

# Perdona a los demás y déjalos ser

Las personas se la pasan la mayor parte de su vida sintiéndose ofendidas por lo que alguien les hizo.

La sorprendente revelación que te voy a hacer, va a cambiar tu vida...  
¡Nadie te ha ofendido!

Son tus expectativas de lo que esperabas de esas personas, las que te hieren. Y las expectativas tu las creas con tus pensamientos. No son reales. Son imaginarias.

Si tu esperabas que tus padres te dieran más amor, y no te lo dieron, no tienes porqué sentirte ofendido. Son tus expectativas de lo que un padre ideal debió hacer contigo, las que fueron violadas. Y tus ideas son las que te lastiman.

Si esperabas que tu pareja reaccionara de tal y cual forma y no lo hizo... Tu pareja no te ha hecho nada. Es la diferencia entra las atenciones que esperabas tuviera contigo y las que realmente tuvo, las que te hieren. Nuevamente, eso está en tu imaginación.

¿Enojado con Dios? Son tus creencias de lo que debería hacer Dios, las que te lastiman. Dios jamás ofende y daña a nadie.

Un hábito requiere de todas sus partes para funcionar. Si pierde una, el hábito se desarma.

El hábito de sentirte ofendido por lo que te hacen otros (en realidad nadie te hace nada) desaparecerá cuando conozcas mejor la fuente de las “ofensas”.

Cuando nacemos, somos auténticos. Pero nuestra verdadera naturaleza, es suprimida y sustituida artificialmente por conceptos que nuestros padres, la sociedad y televisión nos enseñan.

Y crean una novela falsa de cómo deberían ser las cosas en todos los aspectos de tu vida y como deben de actuar los demás. Una novela que no tiene nada que ver con la realidad.

También, las personas son criaturas de inventario. A lo largo de su vida, coleccionan experiencias: padres, amigos, parejas, etc. y las almacenan en su inventario interior.

Las experiencias negativas dejan una huella más profunda en nosotros que las positivas.

Y cuando una persona es maltratada por alguien, deja esa experiencia en su “inventario”. Cuando conoce a alguien, tiene miedo. Y trata de ver si la nueva persona repetirá las mismas actitudes que la que la hirió.

Saca una experiencia de su inventario negativo. Se pone los lentes de esa experiencia y ve a las nuevas personas y experiencias de su vida, con esos lentes.

¿Resultado? Se duplican los mismos problemas y las mismas experiencias negativas.

Y el inventario negativo sigue creciendo. En realidad lo que hace es que te estorba. No te deja ser feliz. Y a medida que se avanza en años, se es menos feliz. Es porque el inventario negativo aumenta año con año.

¿Has visto a las personas de edad avanzada y a los matrimonios con muchos años? Su inventario es tan grande, que parece que la negatividad es su vida. Una y otra vez sacan experiencias de su inventario negativo ante cualquier circunstancia.

Una de las mayores fuentes de ofensas, es la de tratar de imponer el punto de vista de una persona a otra y guiar su vida. Cuando le dices lo que debe hacer y te dice “no”, creas resentimientos por partida doble. Primero, te

sientes ofendido porque no hizo lo que querías. Segundo, la otra persona se ofende porque no la aceptaste como es.

Y es un círculo vicioso.

Todas las personas tienen el derecho divino de guiar su vida como les plazca. Aprenderán de sus errores por sí mismos. Déjalos ser.

También, nadie te pertenece. Cuando los colonos americanos querían comprarles sus tierras a los Pieleros Rojos, estos les contestaron “¿Comprar nuestras tierras? ¡Si no nos pertenecen! Ni el fulgor de las aguas, ni el aire, ni nuestros hermanos los búfalos a los cuales solo cazamos para sobrevivir. Es una idea completamente desconocida para nosotros”.

Ni la naturaleza, ni tus padres, ni tus hijos, tus amigos o parejas te pertenecen. Es como el fulgor de las aguas o el aire. No los puedes comprar. No los puedes separar. No son tuyos. Solo los puedes disfrutar como parte de la naturaleza. El cauce de un río no lo puedes atrapar. Solo puedes meter las manos, sentir el correr de las aguas entre ellas, y dejarlo seguir.

Las personas son un río caudaloso. Cualquier intento de atraparlas te va a lastimar. Amalas, disfrútalas y déjalas ir.

Entonces ¿Cómo puedo perdonar?

1) Entiende que nadie te ha ofendido. Son tus ideas acerca de cómo deberían actuar las personas y Dios las que te hieren. Estas ideas son producto de una máscara social, que has aprendido desde tu infancia de forma inconsciente. Reconoce que la mayoría de las personas NUNCA van a cuadrar con esas ideas que tienes. Porque son ideas falsas.

2) Deja a las personas ser. Deja que guíen su vida como mejor les plazca. Es su responsabilidad. Dales consejos, pero permite que tomen sus decisiones. Es su derecho divino por nacimiento: el libre albedrío y la libertad.

3) Nadie te pertenece. Ni tus padres, amigos y parejas. Todos formamos parte del engranaje de la naturaleza. Deja fluir las cosas sin resistirte a ellas. Ama y deja ser.

4) Deja de pensar demasiado. Abrete a la posibilidad de nuevas experiencias. No utilices tu inventario. Abre los ojos y observa el fluir de la vida como es. Cuando limpias tu visión de lentes oscuros y te los quitas, el resultado es la limpieza de visión.

- 5) La perfección no existe. Ni el padre, amigo, pareja o Dios perfecto. Es un concepto creado por la mente humana que ha un nivel intelectual puedes comprender, pero en la realidad NO EXISTE. Porque es un concepto imaginario. Un bosque perfecto serían puros árboles, Sol rico, no bichos... ¿existe? No. Para un pez, el mar perfecto sería aquel donde no hay depredadores ¿existe? No. Solo a un nivel intelectual. En la realidad JAMAS VA A EXISTIR. Naturalmente, al pez solo le queda disfrutar de la realidad. Cualquier frustración de que el mar no es como quiere que sea no tiene sentido. Deja de resistirte a que las personas no son como quieres. Acepta a las personas como el pez acepta al mar y ámalas como son.
- 6) Intoxícate con la vida. La vida real es más hermosa y excitante que cualquier idea que tienes del mundo. Me complacerá decírtelo por experiencia.
- 7) Imagina a esa persona que te ofendió en el pasado. Imagínate que ambos están cómodamente sentados. Dile porqué te ofendió. Escucha su explicación amorosa de porque lo hizo. Y perdónala. Si un ser querido ya no está en este mundo, utiliza esta dinámica para decirle lo que quieres. Escucha su respuesta. Y dile adiós. Te dará una enorme paz.
- 8) A la luz del corto período de vida que tenemos, solo tenemos tiempo para vivir, disfrutar y ser felices. Nuestra compañera la muerte en cualquier momento, de forma imprevista, nos puede tomar entre sus brazos. Es superfluo gastar el tiempo en pensar en las ofensas de otros. No puedes darte ese lujo.
- 9) Es natural pasar por un periodo de duelo al perdonar, deja que tu herida sane. Descárgate con alguien para dejar fluir el dolor. Vuelve a leer este artículo las veces necesarias y deja que los conceptos empiecen a sembrar semillas de conciencia en tu interior. Aprende con honestidad los errores que cometiste, prométete que no lo volverás a hacer y regresa a vivir la vida.

Y como dirían los Beatles, Let it be!

Deja al mundo ser. Y déjate ser a ti también.