
NOTAS VARIAS
(ALGO DE LUZ)

Esteban Awad Tobón

MUESTRA DEL LIBRO

NOTAS VARIAS
(ALGO DE LUZ)

EXISTENCIA, CONOCIMIENTO, DICHA
JNANA YOGA, JAQUE MATS
Y OTROS AFORISMOS
EN EL CAMINO
A Y DE CASA

•

realmente meditando Nada puede preocuparte

•

tremenda práctica mirar/sentir/ser su propio
cuarto (de hora) vacío

•

a antes de una idea no se puede ir
pero ahí se Es

•

un gran *Yôga mat* es el jaque *mat* a la mente

•

la gente tiene necesidad de gurús

•

¡celebración de la vida sin propósito!

La vida no significa nada. Al menos no para ser entendida o explicada y mucho menos utilizada en los términos de un paradigma utilitario. Aunque también. ¡La vida es simplemente y ya! La vida es para ser. ¡A ti que eres! ¡Soy tú! ¡Celebración!

•

Por el vórtice pineal al corazón nos liberamos de los irreales grilletes del tiempo espacio cartesiano al estado balanceado del ahora, Dios, *Dharma*. La realidad. Ni para un lado ni para el otro. La vía media es un refugio de la disolución del Caótico Sinfin Cuántico de Posibilidades. Aquí en el medio se encuentra la idea y la materia, y en el presente es real.

•

El real mundo real o la real realidad es inefable.
Imposible de describir o concebir en palabras.
Viene de un lugar que no conocemos y entendemos,
y más pronto de lo que crees se ha ido a un
lugar que no conocemos ni entendemos.

•

Claro, por un tiempo, viejos hábitos e ideas de
todas formas surgirán, pero no tendrán suelo
para crecer porque ya no hay un sistema operativo
que les dé combustible. Se quemarán poco
a poco.
extinguendo-sé

•

Todo estamos adictos al “yo”; hablando de espiritualidad
es el opio, pero no podemos encontrar
jibaro capaz de suplir tal demanda

•

el mundo no es lo que piensas que es

•

Siempre mantente a ti mismo inmaculadamente en quietud sobre el suelo sin semillas del momento presente. Fuego sin humo. Loto. Con este entendimiento tu vida estará protegida del virus, enfermedad, del veneno del “personismo”. Ese virus que locos zombis infectados cargan en sus hombros en esos infiernos de delusiones. Mantente surfeando a través de todos los objetos sin identificarte con ellos. Más que una persona eres una presencia. No eres ni el surfista ni la tabla ni la ola. No eres nada. No seas un fuego humeante.

•

En cualquier situación uno sabe si se la tomó personalmente o si fue insignificante para “uno”. Si simplemente percibes. Deja que la percepción perciba y ya. Eres nada. Mantente vacío. Nada es realmente significativo. Sé presencia, no persona.

•

Somos perfectos. Y sin embargo, una mente agitada es nuestra completa miseria. Y punto. No hay más rollos. La mente agitada nos mantiene en excesiva tensión, ansiosos, angustiados, en continuo miedo de adquirir o perder “la meta” y nos mantiene en avaricia y en una búsqueda continua de lograr llegar a “la meta”. El mañana no existe más que en la mente. Este continuo afán tras un espejismo que no existe en ningún lugar es una ilusión. Sufrir buscando y buscando algo lejano es desafortunado. Nuestra miseria es nuestra propia creación y es antinatural. La naturaleza no conoce futuro. La mente es la raíz de toda miseria. No es por “karmas del pasado” que se encuentra el sufrimiento y no debemos culpar a nuestra vida pasada o nuestro destino. Buscamos la liberación del sufrimiento, la alegría, la dicha en tierras muy lejanas. En utopías. En fantasías. Soñamos así y nuestra vida permanece en sufrimiento.

¡Obrar desinteresadamente y en modo de ofrenda es maravilloso!

