



Dzambuling **Cho Tab Khen**

Alfredo Sfeir-Younis

*"La Vida
Es Una Constante
Meditación"*

The Zambuling Institute of Human Transformation

2021

SISTEMATIZACIÓN DE
INFORMACIÓN DE REDES
SOCIALES Y EDICIÓN DIGITAL
ELABORADO POR

NICOLÁS FRANCISCO PALOMO RUÍZ
SOCIÓLOGO UNIVERSIDAD DE PLAYA ANCHA
NICOLASPALOMOR@GMAIL.COM
Santiago de Chile, 2021.

The Zambuling Institute of Human Transformation.

AUTORÍA DE INFORMACIÓN;

Dzambling
Cho Tab Khen
Alfredo Sfeir-Younis



Prefacio

A pesar de que muchas veces nos sentimos muy desconectados de nuestro ser, la vida es una constante meditación.

En el sistema de meditación que viene, generalmente, del oriente, uno, se estimula con mantras u otros ingredientes importantes (ej., respiración, silencio, postura de las manos (mudras), música, inciensos, posición del cuerpo), y durante el proceso tratamos de no ponerle mucha atención a nuestros pensamientos. En algunos casos, la meditación está diseñada para eliminar nuestros pensamientos y toda la actividad mental. Ese momento de meditación nos hace transcender de un estado (o experiencia cognitiva) a otro (a). Una de esas experiencias cognitivas transcendentales es la vacuidad.

Paradojalmente para muchos, la vida cotidiana (ej., trabajar, cocinar, hacer ejercicios, socializar, tejer, jardinear) también es una gran meditación. Quizás, es una meditación de distinta naturaleza. En esta realidad cotidiana tenemos también muchísimos estímulos como resultado de instrumentos o situaciones que están presentes, para transcender de un estado a otro (ej., energías, intenciones, lenguajes, formas de transformación y bienestar, sufrimiento, alegría, estrés, rabia, propósitos, comportamientos, esfuerzos).

En cada momento, esta cotidianeidad está estimulada por pequeños instantes o situaciones, donde la mente reconoce experiencias cognitivas definidas como relevantes. Estas pueden ser de un carácter placentero, atractivo, interesante, estimulantes, sorprendentes, o como resultado de un me gusta o no me gusta, un lo deseo o no lo deseo, un lo necesito o no lo necesito, etc.



Una de las traducciones más conocidas de todas estas experiencias es una gran variedad de pensamientos. Ellos van y vienen, se entrelazan, se refuerzan, se movilizan...

Cada mañana me levanto con grandes deseos de continuar con esta bellísima vida terrenal, a pesar de lo desagradable o desilusionante que pudiese ser en algunos momentos. Inmerso en ese proceso diario, he querido compartir con ustedes esas experiencias cognitivas, y los pensamientos y reflexiones, que surgen a través de mi mente, cuerpo, palabra y espíritu y que, muchas veces, me mueven a un estado meditativo de transcendencia.

No hay una lógica pre-concebida en ese proceso. No hay una secuencia bien definida, o una coherencia a simple vista. Pero, con el tiempo, me he dado cuenta que el conjunto de todos los pensamientos que he compartido en estos últimos años, surge un tejido subyacente que muestra un camino recorrido y otro por recorrer. Va mucho más allá de la contingencia e inmediatez.

Este libro es un testimonio de ese camino. Compila lo que he publicado en el Facebook, desde el 13 de enero, 2013, día del Calendario Maya Kitche que reconoce la manifestación del EL AQKABAL: "El Nuevo Amanecer".

Ojalá les guste y les sirva como estímulo para meditar, transcender o auto realizarse.

Dedico este libro María Jesús, María Anastasia, Kala, Rafaella, Amador, Davor y Clemente, mis nietas y nietos (y los que vendrán).

Que se transformen en grandes meditadores de la dimensión transcendental de la vida.

Agradezco vivamente a Nicolás Palomo R. ("Nico"), quien diseñó este libro. Para él, mucha salud y muy larga vida.

Dzambling Cho Tab Khen
(Alfredo Sfeir-Younis)

Julio, 2021.

Santiago de Chile

"Los líderes del futuro no serán aquellos que sólo posean conocimiento, sino aquellos que auto realicen su propio ser como chilenas y chilenos. Tenemos que sentir que nuestro país no es solamente del "tener" sino del "ser".

Alfredo Sfeir, 13 de Enero 2013.

Todos necesitamos auto-realizar los valores colectivos de la humanidad: amor, compasión, solidaridad, justicia, cooperación, paz y tantos otros. Será a través de estos valores que algún día llegaremos a escribir una historia humana que nos llene de satisfacción. Le deseo a Su Santidad Francisco I un destino de excelencia y éxito. Que su religión se ponga al servicio de todos y todo.

Alfredo Sfeir, 15 de Marzo 2013.

Una gran fuente de transformación política/institucional se manifiesta cuando vivimos un sentido real de pertenencia e identidad ciudadana. Cuando pasamos del hacer o tener al "ser"... no sólo "uno" sino "todos".

Alfredo Sfeir, 29 de Marzo 2013.

Cuando cada mañana nace el sol en la Cordillera de los Andes todo se siente como una gran acupuntura de paz en el alma. Sólo lo que realmente amas se conservará. Piensa en nuestra naturaleza.

Alfredo Sfeir, 15 de Marzo 2013.

ALFREDO
SFEIR
2013



«La sustentabilidad no es una opción, es nuestro único destino»

Alfredo Sfeir, 1 de Julio 2013.

"Si no avanzamos en nuestro desarrollo espiritual y una vida más feliz,
¿de qué sirve el crecimiento económico?

Esto es un derecho constitucional

Alfredo Sfeir, 5 de Julio 2013.

Para reflexionar... «El tiempo no es oro, el tiempo es vida»

Alfredo Sfeir, 5 de Julio 2013.

Mantener la armonía con el entorno que nos alberga es elemental para el bienestar de nuestras vidas y el equilibrio de sus recursos para nuestra prosperidad en el tiempo.

Alfredo Sfeir, 15 de Marzo 2013.

Le verdadero cambio de nuestro país será un cambio de conciencia.

Alfredo Sfeir, 11 de Julio 2013.

"La justicia debe ser equitativa, permanente y universal. Una justicia para los que han sido directamente afectados como para sus familiares más cercanos. Una justicia que va acompañada de compasión y empoderamiento. La justicia es el segundo peldaño.

Alfredo Sfeir, 9 de Septiembre 2013.

"La gran virtud de la ancianidad es pasar del saber a la sabiduría. Escuchemos esa sabiduría! No es un paso fácil particularmente cuando se confrontan problemas de pobreza, abandono, segregación, salud e inserción social.

Respeto y amo a todos los ancianos del mundo, y les agradezco por haber construido sobre sus hombros un bienestar del que puedo gozar hoy. Me hace reflexionar de cómo podemos abrazar y nutrir una cadena intergeneracional indestructible e interconectada"

Alfredo Sfeir, 9 de Septiembre 2013.



ALFREDO **SFEIR**



"Un hecho de esta envergadura nunca se debe olvidar. Pero si estamos convencidos de que se pueden crear las condiciones necesarias para que se manifieste un perdón real y definitivo.

Alfredo Sfeir, 9 de Septiembre 2013.

"Hay que entender que la verdad, justicia y reconciliación son estados del Ser (dentro de nosotros, a nivel individual como colectivo). Es por eso que sólo hablar de verdad, justicia y reconciliación no es suficiente. Para que dichos procesos lleguen a su verdadero destino se necesita un gran compromiso de todos y a todo nivel (interno/externo, material/espiritual, individua/colectivo). No se trata solamente de un compromiso político, aun reconociendo que éste tiene una importancia significativa.

Alfredo Sfeir, 9 de Septiembre 2015.

"La gran virtud de la ancianidad es pasar del saber a la sabiduría. Escuchemos esa sabiduría! No es un paso fácil particularmente cuando se confrontan problemas de pobreza, abandono, segregación, salud e inserción social. Respeto y amo a todos los ancianos del mundo, y les agradezco por haber construido sobre sus hombros un bienestar del que puedo gozar hoy. Me hace reflexionar de cómo podemos abrazar y nutrir una cadena intergeneracional indestructible e interconectada"

Alfredo Sfeir, 11 de Julio 2013.

ALFREDO **SFEIR** 2013

ALFREDO
SFEIR

Tenemos que empoderarnos. Nuestro empoderamiento es un ingrediente fundamental de bienestar y transformación humana tanto individual como colectiva. Un término difícil de definir, pero fácil de identificar: sabemos muy bien cuando estamos empoderados y cuando no. Es un proceso a través del cual mejoramos nuestras habilidades y talentos para tomar decisiones libres y conscientes, que finalmente consigan los resultados que andamos buscando. El empoderamiento demanda de participación directa, una consciencia individual y colectiva, el ejercicio del poder interno y externo, un sentido de pertenencia, una capacidad de negociación, y un reconocimiento de quienes somos y como nos insertamos en nuestra sociedad. Para la gran mayoría, empoderarse es un proceso en que puedo auto-determinar los cambios que ando buscando a nivel individual y colectivo. Este proceso se perfila, por ejemplo, a través del acceso a la información, inclusión y participación, al mejoramiento de la capacidad institucional y organizacional, etc. En el ámbito de lo económico y social, el empoderamiento ciudadano es esencial ya que define el acceso, uso, manejo y conservación de nuestros recursos naturales y el medioambiente; determina la provisión de los servicios públicos; establece el manejo presupuestario; mejora la gobernancia a nivel regional y local; desarrolla mercados a los cuales tienen acceso la gente pobre; establece las bases para la administración adecuada a la justicia; etc. Sin embargo, es importante decir que el verdadero empoderamiento comienza dentro de nosotros mismos: el empoderamiento interno. Sólo así sabremos lo que somos, para dónde vamos, y cuál es el destino final al cual estamos tratando de llegar. El empoderamiento interno es también muy relevante para una familia, un barrio, una región o una nación, y éste se logra a través de la auto-realización de nuestros verdaderos valores, identidad, sentido de pertenencia, razón de existir, conciencia colectiva, arte y música, expresión popular, auto-determinación, autoestima, equidad y justicia, cooperación y solidaridad, etc. Siempre debemos tener una razón para empoderar. La próxima etapa de nuestra transformación es el desarrollo empoderado.

Alfredo Sfeir, 22 de Enero 2014.

ALFREDO
SFEIR





Lo más importante en la vida es saber tu misión en la tierra.
No llegaste a este bello planeta en paracaídas.
Hay algo muy único que debes alcanzar.
Cuando estés en el camino de la misión, serás siempre feliz.

Alfredo Sfeir, 22 de Enero 2014.

YO LE PIDO A LA TIERRA

Yo le pido a mi bella y dulce tierra
Que nos evite siempre una tragedia.
Que haga desaparecer hoy toda guerra
Y también ese gran temblor que nos asedia.
Por favor protege a nuestro Norte.
Sólo debes saber que ya entendimos tu mensaje.
Sabemos que mereces respeto y soporte
Y nunca más una destrucción tan salvaje.
Que desde hoy y siempre se detengan
Los movimientos telúricos mayores.
Y así por el bien de todos y los que vengan
Encontremos nuevos momentos de compasión y amores.
A mis hermanos de Iquique, Arica y del Norte les canto
Con fuerza, coraje, paz y grandes esperanzas.
Para que nunca permitan que la tierra quede como espanto
Sino que hoy, juntos con ella, se tejan poderosos lazos de
confianzas.
Todo pasará pronto, muy pronto.
Pero que se sepa que todo quedó en la cósmica memoria.
Lo que demanda de nosotros un compromiso que no sea tonto.
Uno inteligente, verdadero y lleno de gloria.
Como no soy poeta, me despido de ustedes ahorita
Para entrar en oración con mi tierra sabia y hermosa
La oración que me revela mi interna y pequeña campanita
Que toca y toca sin cesar por el amor que nos esposa.

Alfredo Sfeir, 4 de Abril 2014.

¿Si la equidad es la respuesta, cuál es la pregunta?
¿Si la sustentabilidad de nuestra nación es la respuesta,
cuál es la pregunta?
¿Si la reforma tributaria es la respuesta, cuál es la pregunta?
¿Si la nueva constitución es la respuesta, cuál es la
pregunta?
¿Si la asamblea constituyente es la respuesta, cuál es la
pregunta?
¿Si la felicidad es la respuesta, cuál es la pregunta?
¿Si la justicia es la respuesta, cuál es la pregunta?
Esto no es retórica, es ir al fondo de lo que estamos
haciendo.

De lo contrario, toda la ciudadanía ve que se hacen "cosas",
pero no sabemos cuál es la visión que se está abrazando.

Si no compartimos consensualmente la naturaleza y el
horizonte de "la pregunta", de la visión, en la práctica
debería ser indiferente cual es la respuesta.

De facto, es la visión, es la pregunta, la que debe
transformarse en el punto de referencia para cuando
evaluemos la respuesta, o las respuestas.

Alfredo Sfeir, 29 de Abril 2014.

Los Grandes Filtros Que Limitan Nuestro Desarrollo de
Conciencia

1. Dejarse llevar por las emociones.
2. Un sentimiento de constante estrés.
3. Viviendo subyugado al miedo.
4. Altos niveles de toxicidad.
5. Limitados por nuestros propios valores y creencias.
6. Excesivo uso de la mente discriminadora.
7. Desordenes internos.
8. Gran caos externo.
9. Inhabilidad de alcanzar mayores niveles de
concentración.

Alfredo Sfeir, 30 de Mayo 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014





¿Para Dónde Vamos? ¿Alguien sabe?

Son preguntas fundamentales que nacen principalmente de inquietudes acerca de la incertidumbre que vivimos hoy. A veces pensamos que "alguien lo está haciendo por nosotros y para nosotros". Pero prontamente constatamos que no es así. Se hacen muchas cosas pero se alcanzan mucho menos resultados de lo que esperamos.

¿Cómo vivir dentro de un momento tan lleno de incertidumbre?

Aquí van algunas recomendaciones:

1. Reconocer que no somos independientes sino totalmente interdependientes, en términos materiales como espirituales.
2. Saber que nuestro destino es realmente colectivo. Nuestras misiones en este planeta deben ser cumplidas como una contribución al destino colectivo.
3. Entender que el verdadero elemento aglutinador no es el saber, tener o hacer, es el SER. Esto implica una atención especial a la auto-realización.
4. Realizar que es importante poner atención a nuestro origen, o a la causa última de nuestra vida. Pero también es importante poner atención a nuestro destino.
5. Constatar que no hay destino si no entendemos que es esencial el desarrollo de la mente, cuerpo y alma. ¡El cuerpo es un elemento igualmente importante!
6. Aceptar que debemos ser seres globales, con una conciencia global y una identidad local. Muchas incertidumbres desaparecerán si miramos al mundo sin fronteras.
7. Exigir nuevos sistemas de gobernanza global, que hoy son tremendamente deficitarios para abordar temas como el recalentamiento de la tierra y la pérdida de nuestra biodiversidad.
8. Palpar que gran parte de la incertidumbre es el resultado de la violación de la Ley Natural, acelerada por la ley del mercado.
9. Confirmar que la equidad y justicia son el timón del nuestro futuro colectivo y son el puente para alcanzar diferentes formas de bienestar colectivo.
10. Auto-realizar que necesitamos una nueva forma de conciencia colectiva para afrontar las incertidumbres.

Alfredo Sfeir, 31 de Mayo 2014.

El siglo 21 reclama un tipo de líder diferente tanto en el sector privado como público, que sea entre otras cosas un visionario (visión correcta), sabe pensar (intención correcta), buen comunicador (lenguaje correcto), experimentado (acción correcta), comprometido (esfuerzo correcto), interdependiente (comportamiento correcto), presencia permanente (la atención correcta), gran concentración (meditación correcta).

Alfredo Sfeir, 7 de Junio 2014.

Algunas Dimensiones Espirituales de Los Lideres del Siglo 21

1. Está consciente del negocio, del entorno del negocio y de sí mismo. Unión total e inseparable.
2. Tiene gran presencia física, espiritual y sutil.
3. Es trascendente en su pensamiento, visión estratégica y acciones.
4. Crea un lugar de trabajo que ayuda a crecer y auto-realizarse.
5. Tiene una gran generosidad de espíritu.
6. Se transforma en un líder de todos los seres sintientes que la corporación afecta en el espacio como en el tiempo.
7. Es un experto en proyectar el futuro y en resolver problemas.
8. Promueve con el ejemplo un liderazgo transformacional.
9. Gobierna y crea sistemas de gobernabilidad que hace florecer las virtudes y no solamente las obligaciones.
10. Posee una inteligencia espiritual a nivel sutil.
11. No es excluyente; por el contrario, gobierna por inclusión con diversidad y pluralismo.
12. No usa la violencia de ningún tipo en sus formas de gestión y liderazgo.
13. No sólo promueve derechos sino que acepta y promueve responsabilidades.

Alfredo Sfeir, 9 de Junio 2014.



La gran idea de la creación no es que todos pensemos iguales, que todos nos vistamos de la misma manera, que todos auto-realicemos los mismos valores y creencias, o que hagamos las mismas contribuciones en esta vida.

Por el contrario: nuestra vitalidad está en la diversidad, en la policromía, en lo multi-dimensional, y en las grandes diferencias nuestras.

Pero es claro para mí que esta gran diversidad de la creación no debe tener como destino la inequidad en el buen vivir (de TODAS las formas de vida que habitan en nuestra nación y en este planeta). La equidad verdadera la alcanzaremos a través de nuestras contribuciones (diferentes) a la conciencia colectiva: aquello es lo que realmente nos une en este camino.

Alfredo Sfeir, 25 de Junio 2014.

Es nuestra naturaleza humana tratar de ir más lejos, de avanzar más, de evolucionar.

Sin embargo, hay una ley fundamental que dice que "no puedes ver más de lo que ves".

Pero

Si quieres ver más de lo que ves hoy, debes desarrollar la sabiduría de tu visión.

Si quieres oír más de lo que oyes hoy, debes desarrollar la sabiduría de tu audición.

Si quieres... más, debes desarrollar la sabiduría de tu... Todo tiene un nivel, un estado, y un espacio, de sabiduría.

Todos tus sentidos pueden ser desarrollados en forma profunda e inteligente.

Encuentra a ese espacio. Entra en ese espacio. Cultiva ese espacio.

Este es el verdadero secreto que define el camino hacia la iluminación.

Alfredo Sfeir, 28 de Junio 2014.

La ley espiritual más fundamental para la transformación humana es la siguiente: "todos los estados del ser ocupan espacio".

Quien no conozca esta ley, quien no practique esta ley, nunca avanzará a otro estado de consciencia superior.

Todos sabemos que la rabia nos ocupa un gran espacio interior. A veces nos ocupa ese espacio tan rápidamente que gritamos "basta", "se acabó", "no quiero más"... A veces esta rabia es tan fuerte que somos capaces hasta de destruir nuestro entorno material y natural.

Pero así como estos estados negativos ocupan espacio, también los estados positivos del Ser ocupan espacio! El amor ocupa espacio. La compasión ocupa espacio. La paz ocupa espacio. Y así tantos otros. Mientras más grande es tu noción del amor, más espacio espiritual necesitas crear.

Para mí, las prácticas espirituales, la espiritualidad en sí misma es acerca de la creación de estos espacios espirituales. La expansión de nuestros espacios interiores. La razón primordial para meditar, orar, contemplar,..., cultivar el silencio y practicar yoga (entre otras prácticas) es crear un espacio espiritual mayor.

Alfredo Sfeir, 29 de Junio 2014.



Tú no eres una isla.

Nosotros no somos una isla. Tú no estás sol@. Nosotros no estamos solos, ni como persona, ni como familia, ni como barrio, ni como nación, ni como planeta.

Para comenzar, nosotros estamos acompañados de nuestro propio ser. ¡Una compañía muy importante! Sí, estamos en compañía de nosotros mismos y de todos los seres vivos.

Estamos acompañados de nuestro ser divino y de todas sus expresiones. Tú eres de naturaleza divina, yo soy de naturaleza divina, nosotros somos de naturaleza divina. Nuestra divinidad es el comienzo y el final de todos nuestros momentos de vida.

Somos una matriz interconectada -no desconectada- en que todos y todo tiene una razón de ser. Y esa razón de ser está gobernada por "la interdependencia" a todos los niveles de nuestra existencia.

Reafirmalo: no te sientas solo. Estamos juntos. Para ello vinimos a este planeta. Es por eso que debemos cuidarlo minuto a minuto. No vinimos a explotarlo ni a destruirlo. Esas son nociones equivocadas del sentido verdadero de la vida.

Las formas de vida, que muchas veces no son definidas como humanas, ellas son indispensables para sentir, experimentar, y caminar en la compañía de la vida en todo momento.

La soledad que se siente hoy es el resultado de la exclusión de otras formas de vida. Es el resultado de la destrucción de "los otros".

Sentiremos cada día más soledad mientras sigamos destruyendo a la naturaleza y a las otras formas de vida que fueron creadas precisamente para acompañarnos. ¡Recuérdalo!

Alfredo Sfeir, 30 de Junio 2014.

Tomemos hoy la decisión de ser felices.
Ese compromiso indeleble que por sí mismo tendrá un
impacto inmediato en tu vida.

Apenas te comprometas tu vida cambiará para
mejor.

La felicidad es independiente de lo que tienes o
quisieras tener.

Unir a la felicidad con "el tener" es simplemente un
apego.

Ninguna riqueza material podrá comprar la felicidad.

La felicidad no se vende en los supermercados.

La felicidad es un "estado" del SER, a través del cual
TODO es auto-realizado en su verdadera esencia.

La felicidad es una "experiencia" universal y
transformadora, como el río que baja de la montaña
al mar.

Repite 1000 veces "yo soy felicidad".

Alfredo Sfeir, 3 de Julio 2014.

Que Hable El Corazón

No hay nada más sublime que cuando el corazón habla.

Lo importante es saber escucharlo e inmediatamente
seguir el camino del mensaje.

A medida que voy recorriendo el país, mucha gente me
dice que ni la economía ni la política tienen corazón. Me
dicen, además, que las corporaciones tampoco tienen
corazón; que sólo tienen bolsillo.

¿Es esto verdad?

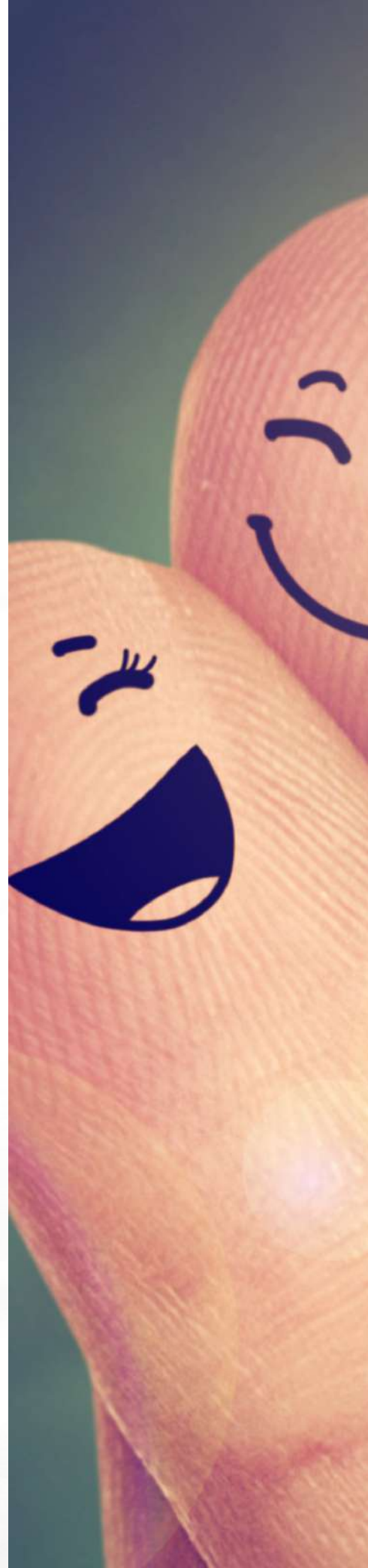
Si esto es verdad, ello explicaría muy bien las cosas que
están pasando en nuestro país: la naturaleza del debate, la
calidad de las ideas, y las grandes frustraciones que siente
la ciudadanía.

Para devolverle el corazón a la economía, ésta necesita ser
humanizada. Para devolverle el corazón a la política, ésta
debe estar orientada al servicio. Para devolverle el corazón
al mundo corporativo, éste debe contribuir al bienestar
colectivo.

¿Es esto una utopía?

Pienso que no es una utopía. Es nuestro único camino.

Alfredo Sfeir, 4 de Julio 2014.



The top of the page features a silhouette illustration of Noah's Ark on the left, with several animals including an elephant, a giraffe, and a rhinoceros walking towards it from the right. The title 'El Arca de Noé' is written in a white, elegant script font across the center of this illustration.

El Arca de Noé

Siempre he tenido la disciplina de la lectura de los llamados libros sagrados. Ya son muchísimos años que le dedico tiempo a esa lectura. Es para mí una fuente de inspiración única que me ayuda a entender una serie de fenómenos que van mucho más allá de los dogmas o posiciones políticas, sociales o religiosas.

Uno de los pasajes que leo con frecuencia es el del Arca de Noé. Leo la descripción de la situación y el diagnóstico que se hacía de las actividades humanas. Veo las instrucciones de cuando y como diseñar y construir el arca. Comprendo perfectamente el por qué todos los animales, machos y hembras, deberían estar incluidos en el arca. Siento los diálogos de Noé con su Divinidad.

Posiblemente fue algo físicamente real; tan real como se describe allí. Quizás, las escrituras dan a conocer símbolos y claves de lo importante que es la naturaleza y la necesidad de protegerla.

Es claro que la naturaleza no depende de nosotros, pero sí que nosotros dependemos de la naturaleza. Si desapareciese la naturaleza, no habría ni un solo ser humano.

Entonces, ¿por qué es tan difícil hacer entender a la ciudadanía, los empresarios, los políticos... que la sustentabilidad del desarrollo es materia de vital importancia? Generalmente nuestra tendencia es relativizar todo. Lo que llamo la postura personal del "más o menos"; una posición salomónica frente a un fenómeno que demanda de una acción sabia y decidida.

Por ejemplo, ¿Por qué se premia tanto a aquel que aumenta el PIB y no al que conserva la naturaleza? No es que estas actividades sean necesariamente opuestas; pero, es claro que el sistema neoliberal las ordena de esa manera. demasiado tarde.

Hace poco pensé en una nueva arca de Noé. Pensé sobre un arca de un contenido no material. ¿Qué contendría esta arca? ¿Cuáles serían los valores y las virtudes que se deberían resguardar allí para un futuro mejor? No voy a entregar una lista de ellos, ya que en el fondo cada uno de nosotros tiene esta arca en su propia realidad.

Lo que falla hoy en día es nuestra capacidad de entender mejor que un símbolo primordial de esta arca es que la humanidad y todas las formas de vida en el planeta formamos un ente colectivo. Debemos entender a nuestra existencia como algo interdependiente. Los seres humanos somos PARTE de un TODO. No somos TODO.

Esto nos hace también responsables del TODO. Nos tenemos que sentir responsables de nosotros mismos, como también de toda la humanidad y de todas las formas de vida que aquí existen.

Todo el mundo pertenece a esta arca. Nada sobra. Nada debe ser depredado. Nada debe ser destruido.

Construyamos esta Nueva Arca de Noé, y no esperemos hasta que sea

Alfredo Sfeir, 29 de Julio 2014.





La Paz Como Un Bien Común De La Humanidad

Cuando uno es madre o padre de familia, hay ciertos elementos que se transforman en comunes y exigibles para todos sus miembros: lo que llamo las dimensiones de deber y de responsabilidad común. Un ejemplo de ello es la no violencia; la paz familiar. Es decir, si dos de mis hijos estuviesen, por ejemplo, en "guerra", todos nosotros en la familia tenemos el deber y la responsabilidad de detener eso. Tenemos el derecho de intervenir, y este es un derecho colectivo inalienable, ya que es parte de nuestro bien común como familia.

No es materia de decir, o de lavarse las manos: "son solamente ellos dos los que están en conflicto, y allá ellos". Así no funcionan las familias. Esa disputa entre los dos hijos es materia de todos los integrantes de esa familia.

La humanidad es una familia, reconozcámoslo o no. Somos un colectivo.

Y, en mi opinión, en este colectivo también hay bienes comunes donde hay derechos y responsabilidades comunes inalienables, que se deben exigir, sin importar quienes están envueltos. Ejemplos de estos bienes comunes son: la paz, la protección de nuestra naturaleza, la seguridad, la equidad... Se pueden agregar muchos más.

Hoy, el conflicto en el Medio Oriente, como también el matonaje que existe en otras partes del mundo, es una violación flagrante de nuestro bien común. Por lo tanto, TODOS los chilenos y TODOS los ciudadanos de este Planeta Tierra tienen el deber y el derecho de intervenir por la paz mundial. En la Corte de la Haya se define como criminal no sólo al que comete el crimen sino, además, a aquel que viendo que se está cometiendo un crimen, no lo detiene.

Todos los Israelís y todos los palestinos son parte de la familia. Yo los siento parte de mi familia.



Hoy, no es posible la indiferencia o reclamar "independencia" o "soberanía" para justificar las guerras, cualquiera que ellas sean.

Ya no hay hermano mayor en el mundo. Se perdió esa función. No hay organizaciones realmente globales que entiendan a la humanidad como un ente colectivo. Ese es la fuente del fracaso de la ONU y de otros órganos que responden a las prioridades y poderes egoísticos de ciertos países. Es así como el Consejo de Seguridad de la ONU debería ser electo democráticamente, en su totalidad, cada dos años, sin que NADIE tenga derecho a veto. La forma de operar en ese Comité ya tiene incrustado el cáncer del poder y del ego político y bélico.

TODOS nosotros debemos exigir, ahora mismo, el cese de esa guerra y el camino hacia una paz. Hay solución. Quien afirma que no hay solución es porque está lucrando de ese conflicto. Tiene que haber solución ahora y no mañana. Dejemos de pensar que esta guerra está en el Medio Oriente. Eso es desconocer cómo funciona lo más sagrado de la humanidad. Ese es un error del intelecto.

Chile está en el Consejo de Seguridad. Utilicemos esa plataforma como una plataforma de paz. Exijamos en forma inalienable este derecho a mantener el bien común de la humanidad.

Alfredo Sfeir, 31 de Julio 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014



La Paz Como Una Forma de Justicia Espiritual

Hay una gran diferencia entre la justicia material (ej., multas, prisión) y la justicia espiritual. Ambas necesitan de atención, particularmente hoy que somos testigos de una guerra devastadora en el Medio Oriente.

En mi camino iniciático, he tenido el privilegio de aprender y experimentar dos dimensiones fundamentales de la justicia espiritual.

La primera es que la compasión, la justicia espiritual, y el poder interior, son las bases esenciales de la paz. Estas tres dimensiones tienen que ir juntas. Son dimensiones inseparables. Por ejemplo, no puede haber justicia espiritual o material, sin que haya compasión o poder interno. Ni tampoco puede haber poder interno sin que haya justicia espiritual y compasión.

