

Antonio E. Cherubini

REVÉLATE A TUS SOMBRAS

DESCUBRIENDO QUIEN ERES



Ediciones Corona Borealis

REVÉLATE A TUS SOMBRAS. Descubriendo quien eres - Antonio E. Cherubini

Antonio E. Cherubini
© 2021, Ediciones Corona Borealis
Avda. Gregorio Prieto, 19 A
29010 Málaga
Tlf. 0034-951336282
www.coronaborealis.es

Maquetación editorial: Georgia Delena
Diseño de cubierta: Sara García

ISBN: 978-84-124241-8-8
Depósito Legal: MA 1354-2021

Primera edición: diciembre 2021

Todos los derechos reservados. No está permitida la reimpresión de parte alguna de este libro, ni tampoco su reproducción, ni utilización, en cualquier forma o por cualquier medio, bien sea electrónico, mecánico, químico de otro tipo, tanto conocido como los que puedan inventarse, incluyendo el fotocopiado o grabación, ni se permite su almacenamiento en un sistema de información y recuperación, sin el permiso anticipado y por escrito del editor.

Printed in Spain - Impreso en España

REVÉLATE A TUS SOMBRAS

DESCUBRIENDO QUIEN ERES

LOS INSTANTES DEL GRAN DESPERTAR

Un libro inspirado en los principios no duales de Un Curso de Milagros con una visión práctica para comprender tu experiencia de vida, editar tu estructura de pensamientos, no sabotear tu felicidad, aceptar el amor que te has negado y vivir plenamente en paz.

Antonio E. Cherubini



DEDICATORIA

Esta obra va dedicada con todo mi amor a mis hijos,
Lorenzo y Valentina.

Mis dos grandes maestros de vida, quienes con su amor,
apoyo incondicional y total aceptación del personaje
que represento, me han ayudado a recordar lo más
valioso e importante a tener en cuenta a cada instante.

Infinitas gracias desde lo más profundo
de mi ser y corazón.

ÍNDICE

Introducción	11
Los instantes del Gran Despertar	21
Instante del sentir estar flotando en un inmenso mar	23
Instante del reconocer quién soy	33
Instante del examinar mis experiencias	45
Instante del aquietar mi mente	55
Instante del comprender mi identidad.....	63
Instante del incorporarme a la vida	71
Instante del dejar de resistirme	81
Instante del transformar mis miedos	93
Instante del recuperar mi voluntad.....	105
Instante del perdonar al mundo	117
Aclaración de términos.....	129

INTRODUCCIÓN

iRevélate a tus sombras!: descubriendo quién eres, es un libro de auto-ayuda con elementos de espiritualidad que está inspirado en los principios no duales de Un Curso de Milagros. Texto clave de la espiritualidad en nuestro tiempo, en el que su ligera estructura te permitirá adentrarte en sus prácticos contenidos basados en mi propio camino espiritual, que al estar expresados de forma sencilla sin perder la profundidad de los significados expuestos, te atrapará y no querrás dejarle a un lado ni un instante, debido a que te otorgará la oportunidad de que te identifiques con ellos y te sumerjas en tu propia historia.

En este libro encontrarás un compañero de viaje para que puedas junto a él, emprender ese camino espiritual que tanto has deseado realizar. En él encontrarás páginas en las que podrás cómodamente escribir, confiarle tus más íntimos secretos e ir a lo más profundo de ti mismo, permitiéndote capítulo a capítulo ir generando un maravilloso mapa que te guiará hasta dónde desees y decidas llegar.

Estructurado en lo que llamo instantes, podrás visualizar de una mejor manera las diferentes etapas de ese camino que recorrí a lo largo de varios años. Cada uno de ellos, busca ayudarte a reconocer esa luz y oscuridad que se encuentra dentro de ti, con el fin de ayudarte a redescubrir

quien eres, identificar cuáles son tus más profundos deseos, entender cómo funciona tu mente, desaprender lo que es innecesario que conserves en ella y a canalizar solo lo importante, con el objetivo de que al final de tu lectura tengas las herramientas para entender tu propósito de vida y te dediques a vivir en absoluta paz.

