



COLECCIÓN PALABRAS AL VIENTO



LA MIRADA INTERIOR es un libro inteligente.

Un libro que asombra y hace pensar con una sonrisa en los labios.

Se trata de un libro sencillo y profundo, lleno de sorpresas, de argucias mentales, de imágenes inesperadas.

Su tema es el tema de todo gran libro: el ser humano en busca de sí mismo.

Pero no es una búsqueda trágica, sino amena: el juego de la inteligencia riéndose de la inteligencia.

En las páginas de éste libro, la sabiduría y el sentido del humor se reúnen con perfecta naturalidad, integrándose en una visión poética de la vida y el ser humano.

Atreverse a leerlo es atreverse a vernos desde una perspectiva diferente; y descubrir, quizá, que no somos los que creíamos ser.

Es atreverse a soltar una

Con este libro, el autor nos incita a abrir los ojos y darnos cuenta de que cada uno de nosotros tiene el reto fundamental de crearse a sí mismo: de crear su propia felicidad y su propia capacidad de amar.

El Dr. Alfonso Ruiz Soto es un experto en el tema.

En estas páginas -breves e intensas-, nos entrega una síntesis de conocimiento.

Sin duda se trata de un texto para ser releído muchas veces.

La mirada interior es un libro escrito para el hombre universal, el hombre de todos los tiempos.

UN LIBRO EXCEPCIONAL.

El Dr. Alfonso Ruiz Soto es autor, entre otros textos, de:

- Estructura del universo literario.
- Revolución en letras: una visión crítica.

ÁNGULOS, AFORISMOS Y POEMAS

Director de la Colección: Manelick de la Parra
Diseño Portada: Olivia Pfeiffer
Fotografía Portada: Ana Paula Otegui
Coordinación Informática: Mónica de la Parra
Formación: Rosalinda Herrera
Captura: Carmen Bautista

© **COPY 1993** ALFONSO RUIZ SOTO

© **COPY 1993** GRUPO EDITORIAL VID S.A. DE C.V.

Tenayuca 200 / México / D.F.

ISBN 968-499-978-X 9789684999787

Impreso en México / Printed in México

DR. ALFONSO RUIZ SOTO

GRUPO EDITORIAL VID S.A. DE C.V.



Nota del Editor

Grupo Editorial Vid S.A. de C.V. se complace en presentar su nueva colección: Palabras al Viento. Una colección que divulgará títulos de narrativa, poesía y ensayo.

Su objetivo: dar a conocer obras de primerísima calidad en ediciones atractivas, revalorando el libro como objeto y haciéndolo circular en forma accesible al gran público.

La colección: Palabras al Viento, se inicia hoy con la publicación de La Mirada Interior. Un gran libro -intenso, creativo sugerente-, destinado sin duda a causar un especial impacto en la conciencia de cada lector.

Manelick de la Parra V.

COLECCIÓN PALABRAS AL VIENTO



De A. para A

Con A.

... Y para todos aquéllos
que se buscan a sí mismos.

CONVITE

La Mirada Interior es un libro estructurado en fragmentos, pero no es un texto fragmentado.

No te precipites. Interrumpe por unos momentos la agitación cotidiana y concédete una pausa propicia a la intimidad.

El arte de la lectura es escuchar en las palabras de otro, nuestra propia voz.

Afina el oído interno, acompasa tu respiración a la respiración de cada frase... y navega con la brújula de la intuición por las aguas subterráneas del texto, leyéndolo en su orden estricto.

Acércate a él como quien se acerca a un cuerpo: con los sentidos abiertos y el corazón dispuesto. Sólo así tu mente estará alerta y serena.

No pienses en lo que supuestamente el autor quiso decir con tal o cual frase. Piensa mejor en lo que tal o cual frase te dice a ti.

No te pierdas en las imágenes del autor. Busca tu propia imagen. Tú eres el verdadero autor de este libro: **La Mirada Interior.**

A.

I

La sabiduría es el fruto de la experiencia.

La experiencia es el fruto de la observación.

La observación es el fruto de la
mirada interior.

Obsérvate a ti mismo.

Observa el mundo en que vives.

Y crece en sabiduría.

**Porque quien tiene sabiduría,
lo tiene todo.**

II

Confundimos **soledad** con
desolación.

La desolación es un apego, una dependencia. Es querer estar con alguien y no poder. Es querer llenar nuestro propio vacío con alguien más. Ya sea un amante, un hijo o un gurú.

