

## El miedo es un experimento

Extracto del libro "La Inteligencia del Amor" [Jorge Lomar]La aventura del temor

Si el Amor es infinito e ilimitado, te puedes imaginar que en la realidad última el temor no tiene existencia verdadera. Es una ilusión creada por nuestra mente, haciendo uso precisamente de la infinita libertad originaria.

El temor &ndash;ese subprograma de la mente separada- intenta evitar la verdad a toda costa, ya que el temor solo puede existir en la ignorancia. Es interesante observar que en castellano llamamos valor a la cualidad de la valentía, el dominio sobre el temor. Por supuesto, el valor de nuestra experiencia, el valor de nuestras acciones dependen de la medida en que &ldquo;traemos amor al mundo&rdquo; o dejamos de reforzar el concepto temor con nuestra actitud o pensamiento, en otras palabras, cuando elegimos Amor en lugar de temor. Eso es arrojo, coraje, valentía y sobre todo, es valor, porque de este modo verdaderamente cambiamos la naturaleza de nuestro ser y nos realizamos, manifestamos lo que realmente somos. Nuestro auténtico y único valor es el Amor.

¿No hay que tener miedo?

En alguna ocasión he escuchado a algún padre decir a su hijo &ldquo;¿Qué te pasa? ¿Tienes miedo? ¡Ya sabes que no hay que tener miedo!&rdquo;. En realidad, con toda su buena voluntad y en disposición de toda la conciencia que puede, este señor intenta evitar la experiencia terrible que el miedo supone para su hijo, pero va desencaminado en la forma de conseguirlo... El miedo es inherente a la experiencia humana en su viaje hacia una identidad verdadera. Es una emoción natural con la que hay que convivir durante el proceso, y como toda emoción, es una mensajera que nos informa sobre aquellos aspectos en los que hemos de arrojar luz &ndash;conciencia- con valentía. No podemos dejar de tener miedo diciendo &ldquo;¡No hay que tener miedo!&rdquo;, ya que así lo único que ocurre es que reprimimos el miedo y no permitimos su expresión. La represión le dará aún más realidad. Podemos elegir otros pensamientos, elegir otro punto de vista y sobre todo profundizar en nuestra identidad. Así es como no permitimos al miedo dominar nuestra experiencia, ya que lo hacemos transparente e irreal. Según cambiamos el modo de ver, dejamos de regir nuestra mente por el sistema del miedo y pasamos a regirlo por el sistema amor. Pero el miedo permanece en su lugar, aunque sea en un rincón de la mente, recordándonos esta dimensión existencial.

El miedo es una parte básica de nuestra creación, no podemos luchar contra él.

Luchando nunca solucionamos nada en la vida, por mucho que oigamos decir &ldquo;la vida es lucha&rdquo;. El miedo es una creación nuestra, en verdad una antigua creación tan arraigada que muchas veces nos creemos que es la única y más importante verdad. Por eso tenemos el mundo que vemos.

El miedo es una creencia, un error mental ancestral que ha provocado en gran medida las bases de nuestra experiencia como cuerpos separados. El miedo es el experimento que nos atrapó.

El temor es por tanto solo ilusión, es tan solo ignorancia e inconsciencia. El temor necesita huir de la verdad &ndash;el amor- para existir, intenta ser considerado algo existente mediante su experimentación, consiguiendo que tú le des existencia cuando te identificas con él. Básicamente &ldquo;encarnamos&rdquo; más que en un cuerpo, en una mente lista para ser programada en el miedo. El temor necesita de la información parcial y de los puntos de vista para existir oculto en nuestros diferentes disfraces. Sabe que morirá cuando llegue la comprensión, por tanto la evita.

El temor no se rinde a que su destino sea dejar de existir, aunque en realidad no existe fuera del tiempo, en la realidad esencial. El verdadero motivo por el que el ser humano no ha dado el salto a integrar su naturaleza espiritual o amorosa y por tanto, no ha cambiado radicalmente sus relaciones, su percepción y su modo de crear la realidad, es exactamente el temor.

La Kabbalah, una de las más importantes fuentes de sabiduría ancestral, lo llama &ldquo;el Oponente&rdquo; y está en nosotros como nuestro ego. También lo relaciona con &ldquo;Satán&rdquo; y lo considera el ingrediente necesario para que podamos vivir la experiencia de la vida como una auténtica aventura.

De algún modo, la mente primigenia decidió dar un paseo por su cuenta, alejándose de su naturaleza primordial perfecta &ndash;el amor, lo divino- y vivir su propia aventura. Un experimento fútil de creación propia.