El sentir estar flotando en un inmenso mar es el primer instante que encontrarás, en el que de manera introductoria te voy a ir guiando para que comiences a reflexionar sobre todas tus causas, y observes un poco la realidad que has ido creando en relación a la perspectiva que has utilizado para ver el mundo.

Luego te entregaré el instante del reconocer quién soy en el que te conduciré para que realices una maravillosa reflexión sobre ese aspecto que permanece presente en todo momento, sin cambios, que está siempre allí mientras tu permaneces despierto o duermes, que no es temporal, y que del que quizás sabes muy poco, o nada.

Seguidamente pasarás un instante examinando las experiencias a lo largo de tu experiencia de vida, con la intención de que realices un viaje mental a la profundidad de tus recuerdos y comprendas que todas tus decisiones han sido correctas, y han estado perfectamente sincronizadas.

Sin perder tiempo luego de ese extraordinario viaje estaremos un instante adentrándonos en los beneficios de aquietar tu mente, comprendiendo que para disciplinarla es necesario que puedas sosegarla con el fin de encauzar tus pensamientos.

Después de entregarte esas primeras etapas y ya teniendo en cuenta aspectos básicos fundamentales que necesitaras en los capítulos siguientes, te llevaré al instante del comprender tu identidad, con el propósito que puedas adentrarte en esos arraigados conceptos y creencias que de seguro consideras grandes tesoros, y logres con ello entender a qué le otorgas valor y la razón de tus apegos.

Ya con estos conceptos claros pasaremos al instante del incorporarse a la vida, donde te entrego mi punto de vista de lo que es la vida para mí, y en el que indagaremos tu visión sobre el miedo y el amor, con lo que podrás ser consciente que eso de incorporarte a la vida, va más allá de un paso a dar, que es un compromiso de fe.

Con ese compromiso en tu mente entraremos en el instante del dejar de resistirte, en el que te explicaré el cómo desprenderte del pesado e incómodo lastre que sin el darte cuenta te ha incomodado tanto en tu transitar.

Ya sin tanta resistencia presente en tus pensamientos, y seguro que con mucho interés en seguir adentrándote en conceptos y significados más profundos, pasamos al instante del transformar mis miedos donde te entrego un maravilloso enfoque para que analices y aceptes que antes de continuar es necesario deshacer la manera errada de pensar que se ha instaurado en tu mente, para así dar el gigante paso de transformar tus miedos, y convertirlos en cambio en grandes apoyos.

Con esos grandes apoyos en tus manos nos vamos sumergir en el instante del recuperar mi voluntad donde quiero que comprendas que tú tienes el poder de decidir que sensaciones y emociones sentir mediante tu voluntad, que es el motor de la mente y es la que le otorga a ella, la facultad de saber que pensamientos sostener y que realidad fabricar.

Ya para finalizar te entregaré la clave y mi mayor secreto con el que me desplazo de forma ligera por el mundo en el maravilloso instante del perdonar al mundo, en el que me adentraré en la forma en que logré entender completamente el cómo usar la estructura de pensamientos del amor, y transformar mi percepción para así superar todos los obstáculos que me alejaban de amarme a mí mismo y de vivir en paz.

Ahora con una ligera idea de los contenidos que encontrarás a lo largo del libro, que de seguro ya han vibrado contigo y te ha saltado la inquietud que desea llevarte a comenzar a sumergirte en ellos, no quiero dejar de contarte que en el instante que decidí escribir este libro, si bien ya había logrado ver algunos rayos de luz, aún transitaba de salida por situaciones de completo caos, tanto en lo físico como en lo espiritual. Lo que sí puedo decirte, es que aunque no sabía a ciencia cierta, dónde se encontraba esa luz, estaba seguro de dónde no la encontraría.

Fue un largo período donde me sentí completamente extraviado, y donde descubrí que había entregado el poder de mi vida, a otros. Sin embargo, a pesar de la incertidumbre y explosión de sentimientos y emociones que me generaba esta condición, en mi interior brotaba el impulso de generar un nuevo mapa, de encontrar una ruta que me llevara de regreso a la paz, a la abundancia, a mi equilibrio. Un camino que me regresara a la vida, porque aunque no lo entendía muy bien, algo en mi interior me decía que simplemente había estado viviendo un sueño, que pronto despertaría, y que lo siempre había deseado, estaba listo para aparecer ante mí. Que todo era cuestión de tiempo.