La segunda, es que la justicia espiritual es la auto-realización del "estado opuesto"; al estado que violó la justicia en su primer término. Es decir, si se trata de odio, para alcanzar la justicia espiritual es necesario que se auto realice el amor. Si se produce la muerte (ej. crimen) se debe auto-realizar la vida. Hoy en la justicia material, se encarcela a los violadores de la vida, y las cárceles les enseñan como violarla más eficazmente! Las cárceles deben ser centros de auto realización de lo opuesto al acto que llevó a la encarcelación de una persona.

Lo mismo sucede con el conflicto en el Medio Oriente: estamos en guerra, y es necesario crear las condiciones para la auto-realización de la paz. Si este proceso no está en curso, habrá más guerras y más devastación humana y material. Todos los que están envueltos en esta guerra deben entrar en el espacio de la paz interior. No hay otra alternativa para alcanzar la justicia espiritual.

Meditación, silencio, yoga, oración, contemplación... nos están esperando para abrir el camino a la paz verdadera. Demos el ejemplo al mundo entero de que estamos comprometidos con la paz.

Alfredo Sfeir, 1 de Agosto 2014.

Un Llamado a Todos Los Premios Nobel de la Paz

¿Dónde están los Premios Nobel de La Paz, mientras mueren miles de personas en el Medio Oriente?

Yo imaginé que estaban en el medio de la balacera tratando de mediar el conflicto. Pero, aún no he visto ninguna noticia internacional que se refiera a eso (trato de ver diariamente a la CNN Internacional, BBC, y otras cadenas de TV). Tampoco he visto a B. Obama en una postura real de paz; quien recibió el Premio Nobel con la siguiente afirmación de la Fundación Nobel: "Por sus extraordinarios esfuerzos para fortalecer la diplomacia internacional y la colaboración entre los pueblos" (Wikipedia). Esto es muy curioso. Esto es muy vergonzoso.

Más aún, si uno ve cuales son los países que han recibido más veces este premio, ellos son USA y Reino Unido, quienes son, en la práctica, los que más venden armamentos en el mundo. Son los que financian las guerras. Alguien podría argumentar que estos premios han sido entregados a ciudadanos de esos países y no a los países referidos anteriormente. Este es un argumento muy parcial en tanto que los personajes que han recibido dicho galardón, como es el Presidente Obama (¡un presidente!), son personas de gran influencia dentro de sus países y del mundo entero!

Yo estoy dispuesto a ayudar para organizar una reunión aquí en Chile con todos los Premios Nobel de la Paz, con la idea de establecer una estrategia ciudadana mundial para alcanzar la paz en el planeta. Y, naturalmente, lograr una solución inmediata al problema del Medio Oriente. Esta reunión debería dar lugar en una región remota de nuestro país, con una preferencia por nuestra Isla de Pascua, y lograr lo que llamaría "La Declaración de 'Pazcua'", que debe atañer a toda la humanidad.

Hago un llamado a quienes han recibido el Premios Nobel de La Paz a unirse para que, junto a todos los ciudadanos de este planeta, formemos "La Asamblea Ciudadana Por La Paz del Mundo (ACIPAM)".

¡Paz ahora! ¡Todos unidos por la paz del mundo!

Alfredo Sfeir, 1 de Agosto 2014.



¿Si la paz es la respuesta, Cuál es la pregunta?

Una de las grandes preguntas es ¿por qué muchos no quieren el estado de paz? Hay ciertos elementos que podrían aproximar una respuesta.

Uno de ellos es que se están gastando trillones de dólares al año en armamentos. Estos constituyen un sector económicamente muy rentable y una gran fuente de inversión pública, como lo es en USA. Más aún, para vender estas armas, los productores de armamentos necesitan armar a otros y crear conflictos permanentes y seguir vendiendo. Una visión, una lógica, una manera de conducir al mundo que millones de habitantes vemos como deplorable. Debería haber un acto masivo de desarmamiento global; no sólo de los países pequeños. Este proceso tiene que empezar en los países que producen estas armas. La industria de armamentos debe dismantelarse ya.

Otra razón, es el ego nacionalista, que lleva al dominio de alguna parte del mundo. Esto se justifica de mil maneras, pero es claro que uno de los criterios más poderosos para ejercer este dominio es la existencia, de facto o potencial, de recursos naturales estratégicos. Llámese agua, petróleo, oro, uranio... Nosotros somos un país que posee una cantidad importante de estos minerales estratégicos. Ojalá que no nos trasladen las guerras para nuestra región. Por muchos años se dice que la guerra en el oriente medio es toda acerca de estos productos estratégicos. No es esa guerra religiosa a la cual se hace tanta referencia.

Más aún, hay una concepción de ciudadanía muy estratificada, inducida conceptualmente con un propósito. Hay países que en su cultura política y en la práctica cotidiana piensan que hay ciudadanos de primera y segunda clase. Los últimos pueden ser sacrificados. Es así como la vida de un soldado puede justificar la muerte de miles de personas. Esta manera de pensar se repite en los esquemas de desarrollo económico dentro de nuestros países y en muchos otros aspectos de la vida. ¡El lenguaje lo refleja todo! El establishment de poder acepta que se use cierto lenguaje con la clase dos y no con la clase uno. Sería interesante que identificáramos esas formas de lenguaje, y ver si en Chile estamos sufriendo de ese mismo fenómeno.

No es menos importante la idea de un poder hegemónico en el mundo, que tiene sus orígenes, como en las épocas de la Edad Media, en una ganancia bélica y en su riqueza material, que se impone como resultado de esa ganancia bélica. Toda el alma de una nación que se impone, o cree que es hegemónica, se dedica permanentemente a alimentar ese poder hegemónico, o solo o a través de alianzas estratégicas en el Asia, Medio Oriente, África, o América Latina. Así vemos la imposición de reglas del juego definidas como necesarias y obligatorias para mantener ese poder hegemónico. Y en eso estamos hoy. Por lo tanto debemos esperar todo tipo de intervenciones para alimentar este poder hegemónico.

Hay muchos otros elementos que podría explicar el por qué no alcanzamos la paz. Lo sé.

Pero, quisiera decir que estoy convencido que hay caminos posibles para salir de esta trampa.

Si la alimentación de una hegemonía es de naturaleza material, nosotros debemos adquirir rápidamente la hegemonía espiritual. Hoy, ahora mismo. La hegemonía espiritual es mayor que la material. Y, si la alimentación de una hegemonía es de naturaleza bélica, nosotros debemos adquirir rápidamente la hegemonía de la paz. Todos nuestros embajadores, todos nuestros líderes en el poder, todas las instancias institucionales que se nos presenten, deberían ser nuestro espacio para avanzar en lo espiritual y la paz.



Muchos ven como concreto, claro, visible y palpable la estrategia hegemónica de hoy: material y bélica. Y, como consecuencia, estas mismas personas ven a la estrategia espiritual y de paz como no concreta, indefinible... Nada más alejado de la realidad. Lo primero es dismantelar la LÓGICA de la materialidad y el conflicto, en la educación, en los libros de texto, en los currículos, en la TV, radio y otros medios de comunicación, en las religiones y corrientes espirituales, etc. En lo bélico, nuestros países no deberían producir armas de ninguna naturaleza. Deberíamos producir TODO lo que fuese necesario para alcanzar prosperidad en paz.

Debemos tener una preocupación inmediata para eliminar la hegemonía material y bélica dentro de nuestro país. Debemos eliminar el pensamiento que nos lleva a ciudadanos de primera o segunda clase. Debemos dar el ejemplo mundial de que es posible la prosperidad material en paz y armonía con todos y todo. La inequidad, el conflicto con nuestros pueblos originarios, la discriminación, la violencia diaria, la pobreza... en nuestro país es la expresión de la cual he compartido a nivel internacional.

Empecemos por nuestra casa. Hay otro camino.

Alfredo Sfeir, 4 de Agosto 2014.

Nuestro Momento Histórico: La Humanidad Como Un Colectivo



Hay pocos momentos en la historia de nuestras vidas en que debemos hacer tanto por la humanidad. El hombre prehistórico no sabía realmente quien vivía en el otro continente y, es probable, que ni siquiera tenía idea si había realmente otro continente.

Hoy estamos en otra era; la era en que la humanidad es una familia.

Este es uno de los cambios más grandes que vivimos en este mismo instante. La tribu no es aquella que está junto a mí, con mi religión, con mis ideas, con mis valores y con mi cultura. No es la sociedad uniforme, cohesiva, vertical, y robusta. Hoy, la verdadera tribu, si se pudiese usar esa palabra, es la humanidad en su totalidad, con su diversidad, diferencias, culturas, religiones, valores, sistemas políticos... ¿Cómo redefinimos entonces las nociones de inclusión, justicia, paz, cooperación, equidad, etnicidad, solidaridad...?

Las guerras demuestran claramente que aún no llegamos a ese estado de conciencia colectiva en que las diferencias no representan una fuente de desunión y conflicto. Hoy, tenemos el gran desafío de redefinir nuestro camino colectivo, que realmente NO es la suma de los caminos individuales. Es mucho más que eso. Hoy tenemos que cambiar nuestro espacio espiritual para ser contenedores de muchas formas de fe, religión y espiritualidad. Eso NO significa perder tu propia identidad.

Hay muchas virtudes que no las habíamos tomado en cuenta, porque, varios siglos atrás, la humanidad no necesitaba muchísimo de ellas a nivel internacional. Siempre se han necesitado a nivel de familia, barrio, pueblo...

Sólo comparto una muestra muy pequeña de estas virtudes que, de ser auto-realizadas, acabarán con todas las guerras. Ustedes pueden agregar más virtudes!

Empatía, Perdón, Abnegación, Seguridad, Ayuda, Bien Común, Empoderamiento, Colaboración, Conciencia, Verdad, Confianza, Diálogo, Cooperación, Ética, Generosidad, Solidaridad, Justicia, Amor, Compasión, Gratitud, Templanza, Compromiso, Respeto, Responsabilidad Compartida, Servir, y Tolerancia.

Mundo en paz. Mundo de Paz. Mundo por la paz.

Alfredo Sfeir, 5 de Agosto 2014.

¿Hasta cuándo?

¡Hasta Cuándo!

¿Hasta cuándo estamos en guerra?

¿Hasta cuándo destruimos el medioambiente?

¿Hasta cuándo eliminamos especies del planeta?

¿Hasta cuándo concentramos riqueza material?

¿Hasta cuándo permitimos la venta de armamentos?

¿Hasta cuándo seguimos tolerando la pobreza?

¿Hasta cuándo discriminamos?

¿Hasta cuándo seguimos alimentándonos mal?

¿Hasta cuándo esperamos tener justicia y equidad?

¿Hasta cuándo le faltamos el respeto a nuestros
pueblos originarios?

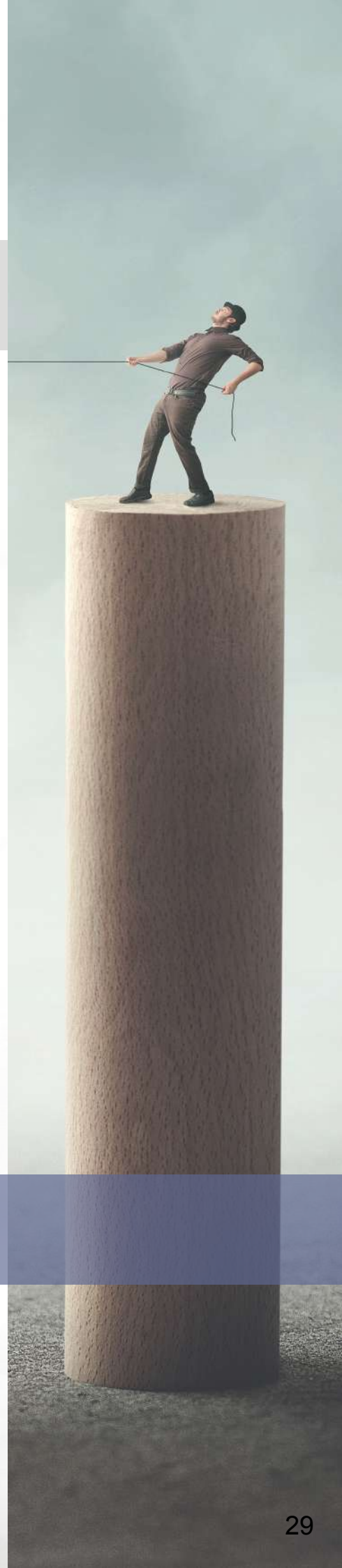
¿Hasta cuándo observamos pasivamente la
destrucción del planeta?

¿Hasta cuándo vamos a tolerar lo que está
pasando?

¿Hasta cuándo...?-

Alfredo Sfeir, 8 de Agosto 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014





Día Internacional De Los Pueblos Originarios

Estoy consciente de mi alquimia de origen. Sé que hay un origen, porque si no hubiese un origen no habría ningún destino. Esto no es una frase de lógica o un eslogan. Esto representa para mí una experiencia real, interna, única y especial que ojalá todos podamos tener.

Cuando hubo origen, los primeros habitantes de este planeta lo sabían. Ellos eran los pueblos originarios. Ellos traían consigo esta alquimia de origen y, con ello, las reglas del juego de nuestro destino colectivo. También, ellos sabían que para vivir en este planeta había que sustentarse con reglas muy fundamentales de la vida. Que no se podía violar las bases de la Ley Natural. Que el ser humano era uno con la naturaleza. Que somos tierra. Que somos agua. Que somos espacio. Que somos viento. Que somos fuego. Es por eso que la cosmovisión de nuestros pueblos originarios no contiene la distinción entre lo llamado humano y lo natural. Todo es UNO.

También, sabían que la naturaleza era un ente vivo, no algo inerte. No era una "cosa". Y que ellos eran parte de millones de formas de vida y de fenómenos naturales que había que respetar y, juntos, ir co-creando en esa evolución que comenzaba. Todo estaba interconectado. Todo estaba en una matriz consciente. Consciente de lo que verdaderamente significa el mar, las lluvias, las montañas, los ríos, las nubes, el sol, la luna, las estrellas... Que todo ello tenía un contenido material y espiritual al mismo tiempo. Esa era la conexión primaria, originaria, fundamental, elemental, básica, y maestra. Ellos sabían, y saben, que la desconexión de lo primario no nos lleva a nuestro verdadero destino.

Hoy, estas conexiones han prácticamente desaparecido. Hay que dar muchas conferencias para que se tome consciencia de estas conexiones tan transcendentales. Es por eso que, en la práctica, a muchos no les interesa realmente que haya cientos de hectáreas de relaves mineros, contaminando nuestras aguas subterráneas y los ríos. Es por eso que la destrucción de nuestros bosques nativos está motivada por el valor que le da el mercado a la "madera", y no por la sabiduría de millones de años que contiene el ADN de esos árboles. Todos los temas se han convertido en economía, finanzas y política. La ciencia ha llevado esta forma de pensar a su límite; un límite que nos lleva por un camino desastroso.

No sé cómo explicarle a mi nieta, quien adora a los pájaros, que hay personas que salen a matarlos. No sé cómo explicarle que tal río ya se secó y que no hay agua en esa parte del planeta. No sé cómo explicarle que se están muriendo los lobos marinos, las ballenas y los delfines porque botamos la basura al mar o contaminamos el agua de los ríos.

Han pasado años, siglos, milenios y aún habitan en nuestro planeta los pueblos originarios. Qué privilegio. Qué oportunidad más importante de vivir junto a ellos. Tengo una gratitud infinita a esta realidad, porque cuando me fallan mis herramientas, o me desvíó de la verdadera evolución humana, tengo aún donde ir, donde encontrar esa sabiduría.

Un saludo muy caluroso a todos los pueblos originarios de Chile y del mundo entero. Gracias por existir. Disculpen a nuestra "civilización moderna" que piensa que la naturaleza es para explotarla, venderla, y transformarla en dinero. Saludo a todos los sacerdotes maya que habitan en Las Américas. Saludo a mis maestros de los pueblos originarios de Guatemala, México, y USA, quienes con sabiduría y mucha paciencia me enseñaron tantas cosas importantes de mi vida.

En profundo respeto y humildad guardaré media hora de silencio por la salud y larga vida de nuestros pueblos originarios.

Alfredo Sfeir, 4 de Agosto 2014.



ALFREDO **SFEIR** 2014



Algunas Dimensiones Personales del Empoderamiento

- I. Conocerse a sí mismo.
- II. Apreciarse uno mismo como persona.
- III. No imponerse patrones de perfección innecesarios.
- IV. Parar el pensamiento y el discurso negativo.
- V. Controlar la manera en que hablas y te comunicas.
- VI. Trata de ayudar y servir a los demás.
- VII. Aprende a decir que no a las cosas que no van contigo.
- VIII. Habla siempre con convicción
- IX. Nunca uses la frase "no puedo".
- X. Cuando definas objetivos, cúmplelos.
- XI. Vive el tiempo presente.
- XII. Adopta formas sanas de interacción con los otros.
- XIII. No te enredes con nociones falsas de éxito.
- XIV. Trata de mantener niveles de equilibrio realistas de bienestar.
- XV. Confía en ti mismo.
- XVI. Trabaja en no generalizar tan rápido.

Alfredo Sfeir, 23 de Agosto 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014

Auto realizar nuestra divinidad

Para los cristianos el cordero, para los Sikhs el león, y para los orientales el dragón. No hay religión o espiritualidad que esté vacía del reino animal. Por lo tanto, nosotros tenemos que auto-realizar la divinidad en todos y cada uno de los animales, y así descubrir nuestra propia divinidad. Seamos el cordero, el león y el dragón.

Alfredo Sfeir, 20 de Septiembre 2014.

De lo Material a lo individual

Vemos muchos cambios en el mundo. Uno de los más importantes es el cambio tecnológico. Hoy este cambio tecnológico pasó de lo material a lo espiritual y de lo externo a lo interno. Es el cambio de nuestras "tecnologías internas" el que va a cambiar el mundo. El cambio dependerá del nivel de nuestra consciencia colectiva.

Alfredo Sfeir, 26 de Septiembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014





El amor

El amor no tiene preguntas; tiene solamente respuestas. Quien no ama a todos y a todo nunca ha amado a alguien ni a nada.

Alfredo Sfeir, 27 de Septiembre 2014.

La semilla y el alma

La semilla contiene todas las dimensiones y atributos de una forma de vida determinada. Por ejemplo, la semilla del rosal contiene todos sus colores, aromas, formas, espinas, tallo, ramas, pétalos, flores, hojas, etc. De la misma forma, un respiro (una inhalación) contiene todas las dimensiones y atributos de nuestra existencia humana. Toda la vida está alineada a través de una cadena infinita de respiros. El gran cambio de consciencia que todos queremos se dará cuando la naturaleza y el contenido de cada respiración contengan los valores colectivos de la humanidad. Respira paz y generarás paz. Respira amor y generarás amor. En tu cuerpo, mente y alma, y en el cuerpo, mente y alma de todos y todo.

Alfredo Sfeir, 4 de Octubre 2014.

Un líder sin propósito

"Un líder sin propósito es un peligro público.
Un propósito sin contenido es un vaso vacío.
Un contenido sin consciencia se derrama solo.
Una consciencia sin compasión destruye el alma.
Una compasión sin justicia es filantropía limitada.
Una justicia sin poder no llega a ninguna parte.
Un poder sin amor se transforma en dolor.
Un amor sin condiciones es UNO con TODOS.

Alfredo Sfeir, 12 de Octubre 2014.

La Auto confesión

La confesión más poderosa y significativa de nuestra existencia, aquí y ahora, es la auto-confesión. Ese es el momento donde nuestra alma está desnuda frente a los ojos del espíritu y frente a frente a nuestra propia realidad, sin interferencias de ninguna especie. Allí no hay testigos, excepto el testimonio de nuestra vida, la vida como la hemos definido nosotros mismos, la vida como la hemos realizado paso a paso, y la vida como la hemos enraizado dentro de un camino único e ineludible.

Una auto-confesión correcta nos llevará a nuestro Dharma, nos sacudirá de los karmas innecesarios, y nos limpiará el camino de nuestro destino individual y colectivo. Para ello se necesita mucho coraje y fuerza interior, junto con una voluntad férrea de cumplir nuestra verdadera misión en este Planeta Tierra.

El día que en Chile haya una auto-confesión verdadera, real y comprometida, lograremos la paz de todos y todo, y el bienestar que tanto estamos esperando.

Alfredo Sfeir, 10 de Octubre 2014.

Para Aquellos Que Están Escuchando Con El Corazón

Practicar un instrumental, o técnicas, de naturaleza espiritual no necesariamente va a crear un verdadero yogui o una verdadera yoguini. Hay una gran diferencia entre ser una instructora y una maestra. La práctica de una técnica de sanación no dará los resultados reales si el paradigma que el sanador tiene sobre nuestro cuerpo, mente y alma está equivocado. Somos un todo interdependiente.

Alfredo Sfeir, 8 de Octubre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014

Estando Muy Cerca de la Muerte

Para mucha gente el tema de la muerte es simplemente muy complicado. En la mayoría de los casos es preferible no pensar o saber nada de eso.

Estuve cerca del "despegue" de una persona, quien en este momento aún está con nosotros. Es un fenómeno complejo, culturalmente pesado, y lleno de espacios que hay que reconocer. La cercanía al momento del despegue tiene elementos claramente energéticos y aspectos fuertemente emocionales, y un sinfín de experiencias que se viven en un tiempo muy corto, tanto para la persona como para el que la acompaña.

Quizás, una de las lecciones más importantes a considerar es la necesidad de estar preparado para ese momento. Esto tiene una dimensión social, ya que alrededor hay familia y un número de apegos que aparecen recobrar vida en ese momento. Esto tiene una dimensión personal, donde finalmente la verdad cruda y transparente aparece en todas sus magnitudes y, ciertamente, no se la puede evitar. Esto tiene una dimensión espiritual, que llega hasta el infinito de nuestra existencia tanto material como no material. Es aquí donde aparece ese nuevo camino a recorrer, con instrumentos y maneras diferentes. Hay muchas otras dimensiones.

Me quedó muy clara la importancia que tiene la ley del karma. Lo incambiable: en algún punto del tiempo y espacio todo tiene que quedar saldado.

Es importante prepararse de manera adecuada para el despegue; para cuando la "torre de control" nos diga: llegó el momento. ¡Prepárate!

Alfredo Sfeir, 15 de Octubre 2014.





Piénsalo, medítalo, actúa!

No habrá consciencia medioambiental si no hay consciencia espiritual. Y, nunca habrá avances en nuestra consciencia espiritual si no hay grandes avances en nuestra consciencia ambiental. En la Edad Media el desafío de la humanidad era la reconciliación entre la religión y la ciencia (si la tierra era redonda). Hoy, el gran desafío que tenemos – particularmente la generación joven– es la reconciliación entre lo material y lo no-material. Entre la economía y la espiritualidad. La calidad de nuestro medioambiente es una de las bases más importantes de nuestra transformación espiritual. Mientras más destruimos nuestro ambiente y ecología, más limitantes tendremos para alcanzar niveles mayores de consciencia individual y colectiva.

Alfredo Sfeir, 20 de Octubre 2014.

Ser

Que la luz, el viento, el fuego, el agua, y las estrellas abran el camino, y definan la dirección, del cóndor que ya está emprendiendo su vuelo hacia la experiencia fundamental y, a la vez, elemental. Volar no es una ciencia, es el arte de SER. Cuando sentimos que no podemos SER nos estamos diciendo que ya no podemos volar. Comprometerse con el Planeta es comprometernos con nosotros mismos, con todas las formas de vida, y con todos los que vendrán.

Alfredo Sfeir, 15 de Octubre 2014.



El paradigma de uno superior y otro inferior ya caducó.

Hoy escuché muchas veces el término: "desarrollo humano integral" ¿Qué significa esto realmente? ¿Qué es "desarrollo"; cuál es su punto de referencia y su punto de destino final? ¿Qué significa "integral"; de qué integración estamos hablando? ¿Puede existir un desarrollo humano integral sin tomar en cuenta todas las formas de vida que existen en este planeta? Me hubiese gustado más el haber escuchado el término "transformación humana integral" y así lo puedo relacionar con los cambios fundamentales de consciencia, individual y colectiva.

Lo integral demanda una UNIÓN que sea armónica, equilibrada y coherente. Demanda alcanzar un YOGA del cuerpo, de la mente, del alma y de la naturaleza (en sus dimensiones materiales y divinas). Tenemos que SER un TODO con TODOS Y TODO. No me puedo integrar a mí mismo sin que me integre a todos ustedes y a todos los seres vivos. No soy una isla. La integración –como un estado, un proceso o una experiencia– no debería sugerir que hay alguien que es "superior" y otro que es "inferior", ya que todas las partes que se unen son tan importantes como las otras...

La naturaleza no es inferior a nosotros, ni nosotros somos inferiores a la naturaleza.

Alfredo Sfeir, 5 de Noviembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014



El Espíritu Del Liderazgo O El Liderazgo Del Espíritu

Es imposible pensar en un verdadero líder del Siglo XXI que no esté inmerso en un camino espiritual. La dimensión espiritual del liderazgo es fundamental. La dimensión del SER, de MI SER, de NUESTRO SER, del SER HUMANO, de TODOS LOS SERES... De lo contrario, este liderazgo no tiene ninguna legitimidad. Ni debe ser practicado. Es un liderazgo que es hasta peligroso.

Igualmente, el espíritu, lo no material, el camino del ser, del Dharma, también necesita nuevas formas de liderazgo. También, el espíritu tiene que ser liderado (partiendo por tu propio liderazgo!). Un liderazgo que permita que se alimenten las condiciones necesarias para que la flor de loto florezca finalmente. Un liderazgo en que lo espiritual es verdadero y no se transforme en posturas simplemente ideológicas o institucionales.

Necesitamos una gran fuerza espiritual en el liderazgo. Y necesitamos liderar nuestro espíritu individual y colectivo.

La economía, la política, la tecnología, la ciencia, el emprendimiento, la justicia, la gobernancia, la democracia, la constitución, la institucionalidad, la nación...no están ajenas a estas reglas de oro. Mientras no se sigan estas reglas todo será más de lo mismo. naturaleza.

Alfredo Sfeir, 12 de Noviembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014

¿Debemos poner atención a lo que nos falta o lo que nos sobra (un decir)?

En general estamos muy preocupados por lo que nos falta, y con justa razón. Sabemos de las necesidades materiales y vemos como muchos viven en pobreza en nuestro país y en el planeta. Muy poco nos preocupamos de lo que nos sobra. Cuando digo "sobra" me refiero a los excesos innecesarios, tanto a nivel individual como colectivo. Estando en India lo que falta se presenta frente a los ojos diariamente. Sin embargo, también se ve lo que sobra. Sentado en uno de los templos importantísimos del mundo, entre una gran masa humana (miles y miles), sentados en posición yoga, era el único al cual le pisaban un pie. Me preguntaba por que no lo veían y simplemente pasaban por encima. Cierro los ojos buscando una respuesta y oigo unas frases que me marcan muchísimo: "mira lo que te falta y también mira lo que te sobra. Te pisan porque hay algo que te sobra. Algo que ocupa el espacio de la persona que tienes al lado tuyo..." Esta experiencia ha creado una dimensión muy profunda, junto a reflexiones interminables. ¿Que nos sobra como nación? ¿Donde debemos poseer menos? ¿Hasta cuándo consumimos tanto? En la economía nos sobra exclusión e inequidad. Hay que eliminarlas. Necesitamos cooperación, solidaridad y justicia. En la política nos sobra ambiciones partidistas y sectarias y un poder mal entendido. Necesitamos compasión, visión colectiva, y jugarnos por las personas que deben alcanzar un bienestar adecuado. Y así sucesivamente: los negocios, la ciudadanía, nuestro entorno humano y natural, nuestro barrio, las ciudades, nuestros alimentos... En el modelo neoliberal le "falta" a muchos. Hay que cambiarlo por una economía consciente. Finalmente, debes ver lo que te falta y lo que te sobra. Puede que te sobre mal carácter, juicios y prejuicios innecesarios, ambiciones irrelevantes, actitudes inapropiadas, ego, arrogancia...

Alfredo Sfeir, 25 de Noviembre 2014.

La conexión

Cuando el teléfono celular se apodera de la espiritualidad. Quizás una observación. Quizás una broma. En las grandes aglomeraciones de devotos uno observa el papel que juegan los celulares. En una dimensión positiva, se ve como las personas sacan fotos de los templos, de sus familias, y de lo que se pueden llevar de recuerdo a sus aldeas. Un gran proceso de democratización. Por otra parte, también se ve como esta tecnología aparta a las personas de su momento de silencio y paz. Cientos de personas recibiendo llamadas y mensajes en medio de una ceremonia. La conexión es principalmente hacia afuera y no hacia adentro.

Alfredo Sfeir, 26 de Noviembre 2014.

La sabiduría del Ser

Vivimos en un mundo lleno de conocimiento pero que posee muy poca sabiduría. El destino del conocimiento es generalmente el hacer y el tener. El destino de la sabiduría es el Ser.

Alfredo Sfeir, 2 de Diciembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014



La Importancia Vital De Los Lugares Sagrados



El rango de lugares sagrados que hay en el mundo va desde los que son venerados y respetados minuto a minuto, hasta los que hoy están abandonados, y descuidados: sin vida ni alma espiritual. Muchas personas sienten que estos lugares no tienen ninguna importancia, y los asocian con una religión, una era del pasado, una civilización... Es importantísimo que todos volvamos a los lugares sagrados, sin importar la tradición espiritual, religión, etnia, etc. Un lugar sagrado verdadero es de carácter universal en el tiempo y el espacio. Eso lo hace sagrado. Ellos forman un 'tablero eléctrico', forman una 'matriz', forman un 'mapa vital', y forman un 'camino ineludible' para la humanidad. Su destrucción, su falta de preocupación y su desaparición están estableciendo un camino de oscuridad para la humanidad. Es fundamental iluminar y energizar todos los lugares sagrados y así restablecer la Gran Matriz de la vida en el espíritu. Ellos están en todas partes. No se trata de templos o catedrales solamente. En Chile hay muchísimos lugares sagrados, y es nuestra responsabilidad darles vida y preservarlos. Además, es un hecho que esa Gran Matriz esta totalmente integrada en nuestro cuerpo, mente y alma. Cada vez que nos conectamos con un lugar sagrado se enciende e ilumina una dimensión de nuestra vida. Formemos un movimiento para la preservación de todos los lugares sagrados de nuestro país y de las Américas.

Alfredo Sfeir, 29 de Noviembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014



Códigos, códigos y más códigos.

