es una bella palabra y es uno de los símbolos más importantes que podemos comprender. Imagínate que nunca antes has oído la palabra, inventémosla y pongámonos de acuerdo en su significado porque, igual que con cualquier otro símbolo, necesitamos ponernos de acuerdo para que nos funcione. El respeto, como muchos de los símbolos, empieza por nosotros mismos y después se extiende a todas las personas y a todo lo que nos rodea. Si no nos respetamos a nosotros mismos, ¿cómo podemos respetar a los demás o a cualquier otra cosa?

Cuando te respetas a ti mismo significa que te aceptas tal y como eres. Cuando respetas a otras personas, significa que las aceptas exactamente como son. Cuando respetas a todo lo existente en la naturaleza —los animales, los océanos, la atmósfera, la Tierra— significa que aceptas toda la creación exactamente como es. Cuando llegamos a este mundo ya estaba todo creado. No fue elección nuestra ver lo que debía ser creado y lo que no debía ser creado. Ya estaba hecho y lo respetamos. ¿Podemos hacerlo mejor? Tal vez, pero no lo creo. Por consiguiente, el respeto se basa en la aceptación completa de todo lo que existe tal y como es, no tal y como queremos que sea. Este es, más o menos, uno de los significados de la palabra *respeto*.

Una vez que te aceptas a ti mismo exactamente como eres, dejas de establecer juicios sobre ti mismo. Una vez que aceptas a todos los demás exactamente como son, dejas de establecer juicios sobre ellos. Entonces, algo

increíble acontece en tu mundo: encuentras la paz. No estás en conflicto contigo mismo y no estás en conflicto con nadie más. Todos los conflictos que existen en la humanidad tienen su origen en la falta de respeto. Todas las guerras son consecuencia de no respetar el modo de vida de otros artistas. En lugar de respetar sus derechos, empezamos a imponer lo que creemos a los demás. En lugar de paz, hay guerra.

El respeto es como una frontera. Lo que denominamos nuestros *derechos* y el respeto van unidos. Tenemos nuestros derechos, igual que todo lo que existe en el universo tiene sus derechos. Vivimos en un mundo que compartimos con billones de otros seres y el respeto posibilita que todos los soñadores vivan en armonía, que vivan en paz.

En el sueño de la segunda atención empezamos a crear nuestro cielo personal y cuando alcanzamos el sueño de la tercera atención, nuestra vida es cielo. El cielo es un reino en el que somos el rey o la reina. Yo tengo mi reino personal y es cielo, pero no siempre fue así. Se convirtió en cielo cuando dejé de juzgarme a mí mismo y juzgar a los demás, cuando decidí respetar mi reino completamente y cuando aprendí a respetar el reino de los demás. El quinto acuerdo también trata del respeto, porque respeto a otros artistas cuando *escucho* sus historias. En lugar de ayudar a otros artistas a escribir su historia, les permito que escriban la suya.

Nunca seré yo quien escriba tu historia, del mismo modo que nunca permitiré que nadie escriba la mía. Respeto tu mente, tu sueño, tu creación. Respeto cualquier cosa en la que creas. Te respeto cuando no trato de decirte cómo vivir tu vida, cómo vestirse, cómo andar, cómo hablar, cómo hacer lo que sea que hagas en tu reino. Tan pronto como intente controlar tu reino, dejaré de respetarte y entonces iniciaremos una guerra por el control sobre tu reino. Si yo trato de controlarte a ti, en ese intento de controlarte, pierdo mi libertad. Por consiguiente, mi libertad está en dejarte ser lo que quiera que seas, lo que quiera que quieras ser. Cambiar tu realidad virtual no es mi trabajo. Mi trabajo consiste en cambiarme a mí mismo.

Eres el rey o la reina de tu reino. Es tu creación; es donde tú vives y es todo tuyo. Estás soñando tu reino y puedes ser intensamente feliz en tu propio reino. ¿Cómo? En primer lugar necesitas respetar tu propio reino o muy pronto ese reino se convertirá en infierno y ya no será cielo. En segundo lugar, no permitirás que nadie sea irrespetuoso con tu reino. Quienquiera que sea irrespetuoso con tu reino, saldrá de tu reino. Es tu reino; es tu vida. Tienes

derecho a vivir tu propia vida a tu manera, y no existe una manera incorrecta. La manera incorrecta no es más que otro juicio que creamos.

Una vez que has ganado tu guerra personal, ya no tienes juicios sobre nada y los juicios de las otras personas no te afectan. Por supuesto que cometes errores, como todo el mundo, pero en tu cabeza hay una justicia perfecta. Pagas sólo una vez por cada error, y como eres amable contigo mismo, como te amas, el pago es muy pequeño.

