



Marta Povo

FRAGMENTS EXISTENCIALS

EL TEMPS

El temps és l'Amor. Encara que no ho sembli. El nostre temps és el més valuós que tenim en aquesta experiència que anomenem Vida. De fet, el temps és la porció de vida que tenim per a experimentar, aprendre i evolucionar o transformar el nostre petit jo personal en un gran Jo infinit i complert. Des de que naixem tenim per exemple 80 anys endavant per experimentar. Aquest valuós període de temps cal saber-lo administrar, perquè és 'tota' la nostra vida. Minut a minut. Cada porció del teu temps forma part d'un tresor.

Quan tu dones el teu temps a algú, estàs donant una porció de la teva vida a aquesta persona. Per això dic que *el teu temps és el teu amor*. Si utilitzes el teu temps en desenvolupar un projecte... li dones la teva vida, la teva energia i el teu amor a aquest projecte. Entregar el teu temps a alguna cosa o a algú és estimar-lo. Li dones el més valuós que tens. L'estimes dedicant-li el teu temps a ell o a ella, li regales un trosset de la teva vida a aquesta altra ànima que hem escollit per acompanyar-nos i aprendre amb ella. Pot tractar-se d'una parella o d'un nen, d'un treball o una activitat artística, li dediques el teu temps a una casa, a un esport, al culte al teu cos, a la meditació, a un treball social, a escoltar programes de TV, o a treballar per a una empresa, pròpia o aliena. Entreguem el nostre amor mitjançant el temps de dedicació a la cosa on ens enfoquem.

Quan reviso la meva relació amb el temps durant aquestes set precioses dècades viscudes, observo un munt de coses en relació al temps, perquè no sempre l'he sabut gestionar sense conflictes... la qual cosa significa que no he sabut gestionar bé el meu amor i la meva entrega. En narracions anteriors he revisat sintèticament les intenses experiències viscudes amb parelles, fills, treballs, activitat artística, mediúmnic, social i professional. Però una cosa que sempre he sentit però que no he explicat és que, amb qualsevol de les meves relacions, sempre hi havia pel mig una mena d'ombra: la meva *rapidesa*.

Des de que tinc memòria, sempre he estat una persona ràpida en tot. Això no és pas cap mèrit, sinó una característica. També aquesta mateixa capacitat comporta un altre factor associat que és la *impaciència*. En la meva configuració anímica hi ha una hiperactivitat natural i una inusual gestió del temps. Sigui per la meva configuració astrològica, o la meva numerologia (a la tântrica, tinc 2 deus i un onze, la qual cosa són 4 uns, el número 1 és de pura acció i iniciatives...) o bé sigui perquè còsmicament procedeixo del Raig Blau, o bé sigui pel meu destí o pels meus guies, no ho sé, ni tampoc importa massa, la meva rapidesa d'acció i de comprensió sempre ha anat a una velocitat que no és l'habitual als meus congèneres. Aquesta diferència m'ha donat alguns problemes amb els què he hagut de bregar i aprendre'n perquè no m'influenciessin gaire ni m'impedissin el meu propi ritme d'evolució.

Tinc poca memòria d'abans dels meus 7 anys, però si alguna cosa recordo sempre, és una frase gravada a foc: *no deixis per demà el que puguis fer avui*. La qual cosa, sigui dit de passada, és una frase

unida al concepte de “mort”. Però a mi m'ha acompanyat sempre... Així com un altre decret que tinc sempre molt present: *Viu la teva vida com si avui fos el darrer dia*. Possiblement sempre he sintonitzat bé amb aquestes dues sentències perquè la meva ànima té aquestes característiques innates de rapidesa, eficiència, capacitat de síntesi, acció, resolució... Reconec que la meva aplicació del factor 'temps' és una mica diferent al de la mitjana. Esbrinar i acceptar qui soc i com soc és el que he anhelat sempre; per això escric. Però de vegades apareix la contradicció o incomoditat, quan sovint em sento rebutjada o criticada per aquesta característica anímica innata. Que és el que sempre passava amb aquesta manera meva de tractar el temps, i que he pogut constatar una vegada rere l'altra?

