

CHELO MIRÓ SEMPÈRE

Viure en la Presència

La vida que mos viu



Vivir en la Presencia

La vida que nos vive

© Chelo Miró Sempere

Aquest document pot ser reproduït lliurement, sempre que no sigui per ús comercial. Cal fer-ne constar l'autoria (Chelo Miró Sempere) i la font de procedència (www.cetr.net).

Este documento puede reproducirse libremente, siempre que no sea para uso comercial, y haciendo constar autoría (Chelo Miró Sempere) y procedencia (www.cetr.net).

Índex - Índice

Presentació – Presentación p. 2

Introducción p. 4

Viure en la Presència p. 7

Vivir en la Presencia p. 27

Presentació

Aquest text és la transcripció d'uns missatges de veu de la Chelo. Un dia que em parlava del què estava vivint, i li vaig dir: "Chelo, ho hauries d'escriure, ens ajuda i ens ajudarà a tots". I ella em va respondre que no se li donava escriure. "Doncs et gravaré" –li vaig dir. Passats uns dies enviava el primer àudio i em deia que si tenia alguna cosa per compartir aniria gravant, i que jo en fes el que volgués. Les gravacions no substituïen pas les trucades. Continuàvem conversant sobre el que fèiem o deixàvem de fer, la seva feina de preparació del "Foro", les amistats, la família, les anades a l'hospital, l'estat de salut, l'avenç de la malaltia... Però, en paral·lel, de tant en tant anaven arribant unes gravacions en les que anava compartint les seves vivències "de profunditat" amb la seva gent.

La Chelo moria l'11 de juny 2020. Aquesta és la transcripció de les gravacions rebudes. Ens parlàvem en una peculiar barreja de valencià-català amb pinzellades de castellà, sense preocupar-nos gaire de la correcció lingüística. A l'hora de posar-ho per escrit he dubtat entre conservar l'espontaneïtat de les seves expressions o prioritzar la "norma". He procurat fer els mínims canvis possibles per tal de no perdre la força de la seva expressivitat. Una cosa semblant em passa amb les repeticions o amb les frases entretallades. No és el mateix si ens posem a escriure seguint un fil ordenat, que pensar en veu alta i gravar; però he optat per eliminar o reordenar només quan la lectura podia resultar poc clara, només quan podia perdre's el sentit del testimoni de la Chelo.

El seu itinerari, les seves paraules, són d'una immensa sinceritat. La Chelo tenia por a la mort, i no se n'amaga pas de dir-ho: vol guarir, ho desitja i ho espera de tot cor. És al sí de la por, del dubte, de la lluita per sanar, que creix més i més en ella la consciència de vida il·limitada, d'un fons de "presència" que és el que veritablement 'la/ens' constitueix. Com més es consolida en ella aquesta vivència, més evident se li fa que el sentit de la vida, de cada hora, de cada moment, és fer-se transparent a aquesta presència, mostrar-la, compartir-la. Estimar els altres, estimar tota vida, fent aquesta presència ben "present". Mantenint-s'hi, del tot, en ofrena.

Però, qui era la Chelo Miró? Com a introducció oferim l'esbós biogràfic que va fer d'ella una bona amiga seva i companya de camí i de recerques.

Teresa Guardans
Juny de 2021

Presentación

Este texto es la transcripción de unos mensajes de voz de Chelo. Un día que nos hablábamos por teléfono, y Chelo me contaba algo de lo que estaba viviendo, le pedí que escribiera: "Chelo, todo esto lo tendrías que escribir, nos puede ayudar mucho". Y ella me respondió que las palabras le salían hablando, no escribiendo. "Pues te grabaré mientras hablas" –sugerí. Y a los pocos días enviaba ella una primera grabación. Me comentó que si tenía algo para compartir lo iría grabando, y que yo hiciera con ello lo que me pareciera. Las grabaciones no sustituían las llamadas. Seguíamos conversando sobre lo que hacíamos o dejábamos de hacer, las preparaciones del Foro, el encuentro con tal o con cual, las idas y venidas al hospital, sobre cómo se encontraba, etc. Pero, en paralelo, iban llegando esas grabaciones de voz con las que pudo ir compartiendo sus vivencias "en hondura" con su gente.

Chelo moría el 11 de junio 2020. Ésta es la transcripción traducida de las grabaciones recibidas; traducida, pues nos hablábamos en valenciano-catalán con pinceladas de castellano, sin preocuparnos mucho de la corrección lingüística de nuestro chapurreo. He intentado mantener la frescura de sus expresiones, pero no me ha resultado fácil. Algo parecido me ha sucedido con las repeticiones o con las frases entrecortadas. No es lo mismo ponerse a escribir siguiendo un hilo ordenado de lo que queremos decir (y corregirlo tantas veces como queramos) que pensar en voz alta grabando. Pero he optado por eliminar o reordenar sólo cuando la lectura podía resultar poco clara, sólo cuando podía perderse el sentido del testimonio de Chelo.

Su itinerario, sus palabras, son profundamente sinceras. Chelo tenía miedo a la muerte, no lo disimula: quiere sanar, lo desea de todo corazón. Es en el seno del miedo, de la duda, de la lucha por curarse, donde va creciendo más y más la conciencia de vida ilimitada, de un fondo de "presencia" como lo que verdaderamente nos constituye. Cuanto más se consolida en ella esta vivencia, mayor la evidencia que el sentido de la vida, de cada hora, de cada momento, es hacerse transparente a esta presencia, mostrarla, compartirla. Querer a los demás, amar a la vida toda, "siendo" presencia. Mantenerse "ahí", estar "ahí", en ofrenda.

Pero ¿quién era Chelo Miró? Como introducción ofrecemos seguidamente el esbozo biográfico que hizo de ella una gran amiga suya, compañera de camino y de búsquedas.

Teresa Guardans
Junio, 2021

Introducción

Luces en el camino. Chelo

Conocí a Chelo hace muchos años. Cuando subió a nuestra comunidad Vedruna del barrio de Batoy, en Alcoy, a vivir con nosotras. Aunque después de un tiempo escogió otro camino, quedó una relación de amistad y confianza muy estrechas entre ella y la comunidad. Trabajamos en la Escuela Infantil, en la Asociación de Vecinos, en la Parroquia y, sobre todo, caminamos mucho tiempo juntas en la búsqueda de otra espiritualidad que diera sentido y respuesta a la razón de esa búsqueda. Siempre me llamó la atención su fidelidad a ese anhelo interior, a Dios.

Cuando me pidieron escribir algo sobre ella a raíz de su muerte, y accedí, resonaron dentro de mí las palabras que Dios dijo a Moisés cuando se acercó a la zarza ardiente: "quita las sandalias de tus pies, porque el lugar en que estás es tierra sagrada" Ex 3,5. Entrar en la vida de Chelo despierta en mí respeto, cuidado y esmero. Adentrarse en su vida, como en la vida de cualquier persona, es adentrarse en tierra sagrada. Por eso hay que descalzarse, entrar de puntillas; y en silencio, contemplar y dejar que sea ella la que nos hable.

Me gustaría acercarme a la última etapa de su presencia entre nosotras, la de su enfermedad. Pienso que es el lugar donde encuentra sentido y comprensión su proceso vital. Ahí fue donde se reveló totalmente su entrega incondicional y sin atajos al Dios de la Vida. Es el lugar que ilumina su manera de vivir desde la unidad del Ser. Dónde experimentó la transformación profunda de su persona de tal manera que llegó a ser el final de un proceso y el comienzo de la plenitud total en Dios, su muerte. Desde ahí resulta más fácil entender el largo itinerario de búsquedas y de logros y encuentros.

Solía repetir que la enfermedad había generado en ella un cambio existencial y la sentía como oportunidad de ahondar en el Misterio, de saborear la plenitud. Le había desvelado un horizonte nuevo y le había sumergido en un estado de gozo interior y luminosidad desconocidos hasta ese momento para ella. Le cambió la manera de mirar la vida, la manera de mirar a los demás, de percibir la realidad. Se le concedió tal grado de lucidez y comprensión que traspasó con naturalidad las situaciones y las cosas, la apariencia de las personas, para ver y conectar con lo esencial, para percibir lo divino que se da ahí mismo, en la profundidad de lo real.

Fue viviendo el proceso de su enfermedad muy conscientemente, sabiendo los riesgos a que estaba expuesta. Al principio convencida que se curaría. Recuerdo alguno de sus sueños. Recuerdo aquel, así lo contaba ella, que se encontraba en un lugar en medio del agua, rodeada de un círculo dorado que le protegía y no permitía que se hundiera. "Me voy a curar", decía... Los sueños eran para Chelo como luces en el camino. A veces le preocupaban porque, según su interpretación, el mensaje que traían era amenazador; otras veces le iluminaban positivamente y llegaban a ser un gran potencial para seguir caminando con firmeza esperanzada. Se trabajó mucho para mantenerse "despierta" y "de pie" en el trayecto.

Poco a poco tras la experiencia que iba viviendo, esa convicción fue adquiriendo tonalidades de aceptación y acogida de ese final que presentía. A veces con dolor bañado en lágrimas, pero entregada por completo al Dios de la Vida y confiada plenamente en Él. En esos momentos el silencio y la meditación fueron pilares sólidos para aceptar con paz esa realidad. Al final de estos duros momentos acababa diciendo: “sé que Dios me cuida y no me deja”. Raros fueron los momentos en que se quejó, aunque a veces le resultara fatigoso, al contrario, agradecía haber tenido esta experiencia.

¡Qué fortaleza transmitía! Con qué naturalidad y aplomo supo afrontar la enfermedad, aceptar el debilitamiento y deterioro al que iba llegando su cuerpo. No solo no perdió el sentido del humor ni la alegría, sino que se arraigaron más en ella, al igual que la capacidad de gozar la vida, la fiesta, pequeños detalles. Era paradójico, se le acababa la vida y a la vez nacía de ella un torrente de vida. Muchas personas que la trataron en esta etapa se sorprendían de la serenidad y ánimo con que hablaba, de su convicción que Dios se manifestaba ahí. Sus conversaciones y palabras transmitían luz y vitalidad. Había algo en ella que atraía y llegaba a las personas sin pasar desapercibido.

Ese entramado de firmeza, espontaneidad, transparencia, sencillez, decisión, espíritu crítico, tan propio de ella, fueron dejando aflorar la bondad, la ternura y la compasión hacia los demás, así como su capacidad de escucha. La enfermedad se las despertó. Algo que contrastaba con su carácter fuerte y firme, que no cedía ante cualquier situación que no viera o no estuviera de acuerdo. Tampoco se detenía cuando veía algo claro. Recuerdo su actuación en la Asociación de Vecinos del barrio llevando adelante un proyecto de rehabilitación de viviendas junto con otros vecinos de esta Asociación. Le gustaba el trabajo responsable y bien hecho en aquello que se comprometía; y con esa visión empresarial que le caracterizaba y organización eficiente, exigía y controlaba las acciones que se llevaban a cabo cada día, en los tiempos y metas fijadas. A veces la rectitud y exigencia rayaba en la dureza y no era entendida, entonces sufría.

Mirando hacia atrás, anduvo siempre a la escucha del anhelo interior que se movía por dentro, a la escucha de Dios. No siempre le fue fácil ni era tan clara esa voz, pero eso no le detuvo en su caminar. Ni los obstáculos le hicieron ceder en el empeño. Cuántos ensayos, cuántos intentos y siguió buscando una y otra vez movida por ese anhelo interior, fiel compañero de camino. Fue conduciendo su opción de vida, el trabajo, su forma de vivir, de estar entre la gente, entre los niños. Supo vivir en la abundancia y en la carestía alentada siempre desde la fidelidad al anhelo que nos vive como única riqueza.

El silencio siempre le ha llamado la atención, mejor dicho, siempre ha sido atraída por el silencio y la contemplación. Escrutadora incansable en el Misterio, cuestionaba muchas creencias, formas de religiosidad de la Iglesia, estructura, conceptos. Indagaba en la Patrística, la espiritualidad oriental. Le atraía mucho el zen, la espiritualidad sufí, las beguinas, los místicos... Fue ahondando en el anhelo y profundizando hasta concebir el deseo de los foros. De ahí nació la necesidad de comunicar y compartir el tesoro de la

interioridad. No podía apropiarse esta experiencia, ni dejarla oculta, era preciso provocar despertares, como decía. Así nacieron los Foros de Espiritualidad de Alcoy¹.

A ellos les dedicó todas sus fuerzas, aun cuando le faltaban. Le daban vida. Su finura espiritual, el sentido del arte y de la belleza, de la armonía, se traslucían en la preparación de los Foros. También lo reflejó en su casa. Era una mansión de paz y de armonía. ¡Cuánto la gozó y qué bien se encontraba en ella! La concibió como lugar de silencio, como lugar de búsqueda, de despertares; no se llegó a cumplir, pero se dio en ella.

Los Foros eran un medio para transmitir lo que iba descubriendo e intentando vivir. Mucha gente colaboró para que se llevaran adelante sin perder el horizonte. Agradecía y cuidaba esta colaboración, sin dejar de precisar. Estaba muy ilusionada con la organización del último cuyo tema era “La vida que nos vive, la gracia”. Hacía tiempo venía dándole vueltas a este tema. Descubrió gozosa con la alegría transparente de una niña “la gracia que nos vive” como la perla del evangelio, que, al descubrirla, se vende todo lo demás para quedarse con el único tesoro. Este Foro ya no se pudo celebrar a causa de la pandemia.

Recuerdo cuando hablábamos de Dios que me cuestionaba por qué yo le discutía tanto (a Dios), por qué pretendía entenderlo todo. Y decía: “No es necesario que te preocupes tanto de las cosas, confía, fíate más, la vida nos vive y nos cuida, Dios nos vive y nos cuida. Dirige nuestra vida”. Últimamente lo repetía muchas veces: “La vida nos lleva, Dios nos cuida”.

Al final, le cambiaba el rostro cuando explicaba sus experiencias ¿místicas? En los últimos meses vivía imbuida en lo divino: “Hoy he experimentado la infinitud de Dios y sé que no hay muerte porque nosotras participamos de esa vida”, decía. “Es tal la plenitud del ser que no le tengo miedo a la muerte, sé que no muero; dejaré el cuerpo físico pero el Ser no muere que es lo que realmente somos”.

En fin, Chelo, viviste la vida a tope y no dudaste en entregarla así a Dios... Hay que escuchar sus audios para saber hasta dónde llegaba su apertura a Dios. Intentar decir algo de ello con otras palabras que no sean las suyas nos exponemos a quitar la belleza, la hondura, la identidad que ellas mismas tienen, no me atrevo a repetir las, prefiero escucharlas y dejarlas sonar.

Quisiera terminar con sus palabras dedicadas al último Foro que, como he indicado más arriba, no se llegó a celebrar a causa de la pandemia: “Que estos días, los que vivamos, sean días para mirar... Para ver “Eso que sin más sucede...” Para experimentar que más allá de nuestro pensar, surge un “silencioso no-lenguaje”. Una vida, que si se lo permitimos “nos vive.” Ocurre en nuestro interior, en unidad con la “Fuente del Ser”. Gracias Chelo por lo que nos has dejado vislumbrar en ti, por todo lo que nos has enseñado. Tu luz permanece entre nosotras.

Adelaida Moreno Puente

¹ Con todo el impulso y apoyo de la Asociación DAAT, los Foros se celebraron anualmente desde el año 2011 hasta el 2019. La pandemia de Covid obligó a anular el de 2020 en el último momento.