Quizás estas palabras que estoy compartiendo contigo tendrán un significado con un sentido para la voz que vive en tu cabeza. Y tal vez esa voz pueda empezar a soñar con esta nueva información y decidir dejar de ser una tirana, dejar de juzgarte, dejar de castigarte. El día de tu juicio final podría estar casi aquí. Depende de ti. Si puedes convencer al tirano de que deje de juzgarte, entonces muy pronto todo cambiará para ti.

Imagina que en lugar de ser tu adversario, el tirano se convierte en tu aliado y que en lugar de conducirte al drama te ayuda a mantener la paz. Cuando el tirano se convierte en tu aliado nunca más se pondrá en tu contra; nunca más te saboteará. Te facilitará lo que sea que quieras crear. Entonces la mente se convierte en una poderosa herramienta del espíritu; se convierte en una aliada poderosa. El resultado es un sueño completamente diferente: tu cielo personal.

En el sueño del cielo, te entregas completamente a la vida, sabiendo que todo es exactamente como es. Y como aceptas todo tal como es, dejas de preocuparte sobre todas las cosas. Tu vida se vuelve excitante porque ya no hay más miedo. Sabes que estás haciendo exactamente lo que se supone que debes estar haciendo y que todo lo que ha ocurrido tenía que suceder. Incluso las cosas que consideras como tus peores errores tenían que suceder, porque te han conducido a una conciencia mayor. Incluso la peor cosa que pueda sucederte tiene que suceder, porque te va a empujar a crecer.

¿Qué es lo peor que puede sucedernos a cualquiera de nosotros? ¿Morir? Todos vamos a morir y no hay nada que podamos hacer al respecto. Podemos disfrutar del paseo o resistirnos a él y sufrir. La resistencia, sin embargo, es fútil. Estamos programados para ser lo que somos y sólo podemos ser lo que sea que somos. Pero dentro de nuestra realidad virtual podemos ir contra nuestra propia programación y así es como creamos un mundo entero de resistencia. El forcejeo no es más que la resistencia y la resistencia crea sufrimiento.

Cuando te entregas a la vida todo cambia, como si se tratara de magia. Te entregas a esa fuerza que proviene de tu cuerpo, de tu mente y eso constituye una

nueva manera de ver la vida. Es una manera de ser. Es ser *vida*. Eres feliz porque eres *verdad*. Eres feliz dondequiera que estés y haciendo lo que sea que hagas. Incluso cuando te aburres, disfrutas de la vida. Incluso cuando creas problemas, disfrutas de la vida. Eres libre y es la libertad de un maestro del sueño que no está apegado al sueño. Te conectas al sueño con tu atención y te desconectas de él siempre que quieres. El sueño externo quiere captar tu atención y tú permites que se establezca la conexión, pero puedes romperla en cualquier momento. En un momento cambias lo que estás soñando y lo empiezas todo de nuevo otra vez.

En cada momento, haces la elección de qué quieres mantener y de qué quieres que desaparezca. Pero no con palabras. No necesitas hacer una historia, aunque si lo deseas, puedes hacerla. En tu historia puedes culpar al mundo entero por lo que sea. que te esté ocurriendo o puedes responsabilizarte de tu historia, ser el artista, ver la historia y cambiarla de la manera que quieras. Puedes ser rico o puedes ser pobre. No es importante. Puedes ser famoso o no, y no es importante. Tener fama en un mundo de oscuridad no me parece que sea nada divertido. Ser un gobernante del infierno no me parece divertido, pero es una elección, y puedes hacer esa elección. Si te responsabilizas de tu creación, puedes crear cualquier cosa que quieras en la vida. Puedes reescribir tu historia; puedes crear un sueño nuevo. Y si decides poner amor en tu creación, puedes convertir todas las historias que solían ser un drama en una maravillosa comedia romántica.

Quizá no hayas acabado con tu historia y quién sabe si algún día la acabarás o no. Francamente, no es tan importante. Lo que sea que hagas con tu vida no es tan importante. Cualquier cosa que otras personas hagan con su vida no es importante y no es asunto tuyo. Casi nada es tan importante. Pero podemos decir que una cosa sí es importante y es la *vida* misma; es el *intento* por sí mismo; el Creador. La creación no es tan importante; la manifestación cambiará día a día, de un momento al otro, de una generación a otra. La vida es eterna, pero tu sueño sólo existe mientras vives en tu cuerpo físico. Cualquier cosa que hayas hecho aquí, no te la llevarás contigo. No la necesitas. Nunca la has necesitado; nunca la necesitarás.

Pero esto no significa que no crearás. Por supuesto que crearás, porque crear es tu naturaleza. Siempre estás creando; siempre te estás expresando a ti mismo. Naciste artista y tu arte es la expresión de tu espíritu; es la expresión de esa fuerza que eres. Sabes lo poderoso que eres y ese poder es real. Sabes lo que has aprendido y sabes que todo tu conocimiento no es real.

