

Las Relaciones como Espejo

por Deepak Chopra

Todos somos extensiones del campo universal de energía, distintos puntos de vista de una única entidad. Esto implica ver todas las cosas del mundo, a todas las personas del mundo, y darnos cuenta de que estamos mirando otra versión de nosotros mismos. Tú y yo somos lo mismo. Todo es lo mismo.

Todos somos espejos de los demás y debemos aprender a vernos en el reflejo de las demás personas. A esto se llama espejo de las relaciones. A través del espejo de una relación, descubro mi yo no circunscrito. Por esta razón, el desarrollo de las relaciones es la actividad más importante de mi vida. Todo lo que veo a mi alrededor es una expresión de mí mismo.

Las relaciones son una herramienta para la evolución espiritual cuya meta última es la unidad en la conciencia. Todos somos inevitablemente parte de la misma conciencia universal, pero los verdaderos avances tienen lugar cuando empezamos a reconocer esa conexión en nuestra vida cotidiana.

Las relaciones son una de las maneras más efectivas para alcanzar la unidad en la conciencia, porque siempre estamos envueltos en relaciones. Piensa en la red de relaciones que mantienes: padres, hijos, amigos, compañeros de trabajo, relaciones amorosas. Todas son, en esencia, experiencias espirituales. Cuando estás enamorado, romántica y profundamente enamorado, tienes una sensación de intemporalidad. En ese momento, estás en paz con la incertidumbre. Te sientes de maravilla, pero vulnerable; sientes cercanía pero también desprotección. Estás transformándote, cambiando, pero sin miedo. **Te sientes maravillado. Ésa es una experiencia espiritual.**

A través del espejo de las relaciones, de cada una de ellas, descubrimos estados prolongados de conciencia.

Tanto aquellos a quienes **amamos como aquellos por quienes sentimos rechazo, son espejos de nosotros.** ¿Hacia quiénes nos sentimos atraídos? Hacia las personas que tienen características similares a las nuestras, pero eso no es todo. Queremos estar en su compañía porque sub-conscientemente sentimos que al hacerlo, nosotros podemos manifestar más de esas características. Del mismo modo, sentimos rechazo hacia las personas que nos reflejan las características que negamos en nosotros. Si sientes una fuerte reacción negativa hacia alguien, puedes estar seguro de que tú y esa persona tienen

Las Relaciones como Espejo

características en común, características que no estás dispuesto a aceptar. **Si las aceptaras, no te molestarían.**

Cuando reconocemos que podemos vernos en los demás, cada relación se convierte en una herramienta para la evolución de nuestra conciencia. Gracias a esta evolución experimentamos estados extendidos de conciencia. La próxima vez que te sientas atraído por alguien, pregúntate qué te atrajo. ¿Su belleza, gracia, elegancia, autoridad, poder o inteligencia? Cualquiera cosa que haya sido, sé consciente de que esa característica también florece en ti. Si prestas atención a esos sentimientos podrás iniciar el proceso de convertirte en ti más plenamente.

Lo mismo se aplica a las personas hacia las que sientes rechazo. Al adoptar más plenamente tu verdadero yo, debes comprender y aceptar tus características menos atractivas. La naturaleza esencial del Universo es la coexistencia de valores opuestos. No puedes ser valeroso si no tienes a un cobarde en tu interior; no puedes ser generoso si no tienes a un tacaño; no puedes ser virtuoso si no tienes la capacidad para actuar con maldad.

Gastamos gran parte de nuestras vidas negando este lado oscuro y terminamos proyectando esas características oscuras en quienes nos rodean. ¿Has conocido personas que atraigan sistemáticamente a su vida a los sujetos equivocados? Normalmente, aquéllas no comprenden por qué les sucede esto una y otra vez, año tras año. No es que atraigan esa oscuridad; es que no están dispuestas a aprobarlas en sus propias vidas.