Viure en la Presència

La vida que mos viu



29.07.2018

Quan l'Evangeli diu: "la fe t'ha curat"...²

La fe no és res del pensament que nosaltres haguem de desxifrar, ni és creure en alguna cosa. La fe no és creença en coses que no veiem.

La fe és la confiança total i plena en allò que es veu, en allò que s'experimenta. Quan creiem en Déu, fe significa que ens deixem dur, més que dur: que ens deixem "estar" en plena confiança en Déu. Eixa és la fe.

I quan Déu és qui sosté la teva vida, quan Déu és qui *t'acuna* [et bressola], quan és Déu qui protegeix la teva vida, quan Déu és -en sí- la vida, eixa és la fe que cura.

Perquè sabem que la vida *mos* viu, i eixa vida que *mos* viu, *mos* sosté i *mos acuna*, en la que no tenim cap por, és una vida tan plena, que no podem allunyar-nos d'ella, és "*ahí*". I la vivim. I ja res importa.

Però com a conseqüència d'això es dona -com de més a més- tot allò que va brollant al teu voltant, i que tu no procures però que hi és. És com una protecció que sorgeix de la pròpia vida, i que també penetra en el teu ser, en tota la teva profunditat. És això el que cura, cap altra cosa.

29.07.2018

Quan diem que Déu és en nosaltres, i quan diem també que Déu és en cada una de les coses que nosaltres fem, normalment ho diem inconscientment, des del pensament. Perquè quan verdaderament és en nosaltres és quan nosaltres desapareixem, i quan desapareixem, aleshores emergeix la força, la plenitud, tot el que Déu ens dóna.

La vida, cada moment del dia, des que eix el sol fins que es pon, i per a la nit també... En cada acció, però en cada acció, ja no és la meva acció, ...és que sóc "*ahí*"!

I Déu és "*ahí*", a la cuina, guisant, al carrer parlant amb la gent, no sé, a qualsevol activitat de la vida; aleshores t'adones que Déu, en la mesura que és en tu, i tu t'esborres, doncs és com que... Això filtra; filtra el nivell afectiu, el físic, ho filtra tot, és com una llum que va filtrant i penetrant, fins el nostre cos, tot. De tal manera que és una percepció errònia terrible pensar que l'experiència de la bellesa, de l'amor, de l'amistat, que el passar-s'ho bé, tot això sigui com antagònic a l'experiència religiosa, a l'experiència espiritual: pensar això és el més erroni que existeix.

Quan la força de Déu ha penetrat fins el teu cos, tot és alegria, de tot frueixes, de qualsevol cosa! De veure una planteta que creix en mig de la roca, que amb prou feines té lloc però creix. De tu mateixa, encara que *estigues* malalta; això és una cosa que és aquí, però la teva vida és infinitament superior, i aleshores, no tens perquè... Et veus en la necessitat d'experimentar això.

² Faig servir els punts suspensius per indicar els moments de pausa i silenci.

Quan assaboreixes això, ho assaboreixes tot a la vida, des de que t'alces fins que te'n vas a dormir. És el llindar de la llum. Déu no vol que ens separem de la vida, vol que la *viscam*, però que la *viscam* en totes les nostres dimensions, i si la vivim així d'integral, des del lloc que Ell és, aleshores percebem com és de meravellosa la vida, i la plenitud de Déu que habita en tu.

7.08.2018

El Ser ens l'atorga Déu. I... quan Som, tot es dissipa. Es dissipa la por, es dissipa la mort, es dissipa la malaltia, sols queda l'experiència d'eixe Ser sense cap objecte. *Ets*. I com que *eres*, vius: ser i vida són el mateix. Aleshores cada dia, com diu l'Evangeli, du la seva faena, el seu quefer, però ja no és el dia que passa linealment, que passen dates, que passen mesos; són dies on el temps desapareix. Sols *ets*. I *ets* allò que permetes que Déu sigui en tu.

Si ho permetes de tot cor, allò que aflora és la vida a *borbotons* [borbolls]; és...
No sabia dir-ho. No sé dir-ho, però és allò que no té fi. I això és la vida.

7.8.2018

La vida no és passar per les circumstàncies actuant, i decidint, i programant. La vida simplement és ser present en el que va eixint, en el que va fluint. Per tant, no hi ha expectatives, no hi ha interessos, no hi ha res. Simplement deixar que apareguin les circumstàncies, que apareguin les situacions, i ser "*ahí*". Tan sols existeix això.

I sols essent, es viu la vida.

13.08.2018.

(missatge de text al telèfon, des d'una sessió de químic. Parlava en 'alcoià', però m'escrivia en castellà)

¿Por qué permitir que el pensamiento establecido de la fealdad, tristeza y quejumbre permanezca e impida ver la inmensidad de la vida? Si se vive desde la infinidad y la plenitud esta es la llave que abre la puerta a "la vida sin fin".

¡Aquesta vegada no és un audio pero sí la vida "de aquí y ahora"!

[i afegia un enllaç a un fragment del *Messies* de Haendel: *For unto us a child is born...* que devia estar escoltant durant la sessió]

18.08.2018

Correm el perill de pensar que som els anunciadors de la bona nova, els anunciadors del Regne, i crec que és cert, però també pot ser confús. Perquè si anem amb tot el nostre armament, amb tot el nostre ímpetu, convençuts que estem transmetent alguna cosa, el que estem fent és afirmar que nosaltres som els transmissors d'eixa bona nova. I "*ahí*" es perd tot; no penetra en cap cor humà perquè som nosaltres els que ho estem fent tot. Som transmissors d'un Regne des del pensament, i això no

serveix per res. Però si ens situem des de la consciència, des d'eixe ser que no té objecte, i deixem fluir això, en pau, en equanimitat, en serenor, aleshores no "firmem" res, deixem fluir. I eixe fluir penetra i canvia tot el nostre entorn i tot l'univers. Eixa és la força que converteix tot, que transforma tot. Hem de ser curiosos, situats en el lloc precís des d'on podem deixar que flueixi tot, amb nitidesa i sense *embrutador*, sense ningú per "firmar".

18.08.2018

Viure ací i ara. Penso que en el "viure ací i ara" és important veure des d'on estàs situada. Perquè si vius atenta a allò que passa des de la percepció de testimoni, ets com l'observador que observa, però no deixes d'estar 'ahí', en tu. Quan et situes des d'eixa profunditat de silenci en la que tot apareix i tu acompanyes, des 'd'ahí', aleshores és quan es viu "l'ací i ara".

És com una vida que sorgeix quotidianament i no saps el que eixirà, ignores totalment què és el que succeirà, però ets en pau, des 'd'ahí', i ja no valores altres coses. Però és clar, quan et situes des 'd'ahí', a viure el dia a dia, a viure el regal que és la vida, a viure la gràcia, la gratuïtat, tot això que emergeix i que la situació et fa ser, ja no et pot importar res personal teu. Ja has de deixar anar sentiments, pensaments, situacions, ja has de '*soltar l'apego*' [deixar anar l'aferrament] al teu cos físic, a la teva vida, et quedes totalment... Jo no diria "lliure"... Et quedes totalment disponible. Perquè no es tracta de llibertat, es tracta de "ser 'ahí' ", i per "ser 'ahí'" no pots estar en altres llocs.

Així que la vida quotidiana és el gran tresor de la vida i del ser.

20.08.2018

El despertar d'un dia en què el primer que he sentit ha estat... por. I he sentit por perquè el pensament m'ha portat a dubtar de si m'arribaria a curar. Aleshores he seguit aquest sentiment; l'he seguit, experimentant-lo en profunditat. I he reconegut la por a la mort que he sentit tota la meua vida. He pensat que moltes èpoques de la meua vida hi ha hagut eixa por, molt profunda, arrelada en mi; que he viscut en certa manera amb el temor que em passés alguna cosa.

Aleshores m'he preguntat perquè sentia això, on em portava aquest sentiment? I he baixat fins el fons, i he sentit una força que m'arrastrava. Però aleshores he pensat... No, no he pensat, he vist que hi havia una altra força que em portava a eixir d'aquesta situació. Una altra força de vida, perquè l'altra no era vida, era fosc, era por. I eixa força de vida... Com si de repent em trobés que no vivia només del meu cos, sinó que em vivia integralment en totes les meves dimensions, sobretot en la dimensió de l'esperit. I allò m'ha... arrencat de la fosc! i m'he trobat amb que jo era cos, energia, sentiments i plenitud, però que, essencialment, era plenitud. I quan he viscut això, la por ha com desaparegut, ja no tenia cap importància.

Però el meravellós d'aquest despertar ha sigut l'experiència de viure'm integralment, l'experiència de viure que essencialment sóc això, sóc esperit. He experimentat el naixer de l'esperit, perquè ho sóc, és en mi, sóc *no-dos*, i eixa força em permet dir ara, amb tota seguretat, que no vaig a la mort, perquè el que haig de fer ara és ser testimoni de l'esperit; però testimoni silenciós, testimoni del que "És"; això que és '*ahí*', present en cada moment de la vida i present en les persones; acompanyant-les i escoltant-les, però... a *la volta*, essent testimoni d'eixa plenitud. Tot es fa a *la volta*. I la meua vida, ara, és això. És el que haig de viure ara, haig d'estar '*ahí*', ser un xicotet botonet de llum, però ...haig de donar llum!

És el meu treball ara, per això sé que no moro.

I també sé que quan arribi el temps de morir, ho sabré, però ho sabré no perquè m'ho digui la malaltia, sinó perquè sabré que he arribat al final. No al final, sinó que haurà acabat un període i toca viure una altra cosa.

I aquest ha sigut el despertar d'avui, realment ha sigut un despertar... de l'esperit.

Ja no puc dir res més.

29.08.2018

Quan es té una experiència profunda del Ser, d'allò que som, es produeix una ampliació de visió en relació a la vida. La vida ja no es redueix als esdeveniments, ni a la successió temporal dels temps i dels fets. La vida és essencialment allò que vius, el què ets. Els fets són les formes, les circumstàncies són formes, però més enllà de les formes hi ha i perviu el Ser. I el què som és el que *mos* fa viure: és la vida. Quan això apareix, després d'eixa experiència tan extraordinària, apareix espontàniament la comprensió i la compassió; sense pensar-ho, sense buscar-ho, sense cap tipus de voluntarisme, apareix sense forçar res.

És com la forma de vida nova. Et fa estar atenta a les persones, únicament per ser '*ahí*', identificada amb elles; i per ajudar-les. És una nova forma de ser en el món. És com ser en el món sense ser del món. De tal manera que sents que totes les teues dimensions i tots els teus "cossos", el físic, l'afectiu, el mental, tot és en harmonia. Però no perquè vulgui jo estar en harmonia, sinó perquè des d'una experiència *eixina*, tot es recol·loca. Bé... tot funciona tal com ha de funcionar, tot és al seu lloc. Ja no hi ha res opac, ni l'energia, ni l'afectivitat, ni la ment, no queda cap racó opac en la teva existència, tot és ben viu. I des d'*ahí*, únicament estàs vivint. Ja no t'importa res més.

Eixa és la vida viscuda integralment com a persona.

04.09.2018

Paradoxes.

El silenci no té lloc, el silenci es viu en el clamor de la gent.

I l'afecte no té objecte.

I la vida és vida quan, precisament, no tens vida.

04.09.2018

Viure l'esperit

Quan la persona experimenta l'esperit... és el mateix que viure integralment, perquè l'experiència integral del Ser és l'experiència de la ment, de l'afecte, de l'energia, del cos físic, tot *a la volta*. Des d'*ahí* veus passar totes les circumstàncies, i hi ha alguna cosa que és inamovible, que sempre et fa ser allí; i, des d'*allí* res '*t'agobia*' [t'aclapara]; i tot ho fas. Perquè quan estem obnubilats, i no hem experimentat encara el nostre ésser integral, ens quedem en la mirada curta dels interessos del nostre jo, en la mirada curta de les circumstàncies, dels interessos que actuen en eixes circumstàncies; ens quedem atrapats en lluitar, en guanyar fama, diners, salut, en una sèrie d'interessos que després desapareixen i se'n van, però el que és perillós és creure'ns que nosaltres només som això. És així que quan vull actuar, tot em cansa, i em crema...

Però si actues integralment, si actues en l'esperit, eixe que sempre és '*ahí*', el *no-dos* que som, el cansament no existeix. Simplement estàs sent, i tot el demés (que potser era una apropiació), tot el demés desapareix.

L'infinit et fa viure paradoxalment: *ací i ara*, però immutable.

Ací i ara, però en plenitud.

Ací i ara, i en l'alegria que tot ho traspassa.

És una consideració nova de la vida.

09.09.2018

Quan saltes o surts dels circuits mentals i afectius, i t'*encontres* amb que només ets, eixe "Ser" és la realitat absoluta, l'únic amb el què comptem. I penso que quan anem a deixar eixe món, a morir, aquest és el lloc que ens servirà de re-encontre, o d'expansió, o d'identitat amb Déu. Aquest és el camí que cal fer. Deixar el cos, deixar-lo anar i situar-te '*ahí*', en eixa realitat profunda de ser. De la mateixa manera si aflora en la vida el què has de viure, et portarà a la mutació o a la transformació, a l'expansió en Déu. Això *pense* que serà la mort.

09.09.2018

Buscar el Regne i tot el demés us serà donat 'per añadidura' [a més a més].

Cada volta, com que hi ha més llum, com que ets més testimoni de l'evangeli. Quan es té experiència del Regne de l'esperit, la vivència integral de tota la persona fa que et situïs en unes altres coordenades. Quan t'experimentes únicament com el cos, et limites a la teva personalitat, al temps i a l'espai. Quan l'experiència s'expandeix a tots els altres nivells, fins i tot al nivell més subtil que és el nivell de

l'esperit, l'experiència es transforma en transpersonal. Ja no ets el cos, ets molt més que el cos i arribes fins a la consciència mateixa, fins a l'esperit. Aleshores eixa consciència transpersonal et fa viure fora del temps i de l'espai, encara que siguis dins del temps i de l'espai. O sigui, allò limitat en l'il·limitat, el temps i espai fora del temps i espai. Torna a ser la paradoxa... La paradoxa sempre és aquí, però el fantàstic d'això és que l'únic interès que et mou en la teua existència és ser fidel a aquesta consciència. Ja no et mou res més.

Buscar el Regne és això, és estar en el Regne, ser el Regne... I tot el demés? Tot el demés arriba perquè s'unifica tot. No sé per què, però s'unifica tot. Tot pren una unitat, pren unitat el teu cos, la teua salut física, la teua llavor respecte els altres, i eixa vivència d'unitat i d'esperit et fa viure eixes paradoxes.

19.09.2018

Com es viu quan naixem de l'esperit.

No he sigut conscient fins fa molt poquet temps de que la vida puc viure-la des de diferents llocs. Un d'ells era des de la mateixa percepció meua de que era un cos, que era una ment... Però essencialment era un cos. Aleshores, des d'allí, des de la ment, sóc jo la que dissenya, la que projecta, la que acota, la que organitza tota la vida, de tal manera que quan '*m'encontre*' [em trobo] amb alguna cosa que jo no havia dissenyat o projectat, em trobo amb l'experiència de que tot s'esfondra i de repent '*m'encontre*' amb que no *controle* res.

I l'altre "lloc" és quan verdaderament notes que neixes de l'esperit i aleshores la creença (tan arrelada en mi mateixa) de que sóc jo qui porta l'organització vital de la meua existència, l'haig de veure com això: com una creença que no és vàlida, i observar-la com a tal.