III

Si tan sólo pudiésemos recordarnos tal cual somos en esos momentos de apego y desolación, comprenderíamos:

Nada ni nadie me pertenece.

Y no le pertenezco a nada ni a nadie:

SOY.

IV

La soledad, en cambio, es el estado natural del ser. Es habitar la plenitud de la vida en uno mismo.

La soledad es un esplendor. Sólo quien habita conscientemente su soledad, es capaz de amar.

**Aquél que no sabe estar
consigo mismo,
no puede estar con nadie más.**

A mayor soledad, mayor amor, mayor
luz.

V

SOLEDAD:

Edad

del

Sol.

Quien habita en sí mismo,
en su propia luz, alcanza la paz.

Habita tu sol interno:

Tu sol - edad.

VI

Sentado en la banca de un
parque, observo la fuente circular y las
palomas que revolotean en lo alto,
sobre el chorro de agua que se
desploma.

Es como un gran ojo cristalino
mirando el cielo, cuyas aves y nubes se
repiten en sus aguas.

De pronto, tengo la impresión de estar girando sentado en la banca, con todo el parque, con todo el planeta en mitad del cosmos.

Pero no giro en el espacio, sino en el tiempo...

VII

*Bajo las aspas de pluma,
la plaza hipnotizada de palomas.*

Vara de agua

Fuente imantada.

Eje visible de las horas.

VIII

Intuir el tiempo es intuir el ser. Siempre idéntico a sí mismo y siempre cambiante.

La intuición es una imagen que se consume y se consume en la luminosidad de su propia certeza, trascendiendo la maraña ficticia de la

realidad aparente. La **maya** cómplice de mis sentidos.

IX

*Luminosidad del agua
que arrastra
la barca imaginaria de mi mente
hacia las aguas irreales
de otra fuente.*



*Canoa esbelta y ligera
que avanza
entre los hilos de la araña
y sin el río
hasta la hoguera.*

X

Intúyete a ti mismo más allá de tu enmarañada consciencia intelectual, programada por una sociedad dormida.

Suéltate, abandónate a tu propio fluir, déjate caer al ritmo interno de tu esencia.

Y conócete, descubre el sabor de
tu **mismidad**.

XI

*Ocioso y desaprensivo,
se ha caído,
 hasta su olor,
el limón de redondo color.*

XII

Conocerse a uno mismo es transformarse, dejar de ser el que se era o el que se creía ser.

Cada vez que nos observamos objetivamente, muere una parte de nosotros, dejamos atrás un condicionamiento y surge una mayor integración de conciencia.

Esta visión interior puede ocurrir en cualquier lugar y en cualquier momento, que será siempre un **Aquí** y un **Ahora**.

La revelación del instante que se
consume en la intuición del ser
contemplando al ser:

XIII

*Entre la puerta que se abre
y la calle que se adelgaza,
un vuelo tieso
y deslizante de paloma;
a mis espaldas,
ese mínimo derrumbe interior
entrevisto apenas y definitivo.*

XIV

Muere un pequeño **yo** de la falsa personalidad y algo se derrumba en mí, o mejor dicho, se derrumba algo ajeno dentro de mí.

En su lugar, otro algo crece y germina:

*Tiznada estalactita
que en giro del silencio
es trigo.*

*Espiga endeble
doblada sin respiro.*

XV

Pero vivimos volcados hacia el exterior, hacia otras cosas y otras personas. Hacia otros eventos.

Nuestra mente revolotea incesante, como insectos que horadan el silencio invisible vuelan los pensamientos, transitando de un tiempo a otro, de una tarde soleada a una lluviosa tarde. Vuelven y van y vuelven por el interior del verano y su resplandor de trigo intercambiando señales, clave Morse del universo que monologa sin respuesta.

Es la mente que vuela, que revolotea entre mis múltiples **yoes**, mis múltiples tendencias, mis sueños, mis frustraciones, mis anhelos, mis culpas, mis afanes.

Todo es memoria dispersa. Apetencias incontroladas que me fragmentan.

Nunca estoy donde estoy, mi mente me lleva a otra parte, a otro tiempo donde nunca soy el que soy.

XVI

Comprando fruta en un mercado,
marcando un número telefónico, sentado
en un pupitre, nadando en el mar,
cocinando, caminando en la calle,
haciendo el amor, bebiendo agua,
trabajando en la oficina, conversando con
un amigo o leyendo un libro, de pronto:
desaparezco, dejo de ser, esfumado en
mis propios pensamientos.