Un encuentro con una persona que no te agrada es una oportunidad para aceptar la paradoja de la coexistencia de los opuestos; de descubrir una nueva faceta de ti. Es otro paso a favor del desarrollo de tu ser espiritual. Las personas más esclarecidas del mundo aceptan todo su potencial de luz y oscuridad. Cuando estás con alguien que reconoce y aprueba sus rasgos negativos, nunca te sientes juzgado. Esto sólo ocurre cuando las personas ven el bien y el mal, lo correcto y lo incorrecto, como características externas.

Cuando estamos dispuestos a aceptar los lados luminosos y oscuros de nuestro ser, podemos empezar a curarnos y a curar nuestras relaciones. Todos somos multidimensionales, omnidimensionales. Todo lo que existe en algún lugar del mundo también existe en nosotros. Cuando aceptamos esos distintos aspectos de nuestro ser, reconocemos nuestra conexión con la conciencia universal y expandimos nuestra conciencia personal.

Las Relaciones como Espejo

Las características que distinguimos más claramente en los demás están presentes en nosotros. Cuando seamos capaces de ver en el espejo de las relaciones, podremos empezar a ver nuestro ser completo. Para esto es necesario estar en paz con nuestra ambigüedad, aceptar todos los aspectos de nosotros. Necesitamos reconocer, en un nivel profundo, que tener características negativas no significa que seamos imperfectos. Nadie tiene exclusivamente características positivas. La presencia de características negativas sólo significa que estamos completos; gracias a esa totalidad, podemos acceder más fácilmente a nuestro ser universal, no circunscrito.

Una vez que puedas verte en los demás, será mucho más fácil establecer contacto con ellos y, a través de esa conexión, descubrir la conciencia de la unidad. Éste es el poder del espejo de las relaciones.

Autor: Deepak Chopra

En uno de los talleres del Dr. Deepak Chopra sucedió esto:

Él le decía a su público que todos podemos conseguir lo que deseamos si nos dedicamos a conseguirlo. En ese momento una mujer se levanto y le dijo: Dr. Chopra yo quiero tener una entrevista de tres horas con Ud. ahora.

Él le dijo que eso no iba a ser posible porque en ese momento estaba dando un Seminario que terminaría seis horas más tarde. La señora insistió varias veces y frente a su negativa la señora le dijo: “Lo que realmente pretendo es corroborar que lo que Ud. dijo no es cierto y que uno no consigue siempre lo que desea. La mujer lo saludó y se fue”.

Esta situación le molestó a Chopra y lo dejó preguntándose qué aprendizaje tenía para él lo ocurrido.

Es sabido que atraemos energéticamente a personas con características similares a las nuestras. Por lo tanto en el break puso en palabras sobre un papel su parecer de esa mujer. Así fue que hizo una lista de calificativos que le adjudicaba a ella (arrogante, vehemente, impetuosa, etc.).

Las Relaciones como Espejo

Al terminar el seminario le mostro a su secretaria el listado y le pregunto si él tenía algunos de esos rasgos. Su secretaria hizo silencio.

Cuando a la noche regresó a su casa y le hizo la misma pregunta a su esposa Rita, el silencio fue aún mayor.

El Dr. Chopra nos dijo que pasado un tiempo de este acontecimiento, pudo recordar a la señora con mucho agradecimiento ya que, dado ese incidente, él pudo ver rasgos personales sobre los que necesitaba seguir trabajando.

¿Te habías dado cuenta que lo que más te molesta del otro, es un reflejo viviente de características tuyas en las que necesitas evolucionar?

Lo más probable es que te cueste reconocerlo. Es por eso que atraemos gente que nos lo muestra y si bien la primera reacción es de enojo o de molestia con el otro, lo que más nos convendría es hacer el ejercicio que hizo Chopra: anotar todo lo que nos molesta del otro, las características y las cualidades y después tratar de encontrarlas en nuestros propios comportamientos.