Miro d'acotar com es desenvolupa la vida, i ara la vida es desenvolupa de forma que jo sóc la mateixa vida, sóc el subjecte passiu; estic desperta i observant el que eix, però haig de deixar eixir. De tal manera que haig d'acostumar-me a que allò que la meua ment denomina "no fer res" és potser l'inici d'estar present en el ser. I que totes les altres coses, les relacions, el treball quotidià, tot, pren un altre valor; haig de deixar que les coses *siguin*, que les coses apareguin...

Haig d'acostumar-me a... A ser el que *eix* del fons, el què la vida em porta. Deixar que la vida profunda visqui en mi, i que jo sigui eixa vida. Aleshores són dos formes molt diferents però *a la volta* [junes]. I haig d'estar treballant quotidianament per polir la forma de veure i de fluir en tot allò que flueix. Això és el que haig de cuidar tots els dies, perquè és l'única forma de viure l'Ésser i de ser en el Ser. És l'única forma, o la forma inicial, de ser el Regne.

19.09.2018

Sempre havia intuït que el diagnòstic del meu càncer era motiu per a que jo fos cada volta més cristal·lina, més transparent. Però això era només una intuïció. Però avui,

una de les meves amigues, comentant els canvis que porta l'existència, em diu que em veia molt més transparent. I eixa paraula m'ha arribat al fons; *pensa* [penso] que... ha estat com una confirmació del que realment està com eixint.

I la transparència en què consisteix? Doncs... consisteix en viure'm tal com realment sóc, plenitud radiant, de tal manera que abans casi era una preocupació constant el tenir com dues vores, una la vora de la personalitat, i a l'altra la vora de la consciència. Però com que he fet un "clic" i he vist que, sempre, encara que jo no em *done* compte, ma cara és la consciència, és eixe fons de plenitud. I aleshores ja no tinc que estar lluitant per ser *ahí*, és que hi sóc, *ahí*. I a l'adonar-te que això és de veres, el que succeeix és que ja no haig d'estar forçant per estar en la consciència. El que haig de fer és afavorir seguir el meu anhel, *permanèixer ahí* [quedar-me allí].

I... i d'allí flueix tot. Fins i tot els sentiments que jo mateixa no podria provocar. Això també és una manifestació de l'esperit.

27.09.2018

(*missatge després del resultat d'un TAC, que indica poca millora*)

En un primer període de la meua malaltia, en el què va consistir essencialment el que anava fent, era en afavorir les dimensions de la meua personalitat que poguessin ajudar a curar la malaltia. Van aparèixer un ventall de possibilitats, i estava oberta a totes elles, les vaig aprofitar totes: la física, l'emocional, l'energètica, l'espiritual però, essencialment, estava ubicada en la física, en la meua persona, en el meu límit. Després, obertes totes eixes possibilitats, vaig anar evolucionant i em vaig adonar que, quotidianament, estava situada en eixa primera fase de la personalitat, fins i tot mentalment; i que, esporàdicament, quan feia meditació, podia '*atisbar*' [entreveure] com ampliacions d'eixa situació.

Quan després vaig tenir l'experiència del que veritablement sóc, jo, integralment, vaig veure unes possibilitats infinites de vida. A partir d'això, vaig comprendre que al reduir-me només a la meua vida física, em subordinava als meus circuits mentals, emocionals i afectius, però no podia passar més enllà.

Al percebre'm com el que sóc, vaig veure que podia (*bufff!*) ampliar tot eixe horitzó, i vaig comprendre que no podia quedar instal·lada quotidianament en eixe lloc, en el lloc de la personalitat. I aleshores vaig intentar situar-me en... en eixe fons de consciència, en eixe fons d'esperit, en eixe fons d'immensitat per a tornar a reubicar-me en el meu procés. Vaig veure que això era *eixina*, que m'havia de reubicar allí. I que eixa experiència havia de ser quotidiana, diària, instant a instant, les 24 hores.

Però què resulta? Que com que la inèrcia em portava, i em porta, a que normalment estigui en el pensament, en el meu jo... Doncs estar en eixe fons, no és que costi, és que demana deshabituat-se. Perquè costar, no costa: però calia deshabituat-se d'estar en el jo.

Ara sóc en una altra fase, no perquè em preguntí com he de fer-ho, sinó perquè hi ha un nou TAC. La progressió ha estat bona, però no en la mateixa proporció que

l'anterior resultat. I aleshores apareixen altra volta les pors, què passarà, etc. Però en *esta* volta, em dono compte que això és així, però que es queda xato, que no m'aprofita per res. No és que vulgui passar eixa part com si no ho veiés, sinó viure-la des del fons, que estigui situada en eixa part que és el fons, plenament, i aleshores veig que les pors son inútils.

Situar-me en la vida sense fi, perquè això és la vida, sense fi. I confiar totalment en eixe fons. I aleshores *pense* que és inútil preocupar-se. Totalment inútil, perquè succeirà el que eixe fons vulgui. I jo estic (per dir-ho d'alguna manera)... "en mans de Déu". I la meua voluntat aquí no hi té res a veure. Si em situo allí, en eixe fons ... No és que les 24 hores del dia hi estigui situada, però sí que a cada volta hi estic durant el dia espais un poquet més grans. I això em reporta, sense buscar-ho, la sensació d'unitat; que estigui on estigui situada, estigui serena i descansada i no em preocupi de la meua malaltia. Mentre estic treballant això, és com que tot el demás també ho afavoreix. Però indirectament. Una altra volta és allò de "*buscad el Reino y todo se os dará por añadidura*". Doncs això és.

I ara és com si alguna cosa més s'unifiqués, a més de la meua malaltia: és el perquè d'eixa situació. Des del primer moment jo pensava que el càncer m'havia arribat no per una situació de mort sinó per una situació de mutació de vida, d'un canvi de vida. De ser més cristal·lina, de ser més transparent. Però més enllà de cristal·lina o de la transparència, el que m'arriba és el verdader amor als altres, i allí està el meu treball. Aleshores penso, intueixo, que aquesta vida física no s'acaba ara, s'acabarà quan sigui,

però aquesta vida física s'ha unit ara a la mutació que Déu vol en mi, a la transformació que he de fer per cobrir aquesta nova etapa física. Perquè aquesta nova etapa física, torno a repetir, penso que no s'acaba ara. I és la gran transformació, "*cuyo único fin*" sigui la vivència amb plenitud de la mort.

I aquesta és la nova situació en l'evolució de la meua malaltia i en la transformació de la meua vida.

7.10.2018

Quan perdem la por a la mort

Pense [penso] que son dos camins. Primer el poder arribar a experimentar el fons mateix de la por i veure que quan toques eixe fons, apareix una altra llum. I apareix el que realment es produirà, que serà la vida sense fi, perquè ja ho és ara, en eixos moments. I '*ahí*' se te'n va un poc eixa por, com que comença a caure. Però quan verdaderament cau del tot –i no dic que sigui per sempre, perquè tornarà a eixir–, quan cau és quan experimentes verdaderament el què ets: una plenitud sense fi, que no té límits. És una expansió sense fi. I ets '*algo*' cristal·lí, transparent, com que t'obliga a ser cada volta això: més transparent, més lúcida, més lluminosa.

Apareix la compassió. I apareix l'amor. Però no perquè jo ho vulgui, sinó perquè apareixen. I això és l'única cosa que puc permetre'm viure, això és la meua vida, això és la vida. La Vida amb majúscules. No és el que normalment pensem que és la vida

quan estem en la nostra personalitat (l'estatus, els diners, la salut, la glòria...) No. La vida, eixa vida en plenitud és...

És eixe ser cristal·lí, eixa mort i eixa comprensió. I cada dia, com un aprenent, t'ensenyes a viure en eixa subtileza, però t'ensenyes tots els dies perquè no saps. Jo, ara mateix, estic desconcertada. Estic en una altra situació i sols veig allò que cada dia se'm mostra. I això no vol dir que jo no *pass*e per pors, no *pass*e per penes, no *pass*e per circumstàncies que semblen negatives, però el més important és que jo visqui el que sóc: eixe Fons, eixe "*sin fondo*", eixa infinitud que em reporta una experiència tal que no sé què em portarà. No ho sé. Però val la pena viure-la.

És com estar en el món, i veure el que l'esperit ens demana i estar oberta a eixe amor i a eixa comprensió, sense ser del món. Però experimentant-lo en tota la seua força, sense deixar res per experimentar. I quan arribes al fons de tots els sentiments i de tot el que puguis tu viure, eixe fondo és el que.. uuufff! ...et fa eixir a eixa plenitud.

Eixina que això és la Vida.

20.10.2018

Des del "no saber res"

Avui m'ha passat una cosa que sols puc explicar-la, però encara no arribo a la comprensió. I és el següent. Quan vaig experimentar el que realment era, vaig veure que ja no podia retornar (o reduir-me) a la meua personalitat, als mecanismes del meu ego –per dir-ho d'alguna manera–. Aleshores, és com que s'ha obert una forma diferent d'estar desperta, sense estar-ne pendent. S'ha obert com una forma d'estar desperta natural, no voluntària. I això m'ha portat a que moltes persones, aquests dies, en diferents situacions i diferents moments, em diuen: "gràcies perquè m'has ajudat; jo pensava que venia a fer-te companyia o a estar una estona amb tu i parlar, i resulta que ets tu la que m'has ajudat".

Això m'ha fet pensar molt. Perquè ara veig que cada dia tenim el que necessitem, tenim el pa de cada dia, a través de persones o de fets. Quan m'arriba que estic ajudant algú, que estic '*apoiant*' algú [donant suport], tot això sorgeix de la situació que m'ha provocat el càncer, de l'experiència profunda i la transformació que s'ha generat amb el càncer; si no, jo no hagués pogut ajudar, perquè mai hauria jo pogut veure el què ara estic veient.

Però és que avui ha passat una altra cosa, a més d'això. He hagut com d'optar per viure des d'eixa consciència, des d'eixe estar despert. ... Avui m'he sentit com una imatge que està damunt d'una altra i que intentes col·locar-la d'una forma que '*s'acoplen*' perfectament una sobre l'altra. Doncs igual. M'he sentit centrada totalment, i això m'ha passat, fixa't tu, a la perruqueria mentre estava parlant amb la gent. Mentre em parlaven em sentia tan centrada, que el que jo parlava eixia... de mi mateixa; no, de mi mateixa no; eixia d'un fons, i que eixe fons era, era... Com ho diria, com una font que em curava. És estrany. Com una font, mentre jo era allí, compartint el que estàs vivint, en la mida que puc, la manera com ara veig la vida, compartint l'anhel que tenen totes les persones de felicitat... Perquè quan ara veus la vida eixina

és una felicitat total, una plenitud total, i això es traspassa, es traspassa als gestos, a l'estar sempre alegre... Aquesta és una altra característica, ara no tinc pena mai, ni necessito plorar... Eixa experiència és que és una cosa misteriosa...

És com si alguna cosa hagués eixit de l'interior, que està en les persones, segur, i que això em donava com una energia, que era com sanar, no ho sé! Però això estava 'ahí'!

Potser més endavant pugui comprendre-ho, però ara mateix l'únic que sé és que ho he experimentat, i ja està.

I és que aquests dies acceptant i encarant la mort, ha passat una altra cosa, que m'ha situat des de la consciència profunda. He perdut la por a morir. I en eixe moment m'he dedicat a estar totalment 'centrada', totalment desperta, mirant el que passa cada dia, tots els dies.

Abans jo em situava 'ahí', però el meu 'jo' sempre em deia: "que si et curaràs, i que si no et curaràs..." Encara estava 'agarrà', encara tenia por, estava 'ahí' aguantant, però quan el 'jo' ha deixat anar amarres, ha sigut fantàstic. Dóna por dir-ho i tot. I ara comprenc allò de l'evangeli quan Jesús diu a Pere que camini sobre les aigües. I és de veres! En segons quins moments de la nostra vida, i jo ara en aquests moments, estic caminant sobre l'aigua. No tinc cap suport, no 'm'agarre' a res, únicament sóc consciència, l'esperit és l'únic que em sosté, i ja està.

Més endavant potser podré comprendre amb més perspectiva tot això, però caminar així, com sobre l'aigua, al principi sembla que costa molt, però quan 'soltes' [deixes anar], no t'importa ja caminar. I això és caminar sobre l'aigua.

6.11.2018

Del canvi, de l'evolució a la transformació.

Pel que estic observant, jo diria que el canvi es dóna en tot el que és terreny de la personalitat, del jo personal, i que és valuósíssim. Tots els canvis que s'han produït en mi, és com si ajuden a que el jo es faci fort i pugui tenir prou base per iniciar després el que serà un procés transpersonal.

Quan es dóna aquest procés transpersonal, per un procés de gràcia, aleshores canvia tot el sentit de la vida, tot el sentit de qui sóc jo, totes les relacions, i resulta que –com comentava dies abans–, tot ha canviat o, més ben dit, és una transformació.

Eixa transformació passa, però no perquè jo vulgui, sinó perquè es dóna; i es dóna primerament perquè de repent la meua atenció rep una llum poderosíssima, que mostra realment el que ets. I a continuació sorgeix una immensa comprensió. Comprends les coses, les circumstàncies, les relacions, tot. I què és el que passa aquí? Passa que t'has situat, o que et trobes situada, en un altre lloc, d'unes dimensions tan immenses que integren tot el que succeeix a la teva vida. I aleshores com que vas deixant-ho caure tot.

És un procés de comprensió i de deixar caure, tot, fins i tot la teva vida, perquè de l'únic que pots viure és de ser aquesta plenitud. I la transformació es va donant

poquet a poquet. Poc a poc veus que reaccions d'unes formes que mai hauries pogut imaginar. I també es dona un procés importantíssim, i és arribar a la comprensió de que la unitat que som –que som u en eixe Déu–, és *ahí* sempre, en tot moment, però no ens en havíem adonat. I eixe Ser és tan potent que, si per un moment arribéssim a veure'l conforme és, el nostre cos no podria sostenir tanta potència. Però "*està ahí*", i és unitat amb mi, i arribar a adonar-se d'això, crea una energia, una plenitud i una equanimitat, que comprens que pots superar qualsevol cosa, qualsevol. I aquí ja no va ni de curació ni de res; es tracta que *en això* tot ho pots, res és impossible, és d'un potencial tal, que no té nom.

Així que transformació i unitat en Déu, és tot el mateix. Allò de l'evangeli quan Jesús prega per nosaltres perquè siguem U amb Déu, com ell és U amb Déu. Tots som ú amb Déu, però cal adonar-se'n. I quan aquest regal t'és donat, sembles invencible. I veus a Déu. Perquè a Déu el veus i l'experimentes tots els dies. Això és la unitat de Déu.

10.11.2018

(*el whatsapp que acompanya l'audio: "estic millor, més recuperada, aquest àudio és des de l'anonadamiento, una forta abraçada"*)

La vida ens dona sempre tot allò que necessitem, ens cuida fins l'últim detall. Rebem allò que en un moment determinat tenim necessitat i només ens toca abandonar-nos a eixa vida, deixar que eixa plenitud vagi envaint-nos poquet a poquet, i ella mateixa va dirigint-nos pels camins, d'una forma *certera*, directa. Quan el camí de la vida et porta a experimentar el que veritablement ets, i d'alguna manera ho vas experimentant, eixa plenitud, eixa profunditat, ets responsable de deixar-ho fluir perquè els altres puguin utilitzar-ho. Quan la vida et porta del tot "*ahí*", el que ets i el fet de ser –com a canal per a que allò diví que som en el fons pugui eixir i es manifesti–, és el mateix. Però el que passa és que quan te n'adones veritablement de que... –no sé com anomenar-ho–, però que eixe amor, eixa energia, és real, no et plantejes com es va donant eixa fluïdesa per a que els altres se'n puguin aprofitar.