**Me olvido de mí creyendo estar
en mí.**

XVII

*El ser oscila
entre el parecer
y el desaparecer.*

**Dime a quién te pareces,
y te diré quién no eres.**

XVIII

*Con la mirada ajena y lejana
buscando un punto incierto,
quedas suspenso
entre la tarde y tus heridas:
camino de piedra blanca
que lleva al silencio
y a la infancia
de plumas quebradas y encendidas.*

XIX

El viaje retrospectivo. La infancia y su fértil terreno de terrores, también de prodigios enterrados, de magia encantatoria donde todo es posible y donde todo lo posible es visible.

Recordarla es recordarnos. Recobrarla es recobrarlos. Pero recordarla para olvidarla... es liberarnos.

XX

*Entrar a saco y por la noche,
los ojos desmesurados;
hurtar siete eucaliptos,
siete prodigios enterrados
y escapar,
con el luminoso costal,
en un tren de azúcar hacia el mar.*

XXI

Ciertas heridas permanecen. El dolor primigenio, la experiencia de abandono, la mordedura de la serpiente en el desierto de la vida.

El pensamiento vuela y navega. Se dispersa incesante. Nosotros, sonámbulos-noctámbulos del pleno día, flotamos en el escenario de nuestra propia conciencia adormecida.

El viento sopla, la barca navega, mecánicamente, hacia el recuerdo. El sufrimiento de lo que fue:

XXII

*Un golpeteo de barcas en el agua
va del ensueño al límite del día.
Astillas luz de luna.*

Recuerdos.

Grito de niño en la bahía.

XXIII

La mirada interior nos restablece al lugar de origen, fuente de toda vida: el **Aquí** y el **Ahora**. Única realidad posible.

Me auto-observo y cobro conciencia de mí. Vuelvo a ser. Vuelvo al ser. Habito mi presente. Me vuelvo presencia.

Nada se mueve. Nadie se muere. Todo **ES**.

XXIV

Mar adentro en la mañana

vuelves a ti.

Quietud,

vuelo de mariposa
que la luz ensarta.

Bajo la tarde de la montaña.

Te observas.

La noche sin dirección

ronda tu barca.

XXV

¿A-terrado en alta-mar?

XXVI

*No quieras conducir el futuro.
Nada temas. Suelta el timón.
Deja que el viento sople.
Quien nada teme,
fluye en su propia dirección.*

XXVII

**El mar se inicia en la noche
y termina
en la palma de la mano.**

XXVIII

*Querer conducir el futuro es
generar expectativas.*

*Quien siembra expectativas
cosecha frustraciones.*

*La vida fluye, cambiante,
imprevista,
como la marea.*

XXIX

**El necio desespera de lo que
espera.**

El sabio espera lo inesperado.

XXX

No te resistas. Donde no hay
oposición, no hay conflicto.

Fluye como la marea, sin
marearte.