La verdad está sucediendo justo delante de ti. Experimentar la vida es experimentar la verdad. *Ver* la verdad provoca un gran cambio en tu mundo; *convertirte* en verdad es el objetivo real, porque ése es el tú real. Lo que no es verdad no es importante. Tu deseo de la verdad y tu amor por la verdad es lo que resulta importante y ésa es la enseñanza real.



13

LAS TRES LENGUAS

¿Qué tipo de mensajero eres?

El quinto acuerdo es la enseñanza mas avanzada de los toltecas, porque nos prepara para regresar a lo que realmente somos: mensajeros de la verdad. Entregamos un mensaje cada vez que hablamos, y si no transmitimos la verdad es porque no somos conscientes de lo que realmente somos. Bien, los Cuatro Acuerdos nos ayudan a recuperar la conciencia de lo que somos. Nos ayudan a cobrar conciencia del poder de nuestra palabra. Pero el objetivo real es el quinto acuerdo. porque nos conduce más allá de la simbología y nos hace responsables de la creación de cada palabra. El quinto acuerdo nos ayuda a recuperar el poder de la creencia que invertimos en los símbolos. Y cuando vamos más allá de los símbolos, el poder que encontramos resulta increíble, porque es el poder del artista creador, el poder de la vida, el nosotros *real*

El quinto acuerdo es lo que yo denomino *preparación del mensajero* o *preparación del ángel* porque es para los mensajeros que son conscientes de que tienen un mensaje que entregar. *Ángel* es una palabra griega que significa «mensajero». Los ángeles existen realmente, pero no son los ángeles con alas de la religión. Todos somos mensajeros; todos somos ángeles, pero no tenemos alas y no creemos en los ángeles con alas. La historia religiosa sobre los ángeles con alas no es más que un símbolo, y como símbolo, las alas significan que los ángeles pueden volar.

Los ángeles vuelan y transmiten información, un mensaje, y el verdadero mensaje es la vida o la verdad. Pero en este mundo hay muchos mensajeros que no transmiten vida, que no transmiten verdad. El mundo está poblado por billones de mensajeros, con o sin conciencia. Resulta obvio que la mayoría no tiene esa conciencia. Están programados para entregar y recibir un mensaje, pero no saben que son mensajeros. La mayoría de los seres humanos del planeta no tiene la menor idea de que los símbolos son su propia creación. No tiene la menor idea de dónde proviene el poder de los símbolos, lo que significa que los símbolos tienen un control absolutó sobre ellos.

¿Qué tipo de mensajeros son? La respuesta es obvia. Ves las consecuencias en el mundo. Basta con mirar a tu alrededor y descubrirás qué tipo de mensajeros son. Cuando lo descubres, el quinto acuerdo aún tiene más sentido. *Sé escéptico, pero aprende a escuchar.* ¿Qué establecerá un cambio en estos mensajeros? La respuesta es la conciencia. Eso es lo que la preparación del mensajero hace por nosotros. Nos ayuda a cobrar conciencia del tipo de mensaje que estamos entregando a este mundo.

Desde el punto de vista tolteca, únicamente hay tres modos de entregar un mensaje, o podemos decir que sólo hay tres lenguas en el mundo de los seres humanos: el lenguaje del chismorreó, el lenguaje del guerrero y el lenguaje de la verdad.

El lenguaje del chismorreó es el que hablan todos los seres humanos. Todo el mundo sabe chismorrear. Cuando hablamos esta lengua, nuestro mensaje está distorsionado; chismorreamos sobre todas las cosas que nos rodean, pero principalmente chismorreamos sobre nosotros mismos. Si vamos a otro país donde la gente habla otra lengua, descubrimos que no importa la simbología que utilice, habla como nosotros, en el lenguaje del chismorreó, en lo que yo denomino el gran *mitote*. En el sueño ordinario sin conciencia, el gran *mitote* se apodera de la mente humana y crea todo tipo de malentendidos, crea todas las distorsiones en la manera en la que interpretamos el sentido de las palabras.

El lenguaje del chismorreó es el lenguaje de la víctima; es el lenguaje de la injusticia y del castigo. Es el lenguaje del infierno, porque todo ese chismorreó está totalmente hecho de mentiras. Pero los seres humanos siempre chismorrearán porque estamos programados para chismorrear hasta que en nuestro interior cambia algo que también está en el programa. Esto sucede cuando nos rebelamos contra el chismorreó y la guerra comienza en nuestra mente: la guerra entre la verdad y las mentiras.