Al meu voltant, i en qualsevol àmbit o època, sempre han aparegut persones que em comparaven amb elles i es sentien malament, sovint molt malament, en adonar-se la rapidesa o agilitat amb què jo resolía les coses, o amb les meves decisions immediates davant assumptes transcendentals, o amb el meu fàcil desarrelament quan alguna cosa no funcionava, o amb la meva eficiència o lleugeresa en la producció de qualsevol cosa, fins i tot a la cuina, amb l'art, en els estudis, en els escrits... No importa el que faci, quasi bé mai ho faig lentament, sempre surt sol, sorgeix del no-res, es fa de forma fluida i amb una intensitat que no provocho, ni tampoc puc evitar. Aquesta comparativa dels meus congèneres, aquesta força o energia que tantes vegades es convertia en crítica, enveja, gelosia, rivalitat, acidesa, judicis, frens, incomoditat i fins i tot insults, que ara constato que han provocat ferides en la meva persona que no han estat fàcils de cicatritzar. Això que jo provocho en els altres inconscientment, ha estat realment per a mi una prova de foc a nivell emocional, i també anímic, que evidentment, m'ha bregat, però no sense dolor ni pena.

Ser rebutjada o ignorada per ser algú que utilitza el seu temps de vida d'una manera diferent de l'habitual, m'ha mostrat també que, saber dirigir el teu temps en *allò que és o no és rellevant*, és a dir, tractar bé aquest amor que lliurem al viure, és una cosa que moltes persones no ho fan. O que encara no ho saben fer. Sovint veig que molts s'entretenen en allò que és irrellevant, i el més rellevant deixen de fer-ho o observar-ho. O constato que estan clavats en un bucle i que *el que és urgent els impedeix fer l'important*. O veig que la *mandra* els pot, o que postergar i postergar és el que els fa sentir bé, i que això *d'anar a poc a poc* en viure és el que més els plau, així camuflen la seva por i viuen com si estiguessin de vacances. A mi no em plau ni postergar, ni fer migdiades, ni entretenir-me, ni la lentitud, ni ajornar o anul·lar el que sé que puc fer avui, ni tampoc m'importa gastar el meu cos, la meva energia i el meu amor en allò que sento que vull fer i lliurar-m'hi.

Però tampoc no està bé que incomodi tant a la meva gent *el mirall* que jo els faig (en emprar tota la meva energia en alguna cosa, enfocar-se, aconseguir-ho, acabar-ho...). No vull que el meu do alteri ningú, ni vull ser mirall per a ningú. Per a ells és com tenir a prop algú que els recorda el gran potencial que ells tenen; és a dir, que la meva persona representa un reflex que als altres els recorda el seu potencial de llibertat i de creació, la seva capacitat d'acció o decisió, la seva diligència, la seva divinitat... però que *NO l'estan emprant*. Persones que amb prou feines utilitzen el seu gran potencial anímic, encara que el tinguin. Això és el que la meva presència reflecteix en ells, encara que jo no faci res de particular. Aquesta és la qüestió. Soc el mirall incòmode (o em creuo en el seu camí puntualment) perquè puguin veure “el que ells podrien fer i no fan”. Això ha de ser insuportable per a molts.

Per sort, durant el camí he trobat moltes altres persones que aquest mirall els ha servit d'estímul, d'impuls a prendre iniciatives, per viure i enfocar el seu amor en projectes o idees que encara no feien; persones que admiren les meves característiques i que en lloc de criticar-les o envejar-les, les fan servir com a exemple o combustible per a la seva evolució. Fins i tot darrerament alguns m'han agraït aquest efecte mirall perquè diuen haver arribat a “accionar alguna cosa” espiritualment molt

important en la seva vida, o que els ha estimulat i facilitat valors importants per al seu procés d'autoconeixement.

És cert que aquesta intensa experiència en les meves relacions respecte al tractament del Temps, que tantes vegades em va conduir a la solitud i a la carència, ha anat plantant en mi moltes llavors precioses relacionades a la compassió. El meu cor ha anat creixent en compassió i en comprensió de les limitacions humanes, i aquesta condició o humanisme m'ha servit per tenir molta més paciència amb el ritme dels altres, més adaptabilitat i flexibilitat, més saviesa i reflexions respecte del factor temps/espai, més empatia i moltes altres llavors que han germinat en la meva ànima. També és cert que aquesta actitud més compassiva, subtil i tolerant s'ha donat molt més a la segona part de la meva vida. Recordo que fins als 50 anys aproximadament, la meva reacció a aquest rebuig dels altres per ser ràpida i eficient era majoritàriament la *repressió*. Perquè els altres no em rebutgessin feia veure que no era tan ràpida, o gairebé no presumia dels meus èxits en qualsevol tema i era molt discreta en les coses que em sortien bé; ho amagava gairebé tot, no ho comunicava a ningú, m'ho empassava sola i amb prou feines compartia la meva alegria pels meus èxits, per assegurar-me que no compararien o rivalitzarien.