En els aspectes mentals, procurem dissenyar estratègies, veure de quina manera es materialitza això. Però des del ser, simplement la vida es ceneix a això, a ser existència. I... al veure que és tan immens, tan gran, només puc quedar-me "*ahí*", en el ser, en l'experiència, estic com "*anonadà*". No projecto res, només em quedo en el ser Ú. I permetre-li que flueixi, que "*eixisca*" a través meu.

I ja està. Però això és tan gran que no tinc paraules per dir-ho. I és un sentiment, provoca un sentiment que no és l'alegria d'un moment determinat, no. És com permanent, i això ha canviat fins els meus esquemes mentals, no ho sé! Estic totalment desorganitzada! Però alhora és una pau que va més enllà de qualsevol altra cosa, que em dona la llibertat de només estar atenta i lúcida "*ahí*" i tot el demés ja no importa. Ni tan sols la meva malaltia, sé que hi és, sóc conscient d'ella, però no importa.

"*Ahí*" estic, no puc dir res més. Sense paraules.

17.11.2018

Si hagués de definir en aquests moments quin sentiment aflora des de la profunditat del meu ser, és el sentiment de sentir-me cuidada, de sentir-me protegida. I de sentir-me com "dirigida" en una direcció. Com que Déu va posant cada volta una xicoteta llum en direcció, en direcció, en direcció; aleshores no veig el camí en una totalitat, però sí que veig llums que m'indiquen cap on haig d'anar; de tal manera que, a més del sentiment de tranquil·litat i de pau, i de deixar-me totalment dur, hi ha l'evidència de recórrer eixe camí que està mostrant-se. Per exemple, en la meua malaltia. Estava disposada a *agarrar* un poc les regnes i a forçar el metge en una direcció o una altra, però resulta que el que jo havia pensat coincideix amb la decisió que ha *agarrat* el metge, personal, seua. Això m'evita haver de ser jo la que decideix, sinó jo la que accepte eixe camí, eixa trajectòria, amb el resultat que sigui.

Però en el fons, acceptant tot això i estant molt desperta tots els dies, és un sentiment d'abandonament. Però d'un abandonament en pau, i en una alegria profunda, que val la pena deixar-te portar per Déu. I això em crida l'atenció perquè jo em deixo portar i, poquet a poquet, és això l'únic que existeix: el deixar-te portar i el deixar que "*això eixisca*". Però en moments determinats, la meua personalitat i la meua malaltia, comença a dir... "et curaràs, no et curaràs". I això em crida ara molt l'atenció perquè sóc conscient de que això és aquí, i que vaig fent un procés, però en canvi és com si la personalitat no en fos conscient, i es preocupa d'allò que a mi no m'importa gens ni mica. I això em crida a mi moltíssim l'atenció, però és això el que estic vivint ara mateix. Són situacions que no són comprensibles des de la personalitat, des de la ment, però que són reals des de la profunditat del ser.

Així que la gran joia d'aquests moments és deixar-me portar per Déu i que ell condueixi tota la meua existència; que ja ho està fent. És allò de l'Evangelí, quan diu que el vent bufa però que no saps ni d'on ve ni on va, doncs així, el vent està bufant tremendament, i jo em deixo portar. No sé on aniré, no ho sé, però val la pena deixar-se portar.

I ja està, "*ahí*" estic, en el vent, volant en ell.

21.11.2018

"Sólo se es en el Ser". Avui això ho he notat. Perquè quan veritablement et notes viva, et notes sent, observes i experimentes una força interior que no és teua, però que té una immensitat especial, i en aquests moments notes que el què deixes fluir no és pròpiament teu. És com allò que diu l'Evangelí, "*fuentes de agua brotarán de vuestro interior*". Doncs sí, d'això podem en ser testimonis, però testimonis des de la totalitat. Només cal estar atents, en silenci; i quan observes que només ets en l'Ésser, i experimentes la unitat, ja no et preguntes de quina forma podrà ser aquest fluir, o de quina forma podrà expressar tot allò que emergeix de l'interior; perquè les formes

apareixen, però no apareixen perquè tu les procures, sinó perquè apareixen, sorgeixen, i tu ets allí.

El que vaig comprovant és que potser part de la bona nova de l'Evangeli es fa realitat en ser testimonis de què l'Evangeli es dona en cada un de nosaltres, que nosaltres som testimonis d'una iniciació de vida, i com a tal l'hem "d'agarrar", però... Això també em porta cap a una organització horaris, d'hàbits, de temps, de vida nova, perquè el que sí que és cert és que ara necessito més temps d'espais silenciosos ja que del que es tracta és de mantenir-me essent atenta, silenciosament. I això diria que és el *clic*, perquè una cosa és estar atenta, i una altra cosa és estar atenta silenciosament. Perquè quan s'està atenta silenciosament s'està en el ser. Hi ets. I això penso que va per "*ahí*".

I ja està.

6.12.2018

La vida no depèn ni de la salut ni de la malaltia, la vida només depèn de seguir el nostre anhel profund i de permetre que el Ser sigui en nosaltres. Eixa és la vida que no té fi.

31.03.2019

Què ha significat el càncer després d'un any de conviure amb ell. Doncs... jo diria que ha estat una proposta de vida. De repent et submergeixes en l'experiència de la inseguretats total de la teva vida. La teva vida no està subjecta ja al temps ni a l'espai com et pensaves. Al principi tot estava dins del temps: el temps era llarg, immens, tot ho projectaves...

Però quan apareix el càncer resulta que no tens vida, que eixa vida que tu pensaves prolongada en el temps desapareix... I apareix la inseguretats total. I al submergir-te en aquesta inseguretats total, arribant fins el fons d'aquest sentiment, és quan apareix un altre tipus de seguretats. La seguretats en la plenitud, la seguretats en la infinitud, en eixa infinitud que t'engloba i et sosté.

I què apareix després? Després apareix com que has despertat i ets en un altre lloc. Apareix una vida que sorgeix de l'interior. I és la vida de l'Evangeli quan diu "*de vuestro interior brotarán fuentes de agua viva*", doncs és com això. Emergeix una vida que ja no està subjecta ni al temps ni a l'espai. Una vida en la que vius la compassió, la serenitat, l'alegria i, sobretot, la pau. És eixa vida que no mor, coneixes l'eternitat. És la vida que apareix després de morir tu, encara que no hagis mort físicament. I aleshores te n'adones que ja res és igual. ...I per tant, eixe és el Regne, eixe és l'experiència de la que ara estàs vivint.

No sé; és com estar permanentment experimentant eixa consciència profunda, eixa presència profunda. I és tan immensa que no es pot expressar, de tal manera que '*soltes*' les pors [deixes anar], '*soltes*' les creences, '*soltes*' tooot el bagatge que és com una motxilla que no et deixa... buf! que no et deixa pujar, que és allà

subjectant-te a terra. Quan *'soltes'* tota eixa motxilla veus tota la realitat, i vius tota la lucidesa, i comprens que el càncer que al principi et pareixia tan mortífer, tan fatal, ha estat la clau que ha obert eixa vida sense fi, eixa vida que perdura més enllà del nostre temps físic. Comprens que no es tracta de buscar o d'estar pendent de la curació o la no curació del càncer, Es tracta que ha estat una oportunitat per entrar en el Regne i viure el Regne. No és buscar una curació, no. És una invitació que he tingut per a viure eixe Regne.

17.07.2019. El TAC *dóna mals resultats. El tumor s'ha revifat, el 31 ha de tornar a començar amb la quimio.*

18.07.2019

Després d'empitjorar el meu càncer, ahir vaig tenir una *'avalancha'* [allau] de sentiments, d'emocions, de creences, fins i tot d'estats físics, que em van deixar desolada. Però... poquet a poquet, vaig intentar que tot s'anés suavitzant, poquet a poquet, sense forçar res en absolut; i quan tot això, lentament, s'ha anat suavitzant, he intentat enfocar la situació des d'on ha de ser enfocada, des del fons del meu ésser i des del fons d'eixa plenitud que som.

Aleshores, el que veig és que eixa realitat està "*ahí*", la malaltia està '*ahí*', tal qual és, haig de ser conscient d'ella, haig d'estar vivint en ella. Però això no pot pertorbar –en cap moment– el meu estar desperta en cada moment. Perquè si jo sóc cristal·lina, però cristal·lina i translúcida en la Presència, aleshores el meu no-fer serà el fer que haig de fer. El meu estar, només ser, serà la meua acció. Per tant, totes aquestes circumstàncies són aquí i jo sóc conscient d'elles. Sóc conscient de la meua vida i de la meua mort, però no puc deixar que el dia a dia passi sense que eixa Presència, eixa Presència que jo puc deixar passar a través de mi, es manifesti.

Així que ara tan sols la vida es redueix a això, a que eixa Presència sigui "*ahí*", i que el meu no-fer, simplement viure el no-fer des d'eixa Presència, sia la meua acció.

13.08.2019

En aquesta segona etapa de quimio, el treball ha quedat un poc més aclarit, he pogut situar la part de dedicació a tenir cura de mi mateixa, tant a nivell físic, com psíquic, com espiritual... A tot això m'hi dedico plenament, però està "*ahí*", com una part més de la realitat quotidiana, de tal manera que eixa cura queda relativitzada, com formant part de les activitats que porto durant tot el dia.

Què passa quan això es queda *eixina*? Doncs que soltes la teva vida.

És un moment molt dur, però també és un moment molt lluminós. Perquè no la soltes perquè sí, sinó que et dones compte que has de viure sols "*ahí*", en la Presència. Eixa és la vertadera vida, i no pots permetre't *agarrar-te* a res.

Per tant, tot el que sigui agarrar-me em talla d'eixa Presència, em talla d'eixe camí.

En canvi quan ets "ahí"... doncs ja està! Estàs en la Presència. O, no, millor dit, ets Presència, perquè eixe matís és important. Una cosa és pensar que estic en la Presència i una altra és ser Presència. No és permanent, per suposat; però... quan perceps que eixa Presència és, es produeix una inflicció perquè ja no has de pensar en ella, és que ella ets tu. I..., aleshores ja no fa falta res més, ja no fa falta buscar motius, ni objectius, res. Simplement, estar "ahí" i cada dia veure el que eixa vida et porta perquè, en definitiva, estàs arrelat totalment en la vida i en els esdeveniments que, minut a minut, passen.

El que passa és que aquí és importantíssim tenir els ulls i el cor oberts. Estàs "ahí", ets "ahí" i tot el demés, com que ja ho has soltat, ja no pesa. Així que el més important crec que és '*permanèixer*' [romandre] —per dir-ho d'alguna manera—, en meditació tot el dia. Perquè, en realitat, que és la meditació? L'alerta. Doncs és estar alerta; però una alerta que no té relació amb cap esforç per part meva; no em dic: "haig d'estar conscient d'això o d'allò...", no-no-no-no. Només adonar-me que això sempre està "ahí", que jo no m'ho proporciono, i que només es tracta d'estar "ahí". No haig de fer res més: ni buscar, ni '*permanèixer*', ni res. Tot està "ahí", l'única cosa és estar present a això que ja és "ahí". I el demés, com diu l'Evangeli, "*vendrá por añadidura*". Perquè, en definitiva, eixe ser és la plenitud de la vida, és la vida.

Així que en aquesta segona fase, treballa a fons tot el que jo pugui cuidar, allò que jo pugui mentalment fer per eixir d'eixa situació, de la que penso que eixiré. Però porto també un treball psicològic molt important per canviar..., no, no per canviar, sinó per ser conscient, conscient de l'estat profund mental meu, perquè és un estat gris. I n'haig de ser conscient, perquè eixe estat gris em '*merma*' [minva] molt; eixe treball el duc a terme, per ser conscient de com estic però sense que això absolutitzi per res la meua vida. Això hi és, però no '*m'agarre*' aquí. I l'estar '*solta*' [deixada anar], l'estar totalment en el aire, porta que estigues en absoluta tranquil·litat, en absoluta pau.

Bé... Penso que la cosa mateixa va per aquí, no sé després.

16.08.2019

Hola, no m'allargaré, et parlo simplement d'una intuïció que he tingut, només és l'inici, però penso que pot ser molt vàlida. Mira, no podem perdre el temps, com a societat ens hem d'organitzar d'una forma diferent, penso que la compassió i l'amor els hem de dur a terme "però ya", i la relació amb els demés l'hem de plantejar des de tots els éssers que poblen la terra, no de nacionalitats, ni des de quadrícules religioses ni res; simplement com això, com a humans que poblem la terra. Per tant, fomentar l'empatia, fomentar l'amor, però no des de la pràctica de compromís amb determinats sectors socials i tot això, sinó de donar mitjans a les persones per a que

reconeguim que poden organitzar-se d'una altra manera. Per tant seria treballar molt l'atenció i treballar molt la relació amb els demés.

Penso que hauria de ser una cosa molt concreta, en principi es tractaria de dos grups molt xicotets, penso que ho podria dur a terme aquí amb l'associació de veïns i començar amb els *xavalets* del barri, i amb un grup d'adults. Penso que es presten moltíssim per aquest treball. I aleshores serien com a dos petits nuclis que comencen a obrir-se pas en una forma diferent de viure, per una vida plena i total. Se m'ha ocorregut alguna cosa *eixina* a "*redes de compasión y amor*" perquè en definitiva seria això, creant xarxes. No sé, aquesta vesprada m'ha vingut aquesta com mitja intuïció, que està per acabar, cal pensar-la molt més. Però és important començar a viure ja el que hem de viure, de *de-veres*. Volia compartir-ho.

2.09 2019. Un missatge en el que explica que si no m'ha dit res les darreres setmanes és perquè les sessions de quimio la deixen feta pols, i sense forces per a res. Que ha de parlar amb l'oncòleg perquè no ho podrà aguantar gaire més.

10.09.2019

La unificació de cos físic, el cos mental, l'espiritual i el sentimental, observo que és importantíssim, per poder després estar desperta i deixar que la plenitud sigui, que la gràcia creixi. Perquè si abans no hem unificat tot això, és difícil deixar ser-te translúcida. Aquesta unificació observo que es pot abordar des de dues vessants. Una és estar atenta permanentment i veure el teu to físic i mental, i els sentiments que això provoca. Perquè és una cosa molt subtil i si no veig la tonalitat (gris o...) en la què em mantinc, la tonalitat dels meus pensaments, i que això porta cap a uns sentiments, doncs tot això em condiciona molt durant el dia, en les respostes quotidianes que dono i en el que estic vivint. Doncs això, es tracta de ser molt conscient del què va apareixent en els sentiments i en els pensaments, observar-los i ubicar-los.

En l'altra vessant, has de partir de la vivència profunda de que la gràcia viu en tu. Perquè aquesta vessant és com si vas aprofundint "*ahí*", i aprofundint va soltant coses, i va soltant el que t'impedeix ser nítida en aquest canal. I aleshores és quan abordem la unificació, és des d'aquesta vessant. A mi m'ha sigut molt útil, i penso que fins que no estigui tot molt unificat, no pots deixar de veritat que la gràcia visqui en tu. I quan això és *eixina*, soltes inclús la teva vida, però és una manera lluminosa, i provoca poder viure centrat, viure des de la vessant de la gràcia. Abans estaves vivint des de la del jo i del personalisme dels meus canals. I ara –no dic que això sigui al 100% – però sí que m'he ubicat en l'altra vessant, que és la de deixar que la gràcia visqui en mi. Però per deixar que això "*visca i florisca*" has de deixar tot el demés... Com volent tenir les *tuberies* [canonades] molt netes, molt netes per poder deixar passar, i que això visqui en tu.