Durante muchos años antes de este período de mi vida, sin dudarlo, confié y creí, en que todo lo que sucedía era lo mejor para mí. Me concentraba solo en disfrutar y aprender de todo aquello que ocurría. Desde muy pequeño meditaba, relajaba mi cuerpo, me conectaba con los diferentes estados de la mente y realizaba sanaciones utilizando mi energía. En mi vida por alguna u otra razón estaba siempre presente lo místico, y siempre tenía a mi disposición libros de espiritualidad de distintas tendencias. Todo lo incluido en ellos, lo disfrutaba sin razón de tiempo ni espacio, me era fascinante y me hacía vibrar. Pero, llegó un instante en el que surgió un gran conflicto interno en mí. Un conflicto producto del choque entre las creencias que se habían instaurado en mi mente con el transcurrir de los años, lo que sentía en mi interior, y lo que entendía del mundo que experimentaba a cada instante con las herramientas que tenía. Sentía que no pertenecía al

lugar donde me encontraba, que lo que percibía y experimentaba no estaban en línea con lo que deseaba mi corazón.

Desconcertado por lo que sentía, veía y la información que recibía, y utilizando en contra mi impulso de cuestionar la vida, comencé a juzgar, interferir y controlarlo todo, no permitiendo que la vida ocurriera de manera espontánea. Me encontré valorando cada situación y circunstancia entre lo que creía e interpretaba era bueno o malo en mi vida, incluso en la vida de los demás. Sin querer condicionaba lo que quería, y reaccionaba fuertemente cuando no lo conseguía. Me perdí entre todos los detalles que me llegaban del entorno, y lo que sentía.

Mientras atravesé aquel vasto período de aprendizaje intensivo por muchos años, siempre me mantuve atento a ese sentir, a ese impulso de vida que en el fondo de mí se convertía en una llama que me buscaba, y que pese a que me daba la fuerza y me iluminaba para hacer cosas que creía debería hacer, me manifestaba mediante sutiles ideas que venían a mis pensamientos, que existía una mejor y más simple manera de alcanzar lo que anhelaba. Que el camino era otro. Que no debía resistirme a lo que ocurría, que en cambio debía dejarme llevar y solo mantener el enfoque necesario en esa paz, abundancia, y equilibrio que quería.

Pero para entonces, me encontraba en un escenario denso y difuso, donde determiné que mi intelecto me daría más claras indicaciones que esas ideas que surgían continuamente en mi mente, y que en ocasiones me hacían sentir un poco desquiciado y demente ante tanta racionalidad del mundo. Por lo que para disipar esas dudas que invadían mi realidad, decidí investigar, prepararme, y saber aún más de todo.

Entre todo aquel ruido abrumador de mi mente, que surgía para silenciar la llamada que generaba mi ser interno, aunado a la realidad que vivía, la información que recibía del análisis que ejecutaba mi intelecto, era que no debía confiar del todo en eso que sentía. Que tenía que ver y escuchar un poco más de lo que sucedía, hacían y decían los

demás, aprendiendo e imitando lo mejor de aquellas experiencias, y de la realidad del mundo. Que tenía que ser cada vez mejor que todos, y rodearme de muchos como Yo, logrando con la práctica y mucho esfuerzo, no equivocarme y no perder tiempo, con el fin de aprovechar todas las oportunidades que apareciesen.

Me arraigué en la idea de que la información me daba poder, por lo que el poseer la mayor cantidad de información me ayudaría en ese intento, de no cometer errores. Generé una realidad en la que debía correr porque me encontraba en una competición sin pausas, y que para alcanzar todo lo que deseaba, debía estar muy atento a no dar pasos en falso, ya que el éxito era solo para unos pocos, y había decidido que quería ser parte de ellos, asumiendo que debía luchar contra cualquiera que quisiese arrebatarme todo lo que había logrado hasta ese momento. Creí encontrarme en un escenario que me ofrecía un camino en donde podía aprovechar lo mejor de mí, de lo que me sucedía, y avanzar sin tropiezos.