•



•

yo quería que la vida fuera como yo quería que
fuera
y me perdía del regalo de cómo era
de cómo me había sido regalada a ser
y después me di cuenta de que era perfecta y de
que era perfecto
y ahora veo y canto y río y lloro
pues todo es tan bello y yo ahora lo veo
y ya no quiero que sea más bella de lo que es
porque este regalo así está perfecto
y las gracias las gracias las gracias
por lo que es
las siento y las vivo
feliz por doquier

•

¿Nada?
¿Porque es tan importante la nada?
No sé si alguna vez has salido a caminar para
nada, o a nadar, y encontrado todo hermoso. ¡Es
tan bella la nada! ¡Es todo! ¡No joda! Porque en
ella y por ella y desde ella todo es bello. Porque

hay espacio. No hay tensión ni distracción ni presión por otra cosa, simplemente el prístino espacio y brillo de la nada en nada y para nada. Y ahí está todo. La nada brilla y brilla para nada y su brillo es hermoso, pero cuando hay un poco de propósito se oscurece.

•

así el *samadhi* sea de un segundo, o de mil años, no importa

•

¿para que vivir de afán?
vinimos a vivir una vida y ya
vivirla bien

•

cuando la niebla es pesa no se ve lo que hay
detrás

•

todo es fuerza es en vano

•



LOS AFORISMOS DEL CAMINO LIMPIO

(FRAGMENTOS)

el camino limpio es un camino limpio, impecable
el camino limpio es un arte marcial de tiempos
de paz

el camino limpio es vía pacífica, virtuosa y de
servicio

el camino limpio defiende y es ofrenda a los espa-
cios y sus habitantes

el camino limpio es simple y para todos

la disciplina de esta vía limpia entrena mente
y cuerpo poniéndolas al servicio de impecable
bienestar

entrena limpiando

limpia entrenando

practica el orden

ejercita la atención

fúndete en concentración

desaparece en el servicio

hazte uno en la limpieza, en la impecabilidad

limpia en la mañana, en la tarde y en la noche
limpia dentro y fuera
limpia lo tuyo y lo ajeno
limpia con diligencia
nunca pares de limpiar
limpia con calma
limpia con amor
limpia con cuidado
limpia concentrado
limpia con devoción
limpia todo
mantén todo ordenado
limpia en cualquier lado
el camino limpio es un arte
los instrumentos y armas del camino limpio no
hieren; limpian
la escoba, el trapero, el trapo, el lavaplatos...
son templos y artículos sagrados
limpia sin afán, limpia con paciencia, con total
presencia y atención plena
respira limpiando, limpia respirando
no pierdas el ritmo, mantén la disciplina
más que en la meta, el camino limpio se concen-

tra en el recorrido y en su servicio
debes limpiar en calma y serenidad, pero con
fuerza y concentración
inhala y exhala mientras limpias pacíficamente,
con calma, atención cuidado y devoción
el *qi* se debe mantener e incluso incrementar
la tensión no se debe acumular inconsciente-
mente, el camino limpio transforma tensión en
limpieza y utiliza la fuerza con conciencia en el
trabajo de limpiar y organizar
del afán no queda sino el cansancio; del camino
limpio, la perfección
la escoba no se agarra muy duro, apenas la pre-
sión necesaria para levantar el balde
el trapo ha de estar limpio para limpiar y no lo
debes agarrar muy fuerte
las cosas no se tiran, se entregan suavemente
los sonidos del trabajo han de ser gentiles, deli-
cados, elegantes
la actitud ha de ser dichosa y la práctica una ce-
lebración
la intensidad pura y sus resultados han de ser im-
pecables

el camino limpio es una vía de armonía y bienestar

anda con amor sirviendo

protege esta vía limpia, esta vía de armonía, esta vía de

paz



YA ES HORA

n.º 1

NOTAS VARIAS (ALGO DE LUZ)

© Esteban Awad Tobón

Publicado por primera vez en el **MMXIX**
por **HAO Rotativo de Letras**
impreso en Bogotá, Colombia

www.haorotativodeletras.com

ISBN: 978-958-56584-1-7



La realidad, la existencia y la vida son asuntos de ahora mismo. Solo se pueden experimentar en el verdadero ahora mismo, en el momento del presente. No hay otro momento para hacer esto.