XXXI

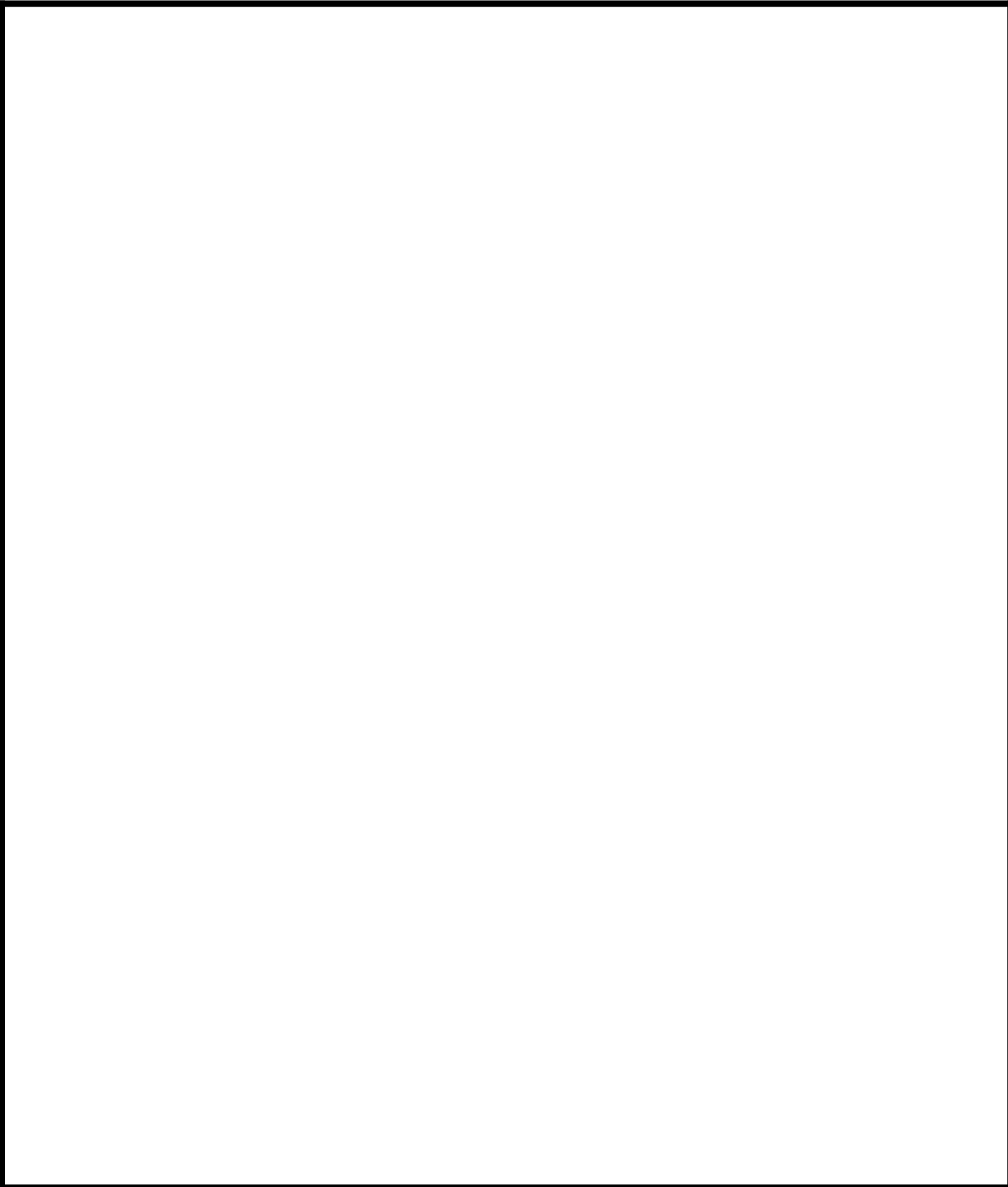
Aquéllos que ven el futuro son videntes de segunda mano.

Los verdaderos videntes son aquéllos que pueden ver el **presente**.

XXXII

¿Cómo quieres controlar el futuro, si ni siquiera sabes lo que te aguarda al doblar esta página?

XXXIII



XXXIV

Mejor intenta conocerte a ti mismo.

Por que quien no se conoce, no puede conocer nada.

XXXV

Tercos, vivimos apegados a nuestro pasado, a nuestra historia, pensando con obcecación que somos lo que ya fuimos.

Una simple repetición de lo mismo.

XXXVI

Ilusos, vivimos apegados a nuestro futuro, a nuestras expectativas, creyendo que somos lo que todavía **no somos y acaso no seremos jamás.**

Una simple prefiguración de lo mismo.

XXXVII

Con una mano vivimos atrapados
al pasado.

Con la otra mano vivimos atrapados
al futuro.

De esta manera vivimos crucificados
en el presente.

XXXVII

Suelta pasado y futuro. Libérate de tu propia irrealidad y habita la plenitud del presente, donde pasado y futuro confluyen en ti, **Aquí y Ahora.**

Y comprende la frase maestra. La suprema frase de realización humana:

YO SOY. AQUÍ ESTOY.

XXXIX

Pero insistimos en estar en todos lados, menos en nosotros mismos.

Nuestra mente fragmentada se dispersa y nosotros con ella.

Somos los Grandes Ausentes de nuestras propias vidas.

Y, en consecuencia, los Grandes Ignorantes de nosotros mismos.

XL

Así, será siempre más fácil liberar a un pueblo de un tirano, que a un hombre de sí mismo.

Porque si yo no realizo el esfuerzo de liberarme a mí mismo de mí mismo, nadie podrá hacerlo por mí, nadie podrá liberarme de mi propia tiranía interna.

XLI

El primer paso para el despertar de la conciencia, es cobrar conciencia de que está dormida.

XLII

Es una calurosa noche de verano. Yo estoy recostado, desnudo, sobre la cama. En diagonal, observo la luna del armario que está en el rincón, en cuyo espejo se refleja la ventana abierta que da al patio.

Impera una quietud total. Un gran sopor. Todo es silencio.

En la luna del espejo se reflejan el cielo abierto y la moneda antigua, plateada, de la luna llena.