Observo a mi alrededor grandes bibliotecas llenas de códigos que responden a diferentes etnias, religiones, corrientes espirituales, culturas, filosofías políticas, castas, zonas geográficas, lenguas, medio ambientes naturales, y tantas otras dimensiones de la vida. Todos los seres vivos abrazan sus códigos. Los animales, árboles, insectos... tienen sus códigos. Es por eso que la diversidad en la naturaleza se manifiesta minuto a minuto. La verdadera diversidad requiere una expresión armónica, equilibrada, pacífica, e interdependiente. En su esencia, la diversidad representa ese espacio donde todos los códigos pueden coexistir en su máxima expresión. De lo contrario, todo resulta en inequidad, injusticia, y muchas formas de pobreza. El sistema neoliberal no solamente uniformiza a la fuerza nuestros códigos sino que además los destruye y extingue. Una gran pérdida de identidad. Un debilitamiento de nuestra diversidad intrínseca. Nos vamos desapareciendo como cultura, nación, y realidad. ¿Cuáles son los códigos que nuestras niñas y niños están aprendiendo? ¿A quién pertenecen esos códigos? El ser universal o el ser global debe tener su propia identidad. No podemos renunciar a nuestra esencia, o a los códigos que ordenan, nutren y transforman nuestra identidad. Lo mismo se aplica a nivel individual y a nivel nacional. Ser diferentes, pensar diferente, etc., no puede ser fuente de exclusión, disputas, insultos... Nuestro ambiente político tiene que cambiar sus códigos y transformar nuestra esencia humana y social en felicidad, paz, inclusión, y equilibrio. Piensa en tus códigos. Medita en como tus códigos se relacionan con los de otros seres vivos.

Alfredo Sfeir, 1 de Diciembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014

¿Cuál es la Respuesta?

Es imposible encontrar la respuesta correcta cuando la pregunta es incorrecta.

Cuando pides una respuesta a una pregunta, recuerda que ella era tu pregunta, y no la mía, y que esta necesita de tu respuesta y no de la mía.

Si la respuesta es La Paz, ¿cuál es la pregunta?

Si la respuesta es El Amor, ¿cuál es la pregunta?

Si la respuesta es La Unidad, ¿cuál es la pregunta?

Si la respuesta es La Sanción, ¿cuál es la pregunta?

Si la respuesta es...

Una reflexión: ¿Cuándo una respuesta es verdaderamente correcta?

Alfredo Sfeir, 3 de Diciembre 2014.

Códigos, códigos y más códigos

Hay códigos primarios (raíces, elementales) y códigos derivados. Cuando nos desconectamos de los códigos derivados podemos perder bienestar.

Cuando nos desconectamos de los códigos primarios perdemos la dirección y el verdadero sentido de la vida (todas las formas de vida). La extinción de las especies y de la biodiversidad es una catástrofe universal ya que allí solamente hay códigos primarios.

La sustentabilidad no es un eslogan; ella es la experiencia fundamental de nuestros códigos primarios!"

Alfredo Sfeir, 3 de Diciembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014

Códigos, códigos y más códigos

Códigos, códigos y más códigos

Es muy importante entender la naturaleza de los códigos primarios. La alquimia de nuestro origen incluye cinco grupos. Los códigos del agua, los códigos del espacio, los códigos de la tierra, los códigos del viento y los códigos del fuego. Ellos fueron entregados a las cinco tribus que empezaron a poblar el planeta. Hoy, pueblos originarios. Estos códigos hay que recuperarlos en todas sus magnitudes y dimensiones. Parte de ellos está aún en su forma primaria y pura. Parte de ellos se ha deteriorado o ha sido mal entendidos. Parte de ellos se ha perdido. La recuperación total de estos códigos es una tarea espiritual de gran importancia para nuestra humanidad. Los cinco grupos de códigos están íntimamente unidos en una interdependencia vital y profunda. La unión es posible a través de los códigos superiores, o divinos, revelados y no revelados. Todos debemos participar de este proceso de recuperación y auto realización de todos los códigos antes mencionados. Una fuente se encuentra en los lugares ancestrales sagrados. Pero la clave tiene relación con la ley de la proporcionalidad entre el contenedor (nosotros) y el contenido (los códigos). Trabaja tu conciencia ahora y ayúdanos a recuperar todos los códigos de la existencia de la vida y sus infinitas expresiones. Otra fuente es la conservación total de nuestra biodiversidad.

Alfredo Sfeir, 7 de Diciembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014



Códigos, códigos y más códigos

Códigos, códigos y más códigos

Tenemos que cambiar nuestros códigos políticos y económicos. Esto es mandatorio. En otras épocas de la historia de la humanidad ellos eran primarios y unidos fuertemente a los códigos divinos (espiritualidad). Hoy son códigos derivados y distorsionados. En el caso de los códigos políticos se cambió el poder interno por el poder externo (material). Se cambió a la cooperación por la exclusión. Se cambió a la ciudadanía por los partidos políticos. La economía ha seguido los mismos patrones de evolución. Un apoyo permanente a un materialismo individualista desenfrenado, acompañado de una destrucción brutal de la naturaleza y un deterioro progresivo de la humanidad. La vida como tal, y en todas sus expresiones, no es parte fundamental de los códigos políticos y económicos. Se han desconectado totalmente de los códigos primarios. Si estuviesen conectados a los códigos primarios no destruiríamos nuestro medio ambiente humano y natural. El próximo paso es crear las condiciones para que esta conexión consciente y poderosa se realice. De lo contrario seguiremos siendo testigos de una política mediocre y de una economía que beneficia solamente a unos pocos. Tenemos que ser arquitectos de este cambio. Esa es nuestra responsabilidad colectiva hoy. Un gran desafío. Hago un fuerte llamado de consciencia.

Alfredo Sfeir, 8 de Diciembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014

No todo se puede ver

No todo se puede encontrar. No todo se puede sentir. No todo se puede poseer. Para mí solamente lo que me corresponde. ¿Y para ti? ¿Y para nosotros? ¿Y para la humanidad? Si queremos ver más necesitamos desarrollar la sabiduría de nuestra visión.

Si queremos encontrar más debemos expandir nuestra consciencia contenedora. Si queremos sentir más tenemos que intensificar la experiencia de nuestro cuerpo sutil. Si queremos poseer más debemos auto realizar el total desapego. La gran ley del equilibrio material y espiritual.

Alfredo Sfeir, 14 de Diciembre 2014.

El tiempo es todo

Nunca se debe negar el pasado.
Siempre hay que vivir el presente.
Juntos debemos construir el futuro.

Alfredo Sfeir, 14 de Diciembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2014





¿Para quién es la Mente?

Ofrecerle a los otros sólo tu mente nos conduciría a una pérdida del camino de la humanidad.

Ofrecerle a los otros sólo tu alma nos crearía un sentimiento falso de felicidad interna.

Ofrecerle a los otros sólo tu cuerpo nos llevaría a un proceso de descomposición de nosotros mismos.

Ofrece todos ellos como UNO y contribuirás al colectivo divino.

Alfredo Sfeir, 12 de Enero 2015.

Los peores enemigos...

Los peores enemigos del alma, de la mente y del cuerpo están inmersos en las definiciones de lo que es verdadero o falso (realidad), o de lo que constituye un ganador o perdedor (éxito). La definición de verdadero y falso hace que la mente sea más perversa. La definición de ganadores y perdedores hace que el alma se transforme en una pantomima. Y todos, combinadamente, son la fuente principal de toxicidad en nuestro cuerpo.

Alfredo Sfeir, 11 de Enero 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015

Las experiencias del cuerpo y el alma

Las experiencias del cuerpo y alma son fundamentales para todos nosotros. Para esta vida, en forma de ser humano, éstas son inseparables. A medida que nuestra lógica aleja el cuerpo del alma – superior e inferior, afuera y adentro, material y espiritual—comenzamos a vivir en una dualidad total y plenamente apegada a las nociones de lo que es “correcto o incorrecto” (enjuiciamiento). Pero, cuando hay una unión total entre el cuerpo y el alma, entonces desaparece lo correcto o incorrecto.

Alfredo Sfeir, 13 de Enero 2015.

No soy tus palabras

¿Por qué pones tus palabras en mi boca todo el tiempo? ¿Acaso quieres tú que yo hable tu idioma? O, ¿Quieres tú que yo hable mi lenguaje con mis propias palabras? Nunca tendré la capacidad de hablar con tus palabras y, si lo hago, no tendrán ningún significado. No es posible que yo haga eso. Alimenta tus raíces en la naturaleza, en los bosques, en las montañas, en las praderas, y así podrás despertar tu dimensión divina.

Alfredo Sfeir, 14 de Enero 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015





Sustentabilidad Ahora !

Espero que las nieta/os y bisnieta/os del mundo puedan escuchar el ladrido de un perro, el cantar de muchísimos pájaros, el cacarear de las gallinas, el aullar de un zorro... Que puedan ver y apreciar un puma, un cóndor, un elefante... Que puedan bañarse en aguas naturales y cristalinas. Que puedan sentir la verdadera naturaleza en todo, incluyendo los alimentos que comen diariamente. Que puedan vivir en un entorno humano-natural si mayores enfermedades y epidemias. ¡Cambiar ahora! ¡Actuar ahora! ¡Paz ahora! ¡Sustentabilidad ahora!

Alfredo Sfeir, 20 de Enero 2015.

Nuestra América es una..

Nuestra América es una. Basta de dividirla en fronteras físicas, económicas, étnicas, ecológicas... Esto demanda una nueva manera de ver la soberanía. Siento que el momento está cerca para que nuestras conciencias sean testigos de millones de niños abrazándose con nuestros vecinos. La conciencia de esos niños no debe ser mutilada por los desaciertos que nuestra generación (o las pasadas) implementaron. Veremos danzar todos los bailes que alimentan las raíces de la vida y de todo lo que somos. Luchar contra ese horizonte, y evitar esos abrazos de fraternidad, es sacrificar lo más valioso que tenemos: nuestra herencia humana en su totalidad.

Alfredo Sfeir, 1 de Febrero 2015.

ALFREDO
SFEIR

La gratitud económica

Vivimos en un mundo material. Pero nos cuesta mucho administrar la riqueza material, que, como sabemos, termina en manos de muy pocos. La economía, como la practicamos hoy, no le importa "el otro". Es una economía sin gratitud de que tú existas, que la naturaleza exista, o que todos existamos. El mercado no tiene gratitud. El mercado destruye nuestra posibilidad de alimentar una "gratitud económica": la gratitud de compartir vivamente la riqueza material que finalmente nos pertenece a todos. La "gratitud económica" le da el carácter de "calidad" al bienestar material (no solo de cantidad). Practiquemos la economía solidaria como un primer paso a la existencia de la "gratitud económica".

Alfredo Sfeir, 18 de Febero 2015.

La gratitud étnica

La "gratitud étnica" existe desde el instante de tu concepción: tu razón de ser en el espacio (geografía, familia, cultura, valores...) y en el tiempo (cuándo llegaste, cuál es tu historia, cuáles son tus raíces y reencarnaciones...). La "gratitud étnica" tiene una dimensión personal y colectiva, demandando respeto a todas las etnias de este universo. La discriminación, falta de respeto, exclusión, destrucción étnica son la muestra de la inexistencia de "gratitud étnica". Lo étnico cristaliza la verdadera existencia terrenal, ancla espiritualmente a todos los seres vivos, y alimenta una cosmovisión donde todos somos UNO en este planeta.

Alfredo Sfeir, 18 de Febrero 2015.





La gratitud ciudadana

Ser ciudadano define nuestro sentido de pertenencia colectiva, junto a todos los derechos y a todas las responsabilidades de vivir en un colectivo humano. La "gratitud ciudadana" es la llave para abrir el espacio supremo de la consciencia colectiva, del ser colectivo, del actuar colectivo, del acuerdo colectivo, del contrato social colectivo... El empoderamiento ciudadano es el único camino hacia una verdadera democracia. Una democracia sin "gratitud ciudadana" es una carreta con un solo buey: solo da vueltas en círculos viciosos. Un empoderamiento ciudadano sin gratitud es un barco sin timón.

Alfredo Sfeir, 18 de Febrero.

La Gratitud Incondicional

La gratitud es una energía positiva de transformación humana. Hay que descubrirla, desarrollarla y aplicarla en todo momento y espacio. Ella nos hace contactarnos con lo que está más allá del fenómeno inmediato: para no sólo dar atención a la vela sino también a la palmatoria. Es agradecer lo merecido y lo no merecido, lo que pedimos y lo que no hemos pedido, los momentos buenos y los menos buenos, lo que existe y lo que no existe, lo manifestado y lo no manifestado... La gratitud incondicional elimina hasta el sonido de nuestras palabras.

Alfredo Sfeir, 18 de Febrero 2015.

Vivir la gratitud...

Para vivir la gratitud, hay que "darse cuenta". ¿De qué? De los beneficios recibidos, los impactos manifestados, las lecciones aprendidas... hasta en los espacios más sutiles de nuestra existencia. La gratitud es como "la profundidad de campo" que nos hace posible evidenciar la mejor máquina fotográfica del mundo. Sin gratitud no hay "profundidad de campo"; no vemos más allá de nuestras narices y actuamos en acorde con esa ceguera. Una forma de vida sin gratitud es plana y chata; allí no hay perspectiva.

Alfredo Sfeir, 18 de Febero 2015.

La gratitud del alma

Hay una gratitud que emana del alma, del cuerpo sutil, y que entra y sale del chacra de la fontanela. La naturaleza de esta gratitud es diferente a todas las otras que he experimentado. Es "la Gratitud Divina": una gratitud infinita e incondicional. Una gratitud que envuelve a la mente, el cuerpo y el alma. Una gratitud que no resta sino multiplica. Una gratitud que contiene todas las otras formas de gratitud.

Alfredo Sfeir, 18 de Febrero 2015.



La gratitud divina

La creación dio lugar dentro del espacio de la "gratitud divina". Hay que reconocer y nutrir la "gratitud ecológica"; la que abraza la inter-dependencia entre todas las formas de vida que existen en el planeta. La vida es UNA, con infinitas manifestaciones. La "gratitud ecológica" nos abre ese camino que valora lo crucial que es La Naturaleza en la vida humana. La "gratitud ecológica" conlleva las responsabilidades de la creación, protegiendo y disfrutando sin destruir y depredar lo que ha sido puesto a disposición nuestra. Quien no tiene "gratitud ecológica" nunca dará importancia a la relación entre la creación y la transformación humana.

Alfredo Sfeir, 18 de Febrero.

La gratitud intergeneracional

La gratitud va más allá del tiempo y el espacio, ya que ella constituye en sí misma "tiempo y espacio". Es por eso que debemos cultivar la "gratitud intergeneracional", quien posee la gracia, el ritmo, y la melodía tanto del pasado como del presente y el futuro. Sin la "gratitud intergeneracional" nunca respetaremos la existencia de los adultos mayores o de las generaciones futuras. La "gratitud intergeneracional" retroalimenta los lazos que unen el pasar del tiempo. El camino de la vida, en todas sus dimensiones, nunca debe ser truncado.

Alfredo Sfeir, 18 de Febrero 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Nocturna

Tengo una gran compañera que llega junto a mi infaltablemente todos los días: la noche. Su existencia en mi camino material y espiritual me ha hecho desarrollar la "gratitud nocturna". No puedo existir sin la noche, donde medito, descanso, me renuevo, sueño, y vuelvo a nacer al fin de su existencia. Esta "gratitud nocturna" viene elegantemente vestida de negro, iluminada por la luna, acompañada por las estrellas, dedicada al descanso del sol... A través de la "gratitud nocturna" auto-realizamos un silencio lleno de mensajes sutiles. La "gratitud nocturna" nos enseña a sentir profundamente "la continuidad" infinita entre la oscuridad y la luz. ¡No rompamos esa continuidad!

Alfredo Sfeir, 19 de Febero 2015.

La gratitud Diurna

No hay noche sin amanecer, así como no hay luz sin oscuridad. Solamente el amanecer me hace olvidar que otra noche se ha ido al descanso. Un ciclo donde mi gratitud es infinita: la "gratitud diurna". Ella me permite ver, verte, verlos, y orientar mi camino hacia un destino definido. Somos nada sin la luz del sol. Infinitos procesos naturales existen simplemente por un "nuevo amanecer". Con "gratitud diurna" miro incesantemente a mi alrededor, observo los procesos de transformación, y me incorporo plenamente a los ciclos de la vida.

Alfredo Sfeir, 19 de Febrero 2015.



La gratitud Presente

Conocemos a la "gratitud presente" cuando nos transformamos en un testimonio vivo y verdadero de lo que acontece en "el aquí y ahora". Soy un eterno agradecido de vivir ese instante, ya que esto representa un espacio de vida y sabiduría único e infinitamente gratificante. La "gratitud presente" me ayuda a desapegarme (no despegarme) con respeto y reconocimiento (las raíces) de mi pasado. La "gratitud presente" construye y nos conecta con nuestro futuro, permitiendo que el ciclo de la vida tenga su lugar sagrado. "Estoy presente!"

Alfredo Sfeir, 19 de Febrero.

La Gratitud Femenina

Estoy convencido que la gratitud tiene alma de mujer, empapada de su energía. Esta es la "gratitud femenina" que nos recuerda, momento a momento, que somos vehículos de la creación. Soy fruto de la "gratitud femenina" quien, en este universo sagrado, permite que el espíritu transite luminosamente a la materia; un fenómeno que 'me refleja de cuerpo entero'. La "gratitud femenina" es el origen del atributo 'calidad' en la vida cotidiana. Esta "gratitud femenina" se manifiesta en todos y todo. Nada puede existir sin ella. Esa es la divinidad que acompaña a la "gratitud femenina". Gracias.

Alfredo Sfeir, 19 de Febrero 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Masculina

Siempre hay que albergar a la polaridad y no quedarse arrinconado en una sola tendencia de la vida. La "gratitud masculina" es arte y parte de esta polaridad. Esta gratitud nos muestra el camino sagrado, e inevitable, que transita desde lo material a lo espiritual. En la "gratitud masculina" se alberga la dimensión "cantidad" dentro de todas las formas de vida que residen temporalmente en este planeta. A través de la "gratitud masculina" reconocemos el peso, la densidad, y la fuerza física. La siento en mis piernas cuando camino en la montaña y la reconozco en mi lucha por construir y proteger el espacio físico de mi espíritu.

Alfredo Sfeir, 19 de Febero 2015.

La gratitud Colorida

Gratitud infinita al ver tantos colores en mi vida; los colores externos e internos. La "gratitud colorida" me permite vivir la diversidad de una forma especial. Puedo ver a todas las razas humanas con un amor profundo y muchísimas variedades de rosas con admiración y humildad. Cómo puede existir tanta belleza frente a nosotros? La "gratitud colorida" le permite a nuestros ojos nutrir a 'la sabiduría de la visión'. Nos permite 'refinar' y 'unirnos' a través de las diferencias, importantes e indispensables, para vivir y amar la diversidad. Cuando reconozco un color determinado, veo lo importante que son las facultades de nuestro ser. No podría imaginarme un mundo sin colores o un mundo de un solo color.

Alfredo Sfeir, 20 de Febrero 2015.





La gratitud Perfumada

Aprendí cuán importante es la aromaterapia: donde sus facultades conllevan un bienestar material y espiritual para todas las formas de vida del planeta. Tengo una "gratitud perfumada" que me acerca o aleja de un espacio, de una criatura, o de un ser vivo, dándome la oportunidad de reconocer a través del olfato las propiedades universales de curación y sanación. Todo es como un gran milagro. La "gratitud perfumada" establece en nuestras vidas un camino único, donde auto-realizamos la presencia de un jardín milenario: el verdadero espejo de la vida. La "gratitud perfumada" crea el vehículo de la existencia etérea y espacial que transporta a los seres de luz que hoy tienen cero peso y cero densidad: una manifestación de lo verdaderamente angelical.

Alfredo Sfeir, 19 de Febrero.

La Gratitud Iluminada

El camino a la iluminación ha definido no solamente un horizonte que me ayudará a cumplir con mi contrato de vida (el dharma), sino que también ha abierto mis ojos a las opciones que debo escoger en cada punto del tiempo y del espacio (el karma). Hoy ha nacido una "gratitud iluminada" que se transforma en el faro visible, en relación al cual debo mantener mi total atención en momentos de tormenta. La "gratitud iluminada" alimenta la esperanza de que podemos expandir nuestras consciencias individuales y colectivas; fuente de gran gozo interior. Esta gratitud iluminada nos permite concentrarnos en la arquitectura y naturaleza de nuestro próximo estado espiritual: lo único que nos debería interesar ahora.

Alfredo Sfeir, 20 de Febrero 2015.

La gratitud Inocente

Pensaba que la pérdida de inocencia era un proceso irreversible. Cuando me decían: "perdiste tu inocencia" o "ya no eres inocente", desgarraba mi ser interior, aumentaba mi densidad, y hacía crecer mi peso material y espiritual. Hoy sé que eso no es cierto. Todo cambio interior nace de un espacio de inocencia pura. Es por eso que descubrí la "gratitud inocente" que me deja sin aliento al ver espacios vírgenes dentro del camino del ser. La "gratitud inocente" es esencial para abrir las puertas a un descubrimiento cotidiano de algo puro, nuevo, único y cautivante. La "gratitud inocente" nace en el espacio de la pureza absoluta. Renovemos la inocencia, descubramos los espacios puros. La "gratitud inocente" nos permite vivir en un estado donde 'todo es' y donde no existe el 'deber ser'.

Alfredo Sfeir, 20 de Febero 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015





La Gratitud Compañera

Como dicen por allí, nadie es una isla; y esto se refiere a la compañía de lo humano, natural, o divino. En la vida todo está acompañado: compañero y compañera, ying y yang, noche y día, luz y oscuridad... Es por eso que llevo conmigo la "gratitud compañera", que nos enseña que no estamos solos, ni que solos podemos llegar a alguna parte. La "gratitud compañera" nos ayuda a entender que nuestro aporte es muy pequeño en relación al aporte de otro, o de los otros. La "gratitud compañera" nutre nuestro 'sentido de mutualidad' frente a todas las circunstancias de la vida. Muchos piensan que ellos lo hacen todo. He llegado a un momento de gratitud que se alimenta un número infinito de veces con el mantra: "yo soy porque tú eres, tu eres porque yo soy".

Alfredo Sfeir, 20 de Febrero.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Floreada

Nunca podré ver a una flor si esa flor no me está viendo a mí. Las flores son una representación del espíritu divino que descansa diariamente en la belleza de lo que es capaz de crear. Me inclino ante la "gratitud floreada" porque mi ser no podría vivir sin sus colores, sin sus sabores, sin sus perfumes, sin su mirar... La "gratitud floreada" me recuerda siempre que tenemos que cuidar la belleza y el paisaje. La "gratitud floreada" me enseña que para ordenar nuestro jardín externo, debemos ordenar primeramente nuestro jardín interno. Esta forma de gratitud es como el sonido de una campa que vive en nuestro SER, y que nos llama a reconocer y vivir el paisaje interior de todo lo que experimentamos. La "gratitud floreada" me transforma, minuto a minuto, a través de la aceptación que este reino está lleno de sabiduría expresada a través de las flores. Las flores son el alfabeto que nos permite escribir la gramática de la Madre Naturaleza. No podría vivir en un mundo sin flores.

Alfredo Sfeir, 21 de Febero 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015





La Gratitud primaria

Gracias infinitas a los cinco elementos primarios de la vida: espacio, viento, tierra, agua y fuego. Sin ellos somos nada. La "gratitud primaria" me ha acompañado durante toda la vida, y lo ha hecho, especialmente, durante todo el periodo de mi sacerdocio maya. La "gratitud primaria" me ayuda a conectarme con mi origen verdadero, mostrándome la 'alquimia superior' que finalmente ha creado a este ser humano. Quien auto-realiza la "gratitud primaria" es un gran alquimista que es capaz de sanar cualquier enfermedad humana o natural. Si la "gratitud primaria" no se practica, dejaremos de existir como humanidad en la forma que la conocemos hoy. Es por eso que debemos eliminar todas las formas de contaminación que hoy existen. ¡Gratitud primaria ahora!

Alfredo Sfeir, 21 de Febrero.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Hoguera

El elemento fuego es indispensable para todas las formas de vida. Todo tiene fuego. La "gratitud hoguera" nos muestra cómo trabaja ese fuego con sus múltiples instrumentos: 'la llama', 'el calor', 'la luminosidad', 'la transmutación', 'la quema'... La "gratitud hoguera" me enseña cómo elimino la materia innecesaria, cómo cambio el camino de los karmas negativos, cómo ilumino un nuevo camino interior... La "gratitud hoguera" me hace recordar los pasajes sagrados donde el fuego ha manifestado tantas realidades nuevas a la humanidad, a través de la sanación perpetua, la presencia de seres de luz, los diez mandamientos, la llegada del Espíritu Santo, y mucho más. Esto se suma a la gratitud que tengo a mis Maestros Mayas que me enseñaron el arte del fuego, la dimensión sutil de este ser, el uso de elementos sagrados, y el respeto incondicional a la naturaleza. No contaminemos el fuego; un camino suicida para la humanidad. Este se contamina con tu negatividad, crítica ácida, falta de respeto, malas intenciones, ego desbocado...

Alfredo Sfeir, 22 de Febrero 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015





La Gratitud Espacial

Sin un 'espacio' desaparece el movimiento: una galaxia sin movimiento, un planeta sin movimiento, unas aguas sin movimiento, un cuerpo sin movimiento... Cada vez que me muevo entro en un estado de gratitud. Segundo a segundo abrazo la "gratitud espacial", sintiendo que no podría haber vida sin el 'elemento espacio'. La "gratitud espacial" remarca que todo tiene, y que todos tenemos origen y destino, comprometidos a llegar a ese destino. La "gratitud espacial" nos muestra infinitas dimensiones del espacio interior que, en algún momento, debemos conocer y recorrer. Para que crezca nuestra conciencia tiene que haber espacio interior. La Ley del Espacio Espiritual dice: "todos los estados del ser ocupan espacio". ¡Nunca podrás amar si no has creado ese espacio!

Alfredo Sfeir, 22 de Febrero.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Ventada

Somos como el viento que nos recuerda la velocidad y la dirección de la vida. Vivimos meses sin comer, días sin beber, y sólo segundos sin respirar (viento). La vida nace con el primer viento y se muere con el último viento (respiro). Cada vez que lo siento me nace la "gratitud ventada" que me despierta cuando no tengo claro la dirección de mi camino; pido ir a favor del viento de la vida y del universo. La "gratitud ventada" nos permite usar el viento en el transporte, la energía, la recreación, el enfriamiento, la siembra, la formación de suelos... La "gratitud ventada" posee los poderes intrínsecos del viento espiritual. Es por eso que el viento 'forma' lo que debo hacer y 'deforma' lo que debo dejar de hacer. La "gratitud ventada" es la escultora de lo material y espiritual, y la que trabaja permanentemente con la gran arcilla de la vida.

Alfredo Sfeir, 22 de Febrero 2015.



La Gratitud Terrena

¡Cómo no voy a tener gratitud con La Madre Tierra, con el elemento tierra! Mi "gratitud terrena" es tan grande que envuelve toda mi relación con la ley del karma, los intercambios kármicos y las deudas kármicas. Es en el seno de la Madre Tierra donde la "gratitud terrena" se expresa a través del alma y de la vida de 'lo femenino'. Es por eso que esta "gratitud terrena" se baña diariamente con una 'fuerza femenina' que invade y abraza a todos los rincones de esta Tierra. La "gratitud terrena" nos hace conscientes de que somos seres espirituales, con una gran oportunidad de vivir en esta realidad material. Es aquí donde debemos encontrar la llave maestra de nuestro próximo estado espiritual. Sin "gratitud terrena" te quedarás apegado y atrapado en la costra o carcasa de lo puramente material, sin sabor, sin sentido, sin amor y compasión... ¡Madre Tierra, no nos abandones!

Alfredo Sfeir, 22 de Febrero.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Fluida

Agua, no sabes cuánto me haces falta; te ansío, te echo de menos... El gran fluir de la vida pasa a través del agua sabia y cristalina de la creación. La "gratitud fluida" es una parte esencial de la transformación de todas las formas de vida que habitan en este planeta. Hasta te manifiestas en mis lágrimas cuando invade la tristeza. La "gratitud fluida" se duerme y se despierta en el espacio energético de nuestro corazón. La "gratitud fluida" me ayuda a manejar las emociones y a moverme dentro de miles de seres vivos y sintientes. Hoy no tenemos esta gratitud y estamos destruyendo todas nuestras fuentes de agua, incluyendo su contaminación. Somos agua, y el agua de nuestro ser interno es la misma agua de nuestro mundo externo. La "gratitud fluida" me enseña que el agua es un elemento vivo, que toma forma y se alinea en relación a nuestras consciencias, actitudes y comportamientos. ¡El agua es nuestra!

Alfredo Sfeir, 23 de Febrero 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015



La Gratitud Temporal

El tiempo es mi compañero; está a mi lado recordándome que hay un principio y un final. Es ese estado de consciencia –el caminar mi camino, caminar nuestro camino, hacia ese destino final– que ha hecho nacer la “gratitud temporal” dentro del Ser. Esta gratitud nos recuerda diariamente a las generaciones pasadas y futuras. La “gratitud temporal” alimenta continuamente nuestra responsabilidad en relación a todas las generaciones. Pero, la “gratitud temporal” también me hace vivir el presente, el aquí y ahora: una experiencia sublime, donde mi atención, mi compromiso, y mi concentración están con la ‘totalidad anunciada’ frente a mis ojos. La “gratitud temporal” crea el espacio de la ‘evolución humana y natural’, estas son dos dimensiones esenciales e inseparables de la vida.

Alfredo Sfeir, 1 de Marzo.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud vital

"Gracias a la vida, que me ha dado tanto..."
¿Quién puede olvidar esta frase (canción) tan importante para todos nosotros? La "gratitud vital" es la que mueve TODO dentro de esta forma de 'existencia' que estamos experimentando diariamente. La "gratitud vital" nos lleva a lo más esencial de nuestra existencia humana y natural; dos dimensiones inseparables para ser lo que somos y lo que queremos ser. ¿Quién puede olvidar el tango que aclama "que es un soplo la vida..."? La "gratitud vital" establece la naturaleza del tiempo, del momento, de la hora, de ese soplo que hace sonar el tic tac de nuestros relojes interiores. La "gratitud vital" abre el surco de una creación evolutiva que moldea el gran arado del Creador. Una evolución que tiene un sentido y un horizonte real, en lo no real. ¡Vive cada momento!

Alfredo Sfeir, 1 de Marzo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015





La Gratitud Mental

La mente, la mente, la mente... ¡Qué fuerte puede ser la mente! ¡Qué débil puede ser la mente! ¡Qué difícil puede ser la mente! ¡Qué maravillosa puede ser la mente! ¡Qué majestuosa puede ser la mente! Allí está dentro de nuestro cuerpo como un grano de lenteja, pero con un poder más grande que esta galaxia. La "gratitud mental" me cuesta pronunciarla o practicarla, ya que la mente, por momentos, también ha hecho de mi vida una verdadera esclavitud. Pero también la amo. La "gratitud mental" me transporta a espacios donde ninguna tecnología me puede llevar. La "gratitud mental" forma una arquitectura esencial de este largo caminar por La Tierra. ¡Gracias mente por ayudarme a escribir estos sutras de la gratitud! No te vayas, no nos dejes... Que tu compañía sea un vehículo transcendental de paz y armonía en el mundo.