Bé, és una xicoteta solució que he trobat per poder unificar tota l'experiència.

30.10.2019

La nostra mort es produeix en vida. Quan fa temps pensava en la preparació per la pròpia mort, sempre havia pensat en com afrontaria aquest moment, en les meves possibilitats psicològiques, en el meu estat mental, a tot això que té a veure amb el pensar i que, d'alguna manera, és des del pensament que et prepares per alguna cosa que ha de passar. I això em costava i em costa. Però últimament penso —no penso, experimento— que això no és *eixina*. Quan estàs treballant tots els dies per obrir una bretxa xicoteta en la Presència, i quedar-te '*ahí*', te n'adones que, al final, el ser en la Presència el que produeix és la teva pròpia mort.

1.11.2019

Quan poc a poc som en la presència, observem que les coses es transformen. Ja no som en el món de les realitats oposades, de la dualitat, de la *rumiació*, dels circuits mentals, ja no som '*ahí*'. Les coses funcionen diferent.

Des de la presència està la comprensió i està, sobretot, la vivència de la paradoxa, perquè en la paradoxa s'unifica allò que abans semblaven coses oposades. Coexisteixen en forma d'unitat. Per exemple: la seguretat que abans la buscaves en el disseny de la pròpia vida, en les seguretats mentals de les creences, en totes eixes coses amb les que et rodejaves i et senties segura... Però això és una fal·làcia, perquè tot això són castells mentals que nosaltres ens fabriquem. I quan realment estàs desperta, i estàs en la Presència, eixa Presència et porta a que la seguretat ja no són les teves creences. La seguretat és la inseguretat de ser en eixa Presència; eixa Presència és la que et sosté i no tens cap seguretat, cap en absolut. Però està l'entrega. Quan es produeix l'entrega en la Presència, i el ser en el ser, resulta que la teva seguretat és la inseguretat, i eixa és la gran paradoxa. Aleshores és quan vivim eixa unitat allà on des de l'altra vessant vivíem *opostos* i dualitat.

Coexisteixen les dues dimensions en una mateixa unitat: aleshores això és un món que no té fi. No com el mental, que és molt limitat, que no té eixida, sinó que és un món d'expansió perquè no saps fins on pots arribar, sempre hi ha horitzó, sempre apareixen altres coses. El que passa és que també nosaltres, en eixa paradoxa no necessitem pensar, perquè en el no pensar és quan flueixen totes les certes que en el pensar mai no arribem a tenir. Jo diria que, quan ets ser en eixa Presència, flueix una lògica paradoxal en el funcionament de totes les coses. És un món fantàstic, és una altra manera de veure la vida i de funcionar les coses. I el nostre pensament, és clar que l'utilitzem, però l'utilitzem per comprendre tot el que aflora, tot el que nosaltres no podem produir però que aflora quan som en eixa Presència.

I ja està! Simplement era constatar que en la Presència tot canvia, tot és nou, i la comprensió és la llum que il·lumina tot el que succeeix en el transcurs de cada dia.

3.12.2019

Existeix una comprensió pròpia de la nostra evolució mental, del nostre pensament, que arriba a comprendre qualsevol cosa de les que ens proposem. Però existeix una altra comprensió, la gran comprensió, i és la comprensió de la saviesa. Eixa, la nostra ment no hi pot arribar, allí està limitada. Però, quan es produeix la comprensió? Es produeix quan estàs sent el ser, 'ahí' es produeixen grans comprensions. Però flueixen elles, no és fruit de la voluntat, ni alguna cosa que nosaltres per propòsit nostre puguem provocar. No. És un procés de gràcia, en la mesura en que tu vas donant-te més, vas entregant-te... en definitiva, en que t'entregues totalment; és un procés que comença i és infinit; però no és alguna cosa que haguem d'estar esperant a que se'ns doni ni res, apareix amb tota naturalitat. Tampoc has d'estar tu pendent d'això, de que aparegui, el més important és ser en el ser, i el demés apareix per... per naturalesa, ¡per 'añadidura'! I això és, solament.

3.12.2019

No existeix ni justificació ni objecte de vida. Normalment ens recolzem en els nostres compromisos, en les nostres accions, en les nostres relacions socials... Tot això ens sembla com si fos el fonament de la vida. I no. Això només és com un objecte que nosaltres manipulem, però això no existeix. L'únic que existeix és la vida, i la vida és ser en el ser. Ja no hi ha cap altre objecte; només que quan et situes 'ahí', sí que actues i sí que et crees compromisos, etc., però el centre no està en la justificació sinó en que necessites viure, i la teva vida és eixa, eixa és la vida. Però no hi ha ni objectes ni objectius, res!

Només hi ha la vida, la vida de ser en el ser, el demés et ve per 'añadidura'.

6.01.2020

Missatge de veu acompanyant un enllaç a un Adeste Fidelis. És l'aniversari de la seva professió. Durant uns anys la Chelo va pertànyer a la comunitat vedruna i és evident que l'arrel, el sentit, d'aquell compromís continuava ben viu en ella.

Sols era comunicar-te que avui és el dia de la meva professió, és un dia tan grandíols, i tan lluminós per a mi, que t'ho *comunique*. Ha sigut una trajectòria... començant des d'un xicotet d'anhel, i vaig anar seguint-lo, seguint-lo, seguint-lo, i s'ha transformat en una vida de fidelitat: fidelitat i confiança total. I no sé, em sento molt feliç. I plena totalment. I per això volia compartir amb tu aquesta alegria. No cal que em responguis ni res, només volia dir-t'ho, que l'experiència d'unitat és grandiosa.

I t'he enviat aquesta música perquè per mi és la que m'evoca i em centra en eixa plenitud. I penso que si arriba la meva mort, i la mort és en Nadal, que aquesta cançó sigui el que resumeixi tota la meva vida, perquè amb ell vaig començar i amb ell podré acabar. *Eixina* que... doncs ja està! Que em felicitis!

3.03.2020

La fe és una experiència quotidiana. M'he donat compte d'això perquè després de tres anys de conviure amb el càncer sé que mantenir-se en l'esperança de que et curaràs pareix des de la ment un absurd perquè les dades científiques no donen peu a això. Aleshores què és el que et fa mantenir aquesta certesa? Doncs en principi diria que la fe, però quina fe? La fe del cap que diu que es tracta de creure en el que no es veu? O la fe de la consciència que experimenta eixa subtil Presència? Diria que és eixa, la de la subtil Presència, doncs sols amb *eixina* comences confiant, i quan experimentes allò que no té cap solidesa però que és subtil, delicat, i ho perceps, saps que això és cert. Aleshores, d'aquí neix l'entrega, i... en l'entrega ja es pot viure tots els dies.

Eixa és la fe, viure l'impossible.

Maig 2020. Alguns missatges curts acompanyant alguna foto de casa seva, dels racons bonics. Agraeix poder viure el confinament en aquests espais que l'acompanyen i l'ajuden. Ens truquem, em diu que li hauré de dedicar un exemplar del llibre del silenci en el que estic treballant.

25 de maig. M'arriba un filet de veu... Que està molt dèbil, que no pot caminar... Se'n va a casa la seva germana, espera remuntar però de moment està tremendament dèbil, sense forces per parlar... "tinc forces, però això és molt dur!"

29 de maig. Últim missatge de veu. Se sent més forta, que estigui tranquil·la, que ella ho està.

La seva vida s'apaga l'11 de juny de 2020. Entre el molt que ens ha deixat, aquí queda aquest valuós testimoni de "la vida que mos viu".



Vivir en la Presencia

La vida que nos vive



29.07.2018

Cuando el Evangelio dice: "la fe te ha curado"...³ La fe no es algo a nivel del pensamiento que haya que descifrar, ni es creer en algo. La fe no es creencia en algo que no vemos. La fe es la confianza total y plena en aquello que se ve, en aquello que se experimenta. Cuando creemos en Dios, fe significa que nos dejamos llevar, más que llevar, que nos dejamos "estar" en plena confianza en Dios. Esa es la fe.

Y cuando Dios es quien sostiene tu vida, cuando Dios es quien te acuna, cuando es Dios quien protege tu vida, cuando Dios es en sí la vida, esa es la fe que cura. Porque sabemos que la vida nos vive, y esa vida que nos vive, que nos sostiene y nos acuna, en la que no tenemos ningún miedo, es una vida tan plena, que no podemos alejarnos de ella, está *ahí*. Y la vivimos. Y ya nada importa.

Pero como consecuencia de esto se dan -como por añadidura- todas las cosas que emergen a tu alrededor, que tú no has buscado, pero que están. Es como una protección que surge de la propia vida, que penetra en tu ser, y en toda tu profundidad. Esto es lo que sana, nada más.

29.07.2018

Cuando decimos que Dios está en nosotros y que Dios está en cada una de las cosas que hacemos, normalmente lo decimos inconscientemente, desde el pensamiento. Porque cuando verdaderamente está en nosotros es cuando nosotros desaparecemos, y cuando desaparecemos... entonces emerge la fuerza, la plenitud, todo lo que Dios nos da.

La vida, cada momento del día, desde que sale el sol hasta que se pone, y también por la noche... En cada acción, pero en cada acción, ya no es mi acción, ...es que ¡"estoy ahí"! Y Dios está "ahí", en la cocina guisando, en la calle hablando con la gente, no sé, en cualquier actividad de la vida. Entonces te das cuenta que en la medida en que está en ti, en la medida en que tú te borras, pues es como que *Eso* filtra; filtra el nivel afectivo, el físico, lo filtra todo, como una luz que va filtrando y penetrándolo todo, incluso el cuerpo, todo. De tal manera que es un gran error pensar que la experiencia de la belleza, del amor, de la amistad, que pasárselo bien, que todo eso pueda ser antagónico a la experiencia religiosa, a la experiencia espiritual: pensar esto es lo más erróneo que existe.

Cuando la fuerza de Dios lo ha penetrado todo, incluso tu cuerpo, todo es alegría, disfrutas de todo, ¡de cualquier cosa! De ver una plantita que crece en medio de la roca, que apenas tiene espacio pero crece. De ti misma, aunque estés enferma; eso es algo que está aquí, pero tu vida es algo infinitamente mayor, y no tienes porqué... Te ves en la necesidad de experimentar esto.

Cuando saboreas *eso*, lo saboreas todo en la vida, desde que te levantas hasta que te vas a dormir. Es el umbral de la luz. Dios no quiere que nos separemos de la

³ los puntos suspensivos en general indican pausas, momentos de silencio.

vida, quiere que la vivamos, pero que la vivamos desde todas nuestras dimensiones, y si la vivimos así, íntegramente, desde donde Él es, entonces podemos percibir cuán maravillosa es la vida, y la plenitud de Dios que habita en ti.

7.08.2018

El Ser nos lo otorga Dios. Y ... cuando Somos, todo se disipa. Se disipa el miedo, se disipa la muerte, se disipa la enfermedad, solo queda la experiencia de ese Ser sin ningún objeto. *Eres*. Y como que *eres*, vives: ser y vida son lo mismo. Entonces –como dice el Evangelio– cada día trae su afán, pero ya no es el día que pasa linealmente, el paso de fechas y de meses; son días en los que el tiempo desaparece. Solo *eres*. Y eres lo que permites que Dios sea en ti.

Si lo permites de todo corazón, lo que aflora es la vida a borbotones; es...

No sabría decirlo. No sé decirlo, pero es algo que no tiene fin. Y esto es la vida.

7.8.2018

La vida no es pasar por las circunstancias actuando, y decidiendo, y programando. La vida es, simplemente, estar presente en lo que va surgiendo, en lo que va fluyendo. No hay expectativas, no hay intereses, no hay nada. Simplemente dejar que aparezcan las circunstancias, que aparezcan las situaciones, y estar "*ahí*". Solo existe esto.

Y solo siendo, se vive la vida.

13.08.2018

(mensaje de texto al teléfono, des de una sesión de quimio)

¿Por qué permitir que el pensamiento establecido de la fealdad, tristeza y quejumbre permanezca e impida ver la inmensidad de la vida? Si se vive desde la infinitud y la plenitud esta es la llave que abre la puerta a "la vida sin fin".

¡Esta vez no es un audio pero sí la vida de aquí y ahora!

[y añade un enlace al *Mesías* de Händel: *For unto us a child is born...* que debía de estar escuchando durante la sesión]

18.08.2018

Corremos el peligro de pensar que somos los anunciadores de la buena nueva, los anunciadores del Reino, y creo que es cierto, pero también es confuso. Porque si vamos con todo nuestro armamento, con todo nuestro ímpetu, con el convencimiento de que estamos transmitiendo algo, lo que estamos haciendo es afirmar que nosotros somos los transmisores de esa buena nueva. Y ahí se pierde todo; nada penetra en el corazón de nadie porque somos nosotros los que lo estamos haciendo todo. Somos transmisores de un Reino desde el pensamiento, y eso no sirve

de nada. Pero si nos situamos desde la conciencia, desde ese ser que no tiene objeto, y dejamos fluir eso, en paz, en ecuanimidad, en serenidad, entonces no "firmamos" nada, dejamos fluir. Y ese fluir penetra y cambia nuestro entorno y el mismo universo. Esa es la fuerza que lo transforma todo. Tenemos que ser cuidadosos, situados en el lugar preciso desde donde podemos dejar que fluya todo, con nitidez y sin emborronar, sin nadie que "firme".

18.08.2018

Vivir aquí y ahora. Pienso que en el "vivir aquí y ahora" es importante ver desde donde estás situada. Porque si vives atenta a lo que pasa desde la percepción de testigo, eres como el observador que observa, pero no dejas de estar 'ahí', en ti. Cuando te sitúas desde esa profundidad de silencio en la que todo aparece y tú estás como acompañando desde ahí, entonces es cuando se vive "aquí y ahora".

Es como una vida que surge cotidianamente y no sabes qué va a aparecer, ignoras totalmente lo que sucederá, pero estás en paz, desde ahí, y ya no valoras otras cosas. Pero claro, cuando te sitúas "ahí", a vivir el día a día, a vivir el regalo que es la vida, a vivir la gracia, la gratuidad, todo eso que emerge y que cada situación te hace ser, ya nada personal tuyo te puede importar. Ahí ya tienes que soltarlo todo, sentimientos, pensamientos, situaciones, el apego a tu cuerpo físico, a tu vida, te quedas totalmente... Yo no diría "libre"..., te quedas totalmente disponible. Porque no se trata de libertad, se trata de ser "ahí", y para ello no puedes estar en otros lugares.

Así que la vida cotidiana es el gran tesoro de la vida y del ser.

20.08.2018

El despertar de un día en qué lo primero que he sentido ha sido... miedo. Y he sentido miedo porque la mente me ha llevado a dudar de si llegaría a sanar. Entonces he seguido el hilo de este sentimiento; lo he seguido, experimentándolo en profundidad. Y he reconocido el miedo a la muerte que he sentido toda mi vida. He pensado que en muchas épocas de mi vida ha existido ese miedo, muy profundo, muy arraigado en mí; viviendo en cierto modo con el temor que me pasara algo.