El segundo lenguaje es el del guerrero. Cuando hablamos esta lengua, a veces decimos la verdad y otras veces decimos mentirasj depende de nuestra conciencia. En ocasiones nos creemos las mentiras y esto nos lleva directamente al infierno y en ocasiones creemos la verdad y esto nos lleva directamente al cielo. Pero todavía *creemos*, lo que significa que los símbolos todavía tienen el poder de nuestra creencia. Como guerreros, saltamos de un sueño al otro; a veces estamos en el cielo, a veces estamos en el infierno. Como puedes imaginarte, el lenguaje del guerrero es mil veces mejor que el lenguaje del chismorreio pero, de nuevo, los seres humanos estamos programados para cambiar el lenguaje que hablamos y para hablar una lengua más.

El tercer lenguaje es el lenguaje de la verdad y cuando hablamos esta lengua, apenas hablamos. Llegados a este punto sabemos sin lugar a dudas que los símbolos que utilizamos son nuestra creación. Sabemos que damos significado a todos esos símbolos a fin de comunicarnos con nuestra propia especie y utilizamos los símbolos con impecabilidad, lo mejor que podemos, para entregar nuestro mensaje, para entregarnos nosotros mismos, porque *nosotros* somos el mensaje. Finalmente, ya no hay mentiras y no hay más mentiras porque nos hemos convertido en maestros de la conciencia, porque nos vemos a nosotros mismos como vida, como verdad.

El lenguaje de la verdad es muy exclusivo porque es la lengua del maestro del sueño, el artista que ha dominado el sueño. En el sueño del maestro siempre hay música, siempre hay arte, siempre hay belleza. Los artistas maestros siempre se sienten felices. Están en paz y disfrutan de su vida.

Estas tres maneras de comunicarse son lo que yo denomino las lenguas del 1-2-3, del A-B-C y del Do-Re-Mi. La lengua del chismorreio es 1-2-3 porque es sencilla de aprender y es la lengua que habla todo el mundo. La lengua del guerrero es A-B-C, porque el guerrero es el que se rebela contra la tiranía de los símbolos. La lengua de la verdad es Do-Re-Mi, porque es para los artistas que tienen música en su cabeza en lugar de un gran *mitote*.

La lengua del Do-Re-Mi es la que a mí me gusta hablar. Mi cabeza está siempre llena de música, porque la música distrae la mente y cuando la mente no está de por medio, es puro *intento*. Sé que toda la música en mi cabeza no es más que un sueño, pero al menos no estoy pensando y creando una historia.

Por supuesto que, si quiero, puedo crear una historia y puede ser una bonita historia. Puedo centrar mi atención en los símbolos y utilizar los símbolos que tú entiendes para comunicarme contigo. También puedo utilizar los símbolos para

escuchar lo que tú dices. Por lo general, se trata de tu propia historia. Me cuentas muchas cosas que crees que son verdad y yo sé que no lo son. Pero cuando me las dices, escucho, y entonces sé exactamente de dónde provienes. Veo lo que tal vez tú no ves. Veo al tú *real* no lo que finges ser. Lo que finges ser es tan complicado que ni siquiera me molesto en tratar de comprenderlo. Sé que no eres *tú*. El tú real es tu presencia y es tan bella y maravillosa como cualquier otra cosa en este mundo.

Cuando ves una rosa, abierta y preciosa, su misma presencia te hace sentir de maravilla. No necesitas decirte a ti mismo lo maravillosa que es la rosa; puedes ver toda la belleza y el encanto de esa rosa. Hueles la rosa y la rosa nunca dice una palabra. Comprendes el mensaje, pero no con palabras. Si vas a un bosque, ves pájaros que hablan con otros pájaros, árboles que hablan con otros árboles, con otro tipo de simbología. Puedes ver la comunicación interior de todo lo que te rodea y resulta increíble. En este mundo hay mensajeros por todas partes, pero ¿lo has pensado alguna vez?

¿Has advertido alguna vez que desde que llegaste a este mundo siempre has estado entregando un mensaje? Aun incluso antes de nacer, cuando tu madre fue consciente de que estaba embarazada, tu mensaje estaba ahí. Tus padres apenas podían esperar tu llegada, el momento de tu nacimiento. Sabían que estaba aconteciendo un milagro, y tan pronto como naciste, entregaste el mensaje de inmediato sin palabras. Sintieron tu presencia. Era el nacimiento de un ángel y el mensaje eras *tú*.

Eras el mensaje y todavía sigues siendo el mensaje, pero has sido distorsionado por el reflejo de los otros mensajeros. No es culpa de los mensajeros, no es tu culpa, y de hecho, no es culpa de nadie. La distorsión es perfecta porque sólo existe la perfección, pero entonces creces, cobras conciencia y puedes escoger entregar un mensaje distinto. Puedes escoger convertirte en un reflejo mejor de la vida cambiando el lenguaje en el que hablas. Puedes escoger el modo en el que entregas un mensaje, el modo en que te comunicas contigo mismo y con otras personas.