Desde la realidad que había creado, miraba al mundo que me rodeaba, y entendía que era sustancial, tener algunas herramientas que la sociedad y el mundo en general definía necesarias. Como lo eran el poder, información, dinero, contactos, aceptación, prestigio. Me concentré en ellas con el objetivo de obtener la seguridad y estabilidad necesaria para así avanzar.

Al enfocarme en los contactos, aceptación, y prestigio, estimé valioso lo que pudieran pensar los demás de mí, entendiendo que de mi prestigio dependía el poder alcanzar mis sueños, por lo que era muy importante ser visto y considerado el mejor. Que lo que pudiese ser en el futuro, dependería de aquello que hiciese, lograra, o bien, alcanzara. Que ese algo que la sociedad había definido como éxito, lo obtendría solo mediante la continua consecución de logros, entendiendo que mi valor y mis méritos estaban directamente relacionados con todo aquello de lo que podía llegar a tener y hacer.

Por lo que me enfoque en tener más, para poder sentir, ser más. Así me fui adentrando en un viaje que no tenía ningún propósito, ni destino, donde me protegía de todos y buscaba constantemente que fuesen aceptadas mis ideas. Estaba atento a todo lo que sucedía a mí alrededor. No perdía detalle alguno de lo que ocurría, para poder con ese propio testimonio, tener la mayor oportunidad de llegar de primero y no tener a nadie que pudiera impedirlo cerca de mí. Me encontré compitiendo con todos, con todo y conmigo mismo. A su vez, incongruentemente buscaba complacer a todos aquellos que me rodeaban para así disfrutar de su afecto y comprensión. Intentaba satisfacer todo aquello que pudiesen necesitar, con el objeto de que vieran en mí, ese pilar donde apoyarse para encontrar soporte y seguridad. Lo que agregó un peso que no pude soportar y me desmoronó.

Durante ese viaje sin destino me fui poco a poco agotando; por consiguiente, fui perdiendo y alejándome de todo lo que conocía y daba forma a mi vida. De cierta manera perdí el sentido a vivir. Perdí la dirección hacía mis sueños, mis anhelos, lo que empujaba mi hacer. Me alejé de mi familia y mis amigos, y de todo lo que para ese entonces generaba mis alegrías. Me encerré en una cápsula hermética buscando protegerme, y desde allí colapsado y agotado, vi como mi salud, mi matrimonio y muchas cosas más, se deterioraban a un punto sin retorno. Llegué a sentirme completamente extraviado, frágil y vulnerable. No encontraba nada que lograra satisfacerme, ningún objetivo, meta o proyecto era suficiente para hacer surgir sentimientos de realización.

En un momento que pude mirar hacia atrás, me sentí solo, sin otra cosa más que Yo. Sentí que nadie estaba para acompañarme en aquella loca carrera, o bien, mirar al menos con satisfacción lo que hacía y lograba. Me sentí abatido. Era como estar rodeado de un inmenso mar, donde solo podía ver agua, cielo y el horizonte. Al mirar sobre aquel horizonte, sin saber que más hacer, tuve que aceptar que no tenía sentido correr más, que había terminado la carrera, esa búsqueda de algo indeterminado, y decidí que era momento de hacer una pausa, que no importaba

lo que de ahora en adelante pudiese pasar. ¿Qué podía ser peor que sentirme estar flotando solo en aquel mar?

