





## ¿EXISTE “MI VERDAD”?

Por Félix Torán

Cuántas veces escuchamos a alguien decir: “esta es mi verdad...”. En realidad es una frase incorrecta, y ante todo, contradictoria consigo misma, como le explicaré más tarde. Lo que se intenta decir es “esta es mi opinión”, y esta última forma de decirlo, al menos, ya no es contradictoria. Cuando decimos “mi verdad”, quien habla es nuestro ego. En efecto. Son sólo dos palabras, y una se enfrenta a la otra. Están en guerra. Son incompatibles.

Empecemos por la primera, “mi”, un adjetivo posesivo. Es la voz directa del ego, ya que crea separación, buscando poseer. El ego es una fabricación de nuestra mente sobre quiénes somos. Nuestra mente genera un concepto de “Yo”. Y mientras existe un “Yo”, quiere decir que existe todo lo que no soy “Yo” (todo lo demás y los demás). Ya se ha creado una separación. Es falsa porque en el universo todo está unido, no existen las separaciones. Sin embargo, nuestra mente crea un Yo, y con ello ya se ha creado una separación.

Ese Yo (ego) intenta alimentarse de posesiones, realizaciones, cargos, logros, etc. Como estoy Yo y luego está todo lo demás, lo que quiero es poseer Yo, y no me importa qué posean los demás. El ego se va volviendo todavía peor, e incluso desea el mal a todos los demás, y desea ganar a costa de que otros pierdan.

El ego solo piensa en “mi casa”, “mi carro”, “mis posesiones”, “mi cargo”, etc. De ahí que en la frase que abordamos (mi verdad), “mi” es un adjetivo posesivo que procede directamente de la voz del ego. Y fíjese que todo eso, completamente erróneo, y que nada tiene que ver con la realidad... ¡Lo ha creado una mente!

¿Todavía no acaba de creer que en el universo no existe tal separación realmente? Si es así, es porque su ego todavía le domina. Permítame ponerle un ejemplo. Nuestro cuerpo se compone de infinidad de células, que trabajan en equipo. Cuando una célula

debe sacrificar su propia vida por el bien del conjunto, lo hace. En el universo todo es así, y como algunos científicos ya empiezan a teorizar, incluso a nivel de partículas atómicas. Si nuestras células tuvieran ego, moriríamos muy rápido, puesto que ninguna célula daría su vida por todas las demás...

Los seres humanos hemos sido creados en contacto con esa realidad del todo inseparable que es el universo. Sin embargo, el ego nos posee desde temprana edad, y nos aparta de dicha realidad. Nos aparta de la verdad. Afortunadamente, en nuestro interior reside todo lo necesario para poder romper esa separación y retornar a la verdad.

Veamos la segunda palabra de la frase (verdad). La verdad significa que en el universo todo está unido de forma inseparable. Por tanto, si esa es la verdad... ¿cómo podría existir “mi verdad”? Si existe mi verdad, existen entonces su verdad, la verdad del vecino y la verdad de cada ser humano... ¿Cómo pueden existir tantas verdades separadas si, en realidad, la verdad es sólo una, y dice que todo es inseparable?

¿Se da cuenta de la contradicción? Le reto a mantenerse alerta, y cuando sienta tentaciones de decir “esta es mi verdad”, debe ser consciente de que está hablando su ego. Retorne en esos momentos al presente. Observe su respiración sin intervenir. Cualquier cosa que ronde su mente, obsérvela sin juzgar ni intervenir de ningún modo, y vuelva a su respiración.

Recuérdese que solamente se trata de una opinión, puesto que usted está observando la realidad. Y como nos dice la física cuántica, cuando hay un observador y algo observado, hay un error. Cuando opinamos, ocurre lo mismo. Damos nuestra propia interpretación de la verdad... Pero nunca podemos conocer así la verdad. Para conocerla debe dejar de juzgar, opinar... Debe dejar de pensar, y simplemente experimentar.