Ahora, una pregunta sencilla para ti. Quiero que comprendas la pregunta, pero no permitas que la voz de tu cabeza conteste la pregunta. Sólo permite que estas palabras vayan directamente a tu corazón, donde puedes sentir el significado e intento detrás de las palabras. Esta es la pregunta: *¿Qué tipo de mensajero eres?* No se trata de un juicio. Es sólo una pequeña duda para tu mente pero constituye un gran paso para cobrar conciencia. Si comprendes la

pregunta, entonces esta pequeña duda puede cambiar tu vida entera.

¿Qué tipo de mensajero eres? ¿Transmites la verdad o transmites mentiras? ¿Percibes la verdad o sólo percibes las mentiras? Todo está entre la verdad y las mentiras. Este es el núcleo del problema y esto es lo que lo cambia todo porque todo conflicto —ya sea un conflicto interno o un conflicto entre seres humanos— es el resultado de transmitir mentiras y de creer en mentiras.

¿Qué tipo de mensajero eres? ¿Eres un mensajero de chismes y mentiras? ¿Te sientes cómodo con todas las mentiras, con todos los chismes, con todo el drama que surge como resultado de creer en mentiras? ¿Es eso lo que compartes con todos los que te rodean? ¿Es eso lo que enseñas a tus hijos? ¿Todavía culpas a tus padres por tus problemas? Recuerda, lo hicieron lo mejor que pudieron. Si tus padres abusaron de ti, no era algo personal. Era debido a sus propios miedos; era debido a lo que ellos creían. Si abusaron de ti es porque también abusaron de ellos. Si te hirieron es porque ellos también estaban heridos. Es una interminable cadena de acción-reacción. ¿Vas a continuar siendo parte de esa cadena o se acaba contigo?

¿Qué tipo de mensajero eres? ¿Eres el guerrero que forcejea entre el cielo y el infierno? ¿Todavía crees a la gente que te dice: «Esto es la verdad»? ¿Todavía te crees tus propias mentiras? ¿Qué tipo de mensaje estás entregando a las personas que más amas si el mensaje que te entregas a ti mismo te conduce al infierno? ¿Qué tipo de mensaje estás entregando a tus hijos a los que tanto amas? ¿Qué tipo de mensaje entregas a tu persona amada, a tus padres, a tus hermanos, a tus amigos, a todas las personas que te rodean?

¿Qué tipo de mensajero eres? Si me dices qué tipo de sueño estás creando para ti mismo, te diré qué tipo de mensajero eres. ¿Cómo te tratas a ti mismo? ¿Eres amable contigo mismo? ¿Te respetas a ti mismo? ¿Respetas a los demás? ¿Cómo te sientes contigo mismo? ¿Acaso te gustas a ti mismo? ¿Eres feliz contigo mismo? ¿Hay algún drama e injusticia en tu sueño? ¿Tiene tu sueño un juez y una víctima? ¿Es un sueño de depredadores, un sueño de violencia? Si es así, tu sueño está distorsionando tu mensaje. El juez, la víctima y todas esas voces en tu cabeza lo están distorsionando todo.

Ahora mismo te estás entregando un mensaje a ti mismo y a todos los que te rodean. Siempre estás entregando un mensaje y siempre estás recibiendo un mensaje, de una mente a otra mente. ¿Cuál es el mensaje que estás entregando a este mundo? ¿Es un mensaje impecable? ¿Adviertes siquiera que estás utilizando símbolos?

Sencillamente observa los mensajes que estás entregando. ¿Las palabras que pronuncias provienen de la verdad o provienen de la voz del conocimiento, del tirano, del gran juez? ¿Quién está transmitiendo el mensaje? ¿Es el *tú* real? Este es tu sueño. Si no es el *tú* real, ¿quién está entregando el mensaje? ¿Acaso no es una buena pregunta?

¿Puedes ver el impacto de las palabras que reflejas a otros mientras hablas? Imagina que le estás hablando a una pared. No esperes una respuesta. No es la pared quien debe oír lo que dices. Es para que tú veas lo que sale de tu boca. Es para que empieces a ver el impacto de tus palabras en todo lo que te rodea. Hablándole a la pared, tu mensaje se hace más y más claro. Después de eso, la importancia de la impecabilidad resulta obvia.

Ahora quiero que utilices tu imaginación para ver el tipo de interacciones que has mantenido toda tu vida con otras personas. Estoy convencido de que tienes muchos recuerdos de tus interacciones con todas las personas que te rodean. La gente siempre te está entregando mensajes y tú estás siempre percibiéndolos. ¿Qué tipo de mensajeros son las otras personas de tu vida? ¿Qué tipo de mensajes te han ido entregando durante toda tu vida? De entre todos los mensajes que has recibido de otras personas, ¿con cuántos estuviste de acuerdo y los adoptaste como si fueran propios? ¿Cuántos de esos mensajes estás entregando todavía ahora? Si estás entregando los mensajes de otra persona, ¿de quién son los mensajes que estás entregando?