Entonces me he preguntado porqué sentía esto, dónde me llevaba este sentimiento. Y he descendido hasta el fondo, y he sentido una fuerza que me arrastraba. Pero entonces he pensado... no, no he pensado, he visto, que había otra fuerza que me llevaba a salir de esta situación. Otra fuerza de vida, esta sí de vida, porque la otra no lo era, era oscuridad, era miedo. Y esa fuerza de vida... como si de pronto me encontrara que no vivía solo de mi cuerpo, sino que me vivía íntegramente en todas mis dimensiones, especialmente en la del espíritu. Y eso... ha sido como si me arrancara de la oscuridad y me encontrara con que yo era cuerpo, energía, sentimientos y plenitud; esencialmente, era plenitud. Y cuando he vivido esto, el miedo ha desaparecido, ha dejado de tener importancia.

Pero lo maravilloso de este despertar ha sido la experiencia de vivirme integralmente, la experiencia del vivir que esencialmente soy esto, soy espíritu. He experimentado el nacer del espíritu, porque lo soy, está en mí, somos *no-dos*, y esa fuerza me permite decir ahora que no voy a la muerte, porque lo que debo hacer ahora es ser testigo del espíritu; pero testigo silencioso, testigo de eso que "Es"; aquí, presente en cada momento de la vida y presente en las personas; acompañándolas y escuchándolas, siendo al mismo tiempo testigo de esa plenitud. Porque todo va junto. Y mi vida, ahora, es esto. Es lo que debo vivir ahora, estar '*ahí*', ser un pequeño botoncito de luz, pero... ¡que dé luz!

Y también sé que cuando llegue el momento de morir, lo sabré, pero lo sabré no porque me lo diga la enfermedad, sino porque sabré que he llegado al final. No al final, sino que habrá acabado un período y será el momento de vivir otra cosa.

Y este ha sido el despertar de hoy, realmente ha sido un despertar... del espíritu.

Ya no puedo decir nada más.

29.08.2018

Cuando se tiene una experiencia profunda del Ser, de aquello que somos, se produce algo así como una ampliación de visión en relación a la vida. La vida ya no se reduce a los acontecimientos, ni a la sucesión temporal de tiempos y hechos. La vida es esencialmente aquello que vives, lo que eres. Los hechos son formas, las circunstancias son formas, pero más allá de las formas está y pervive el Ser. Y lo que somos es lo que nos hace vivir: es la vida. Cuando esto aparece, después de esa experiencia tan extraordinaria, aparece espontáneamente la comprensión y la compasión, sin pensarlo, sin buscarlo, sin ningún tipo de voluntarismo, aparece sin forzar nada.

Es como la forma de la nueva vida. Te hace estar atenta a las personas, simplemente estando ahí, identificada con ellas, para ayudarlas. Es una nueva forma de ser⁴ en el mundo. Es cómo estar en el mundo sin ser del mundo. De tal manera que sientes que todas tus dimensiones, todos tus "cuerpos", el físico, el afectivo, el mental, todo está en armonía. Pero no porque quiera yo estar en armonía, sino porque desde una experiencia como ésta, todo se recoloca. Algo así como que todo funciona como ha de funcionar, todo está en su lugar. Ya nada es opaco, ni la energía, ni la afectividad, ni la mente, no queda ningún rincón opaco en la existencia, todo está muy vivo. Y desde *ahí*, simplemente, vives; ya no te importa nada más.

Esa es la vida vivida integralmente como persona.

⁴ En valenciano o en catalán, el verbo "ser" reúne el significado de "ser" y de "estar". Es el contexto el que nos dirá cómo traducirlo, pero la opción no siempre es sencilla. Esa fusión de "ser" y de "estar" da una fuerza al verbo que se pierde al tener que elegir entre una de sus dos mitades. Sin ir más lejos, en este fragmento la voz de Chelo está hablando de "ser" atenta y de "estar" atenta a las personas, siendo y estando ahí; de una nueva forma de estar en el mundo que es una nueva forma de ser en el mundo. Ser del mundo, estar en el mundo, sin ser del mundo. Al traducir procuro no perder del todo esa fuerza doble, pero soy consciente de no acabar de lograrlo.

04.09.2018

Paradojas.

El silencio no tiene lugar, el silencio se vive en el clamor de la gente.

Y el afecto no tiene objeto.

Y la vida es vida cuando, precisamente, no tienes vida.

04.09.2018

Vivir el espíritu

Cuando la persona experimenta el espíritu... es lo mismo que vivir integralmente, porque la experiencia integral del Ser es la experiencia de la mente, de la afectividad, de la energía, del cuerpo físico, todo a la vez. Desde ahí ves pasar todas las circunstancias, pero te mantienes en algo que es inamovible, que siempre te hace estar allí; y desde ahí nada te agobia y todo lo haces. Porque cuando estamos obnubilados, y no hemos experimentado todavía nuestro ser integral, nos quedamos en la mirada corta de los intereses de nuestro yo, en la mirada corta de las circunstancias, de los intereses que actúan en esas circunstancias; quedamos atrapados en luchar, en lograr fama, dinero, salud, agarrados a una serie de intereses que después desaparecen y se van, pero el peligro está en creer que solo somos eso. Es así que cuando quiero actuar todo me cansa y me quema...

Pero si actúas integralmente, si actúas en el espíritu, ese que siempre está ahí, el *no-dos* que somos, el cansancio no existe. Simplemente estás siendo, y todo lo demás (que quizás era solo una apropiación), todo lo demás desaparece.

El infinito te hace vivir paradójicamente: *aquí y ahora*, pero inmutable.

Aquí y ahora, pero en plenitud.

Aquí y ahora, y en la alegría que todo lo traspasa.

Es una consideración nueva de la vida.

09.09.2018

Cuando te sales de los circuitos mentales y afectivos, y te encuentras con que solo eres, ese "ser" es la realidad absoluta, lo único con lo que contamos. Me parece que cuando vayamos a dejar ese mundo, al morir, ese es el lugar del reencuentro, o de expansión, de identidad con Dios. Ese es el camino que hay que recorrer. Dejar el cuerpo, soltarlo, y situarte ahí, en esa realidad profunda de ser. Del mismo modo en la vida, cuando aflora lo que hay que vivir, te lleva a la mutación o a la transformación, a la expansión en Dios. Creo que la muerte será eso.

09.09.2018

Buscar el Reino y todo lo demás os será dado por añadidura

Cada vez como que hay más luz, como que eres más testigo del evangelio. Cuando se tiene esa experiencia del Reino del espíritu, la vivencia integral de toda la persona hace que te sitúes en otras coordenadas. Cuando te experimentas únicamente como el cuerpo, te limitas a tu personalidad, en el tiempo y el espacio. Cuando la experiencia se expande a todos los otros niveles, incluso al nivel más sutil que es el nivel del espíritu, la experiencia se transforma en transpersonal. Ya no eres el cuerpo, eres mucho más que el cuerpo y llegas hasta la conciencia misma, hasta el espíritu. Entonces esa conciencia transpersonal te hace vivir fuera del tiempo y del espacio, aunque estés en el tiempo y el espacio. O sea, aquello limitado en lo ilimitado, el tiempo y espacio fuera del tiempo y espacio. Vuelve a ser la paradoja... La paradoja siempre está aquí, pero lo fantástico de esto es que el único interés que te mueve en tu existencia es ser fiel a esa conciencia. Ya no te mueve nada más.

Buscar el Reino es esto, es estar en el Reino, ser el Reino... ¿Y todo lo demás? Todo lo demás llega porque se unifica todo. No sé por qué, pero se unifica todo. Todo toma una unidad, toma unidad tu cuerpo, tu salud física, tu semilla en relación a los demás, y esa vivencia de unidad y de espíritu te hace vivir estas paradojas.

19.09.2018

Cómo se vive cuando nacemos del espíritu

No he sido consciente hasta hace muy poquito tiempo de que la vida puedo vivirla desde distintos lugares. Uno era desde la misma percepción mía de que era un cuerpo, que era una mente; esencialmente era un cuerpo. Desde ahí soy yo la que diseña, la que proyecta, la que acota, la que organiza la vida de tal manera que, cuando me encuentro con algo que yo no había diseñado o proyectado, me doy de narices con la experiencia de que todo se derrumba y de pronto me encuentro con que no controlo nada.

Y el otro "lugar" es cuando verdaderamente notas que naces del espíritu. Entonces la creencia (tan arraigada en mí) de que soy yo quien lleva la organización vital de mi existencia, la ves como eso, como una creencia que no es válida y debo observarla como tal.

Intento concretar cómo se desarrolla la vida. Y ahora la vida se desarrolla en una forma que soy la misma vida, soy el sujeto pasivo; estoy despierta y observando lo que surge, pero debo dejar surgir. De tal manera que debo acostumbrarme a que aquello que mi mente considera "no hacer nada" es quizás el inicio de estar presente en el ser. Y que todo lo demás, las relaciones, el trabajo cotidiano, todo, toma otro valor; debo dejar que las cosas *sean*, que las cosas aparezcan...

Hay que acostumbrarse a ... ser lo que surge del fondo, lo que la vida me ofrece. Dejar que la vida profunda viva en mí, y que yo sea esa vida. Son dos formas muy distintas pero que van juntas. Tengo que trabajarlo cada día para pulir la forma de ver y fluir en todo aquello que fluye. Esto es lo que debo cuidar todos los días, porque

es la única forma de vivir el Ser y de ser en el Ser. Es la única forma, o la forma inicial, de ser "el Reino".

19.09.2018

Siempre había intuido que el diagnóstico de mi cáncer era un motivo para ser cada vez más cristalina, más transparente. Pero era solo una intuición. Y hoy una de mis amigas, comentando los cambios que conlleva la existencia, me dice que me veía mucho más transparente. Y esa palabra me ha llegado al fondo; creo que ha sido como una confirmación de lo que realmente va como saliendo.

Y la transparencia ¿en qué consiste? Pues ... en vivirme tal como realmente soy, plenitud radiante, de tal manera que antes casi diría que era una preocupación constante el tener como dos caras, la de la personalidad y la otra, la de la conciencia. Pero ha habido un "clic" que me hace ver que siempre, aunque no me de cuenta, mi cara es la conciencia, es ese fondo de plenitud. Y entonces ya no tengo que estar luchando para estar *ahí*, es que estoy *ahí*. Y cuando te das cuenta que eso va de veras, sucede que dejas de forzar para estar en la conciencia. Lo que debo hacer es favorecer el profundo anhelo de permanecer *ahí*.

Y ... de *ahí* fluye todo. Incluso los sentimientos que yo misma no podría provocar. Eso también es una manifestación del espíritu.

27.09.2018

(mensaje después del resultado de un TAC, con poca mejoría)

En un primer período de mi enfermedad lo que hacía, esencialmente, era favorecer las dimensiones de mi personalidad que pudieran ayudar a curarla. Apareció un amplio abanico de posibilidades, y estuve abierta a todas ellas, las aproveché todas: en lo físico, lo emocional, lo energético y lo espiritual, pero esencialmente estaba centrada en el nivel físico, en mi persona, en mi límite. Abiertas todas esas posibilidades fui evolucionando y dándome cuenta que, cotidianamente, estaba situada en ese primer ámbito de la personalidad, incluso mentalmente; y que, esporádicamente, en momentos de meditación, podía atisbar como algo más amplio que esa situación.

Cuando después tuve la experiencia de lo que verdaderamente soy – integralmente– entonces vi unas posibilidades infinitas de vida. A partir de ahí comprendí que al reducirme solo a mi vida física, me subordinaba a mis circuitos mentales, emocionales y afectivos, pero no podía pasar más allá de ellos.

Al percibirme como lo que soy, vi que podía (*buff!*) ampliar todo ese horizonte. Comprendí que no debía quedarme instalada en el lugar de la personalidad. Entonces intenté situarme en ... ese fondo de conciencia, en ese fondo de espíritu, en ese fondo de inmensidad y volver a reubicarme en mi proceso. Vi que eso era así, que debía reubicarme allí; y que esa experiencia tenía que ser cotidiana, diaria, momento a momento las 24 horas del día.

Pero ¿qué ocurre? Pues que como que la inercia me llevaba, y me lleva, a estar normalmente en el pensamiento, en mi yo ... estar en ese fondo, no es que cueste, es que pide deshabituarse. Porque costar, no cuesta, pero hay que deshabituarse de estar en el yo.

Ahora estoy en otra fase, no porque me pregunte cómo puedo hacerlo, sino porque ha llegado el resultado de un nuevo TAC. La progresión ha sido buena pero no en la misma proporción del anterior. Y otra vez aparecen los miedos, que pasará, etc. Pero esta vez me doy cuenta que esto es así, y que se queda chato, que no me aprovecha para nada. No es que quiera pasar página como si no lo viera, sino vivirlo desde el fondo, situada en esa profundidad, plenamente, y entonces veo que los miedos son inútiles.

Situarme en la vida sin fin, porque esto es la vida, sin fin. Y confiar totalmente en ese fondo. Y entonces sé que es inútil preocuparse, totalmente inútil, porque sucederá lo que ese fondo quiera. Y yo estoy (por decirlo de alguna manera) ... "en manos de Dios". Y mi voluntad aquí no tiene nada que ver. Si me sitúo ahí, en ese fondo... no es que las 24 horas del día esté ahí, pero sí que cada vez los espacios durante el día son un poquito más grandes. Y esto, sin buscarlo, me aporta la sensación de unidad; que me sitúe donde me sitúe esté serena y descansada y no preocupada por mi enfermedad. Mientras estoy trabajando esto, es como que todo lo demás también lo favorece, indirectamente. Es otra vez aquello de "*buscad el Reino y todo lo demás se os dará por añadidura*". Pues esto es.

Y ahora es cómo si algo más se unificara, además de mi enfermedad: es el porqué de esa situación. Desde el primer momento yo pensaba que el cáncer me llegaba no por una situación de muerte sino por una situación de mutación de vida. Un cambio de vida, ser más cristalina, ser más transparente. Pero más allá de cristalina o transparente, lo que me llega es el verdadero amor a los demás, y ahí está mi trabajo. Entonces es cuando pienso, intuyo, que esta vida física no se acaba ahora; acabará cuando sea, pero esta vida física se ha unido ahora a la mutación que Dios quiere en mí, a la transformación que debo hacer para recorrer esta nueva etapa física. Porque esta nueva etapa física, insisto, creo que no acaba ahora. Y es la gran transformación, cuyo único fin pueda ser la vivencia con plenitud de la muerte.

Y esta es la nueva situación en la evolución de mi enfermedad y en la transformación de mi vida.

7.10.2018

Cuando perdemos el miedo en la muerte

Creo que son dos caminos. Primero, poder llegar a experimentar el fondo mismo del miedo y ver que cuando tocas ese fondo, aparece otra luz. Y aparece aquello que realmente se producirá, la vida sin fin, porque ya lo es ahora, en estos momentos. Y ahí se te va uno poco ese miedo, como que empieza a caer. Pero cuando verdaderamente cae del todo –no digo que sea para siempre, porque volverá a aparecer– es cuando experimentas verdaderamente lo que eres: una plenitud sin fin,

que no tiene límites, una expansión sin fin. Algo cristalino, transparente, como que te obliga a ser cada vez más eso, más transparente, más lúcida, más luminosa.

Aparece la compasión. Y aparece el amor. Pero no porque yo lo quiera, sino porque aparecen. Y eso es la única cosa que puedo permitirme vivir, esto es mi vida, esto es la vida. La Vida con mayúsculas. La vida no es lo que normalmente pensamos que es cuando nos situamos en nuestra "persona" (el estatus, el dinero, la salud, la gloria...) No. La vida, *esa* vida en plenitud es...