Aquest reprimir el meu ésser natural no em queia gens bé, però el meu petit jo creia que ho havia de fer per poder ser estimada, acceptada i respectada. És clar que a mi, per dins, em captivaven els resultats d'alguns èxits, però mai no ho destacava ni ho compartia amb gairebé ningú perquè no entressin en comparacions ni es sentissin malament, fins i tot, perquè a sobre no s'etiquetés de prepotència o arrogància. Tanmateix, a mesura que m'he sentit més i més lliure, especialment en aquesta última dècada, he anat ignorant tota crítica o rebuig que, encara que sigui dissimulat, puc veure desseguida quan algú ho sent.

A part d'una clara immunitat davant de la reacció dels altres, he après a portar bé aquesta tendència natural de la meva ànima, i a aparcar-la a temps quan incomodava els altres; fins i tot recentment he obert del tot la meva facultat de canalitzar que, agradi o no a la gent, siguin escèptics o no, em vegin com algú esquizoide o no, per mi la medietat és una *realitat vivencial* i un do, un do incòmode de vegades, però és un regal del cel amb què visc i em realitzo. Recentment ja no amago ni freno res del que faig amb els meus distintius o la meva constitució anímica, amb el Meu Temps i amb el meu amor. Això també forma part de l'acceptació i del respecte al meu Ser, motiu pel qual estic ordenant amb la meva revisió biogràfica.

He d'explicar alguna cosa que jo sempre he realitzat de forma espontània i que no fa gaire vaig descobrir que era una tècnica d'Orient molt utilitzada, el KaiZen, encara que força desconeguda en el nostre món occidental. El KaiZen és la implementació de la millora contínua a la teva vida. És fer sense fer, és la importància del Camí i no de la meta. És una filosofia de treball que fins i tot moltes empreses d'Orient han aplicat per millorar-ne la productivitat, tot i que és clar que és aplicable a la psicologia i el creixement personal. Es tracta de dividir el teu temps en petites unitats perquè et siguin fàcils de portar i no posterguis els teus projectes perquè et semblin inabastables. Jo sempre he practicat el KaiZen, sense saber què ho feia, i realment sempre m'ha donat resultats i satisfacció; crec fins i tot que és el motiu principal pel qual el Meu Temps em rendeix tant.

El KaiZen ens mostra que cada dia, i a cada minut, podem fer petites passes, passes que al final del dia, o del mes, o de l'any, poden aconseguir grans canvis. No cal saber si arribaràs a la teva fita, tan sols t'has d'ocupar d'avançar a poc a poc (cosa que no significa lentament). Es tracta de fer tan bé com puguis aquesta 'petita cosa avui'... Crec que és un gran mètode que es basa sobretot en la

continuitat i la *perseverança*. És aquest saber manejar el temps sense oblidar el teu objectiu, però enfocant-te en el moment actual, aquí i ara. És tenir cura només de l'acció i no dels resultats.

És administrar el teu temps, sense perdre temps ni desgastar la teva energia pensant en l'èxit o el resultat sinó en els passos adequats i necessaris, realitzant cada petita acció diària de la manera més impecable que puguis. En el llenguatge actual de la societat conscient i espiritual podria ser aquest "deixar fluir" que tanta gent confon amb *no fer res*. El KaiZen és el contrari: fes alguna cosa cada dia. Al final veuràs el resultat d'aquest gran treball de formiga. Es tracta d'entendre el gran poder que té el 'pas petit'. En fi... proposo implementar aquesta pràctica a la quotidianitat, perquè el Tresor del Temps que tenim en aquesta Terra sigui fructífer i saborós per a molts.

D'altra banda, ja que avui exploro el fenomen del Temps, ara ens podem preguntar què és el que realment està passant quan parlem de l'ascensió de Ser Humà i del canvi de la Tercera Dimensió a la Quarta, o a la Cinquena Dimensió. Això són paraules grans i no vull ni puc entrar a fons, però si que hi he de dir alguna cosa, perquè jo sento que ara estic, com molts, en plena transició d'un pla existencial a un altre... Va ser el mateix Einstein qui va dir que la Quarta Dimensió és precisament el Temps. En la seva teoria de la Relativitat Especial del 1905, Albert Einstein va introduir el terme *espai-temps*, com un 'contínuum' o una quarta dimensió diferent de les tres dimensions geomètriques conegudes *d'alt, ample i profund*.