Sólo ten conciencia del tipo de mensajes que has entregado durante toda tu vida y del tipo de mensajes que has recibido durante toda tu vida. No necesitas juzgar a nadie, incluido a ti mismo. Sencillamente pregúntate: *¿Qué tipo de mensajero soy? ¿Qué tipo de mensajeros son las otras personas de mi vida?* Este es un gran paso en la maestría de la conciencia; es un gran paso para ser el que ve.

Una vez que has cobrado conciencia de los mensajes que has estado entregando y de los mensajes que otras personas te han entregado a ti, tu punto de vista cambia fuerte y firmemente. Ves claramente los mensajes que otras personas te entregan y ves claramente qué tipo de mensajero son. Entonces llega el momento en el que tu conciencia se vuelve tan expansiva que ves claramente los mensajes que estás entregando a los demás. Ves exactamente qué tipo de mensajero eres. Ves el efecto de tus palabras, el efecto de tus actos, el efecto de tu presencia.

Siempre estás entregando un mensaje a todas las personas que te rodean,

pero principalmente, siempre te estás entregando un mensaje a ti mismo. *¿Cuál es el mensaje?* Ese mensaje es el más importante porque es un mensaje que afecta a tu vida entera. ¿Eres el maestro que transmite la verdad? Bueno, no es realmente importante si eres el maestro o si eres el mensajero del chismorreó, lleno de veneno, o si eres el guerrero y vas de arriba abajo, del cielo al infierno, del infierno al cielo. Entregas la información que tienes en tu interior. No es correcta ni incorrecta, ni buena ni mala; es lo que sabes. Es lo que has aprendido toda tu vida y no importa realmente lo que aprendieras. No importa realmente lo que has estado enseñando, lo que has estado compartiendo.

Lo que realmente importa es ser lo que realmente eres —ser auténtico, disfrutar de la vida, ser amor; y no el *símbolo* del amor que los seres humanos hemos distorsionado, sino el amor *real*—, ese sentimiento que no puedes expresar con palabras, el amor que es el resultado de ser lo que realmente eres.

Recuérdalo siempre: eres la fuerza que crea todo lo que existe. Eres la fuerza que abre una flor y mueve las nubes y el mundo y las estrellas y las galaxias. Cualquiera que sea tu mensaje, ámate a ti mismo de todos modos, *por* lo que eres, porque *respetas* lo que eres. No tienes por qué ser diferente, a menos que decidas que te amas tanto a ti mismo que ya no estás satisfecho con el tipo de mensajero que eres.

Quizás has hecho un mal uso de la palabra porque eras inocente, porque no tenías esa conciencia. Pero ¿qué ocurre cuando tienes la conciencia y continúas haciéndolo? Una vez que tienes la conciencia, no puedes reclamar más la inocencia. Sabes exactamente lo que estás haciendo y haz lo que haz sigue siendo perfecto, pero ahora es decisión tuya; es tu elección. Ahora la pregunta es la siguiente: ¿qué tipo de mensaje *escoges* entregar? ¿Es verdad o son mentiras? ¿Es amor o es miedo? Mi elección es entregar un mensaje de verdad y de amor. ¿Y la tuya?



Epílogo

Ayúdame a cambiar el mundo

Si ya no estas satisfecho con el tipo de mensajero que eres, si quieres convertirte en un mensajero de la verdad y el amor, entonces te invito a participar en un nuevo sueño para la humanidad, uno en el que *todos* nosotros podemos vivir en armonía, verdad y amor.

En este sueño, la gente de todas las religiones y de todas las filosofías no sólo es bienvenida, sino que es respetada. Cada uno de nosotros tiene el derecho de creer en lo que quiera creer, de seguir cualquier religión o filosofía que quiera seguir. No importa si creemos en Cristo, Moisés, Alá, Brahma, Buda o en cualquier otro ser o maestro; todos son bienvenidos para compartir este sueño. No espero que te creas todas mis historias, pero si resuenan en ti, si puedes sentir la verdad *detrás* de las palabras, entonces hagamos un nuevo acuerdo: *ayúdame a cambiar el mundo*.

Naturalmente la primera pregunta es: ¿cómo vas a cambiar el mundo? La respuesta es fácil Cambiando *tu* mundo. Cuando te pido que me ayudes a cambiar el mundo, no me estoy refiriendo al planeta Tierra. Me refiero al mundo virtual que existe en tu cabeza. El cambio empieza por ti. No me ayudarás a cambiar el mundo si no cambias primero tu propio mundo.