Es ese ser cristalino, esa muerte y esa comprensión. Y cada día, como un aprendiz, te enseñas a vivir en esa sutilidad, pero te enseñas todos los días porque saber no sabes. Yo, ahora mismo, estoy desconcertada, solo veo aquello que cada día se me muestra. Esto no quiere decir que no pase por miedos, no pase por penas, que no pase por circunstancias que parecen negativas, pero lo más importante es que yo viva lo que soy: ese Fondo, ese "sin fondo", esa infinitud que aporta una experiencia tal que no sé dónde llevará. No lo sé. Pero merece la pena vivirla.

Es como estar en el mundo, y ver lo que el espíritu nos pide, y estar abierta a ese amor y a esa comprensión, sin ser del mundo. Pero experimentándolo en toda su fuerza, sin dejar nada para experimentar, sin apartar nada. Y cuando llegas al fondo de todos los sentimientos y de lo que tú puedas vivir, ese fondo es el que... ¡uuufff! ...te hace salir a esa plenitud.

Así que esto es la Vida.

20.10.2018

Desde el "no saber nada"

Hoy me ha pasado una cosa que solo puedo explicarla, pero todavía no llego a la comprensión. Es lo siguiente. Cuando experimenté lo que realmente era, vi que ya no podía volver (o reducirme) a mi personalidad, a los mecanismos de mi ego –por decirlo de alguna manera–. Entonces, es como que se ha abierto una forma distinta de estar despierta, sin yo estar pendiente de ello. Se ha abierto como una forma de estar despierta natural, no voluntaria. Y ha llevado a que muchas personas, estos días, en distintas situaciones y momentos, me dicen: "gracias porque me has ayudado; yo pensaba que venía a hacerte compañía o a estar un rato contigo y hablar, y resulta que eres tú la que me ha ayudado".

Esto me ha hecho reflexionar. Porque ahora veo que cada día tenemos lo que necesitamos, tenemos "el pan de cada día" a través de personas y hechos. Cuando me llega que estoy ayudando alguien, o que he podido prestarle apoyo, sé que esto surge de la situación que me ha provocado el cáncer, de la experiencia profunda y la transformación que se ha generado a raíz del cáncer; si no, yo no hubiera podido ayudar, porque nunca habría podido ver lo que estoy viendo ahora.

Pero es que hoy ha pasado algo más, además de esto. He tenido como que optar vivir desde esa conciencia, desde ese estar despierta; ... hoy me he sentido como si hubiera una imagen situada encima de otra e intentaras colocarlas de manera que se acoplaran perfectamente, una sobre la otra. Pues igual. Me he sentido

totalmente centrada y esto me ha pasado, fíjate tú, en la peluquería, mientras hablaba con la gente. Cuando me hablaban me sentía tan centrada que lo que yo decía salía... de mí misma; no, de mí misma no, salía de un fondo, y que ese fondo era... Cómo lo diría, como una fuente que me curaba. Es extraño. Como una fuente, mientras yo estaba ahí compartiendo –en la medida que puedo– lo que vivo y como ves la vida, el anhelo que tienen todas las personas de felicidad... Porque cuando ahora ves la vida así es una felicidad total, una plenitud total, y esto se traspasa en los gestos, el estar siempre alegre... Esta es otra característica, ahora no hay tristeza, ni necesito llorar... Es algo misterioso... Es como si algo hubiera salido del interior. Está en las personas, seguro, y me daba como una energía, que era como sanación, ¡no lo sé! Pero eso estaba *ahí*.

Quizás más adelante pueda comprenderlo, pero ahora mismo lo único que sé es que lo he experimentado, y ya está.

Y es que estos días aceptando y encarando la muerte, ha sucedido algo más que me ha situado desde la conciencia profunda. He perdido el miedo a morir. Y en ese momento me he dedicado a estar totalmente 'centrada', despierta, mirando lo que ocurre cada día, todos los días.

Antes me situaba ahí, pero mi 'yo' siempre decía: "que si te curarás, que si no te curarás..." Todavía estaba agarrada, todavía tenía miedo, estaba ahí aguantando, pero cuando el 'yo' ha soltado amarras, ha sido fantástico. Da incluso miedo decirlo. Y ahora comprendo aquello del evangelio cuando Jesús le dice a Pedro que ande sobre las aguas. ¡Y es así! En según qué momentos de nuestra vida, como yo ahora... Estoy andando sobre el agua. No tengo apoyo, no me agarro a nada, únicamente soy conciencia, el espíritu es lo único que sostiene, y ya está.

Más adelante quizás pueda comprender con más perspectiva todo esto; ahora solo puedo decir que andar así, como sobre el agua, al principio parece que cuesta mucho, pero cuando sueltas, ya no te importa andar. Y esto es andar sobre el agua.

6.11.2018

Del cambio, de la evolución a la transformación.

Por lo que estoy observando, yo diría que el cambio se da en lo que es el terreno de la personalidad, del yo personal, y que es valiosísimo. Todos los cambios que se han producido en mí, es como si ayudaran a que el yo pueda tener suficiente fortaleza y base para poder iniciar lo que será un proceso transpersonal.

Cuando ese proceso transpersonal se da, por un proceso de gracia, entonces cambia absolutamente el sentido de la vida, el sentido de quién soy yo, todas las relaciones. Como comentaba hace unos días, todo ha cambiado. Mejor dicho: es una transformación. Una transformación que pasa, no porque yo quiera, sino porque se da; y se da, en primer lugar porque la atención recibe (como de repente) una luz poderosísima, que muestra realmente lo que eres. Y a continuación surge una inmensa comprensión. Comprendes las cosas, las circunstancias, las relaciones, todo. ¿Qué es lo que sucede? Sucede que te encuentras situada en otro lugar, en algo de

unas dimensiones tan inmensas que integran todo lo que sucede en tu vida. Y entonces... como que vas dejándolo caer todo.

Es un proceso de comprensión y de dejar caer, todo, incluso tu vida, porque de lo único que puedes vivir es de ser esa plenitud. Y la transformación se va dando poquito a poco. Poco a poco ves que reaccionas de unas formas que nunca habrías podido imaginar. Y también se da un proceso importantísimo, que es la comprensión de que la unidad que somos –que somos uno en ese Dios–, está ahí siempre, en todo momento, pero no nos habíamos dado cuenta. Y ese Ser es tan potente que si por un momento llegáramos a verlo tal como es, nuestro cuerpo no podría sostener tanta potencia. Pero está “ahí”, y es unidad conmigo. Y llegar a darse cuenta de esto, produce una energía, una plenitud y una ecuanimidad, que comprendes que puedes superar cualquier cosa, cualquiera. Y ya no se trata ni de curación ni de nada; se trata que en “esto” todo lo puedes, nada es imposible, es de un tal potencial que no tiene nombre.

Así que transformación y unidad en Dios, es todo el mismo. Aquello del evangelio, cuando Jesús ruega por nosotros para que seamos Uno con Dios, como él es Uno con Dios. Todos somos uno con Dios, pero hay que darse cuenta. Y cuando este regalo te es dado, pareces invencible. Y ves a Dios. Porque a Dios lo ves y lo experimentas todos los días. Esto es la unidad de Dios.

10.11.2018

(*el whatsapp que acompaña el audio: "estoy mejor, más recuperada, este audio es desde el anonadamiento, un fuerte abrazo"*)

La vida nos da siempre todo aquello que necesitamos, nos cuida hasta el último detalle. Recibimos aquello de lo que tenemos necesidad en un momento dado y solo nos queda abandonarnos a la vida, dejar que esa plenitud vaya invadiéndonos poquito a poquito y ella misma va dirigiéndonos por los caminos; y de una forma *certera*, directa. Cuando el camino de la vida te lleva a experimentar lo que verdaderamente eres –y de alguna manera vas experimentando esa plenitud, esa profundidad– eres responsable de dejar que fluya para que alcance a los demás. Cuando la vida te lleva del todo *ahí*, lo que eres y el hecho de ser como un canal –para que aquello divino que somos en el fondo pueda salir y manifestarse–, es una misma cosa. Pero lo que pasa es que cuando te das cuenta verdaderamente de que... –no sé como decirlo–, pero que ese amor, esa energía, es real, no te planteas cómo se produce esa fluidez que puede aprovechar a todos.

En lo mental procuramos diseñar estrategias. Pero desde el ser, la vida se ciñe simplemente a eso, a ser existencia. Y ... al ver que es tan inmenso, tan grande, solo puedo quedarme *ahí*, en el ser, en la experiencia. Estoy como *anonadà*. No proyecto nada, solo me quedo en el ser Uno. Y permitirle que fluya, que salga, que trasluzca a través mío.

Y ya está. Pero esto es tan grande que no tengo palabras para decirlo. Y es un sentimiento, provoca un sentimiento que no es una alegría de un momento

determinado, no. Es como algo permanente, y ha cambiado hasta mis esquemas mentales, ¡no lo sé! ¡Estoy totalmente desorganizada! Pero a la vez es una paz que va más allá de cualquier otra cosa, me da la libertad de solo estar atenta y lúcida, ahí, y todo lo demás ya no importa. Ni siquiera mi enfermedad, sé que está ahí, soy consciente de ella, pero no importa.

Ahí estoy, no puedo decir nada más. Sin palabras.

17.11.2018

Si tuviera que definir en estos momentos qué sentimiento aflora desde la profundidad de mi ser, es el de sentirme cuidada, de sentirme protegida. Y de sentirme cómo "dirigida" en una dirección. Como que Dios va poniendo cada vez una pequeña luz en dirección, en dirección, en dirección; así que no veo el camino como en una totalidad, pero sí percibo luces que me indican hacia donde ir; de tal manera que, además del sentimiento de tranquilidad y de paz, y de dejarme conducir, se da la evidencia de recorrer un camino que va mostrándose. Por ejemplo, en mi enfermedad. Estaba dispuesta a agarrar yo algo las riendas y querer forzar al médico en una dirección u otra, pero resulta que lo que yo había pensado coincide con la decisión que ya ha tomado el médico, personal, suya. Eso me evita tener que ser yo la que decide, acepto ese camino, esa trayectoria, con el resultado que sea.

Pero en el fondo, aceptando todo esto y estando muy despierta todos los días, es un sentimiento de abandono. Pero de un abandono en paz, y en una alegría profunda, que merece la pena dejarte llevar por Dios. Y me llama la atención porque me dejo llevar y, poco a poco, eso es lo único que existe: el dejarse llevar y el dejar que "eso" salga. Pero en momentos determinados, mi personalidad y mi enfermedad, dicen... "te curarás, no te curarás". Y me llama ahora mucho la atención porque soy consciente de que "eso" está aquí, y que voy haciendo un proceso, pero en cambio es cómo si la persona o la personalidad no fuera consciente, y se preocupara de algo que a mí no me importa lo más mínimo. Me llama mucho la atención, pero es lo que estoy viviendo ahora mismo. Son situaciones que no son comprensibles desde la personalidad, desde la mente, pero que son reales desde la profundidad del ser.

Así que el gran gozo de estos momentos es dejarme llevar por Dios y que él conduzca toda mi existencia; que ya lo está haciendo. Es aquello del Evangelio, cuando dice que el viento sopla pero que no sabes ni de dónde viene ni hacia dónde va, pues así, el viento está soplando fuerte, y yo me dejo llevar. No sé donde iré, no lo sé, pero merece la pena dejarse llevar.

Y ya está, ahí estoy, en el viento, volando en él.

21.11.2018

"Sólo se es en el Ser". Hoy esto lo he sentido. Porque cuando verdaderamente te notas viva, siendo, observas y experimentas una fuerza interior que no es tuya, pero que tiene una inmensidad especial; y, en esos momentos, notas que lo que dejas fluir

no es propiamente algo tuyo. Es como aquello que dice el Evangelio, "fuentes de agua brotarán de vuestro interior". Pues sí, podemos ser testigos de esto, pero testigos desde la totalidad. Solo hay que mantenerse atentos y silenciosos; y cuando observas que solo eres en el Ser, y experimentas esa unidad, ya no te preguntas cómo puede ser ese fluir, o de qué forma podré expresar todo aquello que emerge del interior; porque las formas aparecen, pero no aparecen porque tú las procures, sino porque aparecen, surgen, y tú estás ahí.

Lo que voy comprobando es que quizás parte de la buena nueva del Evangelio se hace realidad al ser testigos de que el Evangelio se da en cada uno de nosotros, testigos de una iniciación de vida, y como tal la hemos de agarrar, pero... Esto también lleva a una reorganización de horarios, de hábitos, del tiempo, de vida nueva, porque lo que es cierto es que ahora necesito más tiempo de espacios silenciosos, ya que de lo que se trata es de mantenerme siendo atenta silenciosamente. Y eso diría que es el *clic*, porque una cosa es estar atenta, y otra cosa es estar atenta silenciosamente. Ya que cuando se está atenta silenciosamente se está en el ser, y eres. Me parece que va por "*ahí*".

Y ya está.

6.12.2018

La vida no depende ni de la salud ni de la enfermedad, la vida solo depende de seguir el anhelo profundo y de permitir que el Ser sea en nosotros. Esa es la vida que no tiene fin.

31.03.2019

Qué ha significado el cáncer después de un año de convivir con él. Pues... yo diría que ha sido una propuesta de vida. De repente te sumerges en la experiencia de la inseguridad total de tu vida. Tu vida ya no está sujeta al tiempo y al espacio como solía ser. Antes todo estaba dentro del tiempo: el tiempo era largo, inmenso, todo lo proyectabas...

Pero cuando aparece el cáncer de pronto resulta que no tienes vida, que esa vida que tú pensabas prolongada en el tiempo desaparece... Y aparece la inseguridad total. Y al sumergirte en esta inseguridad total, yendo hasta el fondo de ese sentimiento, es cuando aparece otro tipo de seguridad. La seguridad en la plenitud, la seguridad en la infinitud, en esa infinitud que te engloba y te sostiene.

¿Y que aparece después? Después aparece como que has despertado y estás en otro lugar. Aparece una vida que surge del interior. Y es la vida del Evangelio cuando dice "de vuestro interior brotarán fuentes de agua viva", pues es así. Emerge una vida que ya no está sujeta ni al tiempo ni al espacio. Una vida en la que vives la compasión, la serenidad, la alegría y, sobre todo, la paz. Es vida que no muere, conoces la eternidad. Es la vida que aparece después de morir tú, aunque no hayas muerto todavía físicamente. Y entonces te das cuenta que ya nada es igual.

... Y, por tanto, ese es el Reino, esa la experiencia de la que ahora vives.

No sé; es como estar permanentemente experimentando esa conciencia profunda, esa presencia profunda. Y es tan inmensa que no se puede expresar, de tal manera que sueltas los miedos, sueltas las creencias, sueltas *toooooo* ese bagaje que es como una mochila que no te deja... ¡uf! que no te deja subir, que está ahí sujetándote al suelo. Cuando sueltas esa mochila ves toda la realidad, y vives toda la lucidez, y comprendes que el cáncer que al principio te parecía tan mortífero, tan fatal, ha sido la clave que ha abierto esa vida sin fin, esa vida que perdura más allá de nuestro tiempo físico. Comprendes que no se trata de buscar o de estar pendiente de la curación o la no curación del cáncer. Sino que ha sido una oportunidad para entrar en el Reino y vivir el Reino. No es buscar una curación, no. Es una invitación para vivir ese Reino.