De pronto, mi gato amadísimo salta del patio hasta el umbral de la ventana.

Se queda inmóvil por unos segundos, con el lomo hirsuto y la cola enhiesta.

En un vértigo salta a mi cama y
de mi cama a las duelas del piso.

La luz de la luna reflejada en la
luna del espejo le hace destellar los
ojos.

Yo lo miro atento, asombrado
ante esa mirada, ante esos ojos de agua
endurecida, ante esa fría, doble
transparente flor anochecida.

Él mira la luna reflejada en el
espejo.

Mi gato amadísimo inclina la
cabeza en diagonal, contemplando la luz.

En esa inclinación de cabeza parece haber un atisbo de entendimiento, de duda más allá de todas las dudas, de confusión primigenia.

Mi gato amadísimo levanta la pata y araña la luna en la luna del espejo.

Un relámpago interno estalla en cada una de mis neuronas, en todas mis glándulas, en cada una de mis células.

Por primera vez creo comprender algo. Comprenderlo **realmente**, con todo mi ser.

Levanto lo ojos y miro a través
del marco de la ventana, la luna
reflejada en el gran espejo del cielo:

*Ni la luna que araña,
ni la luna*

de verdad:

un gato sueña

noche

atrapado

en su propia oscuridad.

XLIII

Tú eres aquel gato.

XLIV

Yo también.

XLV

Vivimos, el prolongado sueño de
sus siete vidas.

Siete veces dormidos.

¿El sentido total de una
recurrencia?

¿O una mera **ocurrencia**
totalmente sin sentido?

XLVI

Muchos años después, en la académica ciudad de O., la ciudad de las cúpulas y las agujas, de los incunables, las togas y las bicicletas; vivo la misma experiencia, pero ahora, frente al espejo de papel de los libros que me regresa una imagen conceptual del mundo.

Un mundo pensado dentro del sueño.

XLVII

*Junto a la lámpara del estudio
bebes agua de polvo
de libros amarillos.*

Cierra los ojos y el tiempo.

*Tu memoria circula
como una frase en silencio
que limitará al vacío.*

Te levantas.

*Afuera, la noche eterna
y la luna irreal
junto a la cúpula sin brillo.*

*Yo me pienso a la sombra
nocturna:
como alguien que piensa
la cúpula y la luna.*

XLVIII

Vivimos dormidos en la
irrealidad de nuestras propias mentes,
programadas por mentes ajenas,
igualmente dormidas en la irrealidad
de sus propias mentes.

**El sueño compartido de los
paradigmas al uso.**

XLIX

No distinguimos entre **saber** y **comprender**.

Saber es incorporar un dato, un concepto al escenario mental.

Saber es pura bibliografía.

Comprender es incorporar una acción, una experiencia al escenario vital.

Comprender es pura biografía.

L

El verdadero conocimiento radica en la asimilación del saber por medio de la experiencia.

Cuando la **bibliografía** se convierte en **biografía**.

*Extendiste tu pliego de papel
sobre la mesa de trabajo.
Preparaste un mar perfecto.*

*Tiraste la diminuta red
de hilo blanco
sosteniéndola con el índice
y el pulgar
hasta el fondo del silencio.*

*Pasó el tiempo enteramente
por tu filtro vacío.*

*Sacaste la mínima voz ensimismada
chorreando agua
de las profundidades mentales.*

*Marcaste con tu lápiz rojo
una cruz en el papel.*

*Calladamente la sembraste
en la noche.*

No quieras ver la realidad en los libros.

Ve los libros como una parte de la realidad.

Porque el verdadero conocimiento,
no está en los libros...

LIV

... está en ti.

LV

Si quieres llegar al verdadero conocimiento de tu ser, no leas esta página...

LVI

...escríbela.

LVII

Por más que te expliquen a qué sabe el durazno, si no lo pruebas, jamás lo comprenderás.

Por más que te expliquen el sonido de un trueno, si no lo escuchas, jamás lo comprenderás.

Por más que te expliquen lo que es una caricia, si no te acarician, jamás lo comprenderás.

LVIII

Por más que te mires al espejo,
jamás sabrás quién eres.

LIX

No te mires al espejo.

Mírate **en ti** mismo.

LX

Nadie puede apagar su sed
mirando fluir las aguas de un río.

LXI

Métete en tus propias aguas,
empápate de ti mismo.

Observa el flujo de tus
pensamientos, emociones y acciones
como un todo interconectado.

Contéplate en medio del
torbellino de la vida, percibiendo
simultáneamente tu ser y el mundo
que lo rodea.