En un instante en el que pude respirar, y reflexionar sobre todo lo que había sucedido en mi vida. Al unirlo al abatimiento que experimentaba, lo primero fue valorar que nada de todo aquello había sido útil, necesario y merecido la pena. No pudiendo evitar verme anegado por la tristeza y el desasosiego. No obstante, mi ser interior que no comprende de ningún tipo de carencia, nunca se detuvo en el envío de mensajes y señales. Por lo que en poco tiempo, retomando y confiando de nuevo lo que sentía, pude aceptar que todo lo transitado fue simplemente un necesario gran aprendizaje. Que siempre estuve acompañado, y que esa compañía estuvo formada por grandes maestros que me enseñaban a cada instante las diferentes perspectivas de la vida, y que sin todo lo vivido no hubiese podido llegar a donde me encontraba ahora, porque cada circunstancia que experimenté, me otorgaba la preparación que en un día me dije necesitaba para encontrar mi lugar en esta gran ilusión. Donde el desvanecimiento de todas las referencias que tenía de lo que comprendía formaba la estructura de mi vida, había sido parte de un plan perfecto y a la medida, creado por el Espíritu Santo para despertar de aquel sueño en el que me encontraba, y comenzar un camino para salir fuera de este mundo, y así regresar a casa.

Fue en esa ocasión que descubrí que no tenía que buscar aprender nada más, y en cambio, tenía que olvidar todo.

Comprendí que mi mayor maestro, al que no preste atención y abandoné al no darle la debida importancia, estaba dentro de mí. Entendí que todo lo que me incomodó y molestó en aquel camino que había decidido recorrer, fueron lecciones que me proporcionarían la formación interior y consciencia necesaria para recordar mi esencia y así saber lo que tenía que sanar, con el fin de poder llegar a dedicarme a mi pasión, cumplir mi propósito a cada instante, y entregar lo que había venido

a compartir en esta vida. Había comprendido que era el momento de entregarme a lo que casi de por vida me había perseguido, y ya era hora de volver y encontrarme conmigo mismo, y con toda la información que durante tanto tiempo, había con fascinación, analizado e interpretado. Todo ese estudio e investigación espiritual no podía quedarse solo en mí. Tenía que unir todo esto con lo que tanto disfrutaba, que es el poder conversar, observar, relatar, detallar, argumentar y transmitir con emoción y pasión a los demás, lo que descubro y que me ayuda a comprender la realidad. Lo que me ayuda en ese entender de las formas y cambio constante de esta aparente vida, a innovar y mejorar la manera en que me desplazo por ella.

Así que en ese punto de mi vida, aceptando la nueva oportunidad que me otorgaba la inteligencia divina que me había colocado todo aquello para crecer y evolucionar, recordando el amor que me había creado, comencé a escoger las piezas de mi vida con un nuevo orden, y a transitar el más importante de todos los caminos, un camino que comparto en este libro en manera de instantes y que está basado en los principios de perdón como lo han descrito Helen Schucman y William Thetford en *Un Curso de Milagros* (Foundation for Inner Peace), en donde en vez de crear lo que estimaba hacía falta en el mundo que percibían mis sentidos, me dedicaría a servir, disfrutar, deleitarme, y sobre todo, a escoger mi realidad abandonando todos los juicios, valoraciones e interpretaciones. Pasando por alto el pasado y despreocupándome por el futuro.

Te invito a dedicar tu tiempo a concentrarte totalmente en eso que desea ardientemente tu corazón, a vivir de manera presente cada instante de tu vida, descubriendo tus verdaderas habilidades y destrezas. A visualizar un mapa que te indique dónde te encuentras y a dónde sientes que vas. Permite sin ningún temor que broten tus sombras, que no son más que pensamientos ocultos que te condicionan y limitan, y que han sido creados por ti. El rechazo de lo que tienes ya en tu vida, te aleja de eso que quieres se manifieste en tu realidad, por lo que ante

cualquier circunstancia, no te olvides que aunque no entiendas lo que sucede, acepta que un equilibrio universal está coordinando lo que sea necesario, para que puedas entregar eso que has venido a compartir en este mundo, y llevarte así de regreso a casa.

Permite que se haga su voluntad, y ¡Escoge tu realidad!



**LOS INSTANTES
DEL GRAN DESPERTAR**

INSTANTE DEL SENTIR ESTAR FLOTANDO EN UN INMENSO MAR

Aprovecha este instante para reflexionar rápidamente sobre tu vida y experiencias. Eso que te ha motivado en tu transitar. Si gustas, hazte las preguntas siguientes, y anota brevemente una corta respuesta al final del capítulo, o bien, donde lo consideres conveniente.