Alfredo Sfeir, 2 de Marzo.

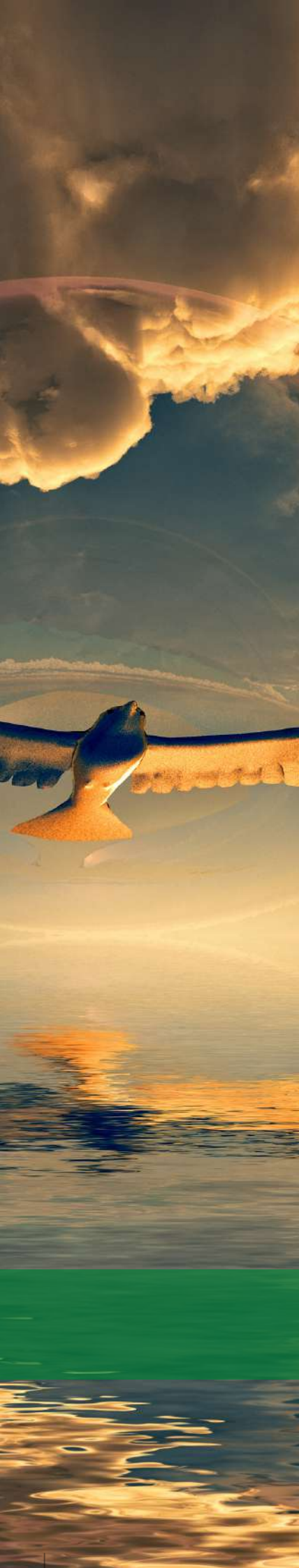
ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Corporal

El cuerpo humano es lo más grande y hermoso, y lo más inteligente, que nos ha entregado el Creador. Tengo una "gratitud corporal" infinita, sin límites, viva, radiante, y permanente. No se puede vivir sin la "gratitud corporal", y aquellos que así viven verán apagarse la vida del tiempo. Ha sido a través de la "gratitud corporal" que se me ha mostrado la igualdad entre el cuerpo, la mente, y el alma. No hay inteligencia diferenciada; eso es un error del intelecto. La "gratitud corporal" nos establece los límites de la vida material: ¡mientras más gratitud, más años de vida! Es la "gratitud corporal" la que le da vida a nuestra espiritualidad: sin vida corporal no existe la espiritualidad. El cuerpo es un templo, la "gratitud espiritual" es su luz. El cuerpo de luz es hijo de la gratitud.

Alfredo Sfeir, 2 de Marzo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015



La Gratitud Espiritual

¡Tu alma vive! ¡Tu alma vivirá para siempre! La "gratitud espiritual" da vida al espejo del alma, del cual conocemos muy poco. Dar gracias por esta dimensión de la naturaleza humana --de tener un alma, una naturaleza espiritual, sutil, e infinitamente inteligente-- no lo encierra todo. La "gratitud espiritual" crea un espacio de intercambio con lo más profundo que tenemos en esta vida: El Ser. La práctica de la "gratitud espiritual" expande el Ser, empapándolo de amor y compasión. La "gratitud espiritual" eleva la responsabilidad por un futuro colectivo. Esta es la gratitud al alma, que dentro de mi cuerpo vive. Tu alma y mi alma están y estarán siempre unidas. Tenemos un alma colectiva que reclama nuestra atención, ahora. Gratitud al 'alma de Chile'.

Alfredo Sfeir, 2 de Marzo.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Contigo

Yo soy porque tú eres... Sin ti soy nada. Este es el reconocimiento de la "gratitud contigo", en reconocimiento que me haces un ser social, y un ser con el otro y no solamente conmigo mismo. La "gratitud contigo" me ayuda a conocer el perdón, a perdonar y ser perdonado: un camino definitivo hacia la paz interior. La "gratitud contigo" eleva infinitamente el poder de 'La Ley del Karma', aquella ley que dicta tu existencia en todo lo que hago, no hago, digo, no digo, pienso, no pienso... La "gratitud contigo" le da un verdadero sentido al amor y la compasión, que nacen simplemente porque te reconozco en mi propia existencia. La "gratitud contigo" nos ayuda a eliminar ese egoísmo que nos corroe, permitiendo la destrucción ambiental, la pobreza, la marginalización... Solamente contigo seremos nación, seremos ciudadanía, seremos unidad y cooperación...

Alfredo Sfeir, 2 de Marzo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015



La Gratitud Nostra

Yo soy porque todos somos... Esta es la "gratitud nostra", del nosotros y nosotras, como una nueva unidad, una nueva forma de interacción, un nuevo paradigma de la humanidad como un ente colectivo. La "gratitud nostra" nos muestra que no podemos ser solamente individuos separadamente de todos los otros individuos. La "gratitud nostra" nos da la posibilidad de conectarnos, como humanidad, a todos los seres vivos que habitan este planeta. Como no voy a tener gratitud que ustedes existan, que los seres vivos existan, y que todos están dentro y fuera de mí, como una cadena infinita de consciencia pura. Esta "gratitud nostra" hace nacer la ética social, que alimenta la igualdad, la justicia y el camino colectivo. Esta gratitud dialoga permanentemente en el alma del generoso, compasivo, considerado... La naturaleza vive esta gratitud permanentemente. Es parte de sí.

Alfredo Sfeir, 3 de Marzo.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Rivareña

Nuestros cuerpos existen porque tenemos un sistema sanguíneo vigilante y energizante de nuestra salud y bienestar. Los ríos son las venas y las arterias de la Tierra. Tengo una "gratitud rivereña" que me dice que la sangre de la Tierra es la expresión externa de nuestra propia sangre. La "gratitud rivereña" nos enseña que la contaminación de los ríos es equivalente a contaminar nuestra sangre. Es por eso que la pérdida de glaciares es la pérdida del origen terrenal de muchos ríos, cascadas, y esteros. A través de la "gratitud rivereña" lo siento todo en las entrañas del ser, los siento a todos palpitar dentro de mis manos y acariciar cada rincón de la piel, y las abrazo a todas porque son la base permanente sobre la cual fluyen mis sentimientos. Cuando recuperemos nuestros ríos, recuperaremos nuestra salud.

Alfredo Sfeir, 3 de Marzo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015





La Gratitud Montañosa

He vivido muchas veces en los brazos de grandes montañas. Mi país existe porque existen las montañas. Es por eso que la "gratitud montañosa" tiene una importancia vital para todos los ciudadanos de nuestra nación. La experiencia de una "gratitud montañosa" me ha mostrado vivamente las relaciones que existen entre la tierra, los glaciares, el ciclo del agua, la fertilidad...y todo aquello que es parte central de la vida. La "gratitud montañosa" me hace ver vivamente quienes ellas realmente son, junto a su infinita espiritualidad. Y, es así como veo a tigres, elefantes, dragones... y tantos seres de luz en cada una de ellas. La "gratitud montañosa" me recuerda siempre que tengo que ir subiendo de estado de consciencia. Las montañas son templos sagrados tanto fuera como dentro de ellas. Millones de seres vivos habitan dentro de ellas.

Alfredo Sfeir, 4 de Marzo.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Animal

Los animales son 'piezas maestras' dentro de la matriz de vidas y de múltiples reencarnaciones. La "gratitud animal" aflora una realidad diferente: que los animales son parte integral y esencia de la vida (todas las vidas), y de todos los procesos de sanación humana y natural. La "gratitud animal" me han enseñado que los animales poseen una inteligencia primaria e indispensable para desarrollar la nuestra. La "gratitud animal" está presente minuto a minuto en nuestras vidas. No es materia solamente de derechos (que si reconozco como importantísimos), es también materia de Ser (consciencia) y de transformación humana. La "gratitud animal" me ha llevado a no maltratarlos, a quererlos inmensamente, a crear una hermandad, y a no comérmelos. ¡Nosotros no podemos vivir sin los animales, pero los animales sí pueden vivir sin nosotros!

Alfredo Sfeir, 4 de Marzo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015





La Gratitud Voladora

Es tanta la densidad y el peso que poseemos, que ya hemos perdido nuestra habilidad de volar. Pero, no dejo de mirar a los pájaros y de reconocer su sabiduría durante su despegue, vuelo y aterrizaje. Tengo una "gratitud voladora" que me identifica con los cóndores, las águilas, las gaviotas, las golondrinas, las lechuzas... La "gratitud voladora" renace en nosotros la necesidad de saber cómo despegarnos de tantas cosas a las que estamos apegados, de mejorar nuestro vuelo y alcanzar nuevas alturas de vida, y de perfeccionar nuestro aterrizaje en realidades esenciales de la vida. La "gratitud voladora" me revuelca cuando veo que el ser humano sigue extinguiendo tantas especies que vuelan, o veo que salen a cazar como un acto machista que refleja un ego perdido y arrogante. No tenemos necesidad de comer a nuestros hermanos pájaros.

Alfredo Sfeir, 5 de Marzo.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Montañosa

Las rocas son seres vivos. Ellas hablan y nos responden al mediodía. Hemos pasado del mundo vegetal al mundo mineral; este es un cambio importantísimo en la evolución de todas las formas de vida que habitan nuestro planeta. Tengo una "gratitud rocosa" que corre por todo mi cuerpo. Esta "gratitud rocosa" nos muestra diariamente que necesitamos una base firme y fuerte para sostener nuestros cambios de consciencia. La "gratitud rocosa" es suave, sutil y frágil; necesita de nuestra alimentación permanente. La "gratitud rocosa" se revela de una forma muy espiritual: a través de un reino mineral que sostiene la parte ósea de nuestra Madre Tierra. Sin las rocas no habrá grandes vertientes de agua, o vertientes de agua que duren mucho tiempo. La "gratitud rocosa" nos afirma el papel que tienen las rocas, piedras y todo el mundo mineral en la transformación humana material y espiritual.

Alfredo Sfeir, 5 de Marzo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015





La Gratitud Boscosa

Los bosques nativos son mi biblioteca, donde encuentro respuestas a mi ser interior. Es a través de la "gratitud boscosa" que puedo escuchar las palabras divinas que emanan de los árboles. La "gratitud boscosa" me permite tener la experiencia de como con un ADN milenario se puede hacer vibrar mi propio ADN. Un concierto indispensable para entender la interdependencia profunda que existe entre todas las formas de vida. Como sacerdote maya esta gratitud boscosa se transforma en una Gran Maestra del funcionamiento de la Ley Natural, que muchos piensan es inferior a la Ley Humana; ¡muy fuera de la realidad! Nunca deberíamos explotar, cortar o destruir un bosque nativo: es como quemar la biblioteca antes de leer los libros.

Alfredo Sfeir, 5 de Marzo.

ALFREDO **SFEIR** 2015

La gratitud Desértica

Amo haber nacido en un país que posee uno de los desiertos más grandes del mundo. Me identifico plenamente con la vida en el desierto. La "gratitud desértica" hace vibrar mis sentimientos de autoestima y autorrealización. Muchos de los grandes maestros se iluminaron en el desierto, con el calor, el sol, el viento, la arena, el horizonte infinito, la soledad, la verdad desnuda, las noches frías... La "gratitud desértica" me hace sentir que tenemos una riqueza de la cual sabemos muy poco, y lo que sabemos (existencia de minerales) lo abordamos de una forma no sostenible. La "gratitud desértica" me llama a amar los oasis que aún están presentes y que con tanto cuidado los han preservado nuestros pueblos originarios. La gratitud desértica me obliga a inclinarme a la divinidad del agua, que tanto hemos maltratado y ensuciado. ¡Desierto, no te vayas, te queremos con toda nuestra alma!

Alfredo Sfeir, 5 de Marzo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015



Gratitud Ahora !!!

Cómo no voy a tener gratitud a mis profesores. Profes a ustedes les debo todo.

Cómo no voy a tener gratitud a mis padres, que han sido los vehículos materiales de mi vida. Una "gratitud paternal" única y especial.

Cómo no voy a sentir eterna gratitud a mis hijos. Gracias por existir. Gracias por ser parte de mi constelación. Gracias por entender.
¡Gracias por aguantarme!

Cómo no voy a tener gratitud a los hijos de mis hijos. Gratitud a mis nietas.

En gratitud a ustedes lucharé siempre para que tengan un medioambiente sano, digno y sostenible.

Alfredo Sfeir, 6 de Marzo 2015.

ALFREDO
SFEIR

Gratitud Ahora !!!

No sé cómo agradecerles a todas y a todos. Pero si sé que siento una "gratitud total" que cultiva todos mis sentidos y darme cuenta diariamente que soy parte de ustedes, que soy uno más dentro de este océano de vida. La "gratitud total" me muestra la verdadera inmensidad de la vida, donde no hay limitaciones, donde no hay fronteras, y donde no hay límites que no podamos vencer. En la "gratitud total" no hay vencedores ni vencidos; solamente hay seres en busca de su propio destino y del destino común de la humanidad. Es en la "gratitud total" donde nace mi esperanza que podemos alcanzar la paz, vivir en el amor, y encontrar un futuro mejor para toda la humanidad.

Alfredo Sfeir, 6 de Marzo 2015.

ALFREDO
SFEIR

Gratitud Ahora !!!

Gratitud es todo, todo es gratitud. Vivir en gratitud es vivir la vida en su totalidad, una vida de un doscientos por ciento.

La autorealización de la gratitud necesita el camino del servicio desinteresado y demanda que nuestros brazos materiales y espirituales estén muy abiertos y dispuestos a abrazar a todos y a todo. Amanece en gratitud, trabaja en gratitud, come en gratitud, ama en gratitud, camina en gratitud, duerme en gratitud, piensa en gratitud... Esa es la clave del camino a la gratitud que está presente minuto a minuto, con horizontes infinitos y luminosos.

Alfredo Sfeir, 7 de Marzo 2015.

ALFREDO
SFEIR

Gratitud Ahora !!!

Gratitud a todos los que gratitud tienen
Gratitud a todos los que gratitud no tienen
Gratitud a todos los que caminan la vida junto a mí
Gratitud a todos los que no caminan la vida junto a mí
Gratitud a todos los que me conocen
Gratitud a todos los que no me conocen
Gratitud a la vida
Gratitud a la muerte
Gratitud a la luz
Gratitud a la oscuridad
Gratitud al día
Gratitud a la noche
Gratitud al éxito
Gratitud al fracaso
Gratitud a la gratitud

Alfredo Sfeir, 8 de Marzo 2015.

ALFREDO
SFEIR

Oración de la Gratitud

Gracias por darme un día más de vida,
Para así avanzar en mi camino espiritual,
Y poner mi espiritualidad al servicio de la humanidad.
Que todo lo que pase hoy sea en nombre de la consciencia divina.
Soha.

Alfredo Sfeir, 8 de Marzo 2015.

ALFREDO
SFEIR



Las Diferencias; Los Insultos

¿Es posible vivir en una sociedad realmente pluralista? ¿Una sociedad en que pueda haber diferencias de opiniones? Muchas veces las diferencias de opiniones crean un espacio para los insultos, la violencia verbal, el ataque personal, las descalificaciones... Esa actitud solamente crea un silencio muy peligroso, ya que el que decide no opinar por temor a ser ridiculizado termina alimentando una energía negativista dentro sí, que hará efectiva en los momentos de crisis. He vivido muchas etapas en mi vida en que diferir ha sido una fuente de diálogo, crecimiento personal, consideración al otro, y aprendizaje. He vivido con diferentes culturas, etnias, nacionalidades, corrientes profesionales, opiniones políticas y religiosas... Si en nuestra sociedad hay solamente una opinión, entonces no hablemos de democracia ni menos de empoderamiento. Cuando tienes una opinión diferente a la de otra persona no pienses que No se puede dialogar. ¡Quizás ese diálogo nos haga cambiar de opinión y adoptar la tuya!

Alfredo Sfeir, 10 de Noviembre 2014.

ALFREDO **SFEIR** 2015



Las Diferencias; Los Insultos

Hay Un Diálogo De Sordos

La gran mayoría siente que no hay un verdadero diálogo en nuestro país. "O estás conmigo o estás contra mí". Esto es parte integral de la crisis política que estamos viviendo y hay que corregirlo inmediatamente. Cuando no hay diálogo, las cosas son impuestas, y un grupo significativo de nuestra sociedad siente que no tiene cabida en ella. No podemos destruir el sentido de pertenencia ciudadana, ya que esto eliminará progresivamente la identidad personal y colectiva. Cuando no hay identidad no hay maneras de alcanzar consensos importantes en lo económico, político, social, institucional.

Alfredo Sfeir, 11 de Marzo 2015.

El gran secreto está dentro de ti. Es el momento que conozcas tu secreto, ya que él va a beneficiar a toda la humanidad.

Alfredo Sfeir, 15 de Marzo 2015.



Ética Ecológica

Esta tarde voy a hablar de la Ética Ecológica.

Aquí algunos principios

Ética Ecológica

- Primero, preocupación por todas las formas de vida que existen en el planeta.
- Segundo, no aceptación de la teoría de la inteligencia diferenciada.
- Tercero, proclamar los derechos a la naturaleza; ella tiene derechos.
- Cuarto, las generaciones futuras también tienen derechos hoy.
- Quinto, el desarrollo sostenible es una parte integral del Derecho al Desarrollo.
- Sexto, la propiedad de los recursos naturales es de la ciudadanía y el estado es un garante de esos derechos.
- Séptimo, un concepto de justicia ecológica donde no se permita que unos pocos sean los beneficiarios de la renta de nuestros recursos naturales y servicios del medioambiente.
- Octavo, el estado debe garantizar la gestión de todos los recursos estratégicos tales como el agua, aire, mar, glaciares...

Alfredo Sfeir, 20 de Marzo.

ALFREDO **SFEIR** 2015

Una Oración Para Cultivar La Nueva Eco-Ética

El Amor. Que todas las formas de vida en nuestro planeta estén unidas por el amor incondicional de unos a otros.

La Compasión. Que todas las formas de vida en nuestro planeta estén autorealizados en la compasión individual y colectiva, y libres de sufrimiento.

La Alegría. Que todas las formas de vida en nuestro planeta nunca estén separadas de la felicidad total.

La Ecuanimidad. Que todas las formas de vida en este planeta siempre estén en un estado de ecuanimidad, justicia, y equilibrio.

La Salud. Que todas las formas de vida en este planeta estén libres de enfermedades que vienen de la contaminación de la mente, el cuerpo y el alma.

La Regeneración Ecológica. Que todas las formas de vida en este planeta estén relajados dentro de un medioambiente puro y saludable, externa e internamente.

La Paz. Que todas las formas de vida en este planeta estén en paz externa e interna, ahora y siempre.

En la unidad total de nuestra transformación material y espiritual.

Alfredo Sfeir, 22 de Marzo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015





Gratitud al Agua

Cada gota de agua que ha caído hoy en mi propiedad, a través de la lluvia, es como un diamante que se va acoplando al collar infinito de la vida. Impresionante! El aroma a la humedad después de muchos meses de una sequía espantosa es más atractivo que el perfume más destacado. No cambio ese aroma por nada. Las palabras huelgan...

Alfredo Sfeir, 24 de Marzo.

ALFREDO **SFEIR** 2015

¡Nuestro Norte: Fuerzas Compatriotas!

Estoy tremendamente afectado por la situación que se vive en el Norte. Acabo de llegar del Sur, en la zona de secano costero, donde la sequía está matando a los animales y destruyendo la fibra humana y social de nuestras áreas rurales. Al mismo tiempo, la naturaleza está mandando señales muy fuertes en el Norte. Anteayer estuve en El Molle, a unos 40 kilómetros de la Serena. Hoy, el río se desbordó llevando una cantidad grande de infraestructura en esa misma área. También, se me informó que el tranque de relaves de una mina muy cercana a la Serena ya se destruyó, y que estos metales y químicos están afectando a las aguas río abajo. La Fundación Tralkan y mi fundación están organizando gratuitamente la distribución de agua a un número relevante de personas afectadas (agua embotellada). Pero también tenemos que meditar para hacer las paces con la naturaleza. Ella tiene un papel fundamental que jugar, para llegar a buen término en estos momentos.

En estado de vacuidad repito una oración que es muy poderosa:

El Amor. Que todas las formas de vida en nuestro planeta estén unidas por el amor incondicional de unos a otros.

La Compasión. Que todas las formas de vida en nuestro planeta estén autorealizados en la compasión individual y colectiva, y libres de sufrimiento.

La Alegría. Que todas las formas de vida en nuestro planeta nunca estén separadas de la felicidad total.

La Ecuanimidad. Que todas las formas de vida en este planeta siempre estén en un estado de ecuanimidad, justicia, y equilibrio.

La Salud. Que todas las formas de vida en este planeta estén libres de enfermedades que vienen de la contaminación de la mente, el cuerpo y el alma.

La Regeneración Ecológica. Que todas las formas de vida en este planeta estén relajados dentro de un medioambiente puro y saludable, externa e internamente.

La Paz. Que todas las formas de vida en este planeta estén en paz externa e interna, ahora y siempre.

En la unidad total de nuestra transformación material y espiritual.

Soha"

Alfredo Sfeir, 27 de Marzo.



Dimensiones del Sindicalismo Espiritual

1. Considerar a los trabajadores como seres humanos que trabajan y no como factores de producción: HUMANIZAR EL TRABAJO.
2. Identificar y respetar la dimensión espiritual del trabajador y del lugar de trabajo; el trabajo como una forma de vida: PODER ESPIRITUALIDAD EN TODO.
3. Establecer los nuevos valores que regirán el trabajo y al que trabaja; el trabajo como camino a la auto-realización: TRANSFORMACIÓN DEL SER.
4. Abrazar una preocupación profunda por la salud física, emocional y espiritual de todos; la vivienda y el transporte del trabajador incluida: TRABAJO COMO UNA FORMA DE SALUD.
5. Eliminar la inequidad en todo; salarios justos y éticos y disminuir la diferencia con los salarios máximos: IGUALDAD MATERIAL Y ESPIRITUAL.
6. Aceptar que la mayoría de las decisiones son éticas o morales: UN QUINTO SENTIDO SINDICAL.
7. Utilizar la gran fuerza de los derechos y las responsabilidades, pasando del pedir al poder: EMPODERAMIENTO INTERNO Y EXTERNO.
8. Exigir la protección total de todos los bienes públicos: SINDICALISMO DE LO COLECTIVO.
9. Velar por una distribución justa de las rentas de nuestros recursos naturales con derechos de toda la ciudadanía: PROTECCIÓN DE LO QUE NOS PERTENECE.
10. Comprometer la institucionalidad sindical para elevar nuestros niveles de conciencia colectiva: CONCIENCIA SINDICAL CIUDADANA.

Alfredo Sfeir, 28 de Marzo.

El
"Sindicalismo Espiritual"

ALFREDO
SFEIR

El "Sindicalismo Espiritual: Pasando del tener al ser"

"No se trata de cantidad sino de calidad"

"No se trata de sobrevivir sino de vivir"

"No se trata de saber sino de ser"

"No se trata de trabajar sino de transformarse"

ALFREDO SFEIR YOUNIS (Cho Tab Khen Zambuling)

El futuro de nuestros trabajadores y de sus sindicatos está en peligro.

Siempre he apoyado la sindicalización, entendiendo que no todo el mundo quiere pertenecer a un sindicato. En este proceso, me he dado cuenta de lo importante que ha sido el papel de los sindicatos en la historia del trabajo después de la Revolución Industrial. Con la misma fuerza que apoyo la sindicalización pienso que los sindicatos tienen que acelerar su evolución. Sus horizontes deben ir más allá del salario o de lo material, sin disminuir un milímetro la importancia de lo material. Los sindicatos son responsables del grave deterioro existente en los lugares de trabajo como de la salud física, mental y espiritual de los trabajadores.

¿Cuál es el futuro de los sindicatos? Todo depende de la visión que tengamos de un sindicato y del liderazgo que demuestren los trabajadores. Depende de qué tipo de liderazgo tienen y de cómo se expresa ese liderazgo. Por el momento la preocupación más intensa, y con razón, es mejorar los salarios, obtener más reivindicaciones sociales, y fortalecer una red de seguridad para no caer en estados de pobreza. Pero, eso no es todo.

No olvido cuando participé en uno de los ejes más importantes de la OIT: la definición del término "trabajo decente", con un énfasis particular en las dimensiones espirituales y religiosas de dicho concepto. Un debate profundo del sentido real que posee el "trabajo", "trabajador", y "trabajo decente". En todos esos debates se fue muchísimo más allá de lo estrictamente material. Pero para ver, sentir y actuar más allá de lo material, hay que tener la experiencia de lo no material!

Si nuestro ser interior no ve más allá de lo material, esto conllevará que lo espiritual y la gran necesidad de una transformación espiritual, se verán muy fuera del sindicalismo.

Pero, un sindicalismo sin espiritualidad es simplemente un sindicalismo vacío.

Cuando se habla de espiritualidad no se refiere a una religión, fe u otras cosas que la mayoría de las personas identifica con la palabra "espiritualidad". Para mí, la espiritualidad es la base del desarrollo y la transformación de nuestra identidad, el sentido de pertenencia, el talento de integración dentro de la diversidad, y la autorealización de los valores eminentemente colectivos. Ejemplos de estos valores colectivos son: interdependencia, interconexión, solidaridad, equidad, justicia, negociación colectiva, amor, compasión, paz, unión, soberanía, democracia, libertad, respeto... Estas no son palabras a pronunciar, son estados internos de nuestro ser individual y colectivo, que hay que auto realizar.

La propuesta aquí es la definición y crecimiento de lo que llamaremos un "sindicalismo espiritual".

Hay varias dimensiones que justifican usar el término "sindicalismo espiritual": es decir la integración de la espiritualidad individual y colectiva dentro de todas las actividades laborales y relacionadas con las formas y mecanismos para crear y elaborar contratos sociales. Establecer un contrato entre los actores colectivos sin que tenga espiritualidad, es como un árbol que no tiene sabia. Esta espiritualidad está inmersa en la sabiduría, las costumbres, los acuerdos, la inteligencia colectiva... que sostienen todas las formas de interacción humana a un nivel colectivo.



Las dimensiones más importantes que forman la base del sindicalismo espiritual son:

- Poner al "ser humano" que trabaja como el centro de todos los horizontes del sindicalismo; esta es una forma de humanismo concreto.
- Enfatizar los "aspectos colectivos" de nuestra sociedad a través del trabajo; esta es una forma de alimentación social interna.
- Estar "al servicio de los otros" y no de una persona o por exclusión de nadie; esta es una forma de entrega social.
- Desarrollar la arquitectura de nuevas formas de bienestar en nuestra sociedad, en que se incluyan aspectos que van más allá de lo material; en cierto sentido, esto es una forma de sustentabilidad como nación. Y,
- Abrazar los valores que son realmente colectivos, que nos llevan de un país geográfico a una nación de ciudadanas y ciudadanos; en este sentido, ello representa una forma de crecimiento de nuestra consciencia colectiva.

Hay que comenzar un dialogo nacional sobre este tema de tan vital importancia e impacto social. Como primer paso hay que establecer una agenda de diálogos ciudadanos a todo nivel para la creación y el crecimiento de este sindicalismo espiritual. Para ello hay que fortalecer a todos los sindicatos que hoy existen, ya que en mi opinión ellos son como un seguro de vida para nuestra democracia. Sin sindicatos fuertes nunca habrá una verdadera democracia institucional y social.

ALFREDO
SFEIR

Como nación debemos transformarnos en los líderes latinoamericanos del sindicalismo espiritual (sindicalismo del ser) y así evolucionar más allá de un sindicalismo materialista (sindicalismo del tener). Con ello evitaríamos también la muerte interna de nuestros trabajadores, quienes son el pilar de nuestra nación; donde hoy está siendo corroída por una forma limitada de sindicalismo.

La espiritualidad en el lugar de trabajo es crucial, y como profesional he estado envuelto en esto durante los últimos 30 años. No es materia fácil, pero hay que hacerlo. Se dice que hoy en día la General Motors gasta más en la salud de los trabajadores que en todo el costo de las materias primas para fabricar los automóviles. Algo está pasando! Esta transformación requiere una labor de titanes, y asegurar que sean los sindicatos los primeros en abrir sus puertas para mejorar la espiritualidad en el lugar de trabajo.

El futuro del sindicalismo será la espiritualidad colectiva. Esta es una forma muy especial de espiritualidad; donde entramos todos dentro de un "vehículo colectivo", pero no como la simple sumatoria de cada uno de nosotros como individuo. La espiritualidad colectiva demanda la construcción de este vehículo colectivo, y será allí donde los sindicatos deben jugar un papel crucial.

Sin embargo, todo lo anterior demanda de un nivel mucho mayor de consciencia colectiva. De lo contrario la forma, el tamaño, y la dirección de un sindicato como vehículo colectivo será catastrófico. Esta nueva consciencia debe comenzar su ruta desde todos y cada uno de los trabajadores. Y es allí donde debemos cooperar para aumentar la espiritualidad en ellos como persona, y mejorarla espiritualidad en el lugar de trabajo. La espiritualidad de ellos se puede hacer a través de las técnicas contemplativas existentes y con fuertes entrenamiento en el desarrollo de su capital humano y familiar. La familia entera debería participar.

ALFREDO
SFEIR

ALFREDO SFEIR

La construcción de ese vehículo colectivo es representada por un contrato social de gran envergadura. Y la creación de este contrato social debería ser parte integral de la reforma laboral. Para ello debemos pensar en otra forma de contrato social y en una nueva política social para Chile, que realmente se aboque a "lo social" propiamente tal. Y que dicha política social no sea el residuo de la política económica. Es la economía la que debe estar al servicio de nosotros y no nosotros al servicio de la economía. Esta política social debe estar insertada en al menos cuatro pilares: la competitividad social, la soberanía social, la gobernancia social y la reforma institucional de lo social.

Todos temas a tratar separadamente.

El sindicalismo espiritual es el futuro del sindicalismo a todo nivel.

Alfredo Sfeir, 28 de Marzo.





La Obediencia Solidaria

El término obediencia viene del latín: escuchar.

Pero es escuchar no solamente con los oídos sino también con el corazón.

Es decir, en el escuchar hay sentimientos.

Más aún, el escuchar no es un acto pasivo, sino que está muy ligado a la acción y al comportamiento.

Hay muchas formas de obediencia.

Una de ellas es la obediencia solidaria que entiende que existe sólo un planeta tierra. No hay dos.

Que somos un colectivo humano y no la suma de acciones individualistas.

Esta forma de obediencia demanda distintas formas de acción, de instrumentos y de formas institucionales de alcanzar esa solidaridad tan necesaria en este momento.

Una solidaridad humana con todas las generaciones futuras.

Una solidaridad con todas las formas de vida que aquí habitan y que forman parte de la creación.

Obedecer no es un acto de pérdida de libertad, es encontrar libertad escuchando el ritmo de la vida tuya y la de todos los seres vivos. Obedecer es formar parte del ritmo de la creación. Es también una virtud como la flor es para una planta.

En manos del empresariado recaen muchas responsabilidades que la historia sabrá comunicar.

Alfredo Sfeir, 31 de Marzo.

