



## EL YO EXPERIENCIA: SER YO MISMO

---

Yo soy capacidad de ver, amar y hacer; en base a estas capacidades y del entorno en el que he crecido, he desarrollado un cuerpo y un psiquismo y he conseguido unos conocimientos, una sensibilidad y unas habilidades. Más grandes o más pequeños, pero enteramente positivos. Con la particularidad de que soy único, como yo no existe nadie más. Y es que el amor se manifiesta como unidad pero también como multiplicidad: si fuéramos todos iguales no haría falta unir nada.

Una vez liberados del personaje y conscientes de las capacidades que somos, la existencia se convierte en una oportunidad de continuar este desarrollo; la realidad deja de ser un obstáculo para los objetivos y miedos del personaje y se convierte en un estímulo, en el reto de ejercitar esta capacidad de comprender, integrar mi realidad y transformarla.

La espiritualidad no es un refugio para huir del mundo, es la tarea de iluminar, mejorar y dar mayor solidez al entorno en el que nos movemos. Nuestra existencia personal se convierte así en una experiencia consciente y voluntaria de participación en un Todo que nos incluye. Así despertamos a la unidad que nunca nos ha abandonado.

Blay llama a esto: actitud positiva; de poner lo que soy en la realidad que se me aparece delante y me contiene.

*Jordi Sapés de Lema*