Cambiarás el mundo si te amas a ti mismo, si disfrutas de la vida y si haces de tu mundo personal un sueño del cielo. Y te pido tu ayuda porque eres el único que puede cambiar tu mundo. Si decides que quieres cambiar tu mundo, la manera más fácil de conseguirlo es utilizando las herramientas, que no son otra cosa que sentido común. Los Cinco Acuerdos son herramientas para cambiar tu

mundo. Si eres *impecable con tus palabras*, si no te tomas nada personalmente, si no haces suposiciones, si *haces siempre lo máximo que puedes* y si eres *escéptico pero escuchas*, no habrá más guerra en tu cabeza; habrá paz.

Si practicas los Cinco Acuerdos, tu mundo se vuelve mejor y entonces quieres compartir tu felicidad con la gente que amas. Pero cambiar el mundo no significa cambiar a los personajes secundarios de tu historia. Si quieres cambiar el mundo, *tu mundo*, la manera de conseguirlo es cambiando al personaje principal de tu historia. Si cambias al protagonista, entonces, como por arte de magia, todos los personajes secundarios empezarán a cambiar también. Cuando cambies, tus hijos cambiarán porque el mensaje que les entregarás será distinto. El mensaje que le entregas a tu mujer o a tu marido cambiará. Tu relación con tus amigos cambiará. Y quizá lo más importante: tu relación contigo mismo cambiará.

Cuando cambias el mensaje que te entregas a ti mismo, eres más feliz, y sólo con ser más feliz, la gente que vive a tu alrededor también se beneficiará. Tu esfuerzo es realmente para todos, porque tu dicha, tu felicidad, tu cielo son contagiosos. Cuando eres feliz, la gente que te rodea también es feliz y eso les inspira para cambiar su propio mundo.

Nosotros representamos todo un legado, y cuando digo *nosotros*, hablo por todos los seres humanos. Nuestro legado es amor; es dicha; es felicidad. Disfrutemos de este mundo. Disfrutemos los unos de los otros. Nacemos para amarnos los unos a los otros, no para odiarnos los unos a los otros. Dejemos de creer que nuestras diferencias nos hacen superiores o inferiores los unos de los otros. No creamos esa mentira. No temamos que nuestros colores distintos nos hagan personas distintas. ¿A quién le importa? Es sólo otra mentira. No tenemos que creer todas las mentiras y supersticiones que tienen el control sobre nuestra vida. Este es el momento de poner fin a todas las mentiras y supersticiones que no ayudan a nadie. Éste es el momento de poner fin al fanatismo. Podemos regresar a la verdad y ser mensajeros de la verdad.

Tenemos un mensaje que entregar y ese mensaje es nuestro legado. Cuando éramos niños, recibimos el legado de nuestros padres y nuestros ancestros. Recibimos un mundo maravilloso y ahora nos toca a nosotros ofrecer a nuestros hijos y a nuestros nietos un planeta en el que puedan vivir tan bien y maravillosamente como lo hacemos nosotros ahora. Podemos poner fin a la destrucción del planeta; podemos dejar de destruirnos los unos a los otros. Los seres humanos podemos vivir en armonía. Es increíble lo que podemos hacer si

realmente queremos hacerlo. Todo lo que necesitamos es ser conscientes de lo que estamos haciendo y volver a nuestra autenticidad.

Sé que tenemos nuestras diferencias, porque vivimos en nuestro sueño personal, pero podemos respetar el sueño de los demás. Podemos acordar trabajar juntos, sabiendo que cada uno de nosotros es el centro de su propio sueño. Cada uno de nosotros tiene sus propias creencias, su propia historia, su propio punto de vista. Hay billones de puntos de vista diferentes, pero tras cada uno de nosotros está la misma luz, la misma fuerza vital.

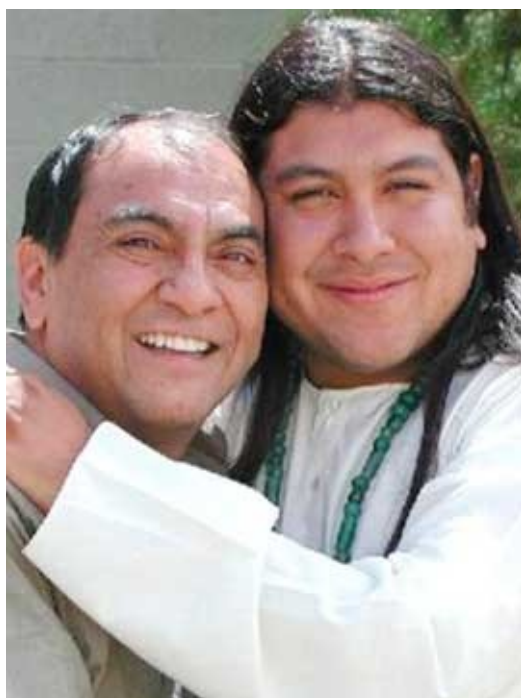
Ayúdame a cambiar el mundo es una invitación a ser auténtico, a ser libre. Abre tu corazón para recibir este acuerdo. No te estoy pidiendo que *intentas* cambiar el mundo. No *intentas* hacerlo. Sólo hazlo. Emprende la acción hoy. El legado que les dejemos a nuestros hijos y nietos puede ser magnífico. Podemos cambiar toda nuestra manera de pensar y enseñarles de qué modo tener una aventura amorosa con la vida. Podemos vivir en nuestro cielo personal que nos acompaña dondequiera que vayamos. No es verdad que hayamos venido a este planeta a sufrir. Este bello planeta Tierra no es un valle de lágrimas. Nuestra nueva manera de pensar puede reemplazar todas esas mentiras y conducirnos a un maravilloso lugar en el que vivir la vida.