Mantente alerta, cobra conciencia
hasta del más ínfimo de tus
movimientos, y aprende de ti mismo.

**Observa el fluir de tus aguas
mientras vas nadando en ellas.**

LXII

Porque sólo a través de la
experiencia directa, comprendes **en ti**,
lo que haya que comprender de ti.

LXIII

Obsérvate a cada instante.

LXIV

Pero jamás te juzgues.

LXV

**La mirada interior no juzga nunca:
contempla.**

LXVI

No te pienses a ti mismo:
obsérvate.

LXVII

Las personas que piensan,
creen que saben.

Las personas que observan,
saben que saben:

comprenden.

LXVIII

No queremos un mundo trastocado por la memoria, reducido a imagen o concepto de un yo imaginario, que lo traduce a **imagen y semejanza** de sus propios condicionamientos, expectativas o nostalgias.

LXIX

Queremos el mundo **impensado**
de los sentidos, abiertos a la realidad
actuante del presente infinito:

LXX

Desde la penumbra nace una mano tibia, desprovista de todo misterio, de toda intimidad, de cualquier cosa.

La noche no alcanza para su blancura; y ella, que se sabe mano, reconquista el tacto y toca.

LXXI

**La libertad de los sentidos,
confiere sentido a la libertad.**

LXXII

El estupor del presente convertido en presencia, encarnado en el instante luminoso que asume todos los tiempos en una misma experiencia **pendular:**

LXXIII

Escucho la campanada

Maniatada

De las seis.

Recojo un pájaro calcinado

Y una vaca

Mueve el rabo

Hasta el siglo dieciséis.

LXXIV

El tiempo central. Una experiencia reveladora: concreta como un pájaro, instantánea como sus alas, certera como su vuelo:

LXXV

Alas rápidas ligeras

Cortan fino el pan de nube

Allá en lo alto

Azul

El sol

El pico del pájaro

Da en el centro del reloj

LXXVI

**La mirada interior, visión que
me integra en un solo Yo Observante,**

testigo luminoso que me reintegra al mundo. Visión de la totalidad. Contemplación del Árbol de la Vida en su tránsito de luz:

LXXVII

La tarde en ramas

Negándose a caer

La naranja anochece

De gajo

En gajo

Suspendida en la creciente claridad

De un día frondoso.

LXXVII

El mundo gira de la luz a la
sombra y a la luz.

Tránsito de lo mismo a lo **mismo**.

Las tinieblas son luz que decrece y
acrece a la luz.

LXXIX

Percibir sin juzgar, percibir sin probar de la fruta prohibida.

La fruta del conocimiento del Bien y del Mal.

LXXX

En el Paraíso no hay Bien ni Mal.

Todo **ES**.

LXXXI

Recobremos la mirada primigenia de nuestra porción de infancia intocada. La mirada paradisiaca que no juzga: percibe el asombro de su percepción como el asombro de la vez primera.

LXXXII

*Por una invicta coladera de cocina
asoma el ojo travieso de la niña.*

*Mira en la oscuridad cuadriculada
la suma de otro ojo allá en la nada.*

*Un temblor en la punta de sus labios:
risa de altos y tempranos campanarios.*

LXXXIII

El ojo que se mira, la revelación
mística que estalla en una carcajada,
eco sonoro de la conciencia
contemplándose a sí misma.

LXXXIV

Despertar es percibir el mundo,
cada vez, por **primera vez**.

LXXXV

El humor despliega los aires cristalinos de su ingenio, de su frescura: es una manzana llena de lluvia.

Dejar espacio para el humor implica distancia crítica frente a los eventos externos. Es no permitir que los acontecimientos nos abrumen. Es aprender a jugar con los problemas y enriquecernos con ellos.

El sentido del humor constituye una respuesta de suprema inteligencia frente a la vida.

Aprender a reírnos de nosotros mismos es una buena forma de acabar

con la **importancia personal**.

El que se toma en serio, pierde. Pierde distancia crítica y se pierde a sí mismo en el laberinto egocéntrico de la solemnidad.

El humor es leve, zigzagueante, luminoso. Es el juego pirotécnico de la conciencia que se sabe más allá de las circunstancias mundanas.

El humor es un atajo que nos permite llegar, de una manera desparpajada, al centro de nosotros mismos.

Porque el sentido del humor es el sentido de la orientación, es decir, la trayectoria más corta entre dos ideas.

El humor alerta nuestra ternura.
Vernos con humor es vernos con amor.

