

# La aventura del amor - Por Jeff Foster

## Un experiencia espiritual

*Deseamos amor tanto como tememos recibirlo. Anhelamos ser vistos a la vez que huimos de la posibilidad de serlo.*

*Tenemos tanta hambre del profundo abrazo de la presencia, de los ojos tiernos que se posan en nosotros con comprensión y empatía, así como tratamos de escapar de ese abrazo; es tan íntimo, tan peligroso, nos deja tan expuestos...*

*Ningún sitio adonde ir. Ser visto es ser amado. Ser visto es morir. El amor es peligro; o así nos han enseñado.*

*Una batalla se levanta en nosotros: el no amado, anhelando esconderse, y a la vez el que anhela el entusiasmo y el riesgo de vivir. Contracción y expansión. Inhalación, exhalación.*

*Inconscientemente nos sentimos atraídos o rechazados por aquellos con los que tratamos, hablamos, por aquellos que nos sostienen de la misma manera en que nuestros padres lo hicieron, o no.*

*Somos llevados hacia aquellos que pueden sanarnos, y a veces hacia aquellos que no pueden hacerlo, o aún peor. Pensamos que estamos enamorándonos de una persona, pero a veces nos estamos enamorando solo de nuestra imagen de esa persona, que no tiene absolutamente nada que ver con el "otro".*



*Amamos y perdemos nuestra imagen del amor.*

*Nos levantamos y caemos.*

*Nuestros corazones se elevan y se rompen en mil pedazos. Buscamos seguridad y encontramos inseguridad, y encontramos seguridad en esto.*

*Buscamos libertad y encontramos la prisión de nuestra propia programación, y perdemos la esperanza y luego la volvemos a encontrar.*

*A veces se necesita coraje para dejar una relación.*

*A veces se necesita coraje para quedarse.*

*A veces se necesita coraje para no hacer nada, hoy.*

*A veces se necesita coraje para admitir en cuanto dolor estás sumergido/a.*

*A veces se necesita coraje para admitir cuán feliz eres.*

*A veces das un paso sin saber por qué, y en retrospectiva, todo se aclara.*

*No puedes hacerlo mal de todos modos.*

*Nos perdemos y nos encontramos.*

*Damos más de lo que podemos, agotando nuestras energías en nombre del "amor". O corremos lo más rápido que podemos, agotando nuestras energías en nuestra huida del "amor".*

*"¿Alguien me verá, me escuchará, me sostendrá? Déjame ponerle fin..."*

*Y el drama del amor entra en juego...*

*Y mientras el juego transcurre aprendemos más sobre nosotros mismos.  
Comenzamos a ver nuestros puntos ciegos.  
Nuestros patrones inconscientes salen a la luz de la consciencia.  
Nos damos cuenta de nuestras suposiciones.  
Nuestras fantasías de niños comienzan a desmoronarse.  
El dolor que nunca quisimos sentir, de repente es sentido. Aflicción. Enojo.  
Sentimientos de rechazo y abandono. Queremos correr, volver a las antiguas  
adicciones, al antiguo confort, y por la razón que sea, no lo hacemos. Sentimos  
curiosidad.  
Empezamos a observar, y dejamos de pensar tanto.  
Empezamos a entendernos a nosotros mismos.  
Nos tratamos como los amantes extraordinarios que somos. Las criaturas más  
fascinantes y amadas.*

*Con cada día, empezamos a conocernos a nosotros mismos más profundamente,  
descubriendo quienes somos en verdad, lo que sentimos, y lo que no; lo que  
queremos y lo que no. Aprendemos a decir 'sí' cuando realmente sentimos que  
es 'sí', y a decir 'no' cuando queremos decir 'no'; y si esto lastima a alguien, le  
devolvemos su responsabilidad para sanar.  
Aprendemos que el amor no es todo mariposas y rosas y sentimientos positivos;  
también significa trabajo. Es un lío. Es dolor y el coraje de respirar a través del  
mismo transformándolo en alegría y expansión.*



*El amor nos pide que nos volvamos más y más reales, cada vez más humanos, cada vez más conscientes, y cada vez menos perfectos; más conscientes de nosotros mismos y dispuestos a sentir. Y sentir más, y más. Y a permitir que nuestros corazones a veces se rompan. Y a veces no saber. Y a veces aburrirnos. A veces sentir el deleite, y sentirnos llenos de vida. Permitirnos no saber cuál es el siguiente paso; y tomarlo, o no.*

*El amor no es un sentimiento, un estado, o una experiencia; tampoco es un destino. El amor es esta Luz extraordinaria que brilla desde adentro, Es este radiante Saber que nunca se va, Es la Dicha de estar vivos, Podemos darnos cuenta de esto juntos, o solos. Podemos recordárnoslo entre nosotros, o podemos olvidarlo también. Podemos ser el disparador para otro y entre nosotros ayudarnos a sentir curiosidad por esos disparadores. Podemos hacer este trabajo, o no. Podemos encontrarnos en el fuego del amor. Caminar juntos, o no. Compartir nuestros corazones. Retroceder. Avanzar. O quedarnos donde estamos.*

*Aprender a amar esta danza, la espontaneidad, la aventura, el misterio, la cercanía y la intimidad de todo esto, y la huida también.*

<https://elmistico.org> La aventura del amor - Por Jeff Foster

*Aprender a desaprender lo que sabíamos y abrazar lo desconocido como el nuevo saber.*

*Y estar cada vez más felices con el hecho de que todo esto no sea resuelto. Cada vez más felices con el que no se siente feliz, y con certeza en la incertidumbre, y tan seguros en la inseguridad.*

*Y sentir cada vez más deleite frente a nuestra falta de dicha,*

*Más curiosos con lo que esta aquí Ahora,*

*Cada vez menos sólidos, cada vez más juguetones.*

*Cada vez menos buscadores del amor, y más dadores de éste, y más encontrados,*

*y ser una Presencia que invite a otros a esta misma dicha salvaje.*

*Esta es la Aventura del Amor.*

**- Jeff Foster**



---

•  
•