ALFREDO **SFEIR** 2015

Vibrar con el poder del Silencio

Hago un llamado para vibrar con el poder de nuestro silencio y elevar hacia la luz a los que han dejado su cuerpo (fallecido) en esta tragedia del norte. También, mandemos todas nuestras energías positivas hacia el norte con el fin de que todos los desaparecidos se encuentren sanos y a salvo. Usemos el poder de nuestra espiritualidad para una gran sanación de todas las familias afectadas. Que el poder de la solidaridad, cooperación, amor, compasión y paz reine en nuestras tierras

Alfredo Sfeir, 1 de Abril.

¿Qué es la Muerte?

Hablemos sobre la muerte. ¿Qué es la muerte? ¿Se muere uno realmente, o es un error de nuestro intelecto? ¿Podemos no morir? ¿Es la muerte un estado inexorable, que está presente segundo a segundo, minuto a minuto, día a día, año a año, vida tras vida...? ¿Si me muero, podré verte nuevamente? ¿Es el paradigma de la muerte el mismo paradigma de la vida? ¿Hay alguna diferencia entre la vida y la muerte?

Alfredo Sfeir, 27 de Abril.



Espiritualidad, Política y Economía

Muchos dicen que la política es el arte de gobernar la polis. Esto conlleva varios términos: "arte", "gobernar", y la "polis". Muchos usan la palabra "arte" en contraposición a la "ciencia". Yo diría más bien, que en este caso, "arte" sugiere que todo depende de mí, de ti, y de todos. ¿Qué significa esto? Al menos dos cosas: que depende de nuestros niveles de consciencia y depende de la capacidad que tengamos de auto-realizar la interdependencia. Somos uno, somos interdependientes, y formamos un todo colectivo. Es este colectivo el que debe ser gobernado; para que no haya discriminación, concentración de riqueza, destrucción ambiental, marginalización, pobreza, violencia... Para cuidar a nuestros niños y a los adultos mayores, abrir caminos para las generaciones futuras, respetar los derechos humanos, maximizar el bienestar material y espiritual para todos, alcanzar la paz y solidaridad, aumentar nuestro empoderamiento ciudadano externo e interno... Sí, eso es exactamente lo que hay que gobernar en la polis. Sin embargo, todos sabemos que la política se ha transformado en la usurpación del poder a cualquier costo. ¿De qué poder se trata? Ciertamente no se trata del poder interno: el poder del SER. Hoy vemos que se trata del poder que va asociado al "tener", "poseer"... ¿Cuál es el fundamento de ese poder? ¿En quién reside el poder? Hoy hemos visto que el poder se aleja de la ciudadanía. El poder está al mejor postor. El poder lo dicta el mercado dentro de un sistema neoliberal deshonesto, no transparente y sin escrúpulos de ningún tipo. La razón fundamental que la política este al mejor postor es su matrimonio con el sistema neoliberal. Nunca cambiará la política si seguimos apoyando a este sistema neoliberal, de competencia y no de cooperación, de exclusión y no de inclusión, de un materialismo individualista desenfrenado a un humanismo colectivo... Así como en siglos pasados se trató de integrar la ciencia con la religión, hoy es imperativo integrar lo material con lo no material de nuestras vidas; lo que llamo la integración de la economía y la política con la espiritualidad. Este es el matrimonio del siglo XXI y tenemos que estar dispuestos a casarlos.

Alfredo Sfeir, 1 de Abril 2015.



Un nuevo Amanecer

Llegará un nuevo amanecer donde la aurora tendrá colores de paz, alegría, amistad y felicidad. En ese momento quedará atrás lo que pensábamos que era indispensable. Eso era sólo un apego pesado y denso que agobia a toda sociedad.

Alfredo Sfeir, 18 de Mayo 2015.



Frente al Cambio

Frente al cambio, tenemos 5 posibilidades. Una, no ver el cambio, y seguir ciegos el camino de nuestras vidas. Dos, ver el cambio e ignorar el cambio, y seguir alimentando ese ego que no nos deja tranquilo. Tres, estar siempre contra el cambio, y agotarnos de luchar contra la corriente. Cuatro, transformarnos en víctimas del cambio, y sufrir inmensamente todo lo que se viene. Cinco, ser arquitectas y arquitectos del cambio, y co-crear nuestro propio futuro. Es por eso que quiero que escuchen esta gran canción, llena de mantras y sutras para el alma.

Alfredo Sfeir, 21 de Mayo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015

Nación Armónica

Para que vivamos en una nación armónica, todos debemos alcanzar ineludiblemente tres niveles de armonía:

- La armonía con uno mismo y los otros seres humanos: familia, barrio, ciudad, nación, mundo...
- La armonía con la Ley Natural, la ecología y el medioambiente.
- La armonía en nuestro estilo de vida: donde y como vivimos, alimentamos, conservamos...

Sin estas armonías no hay nueva economía, nueva política y/o nueva sociedad. La violencia, la concentración de riqueza, y la desconfianza son manifestaciones claras que no estamos en armonía.

Alfredo Sfeir, 24 de Mayo 2015.

Identidad

Cuando estemos satisfechos de nuestra identidad como nación, no nos compararemos ni competiremos con nadie. Estaremos al servicio de todas las formas de vida de nuestro planeta.

Alfredo Sfeir, 25 de Mayo 2015.

ALFREDO **SFEIR** 2015

Espiritualidad, Política y Economía.

ALFREDO
SFEIR



Espiritualidad, Política y Economía

El reconocimiento de nuestra temporalidad, de lo impermanente en la naturaleza de la vida, nos debe llenar de esperanzas ya que podemos realmente cambiar y liberarnos de todo aquello que nos invade o nos disgusta. Si, por el contrario, todo fuese permanente, incambiable, estaríamos condenados a un solo futuro. Hoy, podemos escoger otro camino. El primer paso es identificar las causas y las condiciones que nos llevaron a tener la realidad que experimentamos en tiempo presente. Es por eso que soy un optimista de que podemos cambiar el sistema político y económico, ya que ambos van de la mano. Con visión, compromiso, respeto, madurez, paz, diálogo, templanza y firmeza cambiemos el rumbo. Auto-realiza lo que crees que mereces, antes de merecerlo.

Alfredo Sfeir, 29 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR

Espiritualidad, Política y Economía

Se habla mucho de la consciencia colectiva. Es devastador cuando alguien dice: "no hay consciencia colectiva para...", "para debatir propuestas del desarrollo sustentable, vuelva en 30 años más"... ¿Qué es eso? ¿Qué significa eso? Debemos saber que la economía, la política, lo social, lo institucional, lo ecológico, lo étnico, lo distributivo... son ingredientes fundamentales de la consciencia colectiva. Su percepción, sus impactos y su goce dependen del nivel de consciencia colectiva que tengamos hoy. Sabemos que hay una "fuerza" que mueve al colectivo; pero, ¿sabemos lo que la consciencia realmente es y cómo alcanzamos una mayor consciencia colectiva? Dos temas muy complejos para abrazarlos en un solo párrafo. De entre otros, hay dos dimensiones interrelacionadas que determinan nuestro nivel de consciencia:

1) la experiencia de vida (naturaleza, intensidad) y

2) el tamaño de nuestro espacio contenedor (almacenador, procesador).

Necesitamos abundancia en ambas. Más experiencia, más consciencia. Más capacidad contenedora, más consciencia. La experiencia colectiva con la política y la economía, aún indeseables, nos aumenta nuestra consciencia de, al menos, lo que no deseamos. ¿Tenemos la capacidad de almacenaje? La violencia y otras manifestaciones externas me ponen en duda que la tengamos suficientemente.

Pero, LO MAS IMPORTANTE es poseer una capacidad colectiva de almacenaje de la política y economía que queremos. Las grandes ideas y proposiciones requieren de un espacio para ser identificados, diseñados, procesados y compartidos. Un ejemplo es la nueva constitución. Muchos no dejan crecer su capacidad contenedora para el cambio que viene, ya que para ellos la política, por definición, es mala y no vale la pena almacenarla. Lo mismo sucede con la economía. Cuidado, el establishment está feliz de tu actitud contraria a la política y la economía, y se esmeran en que tu consciencia no crezca. ¡Consciencia ahora!"

Alfredo Sfeir, 29 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR

Espiritualidad, Política y Economía

La espiritualidad profunda transforma radicalmente lo que entendemos, sentimos, o aceptamos como "bienestar". Quizás, este es uno de los impactos más inmediatos de la práctica espiritual; comenzamos a cambiar nuestra definición de bienestar. Nuestra relación con "el otro" y "los otros"—incluyendo el servicio (seva)—y la relación tan fundamental que tenemos con nuestro medioambiente (incluyendo todas las formas de vida que existen en el planeta) empiezan a florecer y a madurar dentro de un estado puro de interdependencia. ¿Qué constituye bienestar para ti? Mientras más profunda es nuestra espiritualidad, más sentido hace las dimensiones colectivas y no materiales del bienestar, como son la felicidad, el amor, la compasión, la justicia, la solidaridad, la cooperación, la igualdad... Es en la experiencia que tenemos en esa profundidad donde entendemos el porqué de nuestra existencia colectiva. Piensen ustedes que el cuerpo teórico metodológico de la ciencia económica se llama "teoría del bienestar". Que paradójico es esto, cuando practicamos la economía del individualismo y el materialismo. Lo colectivo es una excepción a la regla. Allí, lo espiritual simplemente no existe y lo que no pasa por el mercado, según ese estado de consciencia, no tiene valor. Cuando estamos dispuestos a destruir el medioambiente y la ecología, sin respetar que todo está vivo, incluyendo la tierra, el agua...los animales, los pájaros...las montañas, los ríos... constatamos claramente que la economía no ha ido al encuentro de la espiritualidad, y viceversa.

Lo mismo sucede con la política del dinero y del servirse y no del servicio. Hay que darle autoridad ética y moral a la economía y la política, a través de los valores espirituales y humanos. Ambas NO pueden ser practicadas dentro de un vacío ético. Pero, los valores no son simples palabras. Son "estados del ser", y, como tales, deben ser auto-realizados. La espiritualidad entrará en la política y la economía solamente cuando nosotros, individual y colectivamente, estemos inmersos en la práctica espiritual.

Alfredo Sfeir, 29 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR



Espiritualidad, Política y Economía

La economía tradicional se basa fundamentalmente en el concepto de escasez material. Según los economistas, las necesidades son múltiples e ilimitadas, pero los recursos materiales existentes son limitados. Es por eso que la economía es definida generalmente como la ciencia de la escasez: para predecir el comportamiento humano bajo condiciones de escasez material. Es allí donde nace la noción tradicional de valor y, también, de lo que se entiende como "costo de oportunidad" (que el verdadero valor está en cómo se podría haber gastado los recursos en una actividad alternativa). Uno de mis Maestros espirituales me dijo: "es esta noción de escasez la que ha hecho que la economía cause tanto daño al mundo". La economía no ha considerado a la consciencia humana dentro de sus definiciones e instrumentos. Al considerar la consciencia humana pasamos de la "economía de la escasez" a la "economía de la abundancia". Nuestra consciencia es ilimitada y, para mí, es el recurso más importante en la economía. Los fundamentos de la economía espiritual se basan en los diferentes estados de consciencia que podemos alcanzar a nivel individual y colectivo. A medida que aumenta la consciencia humana, se va transformando la experiencia que tenemos con los recursos llamados materiales y, eventualmente, escasos. A mayor nivel de consciencia veremos que la economía de la escasez se derrumba. Pasamos del consumismo desenfrenado al consumo consciente. Pasamos de un aparato productivo que destruye nuestra ecología y medioambiente, a un aparato productivo amigable y respetuoso de la sustentabilidad. Este es el cambio que deberíamos promover, y su primer paso es el empoderamiento interno y externo de la ciudadanía. Es por eso que he dicho que "el empoderamiento" como tal constituye una forma de capital. Es una forma de capital que fortalece y reasigna diferentemente las otras formas de capital (capital físico, financiero, humano, institucional, cultural, natural, espiritual). El empoderamiento ciudadano baja los costos de transacción del desarrollo. Empoderemos nuestro ser y el de otros, y veremos rápidamente cómo nuestro desarrollo económico y social arroja otros y mejores resultados.

Alfredo Sfeir, 30 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR

Espiritualidad, Política y Economía

La economía tradicional se basa fundamentalmente en el concepto de escasez material. Según los economistas, las necesidades son múltiples e ilimitadas, pero los recursos materiales existentes son limitados. Es por eso que la economía es definida generalmente como la ciencia de la escasez: para predecir el comportamiento humano bajo condiciones de escasez material. Es allí donde nace la noción tradicional de valor y, también, de lo que se entiende como "costo de oportunidad" (que el verdadero valor está en cómo se podría haber gastado los recursos en una actividad alternativa). Uno de mis Maestros espirituales me dijo: "es esta noción de escasez la que ha hecho que la economía cause tanto daño al mundo". La economía no ha considerado a la consciencia humana dentro de sus definiciones e instrumentos. Al considerar la consciencia humana pasamos de la "economía de la escasez" a la "economía de la abundancia". Nuestra consciencia es ilimitada y, para mí, es el recurso más importante en la economía. Los fundamentos de la economía espiritual se basan en los diferentes estados de consciencia que podemos alcanzar a nivel individual y colectivo. A medida que aumenta la consciencia humana, se va transformando la experiencia que tenemos con los recursos llamados materiales y, eventualmente, escasos. A mayor nivel de consciencia veremos que la economía de la escasez se derrumba. Pasamos del consumismo desenfrenado al consumo consciente. Pasamos de un aparato productivo que destruye nuestra ecología y medioambiente, a un aparato productivo amigable y respetuoso de la sustentabilidad. Este es el cambio que deberíamos promover, y su primer paso es el empoderamiento interno y externo de la ciudadanía. Es por eso que he dicho que "el empoderamiento" como tal constituye una forma de capital. Es una forma de capital que fortalece y reasigna diferentemente las otras formas de capital (capital físico, financiero, humano, institucional, cultural, natural, espiritual). El empoderamiento ciudadano baja los costos de transacción del desarrollo. Empoderemos nuestro ser y el de otros, y veremos rápidamente cómo nuestro desarrollo económico y social arroja otros y mejores resultados.

Alfredo Sfeir, 31 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR



Espiritualidad, Política y Economía

Una vez se le preguntó a un famoso economista "¿Qué es la economía?" y el, sin pensarlo mucho, dijo: "la economía es lo que hacen los economistas". Para muchos, una carrera de economía, ser economista finalmente, consiste sólo en aprobar una serie de cursos y muchos exámenes. Si los estudiantes supieran, de ante mano, qué es lo que hace un verdadero y experimentado economista, se darían cuenta cuán lejos de la realidad está hoy su ciclo educativo. Es evidente, que si uno quiere ser solamente un analista, es posible que muchos de los instrumentos que le enseñan hoy en las universidades les sirvan de algo eventualmente. Al menos, comenzar a discernir una manera de pensar, un lenguaje más propio y un método económico (si eres un alumno devoto de estos estudios). Sin embargo, la mayor parte de los problemas y desafíos que confronta un economista son de naturaleza ética y moral (equidad, alivio de la pobreza, protección ambiental...). Son de naturaleza valórica, ideológica, paradigmática... Y si uno le pone una "cara" al desarrollo económico y social, todo lo que hacemos los economistas es de naturaleza humana y natural. La economía no tiene nada de neutro. Todo tiene un sesgo. La economía de mercado neoliberal es una ideología, impregnada de valores muy concretos –competencia, materialismo, individualismo... –que están disfrazados de libertad y democracia. Nada de eso es cierto. La libertad económica, hoy un libertinaje, es solamente para algunos.

Alfredo Sfeir, 31 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR
2015



Espiritualidad, Política y Economía

La democracia que existe hoy –coludida con el mercado– es para los que abrazan la ideología dominante. No hay representación verdadera ni existe realmente un poder ciudadano en la estructura de poder. Es por eso que es importante traer otros valores a la economía. Valores que reflejen las necesidades y desafíos de todos, y de todas las formas de vida que existen en este planeta. Esta es la ideología del “nosotros”, del bien común a nivel de la familia, barrio, región, nación y mundo entero. La economía es una colección de valores. Y es a través de esos valores que los economistas tratan de predecir el comportamiento de las personas ante situaciones de escases material. ¡No es más que eso! Es esencial que la economía sea comandada por valores espirituales, donde lo material y lo espiritual constituyan bienestar para todos. Donde la materia (el PIB) y la no materia (felicidad) vayan de la mano. La economía tiene una semilla espiritual: “la confianza”. Ella hay que auto realizarla. El otro camino demanda de otra economía. Una economía solidaria, de cooperación, de empoderamiento... Los mercados deben ser nuestros. No dejemos que nosotros seamos de los mercados.

"Una de las grandes metas de la práctica espiritual es la armonía y el equilibrio. Una de las grandes metas de la economía es el bienestar armónico y equilibrado para todos. Una de las grandes metas de la política es el poder armónico y equilibrado para todos. ¿Qué pasó?"

Alfredo Sfeir, 1 de Junio.

ALFREDO
SFEIR

Espiritualidad, Política y Economía



Una de las funciones de la política (gobernar) es enunciar políticas económicas y sociales que vayan en la dirección de lo que la ciudadanía desea. Desgraciadamente, hoy, no es la ciudadanía la que dicta dichas políticas, sino que es el mercado (el poder de los actores en los mercados). Pero, cuando se habla del "mercado" muchos pretenden que esta institución económica y social es algo atomizado (donde no hay nadie). Ciertamente no lo es. Son los vendedores, los intermediarios, y los compradores los que comandan. Sin embargo, el comportamiento en el mercado (los mercados) depende del poder adquisitivo de aquellos que en él participan. Y, hablo de todos los mercados: bienes y servicios, capital, trabajo, recursos naturales... y hablo de todas las formas de poder adquisitivo (dinero, derechos de propiedad, licencias, royalties, acciones, propiedades, etc.). Las condiciones y dotaciones iniciales, en mano de los actores, determinan las formas de interactuar dentro del mercado y definen los resultados que se alcanzan (oferta, demanda, precios, cantidades, rentas, ganancias). En el fondo, lo que pasa en los mercados es función de estas dotaciones iniciales. ¡Si tengo poco poder adquisitivo, puedo adquirir poco! Además, esta dotación inicial, en la producción o en el consumo, depende de cómo se han asignado las distintas formas de capital: capital físico (infraestructura), financiero (dinero, crédito, bonos, salarios), humano (conocimiento, educación), natural (medioambiente, ecología, recursos naturales), institucional (incentivos, impuestos, subsidios, organizaciones), cultural (valores, historia, música, artes), espiritual (identidad, sentido de pertenencia, consciencia), empoderamiento (poder de decisión y participación, actuar consciente), derechos humanos (políticos, civiles, económicos, sociales, culturales, del desarrollo), etc..

Alfredo Sfeir, 2 de Junio.

ALFREDO
SFEIR



Espiritualidad, Política y Economía

El resultado que vemos hoy es concentración de riqueza, miseria y marginalización, destrucción ambiental, salarios y pensiones injustas, pérdida de valores, consumo exagerado, destrucción de bienes comunes nacionales y globales, desigualdad generalizada, violencia a todo nivel, intromisión del dinero en la política... para el beneficio de algunos solamente. Para cambiar este sistema, debemos cambiar la dotación inicial de todas las formas de capital. Es por eso que los recursos naturales, como el agua, debe ser de todos. De lo contrario, si la dotación del agua cae en solamente unas manos, ellos dominarán TODO lo que se hace con el agua, incluyendo nuestras vidas. Necesitamos una gran reforma relacionada con la propiedad y el uso del agua. Para cambiar el sistema debemos cambiar los valores que definen las políticas, y abrazar los valores eminentemente colectivos, incluyendo los valores espirituales. No aceptar lo materialista e individualista. Es por eso que debemos proponer nuevos principios en la identificación, diseño y aplicación de las políticas económicas, tales como los principios de:

Responsabilidad. Es decir, que sea ecológicamente sostenible, económicamente eficiente, y socialmente justa.

Escala. Que se respete la escala y que esta sea adaptada a la situación de nuestros recursos y medioambiente.

Adaptación. Que haya un proceso continuo de adaptación en relación a los procesos de adaptación ecológica de nuestro eco-sistema.

Precaución. Que haya un principio precautorio para evitar costos innecesarios en el mediano y largo plazo.

Asignación. Que haya una completa asignación de los costos que implican las políticas. Esto tiene muchísimo impacto en como definimos nuestra competitividad (ECO-COMPETITIVIDAD).

Empoderamiento. Que haya un proceso de empoderamiento y de participación.

Alfredo Sfeir, 3 de Junio.

ALFREDO
SFEIR
2015



Espiritualidad, Política y Economía

Espiritualidad, Política y Economía.

Una sociedad que no perdona, que no tiene la capacidad y la sabiduría de perdonar, no es sociedad. Es una colección de personas pero no una sociedad. Es importante considerar que el perdón tiene tres partes o elementos

interdependientes:

- i) el pedir perdón,
- ii) el ser perdonado, y
- iii) el perdonar.

El más difícil pareciera ser "perdonar". Cada uno de estos elementos tiene su alquimia, que no es trivial ni evidente a primera vista. Una alquimia que hay que estudiarla, experimentarla y auto realizarla, antes de dedicarse a juzgar. Quisiera ser categórico. Mi experiencia en lo transcendental y en lo cotidiano me dicen: i) que el perdonar NO significa que tu estés o que estemos de acuerdo con lo que se hizo; ii) que el espacio del perdón siempre demanda transparencia, verdad y justicia (no puede haber perdón sin verdad y justicia); y iii) que el perdón es algo dentro del que perdona –de mí mismo, de ti mismo, de nosotros mismos-- y no con el que es perdonado. El nudo de lo que ha pasado lo tenemos nosotros, y somos nosotros los que debemos hacer ese trabajo, aunque no parezca cierto. Hoy, siento a miles de personas que no quieren perdonar; es decir, quieren quedarse ellos con el nudo de la acción incorrecta. Hay algunos que no están en el espacio de la verdad; simplemente ocultan la verdad. Otros ni siquiera están dispuestos a pedir perdón, aludiendo a lo que es legal o ilegal. Otros, por falta de una verdadera justicia, hacen su propia justicia a través de cualquier medio (incluyendo a los medios sociales).

Alfredo Sfeir, 6 de Junio.

ALFREDO
SFEIR



Espiritualidad, Política y Economía

Después de mucho contacto con la gente, y después de un número no menor de conferencias y diálogos, percibo la gran fuerza que tiene hoy lo que en inglés se llama "single issues politics". Esto es, personas que les interesa una sola causa política y que juzgan a los líderes sólo basado en esa única causa. Por supuesto que entiendo la importancia que para ellos tiene esa causa fundamental. Pero, en estos momentos en que tenemos que mejorar nuestro pluralismo y democracia, y que se necesita más unidad nacional, los líderes deben gobernar para todos y ser evaluados en forma más amplia y totalizante. No debemos dejar nuestras causas. No debemos dejar de tener nuestras opiniones. De eso no se trata. Claramente debemos luchar por ellas. Debemos mejorarlas, comunicarlas, y compartirlas de la mejor manera posible. Sin embargo, si somos un país fragmentado en torno a miles de causas, la política como sustento de la gobernabilidad de una nación, se tornará en un imposible. No conozco un líder que posea todo y para todos. Ese tipo de líder es simplemente un demagogo que ofrece cualquier cosa con tal de ganar poder. ¿Cómo evaluarías tú a un líder? Por un tema, por sus valores, por sus capacidades, su misión de servicio... Tienes la palabra.

Alfredo Sfeir, 13 de Junio.

ALFREDO
SFEIR



Oda a Mi Verdulero: Su Merced

Oda a Mi Verdulero: Su Merced

Allí estás todas las mañanas y todas las tardes.

Estás toda la semana, incluyendo los sábados y domingos.

A veces te veo al amanecer, cuando todo se muestra oscuro y frío,
Acarreando un triciclo lleno de las frutas y verduras que queremos.
Lo empujas con fuerza para vencer la gran subida antes de llegar.

Abres tu quiosco, que años lleva observándonos a todos.

Unos apurados, otros alegres, y otros concentrados.

Pero tú, siempre alegre, dispuesto, y comprometido.

Te digo que quiero cinco paltas y ya sabes las que me gustan.

Te digo que quiero cuatro zanahorias, y escoges las más lindas.

Te digo, por favor manzanas verdes, y las escoges como un cirujano.

Te encanta que me vaya feliz y contento, y que te lo diga.

Cuando camino por la vereda del frente, te observo unos minutos.

Veo como limpias las frutas y verduras, pero no sólo eso.

Les hablas como si fuesen tus hijas y nietas.

Una obra de arte en ejecución, impecable y consistente con la vida.

Nunca te he visto tratar mal a alguien: una paciencia infinita.

Nunca te he visto tratar mal a una fruta o una verdura.

Nunca te he visto enojado o mal dispuesto.

Siempre les regalas tu mercadería a los que no tienen como pagar.

Y claro, tienes un humor único de una fineza extraordinaria.

"Hola mi viejo" te dijeron el otro día.

Y rápidamente me comentaste: "quien te dijo que yo era viejo", y te reíste.

Ojala algún día fuésemos todos como tú.

Parados en tu calle Merced, haciendo feliz a todo el mundo.

Alfredo Sfeir, 5 de Junio.



El que tiene un martillo, solamente ve clavos.

El que tiene un martillo, solamente ve clavos. Pero el que tiene una caja llena de herramientas ve una gran mansión. Pareciera que la política y la economía sólo tienen un martillo, y continúa clavándonos. Las cosas se cambian para no cambiar. Se usan todos los mecanismos institucionales y comunicacionales para silenciar el verdadero cambio. Proponer un cambio del sistema económico neoliberal se le ve como una herejía. La caja de herramientas está en poder de la ciudadanía. Déjenla construir.

Alfredo Sfeir, 7 de Junio.



Son dos mundos muy diferentes

¿Quieres que responda a tu pregunta o quieres que responda a tu respuesta? Son dos mundos muy diferentes. Recuerda que tu pregunta es tu pregunta, y que no es mi pregunta. Recuerda que tu respuesta es tu respuesta, y que no es mi respuesta. Si quieres mi respuesta a tu pregunta, debes preguntar con verdad y respeto, y respetar mi respuesta aunque tengamos una gran diferencia. Si no, no me la preguntes. Cuando quieres que responda a tu respuesta, tienes que saber que lo más probable es que no sepas cual es mi pregunta. Muy posible no quedarás satisfecho. Mi pregunta la estas suponiendo. En el verdadero camino de tu transformación tú tienes que encontrar tus propias respuestas a tus preguntas. Y yo a las mías. Cuando se trata del colectivo humano, y en es espacio del liderazgo, tenemos que ser muy cuidadosos en interpretar la pregunta a la respuesta que da el colectivo. Algunos se atribuyen el poder de interpretación, y lo hacen en forma sesgada y deficiente. Es por eso que debemos instaurar mecanismos institucionales para elucidar las preguntas y respuestas colectivas. Nuestros sistemas de gobernabilidad han fracasado en este ámbito. O se imponen las preguntas o se imponen las respuestas.

Alfredo Sfeir, 16 de Junio.



La autorealización de la Humanidad

El gran cambio que merece y exige el pasaje de la "era de piscis" (el saber) a la "era de acuario" (el ser) es la autorealización de la humanidad como un colectivo (el nosotros). Esto es, reconocer a todas las formas de vida como UNA y autorealizar a todas las energías existentes como un TODO. Esta realidad se va a dar en la economía, la política, lo social, lo ecológico... ¡Es inevitable!

Alfredo Sfeir, 13 de Julio.

Lección de la Calle

Ayer conversaba con una persona en situación de calle. Me dijo que tenía mucho frío, y que no lo aceptaban en ningún albergue porque tenía dos perros, que eran sus compañeros, y que él no los iba a dejar solos de ninguna manera. ¡Qué increíblemente profundo! Miré a sus dos perros, quienes me miraron y me transmitieron una palabra: "compromiso". ¿Con qué, con quién, estamos realmente comprometidos en esta vida, y dispuestos a pasar "frío"?

Alfredo Sfeir, 23 de Julio.

El Eco Emprendedor

Hay al menos cuatro tipos de emprendedores (atributos del emprendimiento). El "emprendedor de negocios" (consciencia del negocio) –quien resuelve los desafíos propios de una empresa; el "emprendedor social" (consciencia del impacto social del negocio) –quien resuelve los impactos sociales negativos de las actividades corporativas; el "emprendedor espiritual" (consciencia de sí mismo) –quien resuelve sus propios problemas; y el "emprendedor ambiental" (eco emprendedor; consciencia del entorno natural) –quien resuelve los impactos negativos en la naturaleza.

Alfredo Sfeir, 28 de Julio.

El Lenguaje del Cuerpo

Hoy estamos sordos. Hoy no escuchamos el lenguaje del cuerpo, de la mente, del alma y de la naturaleza.

Quizás, solamente escuchamos el lenguaje de la mente. Estos lenguajes los hemos parcelados, separados, y mutilados, como si uno de ellos fuese superior al otro. Así, nunca habrá yoga yoguismo.

Alfredo Sfeir, 25 de Septiembre.

El Yoga

El verdadero yoga tiene un carácter individual y colectivo. La Meta Ecología tiene estas dos dimensiones, y muy marcadas. En Chile, podríamos decir que hay una mente chilena, un cuerpo chileno, un alma chilena, y una naturaleza chilena; llamémoslo "el yoga chileno" (prácticamente irreconocible). De esto podemos deducir muchas situaciones:

- 1) que la política tiene un yoga; "el yoga de la política" (un fracaso);
- 2) que la economía tiene un yoga; "el yoga de la economía" (muy cuestionada); y
- 3) que lo social tiene un yoga; "el yoga de lo social" (casi inexistente)

Alfredo Sfeir, 25 de Septiembre.

El yoga de la Política

El yoga de la política –la unión intrínseca en el arte de gobernar– está condicionado por como abordamos las diferencias ideológicas y programáticas, como se apoya una verdadera democracia ciudadana, como se comportan los poderes del estado (definición de roles, independencia, interdependencia, eficacia...), como se define la contribución del sector privado al bienestar colectivo, como se establece un verdadero estado de derecho, como se maneja y conserva el bien común (incluyendo la naturaleza y el medioambiente), como se definen nuestras relaciones internacionales, como se aborda la realidad de los más desvalidos y marginados, como se alimenta la paz y tranquilidad social, y como se alcanza la igualdad, la justicia y el bienestar para todos. Ciertamente, hay muchos otros factores. Un partido político tiene que nacer y crecer de la Meta Ecología Colectiva.

Alfredo Sfeir, 26 de Septiembre.

El coaching Espiritual

Los Fundamentos del Coaching Espiritual

Hoy, el coaching se ha proliferado en todas partes de mundo. Como tal, hay muchos tipos de coaching, incluyendo el coaching ontológico.

El objetivo principal de esta nota es ir mucho más allá de las formas de coaching que se enseñan hoy.

Le llamo el coaching espiritual.

Para presentar este nuevo paradigma del coaching, necesito darle un contexto mucho mas amplio e incluyente, ya que este paradigma responde a la era de la humanidad que vivimos actualmente.