Aquesta és la nostra visió actual de la vida en 3D; però què passaria si a la nostra realitat només existís l'alt i l'ample, és a dir, que la nostra vida fos en 2D? Doncs... que tot seria pla com en un paper. Però el nostre món actual és tridimensional, tot ho vivim en 3D fins ara. Doncs avui hauríem d'imaginar que estem virant cap a 4D i altres realitats on entren altres factors geomètrics, més enllà del volum (alt, ample i profund) i que haurem d'adaptar-nos a un nou factor, una quarta dimensió, a una dimensió geomètrica diferent que es sumaria a les actuals. El concepte *espai-temps* d'Einstein ens parla precisament d'unificar temps i espai, com a localització geomètrica, dient-nos que el *component espacial i temporal* és 'relatiu' segons *l'estat de moviment de l'observador*. Això que va dir el científic-místic em sembla crucial per començar a entendre alguna cosa sobre l'evolució de la nostra consciència: el poder de 'l'observador' és el que crea la Realitat, la nostra realitat vivencial.

La veritat és que la nostra experiència de 3D s'està accelerant; i les coses, els canvis i totes les nostres vivències, ara van a una velocitat més gran que el que passava fa cent anys, o fins i tot podem veure aquesta acceleració a la Terra en tan sols els deu últims anys. Sembla que el temps s'accelera, *alguna cosa* està modificant aquest concepte. El que abans passava en 24 hores ara passa en 10 o 12 hores, el que abans passava en una generació, ara passa en mitja. És com si el temps s'hagués encongít. Hem de prendre decisions molt ràpides, l'avenç tecnològic ens atropella amb avenços que amb prou feines assimilem, els canvis de caràcter i de valors també estan canviant o mutant acceleradament: una cosa que ahir pensàvem, creïem o sentíem, potser avui ja no...

Així, el temps i la teva focalització, la manera de fer servir el teu temps, és precisament el que ens convida a canviar, a modificar, a transformar-nos, a transcendir-nos. Hem d'entendre que la quarta dimensió o la cinquena, *NO són llocs*, ni planetes, ni noves llars on anirem. Les dimensions a què estem entrant (el planeta sencer i la humanitat) són 'Estats de Consciència'. Les diferents dimensions són valors i diferents enfocaments, són noves formes de viure, de convida, d'experimentar i actuar. És només l'observador d'aquestes noves freqüències i realitats geomètriques i espacials, és precisament la *consciència de l'observador*, qui plasma i crea aquesta nova dimensió. Aprendre a accionar el factor temps d'una altra manera és una bona adaptabilitat a la 4D, és una nova dinàmica a processar el teu aspecte creador i la teva pròpia llum, per avançar en el teu propi desenvolupament

com a ens humà, per tant, per activar el desenvolupament de la comunitat. Tenim capacitats encara no usades, no explorades, no entrenades, però el potencial el tenim tots i cadascun. En emprar-les, les contagiem, les expandim.

Sortir de la densitat de 3D i entrar en l'agilitat, la lleugeresa, la diligència i el dinamisme de 4D, és el nostre següent pas a entrenar en el dia a dia. No serveix resistir-se al canvi, succeirà sí o sí. El savi control del teu temps, de la teva energia i del teu focus d'amor és el pas de la 3D a la 4D. Saber honrar el teu temps és la *clau de pas* que ens portarà a transcendir aquest estat actual cap a una dimensió de 5D, que és realment cap a on anem. Jo sento fa temps que no és la 4D sinó la Cinquena Dimensió de la Consciència, on ens establirem durant uns segles potser, amb una societat extremadament diferent de l'actual; i en la 5D serem uns éssers sensibles, amorosos, ètics i molt conscients de les lleis universals de l'espiritualitat.

Tot i així, sento que per entrar a la Cinquena Dimensió, hem de traspasar la porta de la 4D, i situar-nos en una dinàmica d'espai-temps adequada per aquesta acceleració i maduració de la nostra consciència actual. També sento que la 3D actual i la 5D són dues dimensions diferents de la consciència que estan *convivint* alhora. Dit d'una altra manera: La Humanitat s'està 'polaritzant' a nivell del grau de maduració espiritual, i actualment hi ha dos grups d'éssers, els que es queden amb els valors de 3D i els que s'atreveixen a crear els valors de 5D. I aquestes dues humanitats estem convivint i tenint experiències comunes, almenys durant un temps. I els éssers que vibren ja en 5D, per seguir evolucionant hauran de realitzar un treball feixuc de desafecció (desapego) de les persones que estimem i que han decidit lliurement quedar-se a la 3D.

© Marta Povo Audenis
text biogràfic de 28 de febrer de 2023