En la mitología cristiana se conoce como el &ldquo;pecado original&rdquo;, que debiera entenderse como &ldquo;creencia en la separación&rdquo;. La mente creyó por un instante que estaba separado del amor creador. Y surgió el miedo dentro de ella.

Nació el gran programa &ldquo;temor&rdquo;. Se encarga de generar ondas de dualidad desde la mente única creadora de mundos y nace la experiencia de los contrastes, el mundo relativo.

Somos aventureros, y el miedo es nuestro servidor de aventuras.

Por supuesto, el sentido de culpabilidad que se deduce de la lectura del Génesis, con ese Dios enojado y furioso condenándonos al dolor y expulsándonos del paraíso, es solo parte del gran programa temor. La culpa es un subprograma del temor. Y el dolor es el resultante de ambos programas en la experiencia.

Metafóricamente, al tomar la manzana del árbol del conocimiento del bien y del mal, efectivamente creamos la experiencia dual en la que conocimos la muerte del cuerpo, el dolor y el placer, el bien y el mal. Pero no fue la humanidad quien dio ese paso en realidad, sino la gran mente creadora de mundos.

Hablaremos con más profundidad de este principio fundamental metafísico de los opuestos, en la segunda parte de este libro. Regresando a nuestra experiencia habitual como seres humanos, el ego es todos y cada uno de los disfraces basados en el temor que lucha para permanecer existiendo y depende de la inconsciencia para ello. El ser humano comenzará a prescindir de sus disfraces y elegirá con valor representar su expresión auténtica, en disfraces menos inconscientes cada vez, hasta que como el niño que abandona los juguetes, decidirá inevitablemente dejar el tiempo y regresar a su condición esencial. Pero esta decisión exige de la libre voluntad. Mientras tanto crearemos tiempo en cada ocasión que nuestra mente haga real la separación.

El temor procede de la inconsciencia y la re-produce para sobrevivir. El miedo a lo desconocido es en realidad un astuto bucle del programa ego. Lo desconocido es la raíz del miedo, entendiendo lo desconocido como la inconsciencia. El verdadero sentido del miedo a la muerte es el abismo supuestamente desconocido que rodea en nuestra cultura al abandono de este mundo, pese a que haya miles de referencias, testimonios, ciencia y sabiduría que nos diga que la muerte es una transición, incluso una ampliación de la conciencia. La muerte es un paso hacia "conocer más", liberarnos de las ataduras del personaje efímero que representamos y de la limitación mundanal del cuerpo y sus sentidos, pero subconscientemente sentimos miedo al cambio radical que supone "conocer más"; nuestra identidad.

De un modo más superficial, nos identificamos con el cuerpo y creemos ser nada más que piel, hueso y carne. Identificamos la muerte del cuerpo con la muerte de nuestra "yoidad", de nuestro concepto de "yo". Y eso sí que nos da miedo. Dejar de ser; lo que creemos ser.

Por el mismo motivo, cuando creemos que somos cuerpos, dramatizamos ante las catástrofes, atentados, guerras y desgracias que ocurren cada día en nuestro mundo. Por un lado, sentimos que la humanidad se hace más pequeña al pensar que los cuerpos desaparecen y con ello desaparecen los seres. Por otro lado, estos sucesos traen la sombra de la muerte a nuestra conciencia y con ella, el terrible miedo a dejar de ser; lo que creemos ser.

Los cuerpos son vehículos de experiencia. Tenemos un cuerpo y una mente, ambas son herramientas para canalizar experiencia, creación y elección. A un nivel de lenguaje más preciso, el cuerpo no es más que una construcción mental. La construcción mental por la cual aparentamos sentir, aunque en definitiva la única que ve, siente y percibe es la mente.

La mente nos permite crear nuestra experiencia, el cuerpo nos permite sentir lo creado.

El temor es olvido e ignorancia, su valor aparente radica en servir de referente opuesto al Amor, y por tanto permite su experimentación en tanto nos acercamos a nuestra verdadera identidad a través de la toma de conciencia, de la verdadera inteligencia del Amor. El temor es el gran experimento humano.

Recordemos que nosotros estamos viajando del temor hacia el Amor. Del temor a la Verdad. En nuestro viaje del olvido a la libertad, aún continuaremos experimentando el temor. El temor nos permite sentir y experimentar el amor a medida que éste crece entre la oscuridad de nuestra mente dual.