Dondequiera que voy, oigo decir a la gente que venimos aquí con una misión, que tenemos algo que hacer en esta vida, algo que trascender. Lo que quiera que sea, yo no lo sé. Yo creo que venimos aquí con una misión, pero nuestra misión no es realmente trascender nada. La misión que tienes, y la misma misión es verdad para todos nosotros, es hacerte feliz. Respecto al «cómo», podría haber millones de maneras distintas de hacer lo que te gusta hacer, pero la misión de tu vida es disfrutar de cada uno de los momentos de la misma. Sabemos que más pronto o más tarde nuestros cuerpos físicos desaparecerán. Sólo tenemos unas pocas salidas del sol, unas pocas puestas del sol, unas pocas lunas llenas que podemos disfrutar. Éste es nuestro momento para estar vivos, para estar plenamente presentes, para disfrutar de nosotros mismos y de los demás.

En el siglo pasado, la ciencia y la tecnología avanzaron muy rápidamente, pero la psicología se ha ido muy atrás. Es hora de que la psicología se empareje a la ciencia y a la tecnología. Es hora de que cambiemos nuestras creencias sobre la mente humana y lo que veo ahora mismo me parece casi una urgencia, porque con las computadoras e Internet tal y como funcionan ahora, las mentiras pueden dar la vuelta al mundo muy rápidamente y descontrolarse por completo.

Está llegando el momento en el que los seres humanos no creerán más en mentiras. Empezamos con nosotros mismos, pero el objetivo es cambiar la humanidad entera, no sólo nuestro propio mundo. Pero ¿cómo podemos cambiar la humanidad entera si no cambiamos primero nuestro propio mundo? Evidentemente, no resulta fácil separarlos, porque, en realidad, tenemos que hacer las dos cosas a la vez.

Así que cambiemos las cosas en este mundo. Ganemos la guerra en nuestra cabeza y cambiemos el mundo. ¿Cuánto tiempo se tardará en cambiar el mundo entero? ¿Dos, tres o cuatro generaciones? La verdad es que no nos importa cuánto tiempo se tarde. No tenemos prisa, pero no tenemos tiempo que perder. Ayúdame a cambiar el mundo.



DON MIGUEL RUIZ. Don Miguel Ruiz es el autor del éxito de ventas internacional *Los Cuatro Acuerdos* (en las listas de los libros más vendidos del *New York Times* durante más de siete años), *La Maestría del Amor* y *La Voz del Conocimiento*. De sus libros se han vendido más de siete millones de ejemplares en Estados Unidos y se han hecho traducciones a docenas de lenguas de todo el mundo. Durante casi tres décadas, don Miguel ha compartido su mezcla única de sabiduría ancestral y conciencia moderna a través de conferencias, talleres de trabajo y viajes a lugares sagrados de todo el mundo.

DON JOSÉ RUIZ. Don José Ruiz nació en un mundo donde cualquier cosa era posible. Desde el momento en el que pudo hablar, se convirtió en aprendiz de su padre nagual (chamán) don Miguel Ruiz y de su abuela curandera (sanadora) Madre Sarita. De adolescente, viajó a la India a fin de estudiar con amigos de su padre, y a la edad de veintitrés años, se convirtió en el sucesor del linaje familiar. Siguiendo con la tradición de sus ancestros, don José ha dedicado su vida a compartir las enseñanzas de los antiguos toltecas. Durante los últimos siete años ha estado dando conferencias e impartiendo clases en todo Estados Unidos y en lugares sagrados de todo el mundo.

Si desea información sobre los programas actuales ofrecidos por don Miguel

Ruiz, don José Ruiz, y don Miguel Ruiz, Jr., visite por favor su página web:
www.miguelruiz.com.

JANET MILLS. Janet Mills es la fundadora y editora de Amber-Allen Publishing. Es la editora y coautora de la serie de Sabiduría Tolteca de don Miguel Ruiz y la editora del éxito de ventas internacional *Las Siete Leyes Espirituales del Éxito* de Deepak Chopra. La misión de su vida es publicar libros de belleza perdurable, integridad y sabiduría, e inspirar a otros para satisfacer sus sueños más preciosos.