

19a Creença Falsa

Lluita contra el mal, defensa el bé

“La foscor no existeix, només hi ha més o menys llum. El mal no existeix, només hi ha més o menys saviesa”

– Nieves Machín i Daniel Gabarró –

Què ens va portar a creure en aquest error?

Tota la nostra cultura es construeix creient en la lluita contínua entre el bé i el mal. Això ens porta a creure que és el “normal” i que les dues coses existeixen *per se*. Ho veiem a les pel·lícules, als contes, als mites, a les llegendes... **sempre la història del bé lluitant contra el mal!**

Ens van dir que nosaltres estem a la banda del bé. I que ho hem estat sempre. Però també ens van dir que **hi ha dolents i que cal lluitar-hi en contra**. Que si no lluitem, la nostra vida serà molt pitjor i hi haurà conseqüències terribles.

Van definir tota una col·lecció de persones, de països, d'ideologies... com a malvades. D'aquesta manera, els enemics són socialment compartits i la pressió social ens ho recorda contínuament. Sense voler, ens ho hem cregut.

Ens van dir que la violència, ben utilitzada, és sàvia.

Ens van dir que tenim dret a utilitzar-la contra els altres en defensa pròpia i com a mal menor. També ens van parlar de guerres santes. Vam creure que **certes violències estan justificades**. Lògicament, les nostres són les bones. Les dels altres, són les dolentes contra les quals cal lluitar.

També ens van dir que **no lluitar contra el mal era insolidari i de covards**. Ens van fer creure que en certes ocasions el nostre honor estava vinculat a la defensa violenta.

Creure en això ens fa patir perquè:

Si creiem que el mal existeix, ens obliguem a lluitar-hi en contra. **Omplim la nostra vida de violència** i desgastem la nostra energia contínuament, ens esgotem.

A més, no ens centrem en el que és positiu, sinó en el que és negatiu fent-ho creure... i quedem atrapats en una lluita contínua!

Creure aquesta idea errònia, porta la violència a qualsevol lloc on anem. **Ens resulta impossible estar en pau: la guerra està en el nostre interior.**

Quan creiem que el mal existeix, també acabem creient en l'existència d'éssers totalment i absolutament malvats. I pensem que nosaltres som diferents: ens creiem superiors i bons. En conseqüència, hem de lluitar-hi en contra. Ens impedim posar-nos en el seu lloc i desenvolupar l'empatia. Ens impedim aprendre.

En confondre la saviesa i la valentia amb violència, la repetim contínuament a les nostres vides, ja que creiem que aquesta violència és un valor.

Mentre pensem així, és inevitable patir. **Tota creença que no ens aporti pau interior i harmonia externa s'hauria de revisar.**

Quina informació de saviesa pot substituir aquesta creença falsa?

L'actitud de saviesa és comprendre que **no existeix la maldat, sinó la ignorància.**

L'actitud de saviesa és comprendre que **cada persona creu tenir raó i hi actua en conseqüència**, pensant que la seva acció és justificada i correcta des del seu punt de vista. La saviesa, doncs, és no considerar enemic algú que pensa diferent de tu, encara que pugui estar equivocat, ja que també tu t'equivoques. De fet, necessites equivocar-te per aprendre. Lluitar contra qui està desencaminat en lloc de pensar formes sàvies d'ajudar-lo a entendre, és retardar l'arribada de la saviesa.

A més saviesa, més bones són les relacions. **No has de lluitar contra els errors, sinó potenciar-ne l'aprenentatge**: el teu i el dels altres. És absurd lluitar contra el mal perquè no existeix. En augmentar la saviesa en el món, la transformació serà inevitable. Si ajudes expandint informació de saviesa, es reduiran els conflictes i el patiment.

Enriqueix el teu món amb comprensió i saviesa! Deixa de lluitar contra el mal.

Tot el que succeeix és perfecte i necessari. Perfecte perquè ens dóna l'oportunitat d'aprendre el que no saps: això és un propòsit d'amor. Necessari perquè, si no saps alguna cosa,

L'has d'aprendre i, per això, hauràs de passar per l'error de la teva ignorància. La saviesa és filla de l'experiència; sense errors, no pots aprendre.

La valentia no és lluitar, sinó desitjar aprendre, malgrat les dificultats que et trobis. Ser valents és abraçar la vida que et toca viure fins que sàpigues viure-la amb saviesa i, per tant, generant resultats de felicitat.

La defensa pròpia no es refereix a la violència física, sinó a defensar l'essencial i fonamental: la teva pau interior. Qualsevol cosa que et porti a perdre la pau interior, no és una defensa, sinó un atac que et fas a tu mateix, a tu mateixa.

Com pots verificar el que acabem de dir?

Les malalties no són càstigs, són conseqüències d'un mal funcionament físic o mental, que t'avisa que hi ha alguna cosa en el teu interior que has d'atendre per intentar comprendre'n l'origen i resoldre'l, si és possible. Si no és possible, també comporten una gran possibilitat d'aprenentatge que no es pot ignorar perquè, si encara no hi ha solució en la societat actual per a aquesta malaltia, només pots aprofitar-la per créixer en saviesa. Verifica-ho.

Mai saps si el que et passa serà “bo” o “dolent”. De fet, darrere de qualsevol aparent dificultat, sempre hi ha l'oportunitat d'un aprenentatge interior. Vist des d'aquest punt de vista, tota

dificultat és una benedicció si se sap aprofitar. Si, per exemple, et roben la cartera, immediatament penses que és dolent perquè no t'adones que pots aprofitar aquesta ocasió per aprendre, per exemple, a tenir més cura en alguns llocs o amb algunes coses. Verifica-ho.

Tu no has actuat sempre amb saviesa. Recorda les moltes vegades que has agredit altres persones sense voler o, fins i tot, conscientment. Ho has fet perquè creies que tenies raó, que tenies dret a actuar així, a venjar-te, a reparar el mal que t'havien fet, o perquè havies perdut el control... Per tant, pots comprendre que les altres persones també actuen creient que tenen raó o perquè perden el control. No importa que siguin sàvies o ignorants, creuen que tenen raó com tu també ho creies. Verifica-ho.

Propostes d'entrenament

1. Et recomanem que t'apuntis en una llibreta les coses que facis en els pròxims dies i que altres persones es prenguin malament. Observa que vas actuar pensant que era correcte, però des del punt de vista dels altres, vas ser dolent, vas ser el seu enemic. T'estaràs entrenant en la comprensió que el mal no existeix.
2. Imagina alguna cosa que no podries perdonar a ningú, per exemple, algú que abusi dels teus fills. Ara imagina que la policia arriba a casa teva i que deté els teus fills, perquè són ells els qui han abusat d'altres. Oi que, tot i així, pots continuar mirant-los amb amor, pensant que necessiten ajuda per millorar aquesta actitud? Aquesta mirada que només aplicaves a les persones estimades, ara la pots intentar aplicar a totes les persones.
3. I, per acabar, et recomanem la nostra eina preferida: la reprogramació mental! Repeteix-te tantes vegades com calgui, el següent: ***Cada persona fa el millor que pot amb el màxim que sap.***

Recorda:
**Mentre creguis en el mal, la
teva vida s'omplirà de violència**