17.07.2019. El TAC da malos resultados. El tumor se ha reavivado, el 31 tiene que volver a empezar con la quimio.

18.07.2019

Después de empeorar el cáncer, ayer tuve una avalancha de sentimientos, de emociones, de creencias, incluso de estados físicos, que me dejaron desolada. Pero... poquito a poco, intenté que todo se fuera suavizando, poco a poco, sin forzar nada en absoluto; y cuando, lentamente, todo se ha ido suavizando, he intentado enfocar la situación desde donde tiene que ser enfocada, desde el fondo de mi ser y desde el fondo de esa plenitud que somos.

Entonces, lo que veo es que esa realidad está "*ahí*", la enfermedad está '*ahí*', tal cual es, debo ser consciente de ella, vivo en ella. Pero esto no puede perturbar – en ningún momento– mi estar despierta a cada momento. Porque si yo soy cristalina, pero cristalina y traslúcida en la Presencia, entonces mi no-hacer será el hacer que debo hacer. Mi estar, tan solo ser, será mi acción. Por lo tanto, todas estas circunstancias están aquí y soy consciente de ellas. Soy consciente de mi vida y de mi muerte, pero no puedo dejar que el día a día pase sin que esa Presencia, esa Presencia que yo puedo dejar pasar a través de mí, se manifieste.

Así que ahora la vida se reduce solo a esto, a que esa Presencia sea, "*ahí*", y que mi no-hacer, simplemente vivir el no-hacer desde esa Presencia, sea mi acción.

13.08.2019

En esta segunda etapa de quimio, el trabajo ha quedado un poco más aclarado, he podido situar la dedicación al cuidado de mí misma, tanto en lo físico, como lo psíquico, como lo espiritual... Pongo toda la atención a ese cuidado, sí, pero está "*ahí*", como una parte más de la realidad cotidiana, de tal manera que esa cura queda relativizada, como una parte más de las actividades que llevo durante el día.

¿Qué pasa cuando esto se queda así? Pues que sueltas tu vida.

Está siendo un momento muy duro, pero también muy luminoso. Porque no la sueltas porque sí, sino que te das cuenta que tienes que vivir solo "ahí", en la Presencia. Esa es la verdadera vida, y no puedes permitirte agarrarte a nada. Todo el que sea agarrarme me separa de esa Presencia, me barra el camino.

En cambio, cuando estás ahí... ¡pues ya está! Estás en la Presencia. O, no, mejor dicho, eres Presencia, porque ese matiz es importante. Una cosa es pensar que estoy en la Presencia y otra es *ser* Presencia. No es algo permanente, por supuesto; pero... cuando percibes que esa Presencia es, se produce una inflexión porque ya no tienes que pensar en ella, es que ella eres tú. Y... entonces, ya no hace falta nada más, ya no hace falta buscar motivos, ni objetivos, nada. Simplemente, estar "ahí" y cada día ver lo que esa vida te trae porque, en definitiva, estás totalmente arraigada en la vida y en los acontecimientos que pasan, minuto a minuto.

Lo que sucede aquí es que es importantísimo tener los ojos y el corazón abiertos. Estás "ahí", eres "ahí" y el resto es como que ya lo has soltado, ya no pesa. Así que lo más importante creo que es —por decirlo de alguna manera— permanecer en meditación todo el día. Porque, en realidad, ¿qué es la meditación? La alerta, estar alerta; pero una alerta que no tiene relación con ningún esfuerzo por mi parte; no me digo: "tengo que estar consciente de esto o de aquello...", no-no-no-no. Solo darme cuenta que eso siempre está "ahí", no es algo que yo me proporcione, solo se trata de estar "ahí". No hay que hacer nada más: ni buscar, ni permanecer, ni nada. Todo está "*ahí*", la única cosa es estar presente a eso que ya está "*ahí*". Y lo demás, como dice el Evangelio, "vendrá por añadidura". Porque, en definitiva, ese ser es la plenitud de la vida, es la vida.

Así que, en esta segunda fase, trabajo a fondo todo aquello que yo pueda cuidar, aquello que yo pueda mentalmente hacer para salir de esa situación, de la que confío que saldré. Entre manos tengo también un trabajo psicológico muy necesario, para cambiar... no, no para cambiar, sino para tomar consciencia del estado profundo mental mío, es un estado gris, y tengo que ser consciente de ello. Porque ese estado "gris" me merma mucho. Trabajo en ser consciente de cómo estoy y que eso no invada toda mi vida. Es una parte más, y está ahí, soy consciente pero no me agarro a eso. Y "soltando", al quedar en el aire, pues estás en absoluta tranquilidad, en absoluta paz.

Bien... Pienso que la cosa va por aquí, no sé más adelante.

16.08.2019

Hola, no me alargaré, te hablo simplemente de una intuición que he tenido, solo es el inicio, pero pienso que puede ser muy válida. Mira, como sociedad no podemos perder más tiempo, nos tenemos que organizar de una forma distinta, pienso que la compasión y el amor los tenemos que vivir, pero "ya", y la relación con los demás hay que plantearla desde todos los seres que pueblan la tierra, no pensando en

nacionalidades, ni en cuadrículas religiosas, ni nada de todo eso; simplemente como eso, como humanos que poblamos la tierra. Por lo tanto, hay que fomentar la empatía, fomentar el amor, pero no desde la perspectiva de practicar el compromiso con determinados sectores sociales y todo eso, sino dotando de medios a las personas para que reconozcan que pueden organizarse de otro modo. Por lo tanto, se trataría de trabajar mucho la atención y la relación con los demás.

Se trataría de avanzar con cosas muy concretas, se podría empezar con dos grupos pequeñísimos; estoy pensando en la asociación de vecinos, empezando con los chavalillos del barrio, y con un grupo de adultos. Pienso que se prestan muchísimo. Serían como dos pequeños núcleos empezando a abrirse a una forma distinta de vivir, en una vida llena y total. Se me ha ocurrido algo así como "*redes de compasión y amor*" porque en definitiva sería esto, creando redes. No sé, esta tarde me ha venido esta media intuición, que está por cocer, habrá que pensarlo más. Pero pienso que es importante empezar a vivir ya de verdad lo que hay que vivir, ponerse en marcha. Quería compartirlo.

2.09 2019. Mensaje en el que explica que si no me ha dicho nada en semanas es porque las sesiones de quimio la dejan hecha polvo, y sin fuerzas para nada. Que tendrá que hablar con el oncólogo porque no podrá aguantar así mucho más.

10.09.2019

Observo la importancia de la unificación de cuerpo físico, el cuerpo mental, el espiritual y el emocional, para poder después estar despierta y dejar que la plenitud sea, que la gracia crezca. Porque si antes no hemos unificado todo esto, es difícil dejarse ser traslúcida. Esta unificación veo que se puede abordar desde dos vertientes. Una es estar continuamente atenta y detectar tu tono físico y mental, y los sentimientos que conlleva. Porque es muy sutil y si no veo la tonalidad en la que estoy viviendo (gris o la que sea), la tonalidad de mis pensamientos y sentimientos, todo eso me condiciona mucho durante el día, condiciona mis respuestas cotidianas y lo que voy viviendo. Pues eso, se trata de ser muy consciente de lo que va apareciendo a nivel de sentimientos y pensamientos, observar para poderlos ubicar.

En la otra vertiente, se parte de la vivencia profunda de que la gracia vive en ti. Vas profundizando ahí, y profundizando va soltando, vas soltando todo aquello que te impide ser nítida en ese "canal". Y entonces es cuando abordamos la unificación desde esta vertiente. A mí me ha sido muy útil, y pienso que hasta que no esté todo muy unificado, no puedes dejar de verdad que la gracia viva en ti. Y cuando esto es así, sueltas incluso tu vida, pero es una manera luminosa, que genera poder vivir centrada, vivir desde la vertiente de la gracia. Antes estabas viviendo desde la del yo y desde la "personalidad" en mis distintos canales. Y ahora –no digo que esto sea al 100% – pero sí que me he ubicado en la otra vertiente, que es la de dejar que la gracia viva en mí. Pero para dejar que eso viva y florezca tienes que dejar todo lo demás...

Como queriendo tener las tuberías muy limpias, muy despejadas para poder dejar pasar, y que eso viva en ti.

Bien, es una pequeña solución que he encontrado para poder unificar toda la experiencia.

30.10.2019

Nuestra muerte se produce en vida. Cuando hace tiempo pensaba en la preparación para la propia muerte, siempre le daba vueltas a cómo afrontaría este momento, mis posibilidades psicológicas, mi estado mental, a todo eso que el pensamiento puede pensar, a todo lo que desde el pensamiento puedes abordar, de alguna manera, preparándote para algo que va a suceder. Y eso me costaba y me cuesta. Pero últimamente pienso —no pienso, experimento— que esto no es así. Cuando estás trabajando todos los días para abrir una brecha pequeña en la Presencia, y quedarte ahí, te das cuenta que, a fin de cuentas, ser en la Presencia lo que produce es tu propia muerte.

1.11.2019

Cuando, poco a poco, *estamos/somos* en la presencia, observamos que las cosas se transforman. Ya no estamos en el mundo de las realidades opuestas, de la dualidad, del rumiar, de los circuitos mentales, ya no estamos ahí. Las cosas funcionan de otra forma.

Desde la presencia está la comprensión y está, sobre todo, la vivencia de la paradoja, porque en la paradoja se unifica lo que antes llamábamos opuestos. Coexisten en forma de unidad. Por ejemplo: la seguridad que antes buscabas diseñando la propia vida, en las seguridades mentales de las creencias, en todas esas cosas con las que te rodeabas y te sentías segura... Pero eso es una falacia, porque son castillos mentales que nos fabricamos. Y cuando realmente estás despierta, y estás en la Presencia, esa Presencia te lleva a ver que la seguridad no son tus creencias. La seguridad es la inseguridad de ser en esa Presencia; esa Presencia es la que te sostiene y no tienes ninguna seguridad, ninguna en absoluto. Pero está la entrega. Cuando se produce la entrega en la Presencia, y el ser en el ser, resulta que tu seguridad es la inseguridad, y esa es la gran paradoja. Entonces es cuando vivimos esa unidad allá donde desde la otra vertiente eran opuestos y dualidad.

Coexisten las dos dimensiones en una misma unidad: entonces esto es un mundo que no tiene fin. No como el mundo mental, que es muy limitado, sin salida, sino que es un mundo de expansión porque no sabes hasta dónde puedes llegar, siempre hay más horizonte, siempre aparecen otras cosas. Aunque sucede que en esa paradoja no necesitamos pensar, porque en el no pensar es donde fluyen todas las certezas que en el pensar nunca llegamos a vivir. Yo diría que, cuando eres ser en esa Presencia, fluye una lógica paradójica en relación al funcionamiento de todas las cosas. Es un mundo maravilloso, es otra manera de ver la vida y de funcionar las

cosas. Y nuestro pensamiento, por supuesto que lo utilizamos, pero lo utilizamos para comprender todo lo que aflora, todo lo que no podemos producir nosotros, pero que aflora cuando somos en esa Presencia.

¡Y ya está! Simplemente era constatar que en la Presencia todo cambia, todo es nuevo, y la comprensión es la luz que ilumina todo lo que sucede en el transcurso de cada día.

3.12.2019

Existe una comprensión propia de nuestra evolución mental, de nuestro pensamiento, que llega a comprender cualquier cosa de las que nos proponemos. Pero existe otra comprensión, la gran comprensión, y es la comprensión de la sabiduría. A esa, nuestra mente no llega, ahí está limitada. Pero, ¿cuándo se produce esa comprensión? Se produce cuando estás siendo el ser, ahí se producen grandes comprensiones. Pero fluyen ellas, no son fruto de la voluntad, ni algo que nosotros podamos provocar por decisión propia. No. Es un proceso de gracia, en la medida en la que vas dándote más, vas entregándote... en definitiva, en que te entregas totalmente. Es un proceso que empieza y es infinito; pero no es algo que haya que estar esperando a que se nos dé, aparece cuando aparece, con toda naturalidad. Tampoco hay que estar ahí pendiente de eso, de que aparezca; lo importante es ser en el ser y lo demás llega por... por naturaleza, ¡por añadidura! Es esto.

3.12.2019

No existe ni justificación ni objeto de vida. Normalmente nos apoyamos en nuestros compromisos, en nuestras acciones, en nuestras relaciones sociales... Todo esto nos parece como si fuera el fundamento de la vida. Y no. Eso solo es como un objeto que nosotros manipulamos, pero no existe. Lo único que existe es la vida, y la vida es ser en el ser. Ya no hay ninguno otro objeto; solo que cuando te sitúas *ahí*, sí que actúas y sí que te creas compromisos, etc., pero el centro no está en la justificación sino más bien en que necesitas vivir, y tu vida es esa, esa es la vida. Pero no hay ni objetos ni objetivos, ¡nada! Solo hay la vida, la vida de ser en el ser, lo demás te llega “por añadidura”.

6.01.2020

mensaje de voz acompañando un enlace al Adeste Fidelis. Explica que es el aniversario de su profesión. Durante unos años Chelo formó parte de la comunidad vedruna y es evidente que la raíz de ese compromiso seguía viva en ella.

Solo era comunicarte que hoy es el día de mi profesión; es para mí un día tan grandioso, y tan luminoso, que quería compartirlo contigo. Ha sido una trayectoria... al inicio solo como un pequeño anhelo, y fui siguiéndolo, siguiéndolo, siguiéndolo, y así se ha ido transformando en una vida de fidelidad: fidelidad y confianza total. Y no

sé, me siento muy feliz, plena, totalmente. Por eso quería compartir contigo esta alegría. No hace falta que me respondas ni nada, solo quería decírtelo, la experiencia de unidad es grandiosa.

Y te he enviado esta música porque para mí es la que me evoca y me centra en esa plenitud. Y pienso que cuando llegue mi muerte, y si es en Navidad, me gustaría que esta canción fuera el resumen de toda mi vida, porque con él empecé y con él podré acabar. Así que... ¡ya está! ¡Que me felicites!

3.03.2020

La fe es una experiencia cotidiana. Me he dado cuenta de esto porque después de tres años de convivir con el cáncer sé que mantenerse en la esperanza de que sanarás, parece un absurdo porque los datos científicos no dan pie a ello, en absoluto. Entonces ¿qué es el que te hace mantener esta certeza? Pues en principio diría que la fe, pero ¿qué fe? ¿Aquella fe de cabeza que dice que hay que creer en lo que no se ve, o la fe de la conciencia que experimenta esa sutil Presencia? Diría que es esa, la de la sutil Presencia, pues solo con esa empiezas confiando, y cuando experimentas eso que no tiene ninguna solidez pero que es sutil, delicado, y lo percibes, sabes que eso es cierto. De ahí nace entonces la entrega, y ... En la entrega ya se puede vivir todos los días.

Esa es la fe, vivir lo imposible.

Mayo 2020. Algunos mensajes cortos acompañando alguna foto de su casa, bellos rincones en los que se siente tan a gusto, agradece poder vivir el confinamiento en ese lugar que tanto le ayuda. Nos llamamos, me recuerda que le debo un ejemplar dedicado del libro sobre el silencio en el que estoy trabajando.

25 de mayo, llega un hilillo de voz: que se siente muy débil, no puede andar... Que se traslada a casa de su hermana, espera mejorar algo, pero que de momento se encuentra tremendamente débil, sin fuerzas para hablar... "tengo fuerzas, ¡pero esto es muy duro!"

29 de mayo. Último mensaje de voz, una voz con algo más de fuerza. Que está mejor, la medicación ayuda, más proteínas, que se siente más fuerte, que esté tranquila, que ella también lo está.

Su vida se apaga el 11 de junio, 2020, dejándonos –entre otras muchas cosas– este valioso testimonio de la “vida que nos vive”.