Es aceptar, con un guiño, la infinita grandeza de nuestra pequeñez humana.

LXXXVI

**La tragedia de la vida, es una comedia
mal leída.**

LXXXVII

Pero estamos dormidos y **leemos** el mundo como una repetición insalvable.

Perdidos en la confusión laberíntica del sufrimiento, vamos de una emoción negativa a otra.

Nuestra vida cotidiana se despliega como un rodillo en el aire, girando sobre los mismos temores, ansiedades, culpas, celos, resentimientos, corajes, frustraciones...

Una y otra vez activamos nuestro infierno ambulante, repetición cronométrica de sufrimiento mecánico.

Estamos condicionados a sufrir e ignoramos la estructura de este condicionamiento.

No tenemos ningún control de nuestros pensamientos, emociones y acciones.

Ignoramos qué es el sufrimiento y cómo se produce.

Nuestra vida es un despeñadero de reacciones mecánicas propiciadas por estímulos externos.

LXXXVIII

La ignorancia de nosotros mismos, nos convierte en los peores enemigos de nosotros mismos.

LXXXIX

Despertemos del sueño cotidiano de nuestra conciencia.

Despertemos de la irrealidad de nuestra **tragedia**.

Despertemos de la ignorancia de nuestro ser.

Porque mientras una conciencia no despierta, nada de lo que tiene es útil; nada de lo que sabe la esclarece; nada de lo que hace fructifica.

No ama, no piensa, no es.

Una conciencia dormida es una conciencia aniquilada. Un sepulcro blanqueado.

XC

En efecto, sólo aquél que ha dejado atrás sus condicionamientos y ha suprimido su **falsa personalidad**, puede amar.

Sólo aquél que ha expulsado sus múltiples **yoes** y ha logrado integrarse, controlando su dispersión psíquica, puede amar.

Sólo aquél que es su propio **Yo Observante**, puede amar.

Sólo aquél que se **despierta a sí mismo** y habita el radiante esplendor de su **sol-edad**, puede amar.

XCI

En **suma**: sólo aquél que es
Uno, puede amar.

Porque sólo el que es Uno,
lo es Todo:

XCII

En soledad conocerás la fuerza. Amarás en silencio, ya lejos; en el espacio abierto de tus ojos frente al mar; en una mañana nítida de enero en la que habitarás el calor de tu sombra conciliada. Conocerás la fuerza, pero será en silencio, en la alta soledad de tu estatura, sin más imperio que un horizonte despejado.

*

Será la fuerza que gobierna impasible los vientos jóvenes del Sur y las antiguas corrientes submarinas, modificando el ciclo evidente de las estaciones, según la amorosa intuición de sus deseos.

O la fuerza de follajes distintos y enemigos, que un verano entrelazan sus ramas, sus colores, en un complejo estandarte de sorpresas, y no hay sangre en los campos ni humo de batallas apagadas.

*

O la fuerza de los ríos gemelos e iracundos, que pasado el invierno detenido, se apartan mutuamente, desenlazando sus aguas con recelo, y transcurridos los siglos y los soles, convergen en un mismo corazón de espuma.

*

Será esa fuerza y será tu soledad y tú silencio (como fue octubre en la lluvia o diciembre anocheado), lo que una tarde vacía abrirá un pasaje de almendros en la

montaña tupida, o una ruta de pájaros en la memoria.

*

Sólo entonces conocerás tu variado lugar en las arenas bajo un cielo de postergadas transparencias matinales; la maduración progresiva de los frutos en las ramas soleadas, que asoman sonrientes sobre los acantilados; y los rumbos impares de las aves marinas, dibujando los callados designios de su vuelo en las amplias terrazas estelares.

*

No habrá preguntas ni palabras en ese reducido espacio de silencios:

El universo entero estará allí, frente a tus ojos, en un continuo amanecer de tiempo amado.

XCIII

Ama a todo y a todos: ámate a ti mismo.

Porque quien no se ama a sí mismo, no puede amar nada ni a nadie.

XCIIV

Nos dijeron: llegarás a la
felicidad por el amor.

Pero lo cierto es lo opuesto:
llegarás al amor por la felicidad.

XCV

Nadie puede dar lo que no tiene.

XCVI

Si no has logrado crear tu propia
felicidad, jamás podrás compartirla.

XCVII

Y amar, es compartir nuestra
felicidad con el otro, con los otros...

XCVIII

... sin esperar nada a cambio.

XCIX

Y no esperas nada a cambio, porque lo tienes todo: tu **propia** felicidad.