Alfredo Sfeir, 8 de Octubre.

"Tener un espíritu crítico no debe confundirse con violencia verbal. La violencia verbal no mejora tu argumento."

Alfredo Sfeir, 11 de Octubre.



Oda a Mi Verdulero: Su Merced

Si tú tienes vida, tus palabras también tienen vida. La fuente de vida de tus palabras es la naturaleza de tu propia vida. Cuando insultas y faltas el respeto me doy cuenta del nivel de calidad de vida que posees.

Mientras más calidad de vida tienes en tu alma, más lejos y más profundas llegan tus palabras. La letra "a" te hace, y nos hace, llegar al infinito (siempre). La letra "k" te hace, y nos hace, llegar al cero (ahora).

Miles de personas pueden pronunciar la palabra "amor", pero tú solamente escogerás una.

Hay palabras que hacen sentido. Otras tienen doble sentido. Cuando vives en el mundo de las palabras que tienen doble sentido, pierdes el sentido de tu propia vida. Vives en dualidad con tu mente, cuerpo y alma.

Alfredo Sfeir, 11 de Octubre.

ALFREDO
SFEIR



Un nuevo estado de Consciencia

No habrá una Nueva Humanidad sin un nuevo estado de consciencia que abrace la naturaleza y contenido de la energía femenina. Salida de Morelia, rumbo a la Catedral de la Virgen de Guadalupe.

Alfredo Sfeir, 23 de Diciembre.



Un nuevo estado de Consciencia

"Las Patologías De Nuestra Sociedad
Tenemos patologías físicas y mentales. Y hay, supuestamente, un sistema de salud para sanarlas. La colusión es una patología ética. Y hay, supuestamente, una democracia ciudadana para sanarla.

"

Alfredo Sfeir, 23 de Diciembre.

ALFREDO
SFEIR



ALFREDO **SFEIR**

Nosotros, ciudadanos.

Una tonelada de oro no debe intercambiarse por un propósito insignificante. Nosotros, ciudadanos, no debemos sacrificarnos, de la manera que lo estamos haciendo, por acciones que no merecen llevarse nuestro bienestar material y espiritual; a lo que hemos dedicado tanto esfuerzo. Que no nos distraigan y, finalmente, perdamos "el oro de esta vida". Nuestras energías deben estar en la construcción de un país diferente, nuestro.

Alfredo Sfeir, 20 de Enero.

Nosotros, ciudadanos.

Lo que siembras, cosecharás.

Una dimensión del "ser humano" es la libertad de decidir cómo quiere vivir realmente. Para entender esta libertad tenemos que auto-realizar las dos fuerzas fundamentales de la evolución:

- a) la disolución del pasado y
- b) el nacimiento del futuro; todo en tiempo presente.

El Dharma (Ej. nuestra misión y nuestro entendimiento-nivel de consciencia) mantiene el equilibrio entre esas dos fuerzas. Mientras más positivo traemos a nuestra evolución, más felicidad aparece. Mientras más negativo traemos a nuestra evolución, más sufrimiento aparece. La política y la economía deben volver a su equilibrio evolutivo, ya que hoy están llenas de lo más negativo.

Alfredo Sfeir, 8 de Febrero.





La Rabia

La rabia es un signo de debilidad. Cuando actúas dentro del espacio de la rabia, ésta te debilitará. El miedo nace de la dualidad. Manejando la dualidad, manejarás tus miedos. La dualidad entre el corazón y la mente son la gran fuente de sufrimiento.

Alfredo Sfeir, 11 de Febrero.

Meditar el Agua

El agua es un ser vivo, tiene inteligencia y memoria y, por lo tanto siempre va a seguir su curso. El ser humano debe ser muy cuidadoso cuando decide cambiarlo. Meditemos con el agua. Aguas en paz. Aguas de paz. Aguas por la paz.

Alfredo Sfeir, 17 de Abril.

El ser es Agua

"El ser humano es esencialmente agua. El planeta es principalmente agua. Nuestras aguas no están separadas de las aguas externas a nosotros. Cambiando el mensaje de nuestras aguas internas podemos influenciar el comportamiento de las aguas externas. Mensajes de paz interior ayudarán a resolver esta crisis exterior.

Alfredo Sfeir, 17 de Abril.

El Perdón

Para perdonar hay dos consideraciones importantes. Primera, que el perdón no se trata del otro sino de mi mismo. El espacio el perdón, y su nudo espiritual, está dentro de mi. Segunda, que el perdonar no significa que aceptemos lo que hizo el otro. El acto del otro está hecho y no deja de existir. Solamente se transforma.

Alfredo Sfeir, 19 de Mayo.

La ley del Karma

Cuando perdonas no olvidas nada. La ley del karma no permite el olvido. La ley del aprendizaje demanda de una memoria robusta. La presencia, el hecho, el acto, que dio lugar al nacimiento del espacio del perdón no posee un freno al crecimiento de tu paz interior.

Alfredo Sfeir, 22 de Mayo.

La constitución

El cuerpo tiene una constitución y esta evoluciona. La naturaleza tiene una constitución y esta está en constante evolución. Una nación debe tener una nueva constitución para reflejar nuestro estado de evolución.

Alfredo Sfeir, 22 de Mayo.



Mis Caminos

He luchado muchas batallas en mi vida, algunas de las cuales me han dejado cicatrices. Con el tiempo, he aprendido que la lucha que hoy merece mi total atención, en todas y cada una de las dimensiones de la vida, es aquella que nos hace pasar del desequilibrio al equilibrio, tanto en lo interno como lo externo, en lo individual como lo colectivo... Alcanzar un equilibrio donde eres realmente libre y donde te sientes profundamente satisfecho. Una lucha que sólo te hace transitar de un desequilibrio a otro, es una lucha fallida, costosa y debilitadora.

Alfredo Sfeir, 20 de Junio.

Transformación individual

Hoy por hoy, sabemos mucho más sobre los beneficios de la meditación y el mindfulness, cuando se trata de la transformación individual. Sin embargo, se sabe mucho menos, o casi nada, de lo que significa el mindfulness en la política, en lo social, en lo institucional, en la economía, en lo colectivo, en lo corporativo... De eso hablaré mañana, en sólo unos minutitos. Política sin espiritualidad se traduce en caos para todos.

Alfredo Sfeir, 2 de Septiembre.

Solo sé que nada sé

Había una época de mi vida en que sentía que sabía muy poco en relación a los demás. Después, tuve una época en que sentía que sabía más que los demás.

Hoy vuelvo a sentir que se muy poco, o nada. Pero esa nada es diferente. Hoy, la experiencia de la nada es fuente de felicidad. Entiendo más que nunca el dicho "sólo sé que nada sé". ¡Esta es la nada que lo tiene todo!

Alfredo Sfeir, 13 de Septiembre.

La Belleza

El ser humano quiere crear una belleza propia, cuando tenemos esa belleza infinita de la naturaleza.

No remplacemos nuestra belleza natural. Ella tiene atributos que jamás el ser humano podrá reproducir.

Nuestras montañas, ríos, mares, glaciares... ¡son lo máximo! Tienen atributos materiales y divinos.

Alfredo Sfeir, 13 de Septiembre.

Los destinos

Tenemos que seguir tejiendo los destinos de todas las formas de vida. De lo contrario se cortará el hilo conductor.

Alfredo Sfeir, 7 de Octubre.

ALFREDO **SFEIR** 2016

A vertical photograph on the left side of the page shows two kingfishers perched on a thin branch. The bird on the left is facing right, and the bird on the right is facing left, with its beak open as if speaking or singing. Both birds have vibrant blue and orange plumage. The background is a soft, out-of-focus natural setting.

La Paz Mundial

La Paz mundial se alcanza a través de La Paz interior.
La Paz interior se alcanza a través de la Sanación individual y colectiva. La Sanación colectiva incluye el colectivo humano y el colectivo de todas las formas de vida.

Alfredo Sfeir, 7 de Octubre

Sin sanación no habrá paz

Si no hay Sanación, no habrá paz. Si no hay paz, no habrá prosperidad. Si no hay paz, no habrá un futuro material ni espiritual. Si no hay paz, no habrá una transformación humana verdadera.

Alfredo Sfeir, 8 de Octubre.

Vida a la Vida

El verdadero rol de la medicina integrativa no es integrar diferentes formas de medicina. Su rol es integrar las distintas formas de vida de nuestro planeta. Es entregar vida a la vida.

Alfredo Sfeir, 8 de Octubre.

ALFREDO **SFEIR** 2016

Compartir la vida

Podemos ser curados con vida o materia creadas en un laboratorio. Muchas de las medicinas que nos recetan tienen esta naturaleza artificial. Sin embargo, pienso que el futuro de la medicina es tal como fue en su orígenes: compartir la vida real.

Alfredo Sfeir, 8 de Octubre.

Karma y darma

Las enfermedades no aparecen sólo en el espacio genético. Estas se manifiestan además en el espacio de nuestro Karma y Darma. De hecho muchas enfermedades nacen por caminar un Darma que no es el nuestro. Darma como la obligación que venimos a implementar en esta vida material.

Alfredo Sfeir, 9 de Octubre.

Cuerpo y Mente

Debemos desarrollar los andamios fundamentales de la medicina espiritual. Una forma de medicina que no sólo aborda la salud de nuestro cuerpo y mente. Además pone su atención en las enfermedades de nuestra alma. Para ello es necesario caminar y auto realizar el camino espiritual de la vida, personal y colectiva.

Alfredo Sfeir, 10 de Octubre.

ALFREDO
SFEIR



Espiritualidad y Educación

"La espiritualidad en la educación permite ir más allá de la mente. Una educación con espiritualidad nos permitirá crear nuevas formas de liderazgo, nuevas formas de hacer política y economía."

"La espiritualidad en la educación no es un tema más. Es el tema que hace de la educación un espacio de transformación externa e interna, de identidad individual y social."

"Como muchos profesores saben, la educación también es el camino de la sanción interior de quienes la reciben y participan en ella."

Alfredo Sfeir, 27 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR



Espiritualidad y Educación

"Si la educación no transforma el saber en el ser, ella seguirá siendo una promesa incumplida."

"Una educación sin espiritualidad no tiene un contenido adecuado para abordar los desafíos del Siglo XXI."

"La educación debe ser auténtica, especialmente en la conexión profesor, estudiante y materias a estudiar. La espiritualidad es el andamio de la autenticidad."

"La educación nos debe invitar a trascender. Una educación de la mente, cuerpo y alma es fundamental. Pasemos de la pura racionalidad a la intuición."

"Tu profesión no será realmente tu fuente de bienestar. A lo más será un instrumento. El tema no es la profesión sino el ser humano que la ejerce!"

"¿Que es enseñar? Si se trata de saber es una cosa, pero si se trata de sabiduría es ciertamente otra cosa."

"La educación y el sistema educativo no nos debe desconectar de una estructura de valores identificada con la familia, nuestros ancestros, el barrio, el lenguaje, la etnia, la ecología humana... La verdadera educación no los remplaza, sino que los alimenta. Hoy, como resultado de esa desconexión muchos no vuelven a su origen."

Alfredo Sfeir, 27 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR



Educación integral Holística

"¿Cuál debería ser el verdadero mandato de la educación?
¿Hacernos personas independientes o interdependientes?
Debemos ser seres interdependientes e interconectados con todas las
formas de vida que habitan en nuestro planeta. Todo demanda una
educación integral holística."

Alfredo Sfeir, 28 de Mayo.



Profesores

"Como muchos profesores saben, la educación también es el camino de la
sanción interior de quienes la reciben y participan en ella."

"

Alfredo Sfeir, 28 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR
2017

Individual como Colectivo

"A veces nos cuesta mucho saber qué tiene que ver un ser humano con un caballo y con la biodiversidad. Pareciera un pensamiento absurdo, pero no lo es. El no entender la interdependencia entre todas las formas de vida y todo lo creado, ha marcado el camino equivocado de muchas decisiones económicas, políticas, culturales... tanto a nivel individual como colectivo."

Alfredo Sfeir, 28 de Mayo.

No lo son !

"El antropocentrismo moderno ha distanciado la responsabilidad y justicia ecológica. Ha creado artificial y equivocadamente la diferencia entre el ser humano y las "cosas", donde el resto son "cosas". No lo son! Son seres vivos, donde todos formamos una matriz igualitaria y no una cadena jerárquica donde el ser humano puede usar y destruir a ese "resto"."

Alfredo Sfeir, 28 de Mayo.

El futuro

"Debemos entender el futuro como una forma de vida compartida, de permanente intercambio de las distintas fuentes de inteligencia, y no de uso, explotación, consumo, apropiación, subyugación... La existencia de la Ley Natural demanda de una gran responsabilidad ecológica de la creación y lo creado."

Alfredo Sfeir, 8 de Octubre.

ALFREDO **SFEIR** 2017

Antropocentrismo de dominación

"Hoy existe un antropocentrismo de dominación. Esto nos lleva a pensar y decidir cómo si fuésemos dueños de lo que no nos corresponde individualmente. Así dictamos leyes, definiendo derechos de propiedad - como es el caso de los derechos privados del agua y de los bordes costeros- que están equivocadas."

Alfredo Sfeir, 29 de Mayo.

Vivamos el presente

"Si supiera con certeza mi futuro, no podría vivir mi presente. Pero no sabemos el futuro, por lo tanto, vivamos el presente."

Alfredo Sfeir, 2 de Agosto.

Cuerpo y Mente

"Hemos separado el tener y el hacer con el Ser. Tenemos una sociedad en conflicto, delincuencia, drogadicción, tenemos que trabajar en la Paz. Nuestra Paz interior viene de la naturaleza y el silencio, eso nos permitirá una autocura, para llevarnos a una salud individual y con ello a la Paz Social"

Alfredo Sfeir, 25 de Octubre.

ALFREDO **SFEIR** 2017





Familia

"No puede haber una familia sana cuando la naturaleza está enferma. Cuidemos nuestros recursos naturales.

Alfredo Sfeir, 26 de Octubre.

¿La Felicidad?

"¿Cuál es tu concepto de la felicidad?: "La felicidad es una experiencia, es cómo vivimos la vida, si nosotros tenemos mala alimentación y estamos todo el día en el Cesfam, no hay felicidad porque el cuerpo, mente y alma juntos te extraen y te interceptan estos momentos de felicidad" Felicidad significa que yo tengo autoestima, que yo siento que la sociedad me da un valor..."

Alfredo Sfeir, 29 de Octubre.

Material y No Material

Mientras en el pasado el gran desafío fue reconciliar la ciencia con la religión, hoy el gran desafío es reconciliar la economía con la espiritualidad; es decir, reconciliar las dimensiones materiales y no materiales de la vida humana.

Alfredo Sfeir, 9 de Diciembre.

ALFREDO **SFEIR** 2017

ALFREDO
SFEIR

La Mente, herramienta de sanación

La mente es una gran creadora de enfermedades.
Pero también la mente es un gran instrumento de
curación y sanación. Debemos alinear nuestra mente
hacia la salud plena.

Alfredo Sfeir, 21 de Enero.

Atención Plena

Algunas sugerencias para alinear la mente hacia la
salud plena: mindfulness (vivir en tiempo presente),
perseverancia, calma, concentración, ecuanimidad,
amor y compasión, lectura de libros sagrados,
empoderamiento interno, auto realización de la
interdependencia, respeto a todas las formas de
vida, visualización positiva, proyección, vacuidad,
autoestima, afirmaciones...

Alfredo Sfeir, 21 de Enero.

Cuerpo y Mente

Nos podemos identificar con las "actividades" de la
mente (el ruido), o nos podemos identificar con el
"estado de vacuidad" de la mente (el silencio). Dos
caminos diferentes con resultados diferentes. ¿Cuál
prefieres tú? Sólo piensa que venimos del silencio y
nos iremos al silencio.

Alfredo Sfeir, 22 de Enero.



Una mente muy calma

Con las prácticas espirituales es posible que alcances un balance en tu mente, entre la actividad y el silencio. Los procesos de transformación se deben manifestar en ambos espacios. Esto cambiará la calidad intrínseca de la actividad y del silencio. Una mente muy calma y contenta.

Alfredo Sfeir, 30 de Enero.

Evolucionar para Crecer

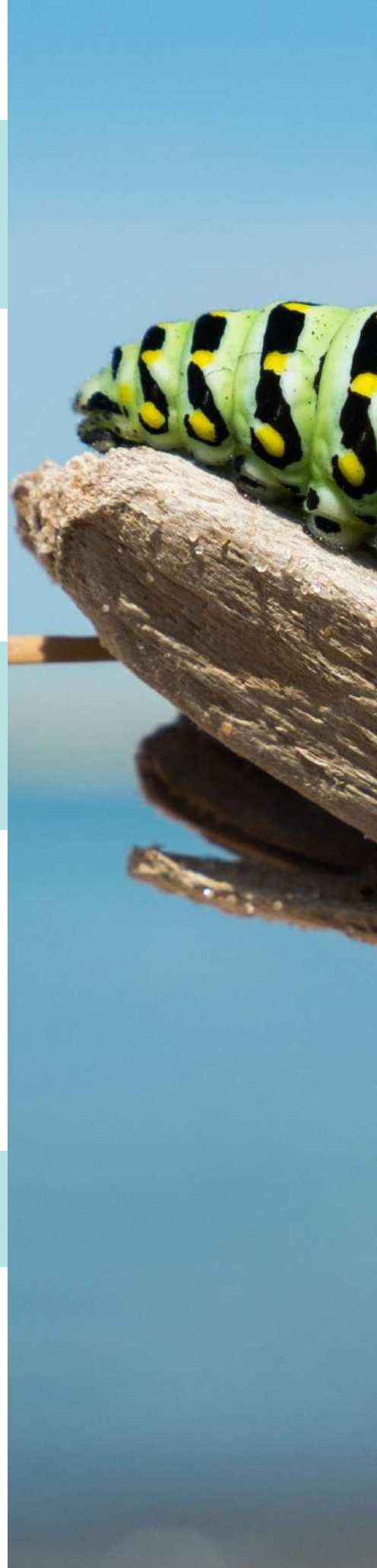
El crecimiento material es un accesorio, como la ropa es para el cuerpo. La ropa no es el cuerpo, ni el cuerpo es la ropa. El crecimiento no es la evolución. Hay que evolucionar para crecer. Si sólo se crece y no se evoluciona, es posible que la talla de la ropa no tenga nada que ver con tu cuerpo.

Alfredo Sfeir, 31 de Enero.

El cuerpo evoluciona

No es la ropa la que evoluciona, es el cuerpo. No es el cuerpo el que evoluciona, es la mente. No es la mente la que evoluciona, es la consciencia. No es la política la que evoluciona, es la consciencia de la ciudadanía la que evoluciona. ¿Quieres cambios? Necesitas de una consciencia nueva.

Alfredo Sfeir, 1 de Febrero.





Somos todos

Para algunos el objetivo de la vida es la iluminación, la salvación, la transformación, o simplemente la felicidad. Cualesquiera sean tus objetivos, debes saber que todas las formas de vida no-humanas están exactamente en el mismo camino. No seas el que demora el caminar espiritual de las otras formas de vida. No destruyas la naturaleza.

Alfredo Sfeir, 13 de Febrero.

Conexión con el Origen

El estado de conciencia pura nace de la identidad que nos da el Origen. Su naturaleza no posee atributos que nosotros hayamos fabricado. Es allí donde somos lo que realmente somos. Pero el despertar de esta consciencia pura -la consciencia de la identidad primordial- se establece como un manojo de muchas flores diferentes. Es allí donde se le da nacimiento a la diferenciación, segmentación, distracción, dualidad... que tanto nos cuesta derribar con el paso de la vida. La restauración de la unidad -retornar al verdadero yoga- demanda re-conectarnos con nuestro Origen.

Alfredo Sfeir, 15 de Febrero.

Levántate

Alguien me dijo "levántate", cuando yo pensaba que ya estaba levantado. Respondí: "pero ya estoy levantado". Me respondió: "lo único que está levantado es tu cuerpo; ahora levanta tu mente y tu alma".

Alfredo Sfeir, 18 de Febrero.

Aprendí

Hoy, aprendí algo muy importante: En un camino espiritual basado en el poder de la "iniciación", el linaje puro es más importante que el conocimiento. De lo contrario las "transmisiones" serán incorrectas o incompletas. Estoy fermentándolo.

Alfredo Sfeir, 18 de Febrero.

Aquí en Nepal

Hoy me sirvieron un chapati (como una tortilla) con un poquito de mermelada. Eran las cinco de la mañana.

Inmediatamente me visitó una mosca que apenas aterrizó en la mermelada, me dijo lo siguiente: "aquí en Nepal compartimos todo con todos. Todos estamos caminando hacia el mismo destino porque poseemos el mismo origen". Acepté inmediatamente su proposición. Comió su porción y se fue. No volvió, porque todo vuelve cuando protegemos nuestro territorio y excluimos a los demás.

Alfredo Sfeir, 19 de Febrero.

El problema

El problema no está en el dinero; está en la mente. El problema no está en el vino sino en el que lo bebe. Es la mente la que empodera el dinero y el alcohol.

Alfredo Sfeir, 20 de Febrero.





Ni pasado Ni futuro

Nos preocupamos de lo que no debemos preocuparnos. Cada vez que lo hacemos nos demora nuestro caminar hacia el destino original. En muchos casos nos cambia de camino y de destino. No existe el pasado ni el futuro. Vive el ahora, pensando que realmente no controlas nada. Sólo preséntate al escenario de la vida.

Alfredo Sfeir, 13 de Febrero.

Es algo Extraordinario

Muchos piensan que el cuerpo físico y la vida terrenal es algo de lo ordinario. Me doy cuenta de lo contrario. Es algo extraordinario, porque sólo en la materialidad podemos evolucionar en lo espiritual. Ser un terrícola es un privilegio, una oportunidad única, y un sendero hacia la iluminación. Por favor no destruyamos esta Tierra, que ella posee todos los códigos genéticos de la espiritualidad.

Alfredo Sfeir, 21 de Febrero.

Ideal

Las cosas malas no son fáciles de abordar. Las cosas buenas no son fáciles de auto-realizar. El camino ideal es el que no juzga nada. Ni bueno ni malo, sólo es.

Alfredo Sfeir, 22 de Febrero.

ALFREDO **SFEIR** 2018

Terrícola; privilegio

Muchos piensan que el cuerpo físico y la vida terrenal es algo de lo ordinario. Me doy cuenta de lo contrario. Es algo extraordinario, porque sólo en la materialidad podemos evolucionar en lo espiritual. Ser un terrícola es un privilegio, una oportunidad única, y un sendero hacia la iluminación. Por favor no destruyamos esta Tierra, que ella posee todos los códigos genéticos de la espiritualidad.

Alfredo Sfeir, 24 de Febrero.

Nuestro estado Natural

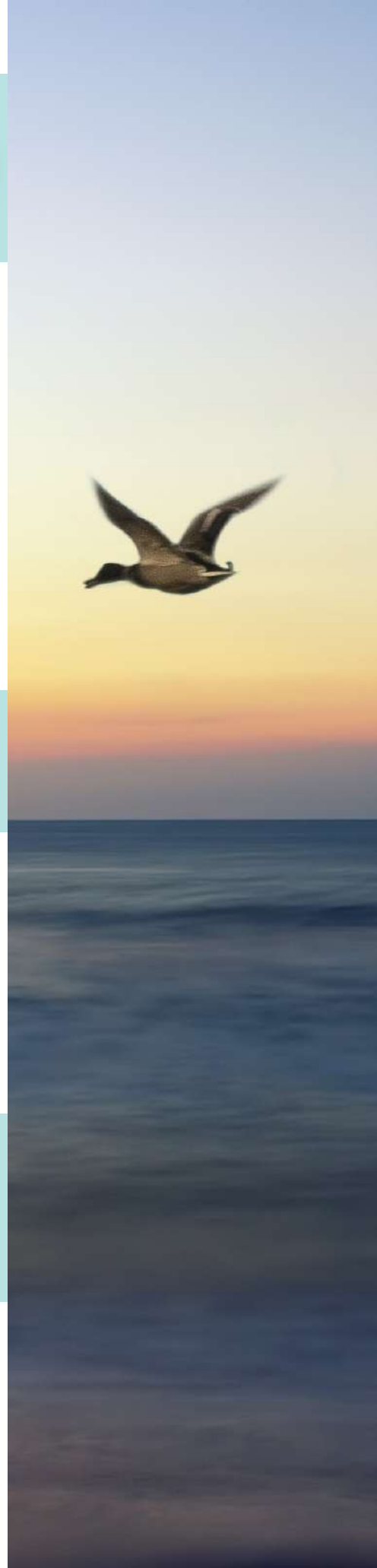
Es importantísimo que tengamos la experiencia de este nivel de consciencia pura que nace del Origen; de lo contrario nos será imposible conocer nuestra propia esencia. Sin esto, nunca auto realizaremos nuestro estado natural.

Alfredo Sfeir, 25 de Febrero.

Gran Esperanza

Todos podemos volver a re conectarnos con nuestro Origen, porque nuestra naturaleza primordial nunca desaparece. No está sujeta a cambios en el tiempo o el espacio. Esa es nuestra gran esperanza.

Alfredo Sfeir, 25 de Febrero.





Nada nos Falta

Nunca pierdas tus esperanzas. Hay realidades inmutables que nos alimentan. Una de ellas es que todos los instrumentos y atributos necesarios de lo que viniste a hacer, ser, en la tierra (tu dharma) están contenidos en ese dharma. También, todos los atributos necesarios, para dar los frutos esperados de nuestra vida, están completamente abrigados en tu mente (la capacidad de tu mente). Nada nos falta!

Alfredo Sfeir, 26 de Febrero.

Dos Pensamientos

La mente nos comparte dos tipos de pensamientos.

Uno, que se le podría llamar pensamientos conceptuales, contruidos a través de una lógica aprendida. Otro, el pensamiento natural, elemental, que nace del espacio otorgado por el conocimiento puro y original. La meditación debería ayudarnos a reconocer las diferencias, y comenzar a vivir los pensamientos que reflejan la naturaleza real de nuestra mente.

Alfredo Sfeir, 26 de Febrero.

Infancia interna

El Niño que llevo adentro es un excelente compañero de viaje. Siempre ve más cosas que yo. Como si fuera un telescopio y un binocular a la vez.

Alfredo Sfeir, 28 de Febrero.

ALFREDO **SFEIR** 2018



Horizonte colectivo

Muy preocupado de cuán rápido estamos perdiendo nuestra sofisticación. Ya no tenemos hambre para experimentar todas las caras del poliedro de la vida. Nuestro coraje de atrevernos desaparece lentamente junto a nuestra identidad.

El simplismo lo supera todo. Las respuestas fáciles, a temas profundamente complejos, nos dejan satisfechos. Esto, está a la orden del día en la política donde no hay otros horizontes que no sean derecha, centro e izquierda. Diferentes rótulos para expresar más de lo mismo. Nuevas propuestas son rápidamente descalificadas por el establishment y por mucha gente que usa los medios sociales para confirmar su satisfacción con el simplismo. Tenemos que salirnos de esta espiral que nos distancia cada vez más de un horizonte colectivo maravilloso.

Alfredo Sfeir, 26 de Febrero.

ALFREDO
SFEIR



Nuestro entorno Interno

" Hemos tratado de descubrir todo lo que existe en nuestro entorno externo, incluso la luna y otros planetas. Pero aún no hemos descubierto la esencia de nuestro ser: la consciencia pura, nuestra identidad original, nuestra naturaleza no construida por nosotros. Les digo: mientras más vivimos nuestro entorno interno, menos esfuerzo tendremos que hacer para conquistar el entorno externo. Hoy, es la tecnología interna la que comanda nuestro caminar externo".

Alfredo Sfeir, 27 de Febrero.

En esta tierra, mi cuerpo y yo vivimos juntos. Para que mi cuerpo pueda alcanzar su plenitud espiritual, invité a la mente y me casé con mi alma. Para que mi alma viva en la tierra le ofrecí mi cuerpo, con una mente como su traductora. Para que mi mente viva en la tierra, mi cuerpo es ahora su casa y mi alma es su fuente de sabiduría.

Alfredo Sfeir, 27 de Febrero.

ALFREDO
SFEIR



¿Qué es realmente el tiempo?

"Un vigilante de mi experiencia. Cuando lo paso bien, es muy corto. Cuando lo paso mal, es muy largo."

"Durante la experiencia y transformación espiritual, el reloj me molesta. Está viviendo hasta en mis células! Por eso me estoy envejeciendo. Es la gran culpa del reloj."

"No debemos tener consciencia material del tiempo. Esta consciencia se apodera de tu cuerpo infinito. Nada nace, ni nada muere. El reloj nos mata. No hay tiempo y, por lo tanto no lo debemos medir. Cuando lo medimos, lo autorizamos para envejecernos."

"Me cruzo en los aeropuertos con gente que va a muchos puntos cardinales distintos. Me pregunto ¿Qué pasaría si todos fuésemos al mismo lugar? Por ejemplo, ¿al espacio de la felicidad real y plena? No habría ningún atochamiento. Este nace como fruto de nuestra densidad y peso."

"Un derecho humano inalienable es poder practicar tu espiritualidad en todas partes. Aún en la cárcel. No podemos permitir que la privación de libertad física se convierta en una privación de una vida y práctica espiritual. Esto es esencial para todos, incluyendo a nuestros pueblos originarios."

Alfredo Sfeir, 28 de Febrero.

ALFREDO
SFEIR



Hoy Me acompaño del Presente

"Desde pequeño me enseñaron que había tiempo pasado, presente y futuro. Nunca he podido comprobar esa propuesta, pero cuando la acepto como verdadera, me arruina todo. Cuando pequeño ansiaba el futuro. Cuando adulto me quedé pegado en el pasado. Hoy me acompaño del presente."

Alfredo Sfeir, 2 de Marzo.

"No sé cómo se mide el espacio o el tiempo. Lo que sí sé es que ambos se manifiesta como si fueran dos gemelos. También sé que soy una manifestación de ellos."

Alfredo Sfeir, 2 de Marzo.

"Le di la mano al espacio, y me la dio el tiempo. Le di la mano al tiempo y me la dio el espacio. Entonces abrí mis dos manos, una para cada uno. Se prendió una hermosa luz. Ahora trato de vivirla."

Alfredo Sfeir, 3 de Marzo.

"Servir a los demás es el camino más sólido de nuestra espiritualidad. "Los demás" incluye todas las formas de vida de nuestro planeta. Los budistas le llaman un bodhisatva que dedica su vida a los demás. Pensando en mi cuerpo, me doy cuenta que sólo existo porque mis órganos son los grandes y más dedicados bodhisatva. Gracias!"

Alfredo Sfeir, 4 de Marzo.

ALFREDO
SFEIR

Lo que no posee Espíritu!

No quisiese trivializar. En esta parte del mundo, la mayoría de las casas tienen un espacio dedicado a la espiritualidad: un altar. Algunos más sofisticados que otros. Tanto al entrar como al salir me hizo sentir lo más profundo de mi espíritu. Debería haber un lugar físico para el espíritu, no religioso, para la práctica del silencio, en todos los espacios públicos. Cambiaría el carácter, la textura, el sabor... de todo lo que emana de allí. Lo que no posee espíritu no vale la pena.