- ¿Por qué día tras día haces lo que haces?
- ¿Cómo te importa lo que piensan los demás?
- ¿Cómo te importa lo que hacen otros?
- ¿Qué harías sin lo que tienes o has logrado?
- ¿Actúas de acuerdo a lo crees? o ¿lo que sientes?
- ¿Luchas por hacer que lo que quieres ocurra?
- ¿Te permites aceptar sin resignación lo que sucede?
- ¿Qué intenciones mueven tu accionar y comportamiento?

- ¿Qué es lo que realmente sientes que deseas en la vida?
- ¿Qué piensas al despertar? ¿Al ir a dormir?
- ¿Qué logra encender tu motivación? ¿Qué te inspira?
- ¿Quién crees ser? ¿Quién Eres? ¿Qué haces aquí?

Estas, como muchas otras interrogantes te ayudan a comprender tus razones, concepciones del camino que has decidido transitar, y a entender la realidad que experimentas. Te ayudan a determinar si te has distraído o enfocado en lo que dictamina tu corazón, o simplemente te has concentrado en las cosas que te molestan o desagradan, que no te satisfacen, que desearías cambiar, olvidando que la vida solo ocurre en el instante presente, y conscientemente lo que sucede allí, solo puede ocurrir en ese momento.

Al separarnos del instante presente lo más seguro es que te olvides de dónde vienes, de quien eres, por lo que estarás olvidando a Dios, y soñando.

Si te has distraído del vivir, y de lo que sientes en el interior que debes hacer, y te has concentrado en lo que no te gusta, en lo que te falta, en lo que quisieras fuera diferente, interpretando que la vida principalmente se basa en expectativas, deseos, logros, resultados, posesiones, y aceptación de otros, te habrás convertido en algo que no eres, identificándote con lo que tienes, con eso que buscas recibir de otros, o en lo que piensan o valoran los demás. Te habrás adentrado en un arduo camino de lucha, resistencia, sacrificio, competición, sufrimiento, frustración y largas esperas. Camino al que quizás te hayas acostumbrado, justifiques y consideres normal, al no detenerte a pensar, si algo pudiese ser diferente, o bien, al vivir comparándote con los demás.

Al identificarte con esa realidad que crees es tu verdad, has adoptado una posición que quizás te ha llevado en ocasiones a sentirte extraviado y muy agotado, al luchar por lo que has creído debes hacer, y será seguro y permanente en tu vida. Lo cierto es que tal vez te hayas olvidado de sentir, observar, escuchar, respirar, para así disfrutar de las pequeñas cosas, y de todas las experiencias que ocurren a cada instante. Quizás hayas olvidado deleitarte por cada cosa que ocurre, debido al estar corriendo detrás de alguna condición o particularidad, que del todo, no sabes muy bien ni qué es, ni de que se ha tratado. Solo ha sido una idea, un pensamiento cambiante, una expectativa o juicio que ha brotado de tu mente.

Este libro te invita a que encuentres un instante para tener la ocasión de mirar atrás, y desde allí, con una mirada tranquila y serena que busca descubrir las maravillas que la luz permite disfrutar, ofrecerte una visión práctica que pueda que sea distinta a la tuya, pero que en unión a tus perspectivas de seguro te guiará con el fin de que reflexiones acerca de cómo te has comportado, tus actuaciones y lo construido por medio de todos los pensamientos, acciones y decisiones que poco a poco has ido incorporando en la historia de tu vida. Tienes con esto, la oportunidad de ver el diseño del mundo que has escogido, comprendiendo de donde han salido los matices y colores con los que se encuentra desarrollada tu obra maestra, tu vida. Permitiéndote participar conscientemente de esa ilusión, a la que comúnmente llamamos, Mundo.

Al ser consciente de ese mundo, puedes comprender si todo aquello que has vivido con angustia o satisfacción, con dolor o placer, hoy posee la importancia que en su momento le otorgaste, y si de igual manera has dedicado gran parte de tu tiempo en empeñarte y engañarte en crear lo que has estimado ha sido necesario.

Si te permites viajar un poco al interno de tu ser, encontraras rápidamente que todo lo que has estado persiguiendo y buscando incansablemente, es paz. Una tranquilidad que te lleve de la mano a un instante