C

**El necio dice: te amo a ti,
por amor a mí.**

**El sabio dice: me amo a mí,
por amor a ti.**

CI

El amor irradia: se origina
en el Yo.

CII

Lo único que importa en la vida,
es el amor.

Todo lo demás es **curriculum...**

CIII

No habitas en el mundo, es el mundo el que habita en tí, en tu propio escenario de conciencia.

Si tú no cambias, nada puede cambiar en tu vida.

CIV

La realidad ocurre fuera de tí. La captas con tus cinco sentidos. Al captarla, la interpretas. Al interpretarla, la recreas. Al recrearla, la haces tuya. Al hacerla tuya, la vives.

En efecto, la realidad **ocurre** fuera de tí; pero la vida **discurre** dentro

de tí, en tu propio escenario de conciencia.

Transformarte, es transformar tu vida. Recrear la realidad. Transformarla transformándote.

CV

Cada quien vive la vida que se merece.

No somos víctimas de nadie.
Somos cómplices de nuestra visión de
la realidad.

CVI

...Y la realidad, simplemente **ES**.

CVII

Ponte a la altura de la realidad.

CVIII

No temas al cambio: lo peor que te puede pasar en la vida, es que no pase nada en tu vida.

CIX

La verdad es un tautología:
la vida es para ser vivida...

CX

...en amor.

CXI

Abre las alas al humor y del amor y despliega tu vuelo en las **terrazas estelares** de la consciencia.

Abre los ojos y viaja con la **mirada interior** al centro infinito de tu ser.

Transmútate:

CXII

Gotas de miel

*Sobre la tierra seca;
Hilo de paja mojada
En la rueca.
Tejidas frutas de verano:
Aquella mariposa
Borracha de colores
Fue un gusano.*

CXIII

Hay quienes emprenden la
ascensión de los Himalayas en busca de
la iluminación.

Pero no son los Himalayas quienes
habrán de iluminarnos.

Debemos encontrar nuestra cima
interior. Iniciar el viaje supremo: la
ascensión de consciencia.

Escalar nuestros Alpes interiores y
encontrar en su cima la claridad de
nuestro ser.

CXIV

**La iluminación es el
conocimiento de uno mismo.**

La solución de tu vida, está **en ti**.

Amanece y la luz

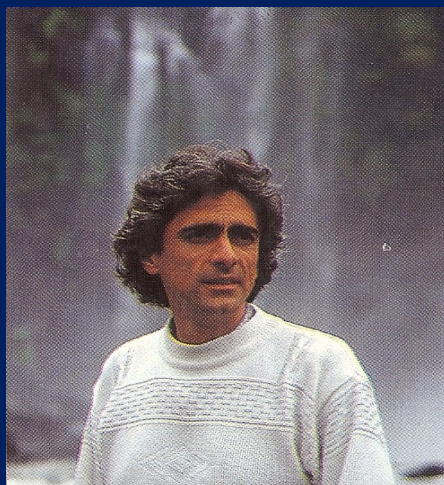
Penetra leve

Oscuridad sellada.

A.R.S.

Éste libro se terminó de imprimir
en el mes de diciembre de 1993
primera edición 20,000 ejemplares
en los talleres gráficos de
Compañía Editorial Ultra S.A. de C.V.
Centeno No 162 Local 2
MÉXICO, D.F.

ANA PAULA OTEGUI © 1993



Alfonso Ruiz Soto nació el 25 de Enero de 1951. Se graduó de abogado en la Facultad de Derecho de la U.N.A.M. en 1973. Posteriormente obtuvo su doctorado en literatura en la Universidad de Oxford, Inglaterra. Realizó su residencia para un segundo doctorado en semiología en la Universidad de Nottingham, en donde fue catedrático y examinador durante tres años. A su regreso a México fue investigador de tiempo completo en el Centro de Estudios Literarios del Instituto de Investigaciones Filológicas de la U.N.A.M. y miembro del Sistema Nacional de Investigadores durante seis años. Desde 1985 trabaja activamente en la formación de grupos bajo las enseñanzas del Cuarto Camino dentro del

contexto de la psicología transpersonal. Ha impartido numerosas conferencias en universidades de América y Europa y ha participado en programas de radio y televisión divulgando éstas enseñanzas.

Es fundador del Grupo Altía, I.A.P., distinguido con la Bandera Internacional de la Paz, entregada por la O.N.U. y la Estrella de Plata, entregada por la APPREP, debido a su labor altruista en el desarrollo del proyecto: "MÉXICO, PAÍS DE LUZ"