Alfredo Sfeir, 8 de Marzo.

Los Niños...

Los niños te miran, te observan, te preguntan, te cuestionan... No les puedo mentir: estamos destruyendo su planeta, su oportunidad de quemar karma, de lograr eso que vinieron a realizar aquí. No podemos sacrificar a las generaciones futuras. Juntémonos todos para salvar nuestro planeta.

Ahora!

Alfredo Sfeir, 24 de Marzo.

Enfermedad; soledad

¡La enfermedad más salvaje que afecta a los adultos mayores se llama soledad! La única medicina nace en nuestra consciencia y se llama amor social: compasión y compromiso por el otro.

Alfredo Sfeir, 24 de Marzo.





Sociedad sin Vínculos

La soledad es el resultado de una sociedad que hemos creado sin vínculos (personales, sociales, familiares...). Entre los adultos mayores, las mujeres son las más afectadas. Una gran paradoja en un mundo, mal llamado, de los medios sociales de comunicación.

Alfredo Sfeir, 30 de Marzo.

Empoderamiento

No puedes empoderar a nadie si no has sido empoderado de forma correcta. Esto es válido tanto en lo individual como en lo colectivo. Es el nivel de consciencia el que determina la naturaleza y el alcance del empoderamiento.

Alfredo Sfeir, 20 de Abril.

Espiritualizar el alma

No hay duda que se ha democratizado la espiritualidad y muchas de sus prácticas. Ahora debemos espiritualizar a la democracia y sus prácticas. Una democracia sin espiritualidad es como un árbol sin sabia.

Alfredo Sfeir, 25 de Marzo.

Conocimiento Limitado

El conocimiento tiene límites; su existencia es limitada. La ignorancia no tiene fronteras; su existencia es ilimitada. Mientras más te identificas con tu conocimiento (lo que crees que sabes), más limitado estás. La búsqueda espiritual nace y se motiva cuando estamos consciente de nuestra ignorancia. Si quieres transformarte, debes abrirte a tu ignorancia.

Alfredo Sfeir, 25 de Mayo.

Muerte, que inteligente

¡Que fuerza tiene la muerte! ¡Que inteligente es la muerte! Se enamora perdidamente de nosotros y es difícil sacársela de encima. La muerte es tan poderosa como la vida. Ella sabe que es capaz de crear una vida superior.

Alfredo Sfeir, 1 de Junio.

Emancipación Espiritual

En el pasado, pensamos que nuestro bienestar material dependía de la emancipación material de la economía. Hoy, sabemos que no es así; necesitamos la emancipación espiritual de la economía. Este es el único camino!

Alfredo Sfeir, 11 de Junio.





La Libertad

Vivimos en una sociedad donde no nos queremos comprometer con nadie ni con nada, para no perder nuestra libertad. Sin embargo, es todo lo contrario.

Nunca podremos ser verdaderamente libres sin comprometernos. La libertad está siempre insertada en la interdependencia. Esto incluye comprometernos con nuestra propia libertad! La libertad es un estado del ser; de nuestro ser individual y colectivo.

Alfredo Sfeir, 23 de Junio.

Empoderamiento

Constato que avanzo más rápido en mi transformación espiritual a través de la práctica consciente y profunda del "yo no soy". Un gran énfasis en lo interno. El

"nosotros somos" es el gran acelerador de la consciencia interdependiente y colectiva. El "tú eres", expresado con profundo amor, es la fuerza del gran respeto, compasión y servicio.

Alfredo Sfeir, 30 de Junio.

Sigue la Huella

Aunque te demores un poco más, siempre sigue la huella. La huella cuya alquimia brota de los ancestros, las maestras y maestros, los seres de luz, los sabios, tu dharma, lo sagrado, el espíritu... Pareciera que gran parte de la humanidad perdió la huella.

Alfredo Sfeir, 15 de Agosto.

ALFREDO **SFEIR** 2018

Conocimiento Limitado

El conocimiento tiene límites; su existencia es limitada. La ignorancia no tiene fronteras; su existencia es ilimitada. Mientras más te identificas con tu conocimiento (lo que crees que sabes), más limitado estás. La búsqueda espiritual nace y se motiva cuando estamos consciente de nuestra ignorancia. Si quieres transformarte, debes abrirte a tu ignorancia.

Alfredo Sfeir, 25 de Mayo.

Muerte, que inteligente

¡Que fuerza tiene la muerte! ¡Que inteligente es la muerte! Se enamora perdidamente de nosotros y es difícil sacársela de encima. La muerte es tan poderosa como la vida. Ella sabe que es capaz de crear una vida superior.

Alfredo Sfeir, 1 de Junio.

Emancipación Espiritual

En el pasado, pensamos que nuestro bienestar material dependía de la emancipación material de la economía. Hoy, sabemos que no es así; necesitamos la emancipación espiritual de la economía. Este es el único camino!

Alfredo Sfeir, 11 de Junio.





ALFREDO **SFEIR**



Bienestar Espiritual y Material

"Hoy, nuestro bienestar material y espiritual están erosionados por la indiferencia en el manejo apropiado del bien común."

"El neoliberalismo va a morir de su propio veneno: haber mercantilizado todo, incluyendo al ser humano, la naturaleza y la política. Esta última ya está en la UCI"

"Muchos piensan que la gran revolución es tecnológica. Pienso que la verdadera revolución nace de nuestra consciencia. Sólo altos niveles de consciencia permitirán que las nuevas tecnologías mejoren el bienestar de todos."

"Los pescadores artesanales tienen razón: no más pesca de arrastre. Conservemos la ecología de nuestro mar, ahora."

"En la política nos hace mucha falta un verdadero encuentro con lo humano y lo espiritual. Una política sin espiritualidad es un camino suicida. La espiritualidad fuera de la política se transforma en una teoría."

"Tenemos que crear las instancias para que aumente la consciencia planetaria: tu consciencia, mi consciencia, nuestras consciencias, y la consciencia de todos los seres sintientes. El momento es ahora!"

Alfredo Sfeir, 27 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR



Jóvenes, presente

Hoy, un joven dijo: "los jóvenes no somos el futuro, somos el presente". Es totalmente cierto! A lo que yo le contestaré mañana: "nosotros, los adultos mayores no somos el pasado, también somos el presente". Debemos unirnos todas las generaciones para cambiar el futuro del planeta. Paz y cooperación total entre generaciones.

Alfredo Sfeir, 16 de Abril.

Ley de sanación

La gran ley de la sanación: desde el amor colectivo a la medicina espiritual.

Gran ley de la sanación: para poder sanarnos nosotros, debemos sanar el planeta. Y, para sanar el planeta debemos sanarnos nosotros. No es posible estar sano en un planeta enfermo.

Alfredo Sfeir, 19 de Abril.

Sanar no es curar

La gran ley de la sanación. Sanar no es lo mismo que curar. La sanación va más allá de una persona y de un tiempo presente. Es un fenómeno eminentemente colectivo, incluyendo a otros seres humanos y seres sintientes. Puede incluir abordar el karma que surge de vidas pasadas.

Alfredo Sfeir, 28 de Abril.

ALFREDO **SFEIR** 2019

No seré Enemigo

No me pidas que sea un enemigo de tus enemigos, porque me guío por el amor y la compasión. Para hacer lo que tú quieres me debo dejar gobernar sólo por el ego.

Alfredo Sfeir, 5 de Mayo.

El instructor y el Mestro

.El Instructor se afana en dar respuestas todo el tiempo. El Maestro comparte las preguntas; quizás una sola pregunta. El Instructor imparte conocimiento.

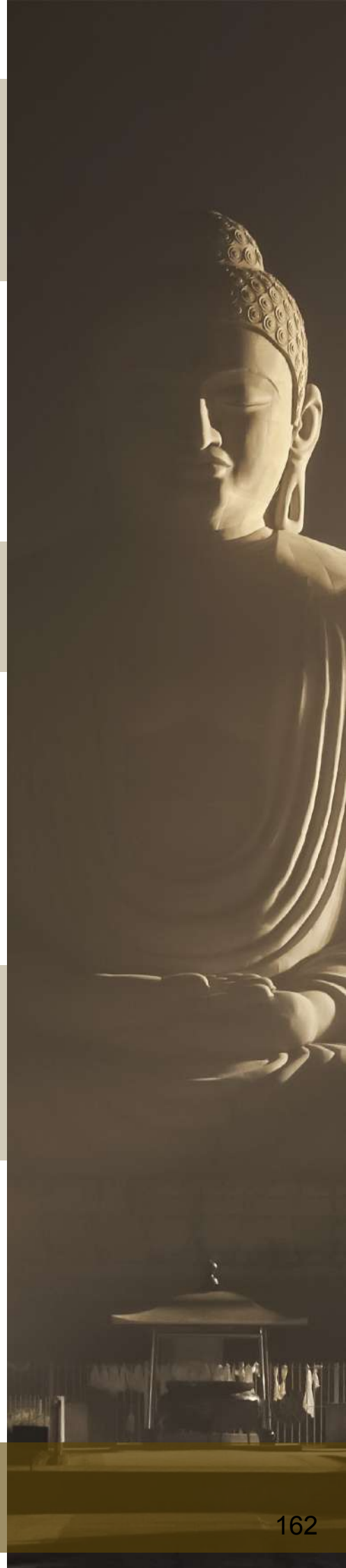
El Maestro comparte sabiduría. Hay muchas respuestas correctas a preguntas incorrectas. Hay mucho conocimiento sin sabiduría.

Alfredo Sfeir, 17 de Mayo.

El Liderazgo

El liderazgo es el espacio y el camino hacia altos niveles de atención, concentración y consciencia: de uno mismo, de los otros, de la naturaleza, y de la realidad espiritual. El gran atributo de un líder es trascender a, y contener, niveles cada vez más altos de conciencia individual y colectiva.

Alfredo Sfeir, 11 de Junio.





5 elementos

Los 5 elementos de la vida --agua,aire, espacio, tierra y fuego--no son sólo recursos naturales físicos. También son 5 formas diferentes (y complementarias) de sabiduría.Esto es vital para entender los impactos que tiene contaminarlos, o usarlos inadecuadamente, en nuestro bienestar material y espiritual.

Alfredo Sfeir, 4 de Agosto.

El Discipulado

Tres aspectos fundamentales en el discipulado: primero, saber identificar la sabiduría cuando se te presenta; segundo, ofrecerle una página en blanco para que ella escriba; y tercero, ser totalmente leal a lo que se escribió. Enseñanza del Abuelo Fermín Gomez, Sacerdote Maya, Guatemala.

Alfredo Sfeir, 13 de Agosto.

Libertad

La verdadera libertad es un árbol que tenemos que plantar y hacer crecer con raíces fuertes, y no una flor que se marchita cada invierno.

Alfredo Sfeir, 28 de Agosto.

ALFREDO **SFEIR** 2019

No seré Enemigo

No me pidas que sea un enemigo de tus enemigos, porque me guío por el amor y la compasión. Para hacer lo que tú quieres me debo dejar gobernar sólo por el ego.

Alfredo Sfeir, 5 de Mayo.

El instructor y el Mestro

.El Instructor se afana en dar respuestas todo el tiempo. El Maestro comparte las preguntas; quizás una sola pregunta. El Instructor imparte conocimiento.

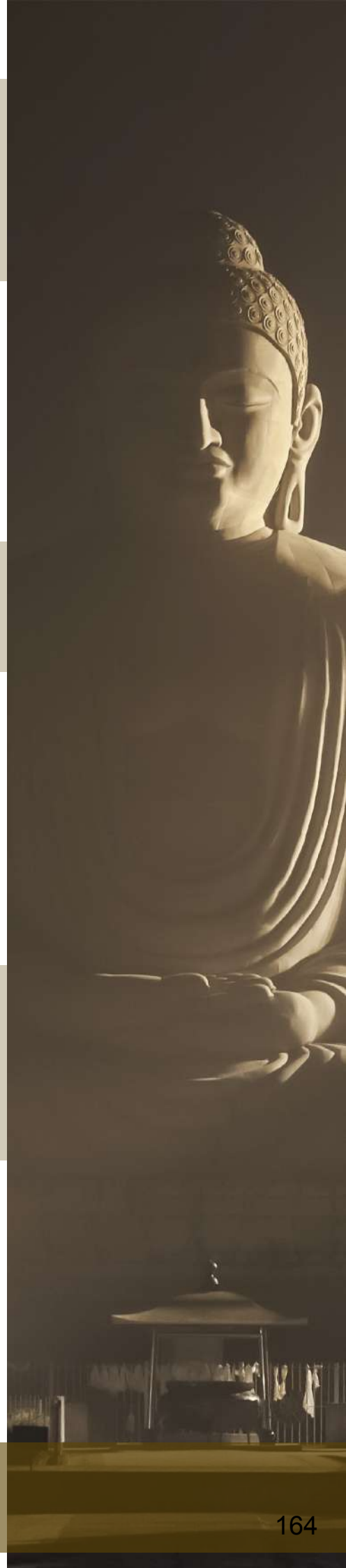
El Maestro comparte sabiduría. Hay muchas respuestas correctas a preguntas incorrectas. Hay mucho conocimiento sin sabiduría.

Alfredo Sfeir, 17 de Mayo.

El Liderazgo

El liderazgo es el espacio y el camino hacia altos niveles de atención, concentración y consciencia: de uno mismo, de los otros, de la naturaleza, y de la realidad espiritual. El gran atributo de un líder es trascender a, y contener, niveles cada vez más altos de conciencia individual y colectiva.

Alfredo Sfeir, 11 de Junio.





"La Naturaleza Chilena También Despertó"

Despertaron los espinos, para hacernos una acupuntura de paz.

Despertaron los tilos para tranquilizar nuestras almas.

Despertaron los álamos para comunicarnos con nuestro cielo.

Despertaron los quillayes para limpiar lo negativo de nuestro pasado.

Despertaron los sauces llorones para darnos un bálsamo de serenidad.

Despertaron los aromos para sanarnos con su aromaterapia.

Despertaron los tamarugos para protegernos de ese calor interno innecesario.

Despertaron las pataguas para compartir el agua que calme nuestra sed.

Despertaron los maquis para pintarnos del color de la espiritualidad.

Despertaron las palmas chilenas para subirnos y ver nuevos horizontes.

Despertaron los peumos para protegernos de la polvareda de negatividad.

Despertaron los litres para alejarnos de aquellos que no ven la realidad.

Despertaron los boldos para curar nuestros cuerpos cansados.

Despertaron los arrayanes para descansar en este duro momento.

Despertaron los ruiles para entender el verdadero rumbo de esta lucha.

Despertaron las araucarias para aumentar nuestra consciencia ciudadana.

Despertaron las lenguas para construir un camino firme y seguro.

Despertaron los canelos para marcar el surco sagrado de la vida.

Despertaron los alerces para indicar donde está el espacio de lo femenino.

Despertaron los coigues para repetir mil veces: "camino no violento".

Despertaron las montañas para protegernos de la adversidad.

Despertaron los ríos para que sus aguas nos apaciguen el corazón.

Despertaron las lagunas para curar nuestras heridas profundas.

ALFREDO
SFEIR

Despertaron las tierras para permitirnos entrar en lo sagrado.

Despertaron los glaciares para enfriar las mentes agitadas.

Despertaron los pumas para cuidarnos durante el sueño.

Despertaron los lobos para hacer saludar una luna nueva de esperanzas.

Despertaron los zorros para mantener nuestras mentes alertas.

Despertaron los perros para aguardar por nuestra seguridad.

Despertaron los cóndores para que miremos al infinito de bienestar.

Despertaron los pájaros para trinar una nueva primavera

Despertaron los huemules para decir que hay espacio para la verdad.

Despertaron las llamas para guiarnos por los desiertos interiores.

Despertaron las tortugas para calmar el silencio en medio del conflicto.

Despertaron las ranas para anunciar que es momento de reconciliación.

Despertaron las lagartijas para avanzar hacia la luz del sol.

Despertó nuestra naturaleza. Todo Despertó.

Alfredo Sfeir, 9 de Noviembre.

ALFREDO
SFEIR



ALFREDO
SFEIR

"Prefiero llegar a la mitad de mi camino correcto, que llegar a la meta de un camino equivocado."

Alfredo Sfeir, 3 de Enero.

"La salud de nuestro medioambiente está en directa relación con el estado de conciencia de cada persona. Un ejemplo: la escasez de agua."

Alfredo Sfeir, 6 de Enero.

"Para emprendedores.

En el Vyaghghapajja Sutta, el Buddha recomienda 4 cosas: 1) Esfuerzo constante y proporcional al emprendimiento (Utthana Sampada); 2) Protección de los acervos y dineros; 3) tener un grupo de trabajo honesto y transparente, amigos nobles (Kalihankamittata); y 4) Vivir de acuerdo a lo que ganas (Samajevikata)."

Alfredo Sfeir, 7 de Enero..

"La verdadera espiritualidad. No es sólo relevante que auto realicemos la" compasión a nivel personal, por ejemplo, sino que, simultáneamente, nos comprometamos a construir juntos una sociedad compasiva.

Alfredo Sfeir, 10 de Enero.

ALFREDO
SFEIR

A vertical photograph on the left side of the page shows three hikers standing on a rocky mountain peak, silhouetted against a clear blue sky. They are raising their arms in celebration. The image is partially obscured by a blue vertical bar on the far left.

El entusiasmo

No perdamos nuestro entusiasmo. Los méritos sólo ocurren como resultado de nuestro entusiasmo. Entusiasmo es encontrar alegría en los grandes desafíos.

Alfredo Sfeir, 30 de Enero.

Anatomía del Liderazgo

La anatomía de un liderazgo --individual o colectivo-- basada en un texto budista Dassa Rajashama: generosidad (Dana), moralidad (Sila), auto-sacrificio (Pariccoga), integridad (Ajjava), amabilidad (Maddavam), austeridad (Tapa), no ira (Akkodha), no violencia (Avihimsa), tolerancia (Khandhi), y no desviación de la rectitud (Avirodama)

Alfredo Sfeir, 6 de Febrero.

Queremos Cambios

Queremos grandes cambios. Detrás de esos cambios está lo que nunca cambia. Lo que queremos cambiar está en el trono y emana del trono de lo incambiable: amor incondicional, justicia, compasión, solidaridad...

Alfredo Sfeir, 28 de Agosto.

ALFREDO **SFEIR** 2020

¿Qué piensas tú?

¿Qué piensas tú? ¿Debemos construir un futuro con el nivel de consciencia colectiva que tenemos hoy? O ¿Debemos construir nuestro futuro con una nueva consciencia colectiva? O ¿Debemos abrir un camino para auto realizar un destino colectivo que ya está en su máxima expresión para ser implementado?

Alfredo Sfeir, 1 de Marzo.

Mi Maestro

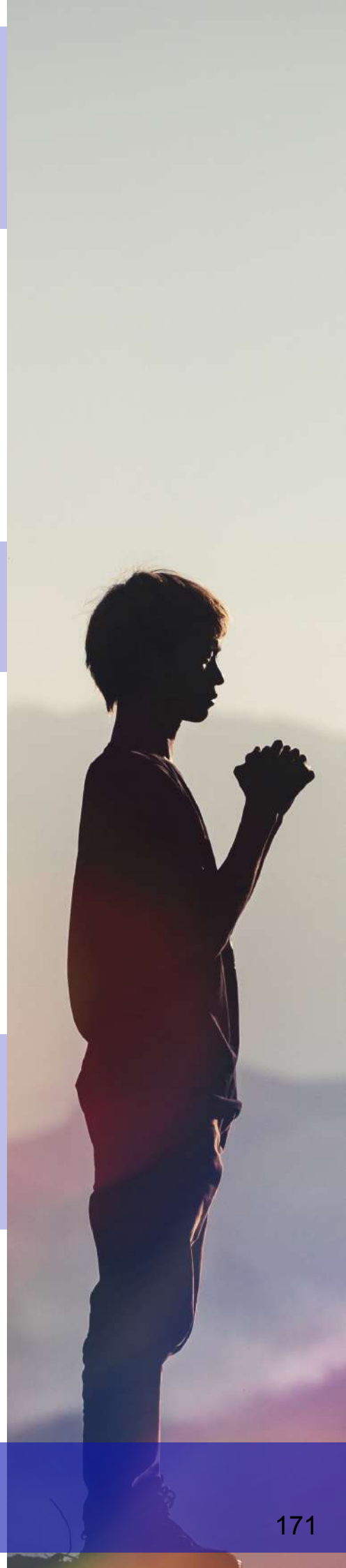
Basado en enseñanza de mi Maestro. "Por el poder de la verdad, por la atención de todos los seres humanos, por bendición de todos los Seres Santos, por la bendición de todas las Maestras y Maestros y el Buda Shakyamuni, que las grandes enfermedades se transformen en pequeñas enfermedades, y que las pequeñas enfermedades desaparezcan. Soha, Amén, Shalom... Que así sea".

Alfredo Sfeir, 15 de Marzo.

Chacra del Corazón

Un 'remedio espiritual' para el corona virus: buscar refugio en nuestra felicidad interior (chacra del corazón). Aprovechemos momentos solitarios a través de cualquier práctica espiritual que tengas.

Alfredo Sfeir, 16 de Marzo.





Somos medicina

Que todos seamos la medicina infalible para todos los seres humanos y los seres sintientes que están enfermos en el mundo, hasta que nos sanemos todos.

Soha, Shalom, Amén, Aho...

Alfredo Sfeir, 16 de Marzo.

Sustancia Primordial

Nuestra auto-preservación es una responsabilidad individual y colectiva.

Todos tenemos una Sustancia Primordial y ella es una gran fuente de sanación. Entra en total silencio y te bañas en ella.

Alfredo Sfeir, 17 de Marzo.

Nuestro Cuerpo

Nuestro cuerpo es muy difícil de obtener. Doy gracias por su importancia fundamental en nuestro camino espiritual y material. Es un privilegio y una gran responsabilidad porque su tenencia es muy precaria.

Alfredo Sfeir, 28 de Agosto.

ALFREDO **SFEIR** 2020

Ley del Karma

Nuestro planeta está gobernado por La Ley Del Karma. Esta ley demanda una sociedad planetaria justa e equitativa. Gobernada por nuestro méritos!

Alfredo Sfeir, 5 de Abril.

Debemos Cambiar

Si después de esta experiencia la humanidad no cambia profundamente de consciencia, la política y la economía como la entendemos hoy nos hundirán.

Alfredo Sfeir, 5 de Abril.

Colectivo Humano

Lo único que tenemos que aprender de esta pandemia es a vivir felices todos juntos. Somos un país, una sociedad, un colectivo humano, una responsabilidad...

Alfredo Sfeir, 6 de Abril.



Cimientos de un Nuevo Orden Planetario

La Gran Ley de la Sanación nos enseña que para sanarnos nosotros debemos sanar el planeta. Y, para sanar el planeta, debemos sanarnos nosotros. Esta minuta representa sólo una propuesta de sanación mutua e interdependiente. Esta es la primera piedra, la columna vertebral, para construir progresivamente una nueva forma de vivir en nuestro planeta. Ustedes saben que he trabajado y publicado muchísimo sobre este tema (varias décadas), considerando innumerables ángulos: económico, institucional, político, social y espiritual. He compartido casi todo por las redes sociales. Aquí solamente comparto los "titulares", con el riesgo de lo que esto significa. De lo contrario esto sería un texto demasiado extenso (un libro). Trataré de producir una versión de una-dos páginas. Por lo tanto, no evalúen cuan completa e inclusiva es. Véanlo como una acupuntura espiritual. Necesitamos urgentemente una consciencia nueva para nutrir e implementar este nuevo orden planetario; ella representa el preámbulo y el camino hacia una sociedad planetaria solidaria, cooperativa, justa, interdependiente, compasiva, amorosa...

Una consciencia que haga florecer nuestro Ser global. Nuevos valores, ideas, hábitos, comportamientos, mentalidades, etc. Soy optimista, y convencido que juntos podemos hacerlo, particularmente si tomamos responsabilidades compartidas con respecto al futuro de Chile y de nuestro planeta.

ALFREDO
SFEIR

Cimientos de Un Nuevo Orden Planetario;

- Un Planeta Libre de Pobreza.
 - Un Planeta Libre de Contaminación.
 - Un Planeta Libre de Conflictos.
 - Un Planeta Libre de Enfermedades.
 - Un Planeta Libre de Valores Individualistas y Materialistas.
 - Un Planeta Pleno de Economía y Política del Cuidado (seres humanos, sintientes y naturaleza)
 - Un Planeta Pleno de Conservación y de Regeneración Ecológica.
 - Un Planeta Pleno de Instituciones Ciudadanas y de Responsabilidades Compartidas.
 - Un Planeta Pleno de Alimentación y de Nutrición Bio-Orgánica.
 - Un Planeta Pleno de Economías Circulares y Solidarias.
 - Un Planeta Pleno de Derechos Humanos y de la Naturaleza.
- Bosquejo de Un Programa De Transformación Planetaria
- Creación de una institución planetaria ciudadana por la paz mundial.
 - Protección y respeto a todos los pueblos originarios.
 - Transformación del PNUMA en un organismo planetario.
 - Implementación inmediata de reformas a la ONU e Instituciones Bretton Woods.
 - Acción permanente sobre el cambio climático.
 - Limpieza y conservación de todos los océanos, ríos y lagos del mundo.
 - Protección total de todos los bosques nativos, planes de reforestación y desertificación.
 - Protección de la biodiversidad, incluyendo flora, fauna y semillas autóctonas.
 - Protección de todos los glaciares.
 - Descontaminación de todas las ciudades, barrios.
 - Formulación de un plan planetario para el manejo y mitigación de desastres naturales.
 - Implementación de una estrategia incluyente para el mundo rural.
 - Eliminación de la economía basada en hidrocarburos.
 - Inclusión de un sistema de salud con connotaciones planetarias.



- Creación de nuevas instituciones planetarias ciudadanas.
- Transición hacia sociedades de derechos y no de mercados.
- Eliminación de todas las armas nucleares del planeta.
- Transformación de los sistemas educacionales: hacia un ser global.
- Gestación de nuevas formas equitativas y justas de creación de riqueza material.

"Una consciencia que haga florecer nuestro Ser global. Nuevos valores, ideas, hábitos, comportamientos, mentalidades, etc. Soy optimista, y convencido que juntos podemos hacerlo, particularmente si tomamos responsabilidades compartidas con respecto al futuro de Chile y de nuestro planeta."

Alfredo Sfeir, 7 de Abril.

ALFREDO
SFEIR





Frases Mes de Mayo

"Nada nos debe separar. Tenemos el mismo destino colectivo."

Alfredo Sfeir, 2 de Mayo.

"Si queremos ser felices, comprometámonos con la construcción de una sociedad compasiva."

Alfredo Sfeir, 3 de Mayo.

"En esta nueva era, que ya llegó, estamos viviendo la experiencia del "tiempo cero". ¡Se cerró la acordeón del tiempo!"

Alfredo Sfeir, 4 de Mayo.

"Hay que transcender todo lo que nos limita. Y eliminar todo lo que nos limita a transcender."

Alfredo Sfeir, 7 de Mayo.

"Debemos aumentar nuestro conocimiento de las grandes facultades espirituales de todos los seres sintientes y la naturaleza."

Alfredo Sfeir, 10 de Mayo.

"Hoy constatamos una gran decadencia ética en relación a la naturaleza misma de la vida."

Alfredo Sfeir, 11 de Mayo.

"Todo nace o se crea de los opuestos. Los opuestos operan en su máxima expresión con un objetivo común: creación. Es por eso que la política está produciendo nada."

Alfredo Sfeir, 13 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR

"La creación del sujeto en plural fue hecho para separarnos. Cuando seamos Uno, sólo habrá palabras en singular."

Alfredo Sfeir, 14 de Mayo.

"En el medio de un río correntoso, lo único que tenemos que aprender es a flotar y transportarnos en una simple hoja."

Alfredo Sfeir, 16 de Mayo.

"Tenemos una gran responsabilidad ética con nuestros ancianos."

Alfredo Sfeir, 18 de Mayo.

"Llegó el momento de evolucionar de adentro hacia afuera."

Alfredo Sfeir, 20 de Mayo.

"La forma más fundamental para prevenir el contagio del corona virus, y de otros virus, es parando la destrucción de nuestra naturaleza. Busquemos también la solución natural."

Alfredo Sfeir, 23 de Mayo.

"Si no tienes respuesta no es culpa de la pregunta."

Alfredo Sfeir, 31 de Mayo.

ALFREDO
SFEIR





Frases Mes de Junio

"No habrá futuro si no sanamos el planeta."

Alfredo Sfeir, 10 de Junio.

"Donde no hay vida, no hay yoga."

Alfredo Sfeir, 14 de Junio.

"Todas las expresiones de la vida se manifiestan entre dos espacios de silencio."

Alfredo Sfeir, 18 de Junio.

"Regeneración ecológica: debemos implantar una cuarentena ecológica planetaria ahora."

Alfredo Sfeir, 25 de Junio.

"Nuestro bello planeta es un verdadero santuario espiritual."

Alfredo Sfeir, 27 de Junio.

ALFREDO
SFEIR

Frases Mes de Julio

"El Buda: Si todos supiéramos los beneficios de la generosidad y del compartir, nadie comería sin antes haber compartido, incluso si este fuera su último mordisco."

Alfredo Sfeir, 5 de Julio.

"Estamos experimentando la inexorable ley universal del karma."

Alfredo Sfeir, 7 de Julio.

"La fuente de la dualidad es la mente. La fuente de la unidad es la conciencia."

Alfredo Sfeir, 9 de Julio.

La Importancia de La Naturaleza. Mara (demonio) le pregunta al Buda, ¿cómo la gente va a saber que te iluminastes? El Buda puso su mano sobre la tierra y respondió: "Ella lo sabe".

Alfredo Sfeir, 10 de Julio.

Muchos piensan que los valores espirituales son irrelevantes, débiles, o esotéricos.

Alfredo Sfeir, 11 de Julio.



"Así como la sabiduría de los oídos afina la guitarra, así la práctica espiritual hace crecer nuestra consciencia."

Alfredo Sfeir, 14 de Julio.

"Estamos gobernando el país y el planeta con "una moralidad parcial": sólo cuenta lo que es bueno para mí o mi grupo. Debemos gobernar con "una moralidad social": lo que es bueno para todos nosotros. Eso no implica que los beneficios y los costos sean los mismos para cada persona."

Alfredo Sfeir, 16 de Julio.

"Hoy, nuestro "yo", individual y colectivo, está separado del "yo" de la naturaleza. Nuestras expresiones orales pueden transformarse en grandes bloqueadores de nuestra capacidad de auto realización. Dos ejemplos: responder todo con "yo creo" y otro es "no sé si entendí bien"."

Alfredo Sfeir, 17 de Julio.

"Proverbio Chino: "Cuando surgen los vientos de cambio, algunas personas construyen muros de contención, mientras que otras construyen molinos de viento"."

Alfredo Sfeir, 20 de Julio.

"Estamos en un gran punto de inflexión espiritual. Depende de nosotros si se materializa esta oportunidad."

Alfredo Sfeir, 21 de Julio.

"Debate entre Mozi y Confucio . Mozi le dice: "no dejes todo al azar, es nuestra responsabilidad seleccionar el gobernante correcto"."

Alfredo Sfeir, 24 de Julio.

"¿Cómo un líder construye un camino colectivo común?"

Alfredo Sfeir, 28 de Julio.

"Gran desafío: reformar nuestras convenciones sociales, económicas y políticas tradicionales. ¿Cómo lo haremos? ¿Moral interna o externa?"

Alfredo Sfeir, 31 de Julio.

*Frases Mes
de Julio*

ALFREDO
SFEIR
2020



Frases Mes de Agosto

"Es indispensable auto realizar nuestro karma colectivo histórico. Un nuevo futuro necesita la creación de una nueva huella karmica."

Alfredo Sfeir, 4 de Agosto.

"Nuestra espiritualidad está siendo erosionada por falta de una eco-gobernabilidad planetaria. Abramos el espacio de un nuevo amanecer a través de la sanación del planeta, ¡ahora!"

Alfredo Sfeir, 9 de Agosto.

"Los avances en estados de consciencia colectiva deben ir acompañados de grandes refinamientos de nuestra mente, y evitar el caos social."

Alfredo Sfeir, 12 de Agosto.

"Todo puede cambiar en un instante, solamente tienes que ser feliz."

Alfredo Sfeir, 13 de Agosto.

"Necesitamos una dirección correcta, unos deberes y responsabilidades legítimas, y una vida justa."

Alfredo Sfeir, 15 de Agosto.

ALFREDO
SFEIR
2020



"20 Joyas Para una Eco-Consciencia Planetaria"

1. VIDA. Que el planeta tierra es un ser vivo y no una cosa.
2. COLECTIVO. Que debemos abrazar una nueva noción de lo que entendemos como un colectivo.
3. CONSCIENCIA. Que los niveles de consciencia colectivos (de los seres vivos y la naturaleza) son determinantes de la construcción de la eco-consciencia planetaria.
4. BIENESTAR. Que la eco-consciencia planetaria aborda simultáneamente la necesidad de aumentar y consolidar tanto nuestro bienestar material como espiritual.
5. RESPONSABILIDAD. Que tenemos que asumir, al mismo tiempo, tres tipos de responsabilidades: individual, colectiva y planetaria.
6. SANACION. Que todos somos responsables de auto-realizar e implementar la Gran Ley de la Sanación.
7. SOSTENIBILIDAD. Que no hay una sola dimensión del Desarrollo Sostenible (DS).
8. NATURAL. Que los seres humanos tenemos una mente natural y un cuerpo natural.
9. LEYES. Que la eco-consciencia planetaria (y sus impactos) no solamente está sujeta a las leyes humanas y leyes naturales sino también a leyes espirituales.
10. PURIFICACION. Que debemos abordar con extrema prioridad la purificación de los 5 elementos de la vida.

11. VALOR. Que tenemos que definir qué constituye valor en nuestra sociedad.
12. ORIGEN. Que es vital conocer y trabajar con la visión y cosmovisión planetaria de nuestros pueblos originarios.
13. DERECHOS. Que debemos crear y aprobar los derechos de la naturaleza
14. ECONOMÍA. Que tenemos que ir en la búsqueda de otra forma de hacer economía.
15. ACUERDO. Que es necesario construir un acuerdo planetario.
16. CIUDADANISMO. Que vivimos en la era del ciudadanismo.
17. ORGANIZACIÓN. Que tenemos que cambiar ahora mismo las estructuras y organizaciones internacionales.
18. LIDERAZGO. Que se hace necesario crear nuevas formas de liderazgo a través de líderes conscientes.
19. GOBERNANCIA. Que la eco-consciencia planetaria se expresa a través de diferentes mecanismos de gobernanza.
20. ESPIRITUALIDAD. Que la ecología debe tener una gran dimensión de espiritualidad, y que la espiritualidad debe tener una gran dimensión ecológica.

Alfredo Sfeir, 22 de Agosto.

ALFREDO
SFEIR

Frases Mes de Octubre

"Nueva Consciencia Colectiva: 'sólo acciones comunes resultarán en un bienestar común'

Alfredo Sfeir, 1 de Octubre.

"Somos uno, indivisible. No hay superior o inferior. Una sociedad verdaderamente sustentable es aquella que elimina el sufrimiento."

Alfredo Sfeir, 5 de Octubre.

"La Medicina de la Tierra". Ella se rige por las leyes de la Felicidad, del Servicio y de la Interdependencia."

Alfredo Sfeir, 8 de Octubre.

"Nuestra mentalidad (mindset) está anclada en nuestro nivel de consciencia."

Alfredo Sfeir, 15 de Octubre.

Hoy necesitamos más consciencia.

Alfredo Sfeir, 15 de Octubre.

Tú eres lo acumulado por tu consciencia, expresado desde experiencias cognitivas.

Alfredo Sfeir, 11 de Julio.





Frases Mes de Octubre

"Cuando veas la belleza en tod@s y todo, ell@s verán la belleza en ti.

Alfredo Sfeir, 22 de Octubre.

Es imposible que veas una flor si ella no te está viendo a ti al mismo tiempo. Tenemos un existencia mutua.

Alfredo Sfeir, 23 de Octubre.

Tú eres lo acumulado por tu consciencia, expresado desde experiencias cognitivas.

Alfredo Sfeir, 24 de Octubre.

Hoy, para entrar, la computadora me pregunta si soy humano!

Alfredo Sfeir, 25 de Octubre.

ALFREDO
SFEIR
2020

Frases Mes de Noviembre

"Necesitamos un gran proceso de sanación colectiva."

Alfredo Sfeir, 10 de Noviembre.

"Pasado: reconciliación de religión y ciencia. Hoy: reconciliación espiritualidad y economía (material y no-material)."

Alfredo Sfeir, 11 de Noviembre.

"Una comunicación consciente es la que despierta y transforma la mente todo el tiempo. Una espiral!"

Alfredo Sfeir, 14 de Noviembre.

"No perdamos nuestra grandeza interior."

Alfredo Sfeir, 20 de Noviembre.

"La fuerza interna más poderosa es nuestra dignidad."

Alfredo Sfeir, 24 de Noviembre.

"No podemos abandonar el ojo de la sabiduría."

Alfredo Sfeir, 26 de Noviembre.

ALFREDO
SFEIR
2020



Un llamado a la Humanidad Dzombling Cho Tab Khen



Humanidad, te llamo con mi corazón abierto, la mente calma y el espíritu radiante.

Te llamo porque es el momento de despertar a una nueva era, a un nuevo sistema de vida, y a la creación e implementación de nuevas formas de bienestar

Te llamo porque es la hora en la cual debemos unirnos nuevamente a todo y a todas las formas de vida en este planeta; una unión verdadera, mutua y enriquecedora.

Te llamo porque este nuevo camino esta comandado por tu poder interno más que el externo, por el espiritual más que el material, y por el colectivo más que el individual—piénsalo bien!

Te llamo porque debemos tomar conciencia que somos conciencia pura, que somos conciencia material, que somos conciencia individual, y que somos conciencia colectiva universal.

Te llamo porque debemos estar llenos de atención y concentración en lo que verdaderamente está pasando, fuera de todos los sensacionalismos que hoy escuchamos y que son muy popularizados.

Te llamo porque debemos recobrar rápidamente las leyes espirituales fundamentales para la sanación del Planeta Tierra, como son la ley del espacio espiritual, la ley del karma, la ley de la interdependencia, la ley de la energía femenina, la ley de la exactitud.

Te llamo porque hay que auto-realizar los valores colectivos que unen el ámbito universal de nuestras vidas, independiente de donde nacimos, que religión tenemos, o la política que profesamos – solidaridad, interdependencia, equidad, justicia, amor, paz, compasión, integración, respeto...

Te llamo porque nos han llevado al mundo del "tener" y del "hacer, y hemos casi abandonado el mundo del "ser"; el mundo de nuestro camino interno, de nuestra propia identidad, de nuestros talentos, de nuestro espíritu, de nuestra divinidad, de nuestra sabiduría, y de nuestro sentido común.

Te llamo porque ya pasamos de la regla del "saber" a la regla de la "auto-realización", y esto ha cambiado el mundo, ha reubicado la "autorización", y ha establecido importantes hitos de las distintas formas de interdependencia.

Te llamo porque siento en el infinito que estamos violando el verdadero protocolo de la vida: el protocolo con uno mismo, el protocolo con nuestra divinidad, el protocolo con los otros, el protocolo con la naturaleza y el protocolo con el tiempo (pasado, presente y futuro).

Te llamo porque debemos caminar juntos, unidos, y con una visión compartida de todo y de todas las actividades humanas: religión, política, economía, democracia, soberanía, salud, educación, vivienda, urbanismo, agricultura, comercio, producción, consumo, etc.

Te llamo porque veo como nos están invadiendo las enfermedades del cuerpo, la mente y el espíritu –estamos siendo anihilados por estas enfermedades que ven como nuestro sistema inmunológico se ha debilitado a sus límites más precarios.

Te llamo porque tenemos que movernos rápidamente de la competencia a la cooperación, de la solución material a la espiritual, de la guerra y conflicto a la paz perecedera, del puro y disperso contenido a expandir nuestro contenedor y conciencia colectiva, y de lo banal hacia lo más sutil y verdaderamente nuestro.

Te llamo porque somos uno y te veo desmembrado de mí, ya sea porque yo te desmembré o tu me desmembraste; este es el momento de unirnos y yo quiero unirte a ti.

Te llamo para que cambiemos juntos y encontremos mejores formas de interacción entre nosotros dentro de la humanidad como también con todos los seres vivos que habitan este planeta –un bordado de las distintas expresiones de la vida.

Te llamo porque es mi alma la que clama tu presencia, tu indispensable presencia dentro de mi propia alma; porque mi alma clama tu cuerpo cerca del mío; y porque mi alma clama la presencia de tu espíritu para juntos caminar a la luz infinita.

Te llamo porque quiero ser parte de ti, y te ofrezco que seas parte de mí; porque quiero que sientas lo que yo siento y quisiera sentir lo que tú sientes; y porque quiero vivir lo que tu vives y que tu vivas lo que yo vivo.

Te llamo porque veo que la riqueza material es la miseria espiritual en la mayor parte de los casos y situaciones, y para que todos restauremos la ley del equilibrio donde es imperativo el balance entre la transformación material y espiritual.

Te llamo para que todos nos saquemos las caretas, para que todos eliminemos las fronteras materiales y espirituales, y para que derribemos todos los muros que hoy nos separan.

Te llamo para que nos conectemos al origen y podamos tener el privilegio de un verdadero destino, junto con todos los pueblos originarios de este bello Planeta Tierra, ya que sabemos que sin conexión al origen no habrá un destino.

Te llamo porque adoro tu melodía, tu ritmo, tu sonido, tu vibración y tu fuente de vida; para que la partitura de tu melodía contenga estrofas importantes de la mía y todos unidos podamos ser el concierto que llevara a la humanidad a la era que hoy, si hoy mismo, se está abriendo –abracemos a esta nueva era.

Te llamo, te llamo, te llamo...



Frases Mes de Diciembre

El camino espiritual de la liberación debe orientarse primeramente a saber 'quienes somos', y 'como existimos' junto a todos los seres sintientes y la naturaleza.

Alfredo Sfeir, 1 de Diciembre.

Cada día que amanece, puedes optar por un nuevo camino.

Alfredo Sfeir, 2 de Diciembre.

El caminar por el mundo maya ha sido extraordinario.

Alfredo Sfeir, 5 de Diciembre.

El camino de la liberación comienza con saber quiénes realmente somos.

Alfredo Sfeir, 6 de Diciembre.

La consciencia juega un rol vital en definición y creencias sobre determinismo y/o libre albedrío.

Alfredo Sfeir, 11 de Diciembre.

Necesitamos mucha fuerza interior para establecer nuevas formas de bienestar.

Alfredo Sfeir, 13 de Diciembre.

ALFREDO
SFEIR
2020





"Mirar"

"Mirar al Cielo es encontrarse con el Zenith;
Mirar hacia Abajo es viajar al Centro de la Tierra;
Mirar al Este es encontrar nuestro Nuevo Amanecer;
Mirar al Oeste es retornar al Silencio Sagrado;
Mirar al Norte es vibrar con el Imán de la Tierra; y
Mirar al Sur es abrazar la Energía Femenina."

Alfredo Sfeir, 13 de Diciembre.

Una causa del sufrimiento es la ignorancia; ella tiene dos orígenes: no saber y saber algo equivocado (errado).

Para ti esto es azul, para nosotros no lo es. Para nosotros esto no es verdad, para ti si lo es. Cómo podemos vivir juntos en paz?

ALFREDO
SFEIR

ALFREDO
SFEIR



El Roble

El roble adquiere su gran fortaleza a través de su asociación con las malezas y arbustos que moran a su alrededor. No hay nada 'superior' o 'inferior'. Es sólo un error del intelecto.

Alfredo Sfeir, 16 de Febrero.

Quanto tempo o tempo tem?

"Almorcé en la compañía de tres niños monjes budistas. Al más pequeñito le pregunté cuántos años tenía. Me miró a los ojos por varios segundos, y con una inocencia que nunca había visto, me contestó: "no sé".

Qué maravilla no saber sobre el tiempo del reloj, del día, del año... Él nunca envejecerá ya que sus células no han adoptado nuestra convención sobre el tiempo."

Alfredo Sfeir, 23 de Febrero.

Origen

Nuestro verdadero origen surge de muchos ancestros: ancestros animales, ancestros humanos, ancestros vegetales, ancestros astrales, ancestros supra naturales, ancestro agua, ancestro fuego... Somos una entidad muy joven de este planeta.

Alfredo Sfeir, 8 de Abril.

ALFREDO **SFEIR** 2021

Los Beneficios del Bosque

Mejoramiento de la salud y el bienestar (ciclistas, corredores).
Renovación urbana y beneficios económicos.
Reducción de los impactos de inundaciones y desastres naturales.
Disminución de estrés de temperaturas.
Cambios en demanda de energías.
Mejoramiento de la calidad del aire y del agua. Lluvia ácida.
Aumento de la biodiversidad.
Aumento en el valor de las propiedades.
Mejoramiento de la productividad del descanso.
Disminución del daño en la infraestructura.
Aumento del hábitat de las especies silvestres.
Secuestro de carbono.
Obtención de ciudades vivibles.
Adopción de nuevas formas de gobernanza para reverdecimiento.
Establecimiento de bases para una ciudad eco-inteligente.
Generar filtros de contaminación.
Regulación de los flujos de agua y su calidad.
Mitiga el cambio climático.
Provisión de alimentos.
Mejoramiento de la salud física y mental.
Disminución de los ruidos. Eco-acústica.
Movilización de las comunidades urbanas.
Fortalecimiento de democracias locales en espacios verdes.
Creación de bosques miniaturas.
Promoción de agricultura urbana.
Manejo cuencas hidrográficas.
Fortalecimiento del concepto de parques públicos.

Alfredo Sfeir, 18 de Marzo.

ALFREDO
SFEIR

El Agua es Vida y La Vida es Agua

.Simplemente, sin agua no hay vida. Todas las formas de vida necesitan el elemento agua para existir y subsistir. El agua es también fuente fundamental de salud para los seres humanos y todos los seres sintientes y la naturaleza. El agua nos acompaña junto los otros elementos de la vida: espacio, viento, tierra y fuego. Son inseparables. El agua es una entidad viva: tiene energías, comportamiento, memoria y consciencia.

Lo que no tiene vida no puede dar vida.

La escasez o la falta total de agua significa perder la vida y, por lo tanto, constituye una amenaza para las personas, las comunidades, los países y la región. Una fuente de conflicto. Una pérdida de la paz. La paz sólo se construye junto a la naturaleza, y haciendo las paces con el agua y con todos los elementos de la vida. Exceso de escasez o, simplemente, una falta de agua, crea estrés, marginalización y conflictos. Para abordar los desafíos resultantes de la escasez de agua debemos partir de la base que el agua es un 'recurso natural renovable' y 'un recurso natural compartido', en todas sus dimensiones. Lo 'renovable' realza la importancia de tener un manejo apropiado y la posibilidad real de alcanzar una conservación sostenible. Lo 'compartido' realza la importancia que tienen los impactos humanos y sociales que acompañan su mala distribución, escasez y contaminación (pérdida de calidad). Lo 'compartido' refleja también un reconocimiento de varias responsabilidades compartidas dentro de una estrategia de acceso, uso, manejo y conservación del agua. Ella nos mueve del 'yo' (beneficio propio) al 'nosotros' (beneficio colectivo), a todo nivel (incluyendo un nivel planetario) y espiritual.



.La importancia de esta crisis del agua no solamente deriva de su naturaleza transcendental en la vida (ej., sin agua no hay vida), sino además de sus impactos y consecuencias múltiples que afectan a millones de actores en nuestra sociedad. Esos 'impactos múltiples' se sentirán en al menos cuatro áreas estratégicas de primordial importancia: (i) agricultura y seguridad alimentaria, (ii) migración entre y dentro de los países y la posibilidad de asentamientos humanos sostenibles (desplazamientos por estrés hídrico, formación de campamentos y zonas de sacrificio); (iii) generación potencial de energías renovables y el correspondiente desarrollo industrial y minero; y (iv) aumentos significativos de desastres naturales (ej., desertificación acelerada, inundaciones, incendios forestales, deterioro de la productividad de las aguas dulces y saladas). Todo lo anterior conlleva inmensos impactos humanos y sociales en nuestro país. Estos son impactos a nivel del 'bienestar material' y 'bienestar espiritual' de nuestras poblaciones y seres sintientes. Un tema no solamente relacionado con un fenómeno de 'carácter natural' sino con un fenómeno de 'carácter humanitario' sin precedentes. Todas las crisis ecológicas y medioambientales también se tornan en crisis de carácter humano y social. Ellas son las dos caras de una misma moneda.

Es por eso que hago un llamado que se titula "Aguas Por la Paz" y "Porque Nuestra Paz Fluye a Través del Agua". Estos no son un eslogan más. Representan la naturaleza real y sutil, la fuerza espiritual, de un llamado para evitar lo que puede ser trágico para todos nosotros y para las generaciones futuras. No es por azar que la mayor parte de las civilizaciones humanas se han desarrollado a través de la amistad en orillas de afluentes de agua. Una necesaria e indeleble interdependencia con la naturaleza, en general, y con el agua, en particular. La cantidad, la calidad y el carácter de vida del agua deben entenderse como un importante 'instrumento de paz'. Su escasez acelerada se transformará en una fuente inexorable de conflictos. Tenemos que prevenir los conflictos con relación a nuestras aguas.



.A diferencia de otros recursos naturales, como el caso del petróleo (el oro negro), el agua no posee sustitutos. El único sustituto del agua es el agua.

Las dimensiones colectivas (nacionales e internacionales), las características transfronterizas, los dilemas de salud y alimentación, de entre otros--insertados estructuralmente en esta paz a través del agua--nos llevan a abordar importantes temas de carácter ético--como la justicia intergeneracional. Todo esto, en el medio de un proceso de fuerte surgimiento de un ciudadanía nacional y regional. El ciudadanía como el reclamo a la necesidad de democracias participativas y deliberativas, y como una forma institucional de empoderamiento a nivel de las personas y comunidades. La gente reclama el agua. La gente va a luchar por el agua.

Más aún, sabemos que la mayor parte de nuestras sociedades están experimentando, y estimulando fuertemente, una transición desde sociedades gobernadas por las instituciones de mercado hacia sociedades gobernadas por los derechos. No tan sólo derechos civiles y políticos, sino los derechos económicos, sociales y culturales (incluyendo los derechos al agua), y el derecho al desarrollo. El no abordar los desafíos del agua y no establecer bases sólidas de paz y armonía a través de los dictámenes del agua, todo se convertirá en una forma flagrante de violar los derechos últimamente mencionados. Hoy, lo vemos a través de la judicialización progresiva de los proyectos que afectan los cursos de agua o que afectan el medioambiente en general.

LA ESPIRITUALIDAD DEL AGUA:

El estado óptimo de un ser humano se logra a través la unión del cuerpo, de la mente y del espíritu. El yoga. En este sentido, el cuerpo es un elemento indispensable para explicar lo que sucede en nuestra mente y espíritu. Sabemos que el cuerpo humano es 70% agua. La cantidad, la calidad, el espíritu y la consciencia de esa agua, determina nuestra realidad, y define los horizontes que están a nuestro alcance.



El camino del yoga no es un camino aislado. No es una isla. El camino del yoga es de naturaleza colectiva. Un colectivo que incluye a los seres humanos, a todos los seres sintientes, y a la naturaleza. Este colectivo responde a muchas leyes humanas, naturales y espirituales, que finalmente determinan el verdadero papel que juega el agua en nuestra espiritualidad y transformación interior.

Una de las leyes espirituales más importantes es "La Ley de la Interdependencia": todo es interdependiente de todos, todos y todo. El gran mantra de esta ley es: 'yo soy porque tú eres, tú eres porque yo soy'. La auto-realización de esta ley muestra como somos interdependientes del agua y de todas las formas de vida que existen en el planeta. No podemos 'Ser' o 'Convertirnos' sin el agua. El agua es un ingrediente vital para nuestro Ser material y espiritual.

Otra ley espiritual de gran relevancia es "La Ley de La Correspondencia" donde, 'lo externo es como lo interno, lo interno es como lo externo'. El aire que respiramos determina el aire interno a nosotros. Lo mismo sucede con el agua. Esto significa que destruir la calidad del agua externa, afecta profundamente la calidad de nuestra agua interna. Esta destrucción se manifiesta a través de enfermedades de todo tipo.

La transformación humana junto a la evolución natural es la esencia del camino de la humanidad. Lo que realmente importa no es el dinero ni las riquezas materiales. Sabemos que la transformación humana se establece en muchos espacios y plataformas. Una de estas plataformas de transformación está basada en el alcance y la auto realización de la paz, donde la paz mundial (regional) depende de nuestra paz interior. La paz no es una cosa o una mercancía. La paz es un estado del Ser. El estado de paz que observamos hoy refleja un nivel específico de consciencia humana. Ella surge de nuestro estado de consciencia.



Es por eso que la paz interior solamente se manifestará como resultado de un gran proceso de sanación. Una de las sanaciones más relevantes y fundamentales es la sanación de nuestros cinco elementos de la vida: el espacio, el viento, el agua, la tierra y el fuego. Hay muchos caminos espirituales individuales y colectivos que nos ayudan a sanar las distorsiones y contaminaciones de estos 5 elementos. Lo relevante es que el "estado" del agua es un determinante de nuestro estado de bienestar material y espiritual, a nivel individual como colectivo.

El agua ha sido considerada como vital por todas las religiones y corrientes espirituales del mundo, incluyendo la espiritualidad de nuestros pueblos originarios. Ha representado un símbolo de la sanación de nuestras emociones, de la habilidad colectiva de transformación sutil, de la fuente de administración sacramental (bautismo), de la base energética de nuestra feminidad, del canal de comunicación divina, y de mucho más. Esta no es una relación agua-materia. No es simplemente algo, una cosa, para calmar nuestra sed. Es una relación agua-espíritu. Agua para nutrir o calmar nuestro espíritu, agua para bañar nuestras impurezas, agua para apaciguar las emociones negativas, agua para interiorizarnos de nuestra consciencia, agua para establecer un camino correcto, agua para comunicarnos con nuestros ancestros, y mucho más.

Nuestra relación con el agua es una relación donde hay una noción muy especial de lo que constituye "valor"; algo extraordinariamente diferente a lo cotidiano.

El valor existencia, donde sabemos que, habiendo agua, hay vida.

El valor presencia, donde está la base de nuestro empoderamiento interno.

El valor paisaje donde nace el sentimiento que nos hace defender y liberar las fuentes de aguas de una explotación innecesaria.

El valor protección, donde sabemos cómo el agua nos ayuda frente a la adversidad es irremplazable.

El valor ritual, donde nos conectamos con la divinidad de la persona, como a todos los estados de nuestro ser.



El valor purificación, donde se abarcan todas las dimensiones materiales y espirituales de nuestras vidas.

El valor engendro de vida, donde se albergan millones de seres y entidades vivas de nuestro planeta.

El valor calmante, donde se apaciguan los sufrimientos al estar en su contacto.

El valor castigo, donde las religiones anuncian que se viene una sequía como respuesta a nuestras malas acciones.

El valor bendición, donde se considera a la lluvia como un regalo divino.

Hay quienes afirman que todas las enfermedades se pueden curar con el agua (combinaciones de porciones de aguas dulce, salada, caliente, tibia, fría, congelada, vapor).

El agua es un ser vivo, que posee energías, comportamientos, memoria, y consciencia. Es esta consciencia del agua la que nos permite percibir cualquier desequilibrio de aquellos sistemas que sostienen a la vida. Desequilibrios materiales, sistémicos y emocionales.

El gran teólogo católico, Teilhard de Chardin, decía que nuestro universo, nuestra realidad, es una comunión de “sujetos” y no simplemente una colección de “objetos”. Esto demanda de una reflexión profunda, ya que nos hace cambiar el paradigma que ha ‘cosificado’ todo. Ha cosificado hasta los seres humanos: consumidores, productores...Claramente, la naturaleza ha sido cosificada: es una colección de cosas físicas, de balances materiales...

El solo hecho de que el agua se rija por La Ley de la Correspondencia, el agua representa el gran conector entre el yo y todos los otros seres sintientes. En un sentido budista, dado los servicios que recibimos del agua, sin esperar recompensa, ella podría considerarse como lo que se conoce como un Bodhisattva: quien dedica el camino de su iluminación, de su máxima expresión, a través del servicio y entrega a los otros seres. La naturaleza, en todas sus dimensiones, es la Bodhisattva mas ejemplar que tenemos en nuestras vidas. La destrucción de esta Bodhisattva, la naturaleza, que provee dimensiones de vida y sanación, que el ser humano no tiene o escapan su misión, es un camino suicida para la humanidad.



UN LLAMADO A LA ACCION CONJUNTA:

- i. La condición suficiente para abordar el tema del agua y la paz es un cambio de consciencia colectiva de todos los actores sociales involucrados.
- ii. Todos debemos tener claro que un país seco genera un alma seca, una identidad seca, y un corazón seco.
- iii. Legislar es importante, pero la legislación debe estar acompañada de mecanismos de interacción e integración ciudadana--negociación colectiva, empoderamiento, protección de los derechos--como una expresión bienestar material y espiritual.
- iv. Todo demanda el desarrollo de instituciones, respeto e implementación de derechos y la participación directa de las comunidades.
- v. Abogar por los derechos de la naturaleza. Este es un paso importante para gestar diferentes opciones de responsabilidades compartidas que se transformaran en un andamio de la paz.
- vi. El agua debe estar el centro de nuestra agenda en materias humanitarias, de paz y de desarrollo sostenible.
- vii. Todos debemos adoptar criterios que nos permitan actuar al unísono de objetivos regionales compartidos. Ejemplos de criterios son la conservación, el principio precautorio, creación de comunidades, de cooperación mutua, beneficio de generaciones futuras, participación ciudadana directa, etc.
- viii. Crear una política regional de cooperación en materia de agua.
- ix. Creación de un “Fondo Azul de Aguas Por La Paz”. El primer proyecto de dicho fondo debería ser la limpieza de todas las aguas del país. Esto incluiría también las aguas saladas y bordes costeros. La unión entre la conservación de suelos y la conservación del agua.
- x. Formulación de una política que proteja deliberadamente las fuentes principales de agua dulce, incluyendo nuestros glaciares, y otros cuerpos de agua (humedales) que son de vital importancia para el beneficio de las comunidades y asentamientos humanos. Uso de la cuenca hidrográfica como unidad de gestión un plan de manejo y conservación de cuencas
- xi. Una Declaración Nacional del Agua. El agua no debe ser considerada solamente un factor de producción o algo inerte y de corte material sino debe ser reconocida como un elemento fundamental de todas las formas de vida que existen en el país.

Uxii. Encaminar una profunda reflexión sobre cómo la política fiscal podría contribuir a solucionar esta crisis del agua (inversiones públicas, asignaciones presupuestarias, ingresos fiscales - impuestos, derechos de agua), fiscalización, productividad fiscal, selección de instrumentos de intervención, etc.

xiii. Creación de “Un Consejo de Pueblos Originarios Por El Agua”.

xiv. Creación de una organización de “La Mujer por Nuestra Agua”.

EPÍLOGO:

Somos un país privilegiado, con un bello océano, cuencas hidrográficas, aguas subterráneas, etc. Somos un país con espíritu. Somos un país con tradición ancestral. Somos un país de geografía maravillosa. No podemos decir que el único factor responsable de nuestra crisis de agua es el cambio climático. Al usar el término “cambio climático” estamos diciendo simplemente que “nadie es responsable”. Pensar que “la naturaleza” es a quien tenemos que culpar sería irresponsable. Esta postura no posee ni la sabiduría que necesitamos para resolver este gran desafío, ni representa un mensaje operacional para atacar un problema que va a agudizarse cada vez más. Necesitamos un nuevo compromiso político ciudadano a nivel local, regional y nacional. Esto demanda un sistema de derechos, con actores empoderados dentro del sistema de gobernabilidad existentes y futuros. No creemos una falsa promesa de bienestar material

Alfredo Sfeir, 22 de Marzo.

ALFREDO
SFEIR

Maestro

Maestro Chino: "Cuando comencé a practicar, las montañas y los ríos eran simplemente montañas y ríos. Después de que avancé en mi práctica, las montañas y los ríos dejaron de ser montañas y ríos. Pero cuando llegué al final de mi práctica, las montañas y los ríos eran simplemente montañas y ríos de nuevo".

Alfredo Sfeir, 12 de Abril.

Hoy

Me es imposible ver lo que tú estas viendo exactamente. Sólo puedo interpretarte. Te es imposible ver lo que yo estoy viendo exactamente. Sólo puedes interpretarme. Nos interpretamos a traves de códigos : "ese eres tú" "ese soy yo", "eso somos nosotros", "eso es un árbol"... Las diferencias responden frecuentemente a un colapso de nuestros códigos, a la evolución y transformación individual y colectiva (dejar atrás ciertos codigos caducos)--ej., diferentes estados de consciencia que surgen, reconocen, aceptan y autorealizan nuestros códigos. El estallido social cambió todos los códigos. Ayer, dinero, tener, competir... Hoy, dignidad, trato, comunidad, ciudadanismo...

Alfredo Sfeir, 12 de Mayo.

ALFREDO **SFEIR** 2021



"Cada virtud espiritual es un mundo propio. Al entrar en sólo uno de ellos (autorrealización de la virtud correspondiente) podrás conocer grandes Seres de Luz. Es maravilloso!"

"El arado de la vida sigue haciendo su surco mientras el tic tac del reloj siga sin detenerse."

"Una dimensión importante de una verdadera democracia es poseer un compás ético y moral."

"



ALFREDO
SFEIR

