

84. De la ilusión a la Realidad

De la periferia al centro del Ser

ego

Compilado por:
Enrique González Ospina.
Cel: 315-3357297
Colombia

“Ni los conceptos ni las fórmulas matemáticas pueden explicar el infinito.

Ningún pensamiento puede encapsular la vastedad de la totalidad. La realidad es un Todo unificado, pero el pensamiento la divide en fragmentos.

Esto da lugar a percepciones fundamentalmente erróneas, por ejemplo, que hay cosas y eventos separados, o que esto es la causa de aquello.

Todo pensamiento implica una perspectiva, y toda perspectiva, por su misma naturaleza, implica limitaciones, lo que en último término significa que no es verdadero, al menos no absolutamente.

Sólo el Todo es verdadero, pero el Todo no puede expresarse o pensarse.”

Eckhart Tolle



De la ilusión a la Realidad

“La realidad es una percepción subjetiva, de instante en instante, dentro del marco de su conciencia individual.”

Deepak Chopra

Es necesario que usted reflexione sobre esta afirmación de Chopra, porque contiene el misterio de la realidad. ¿Qué es un pájaro para un murciélago? El eco de un sonido que él emitió. ¿Qué es un pájaro para una serpiente? Un campo vibratorio de calor. ¿Qué es un pájaro para el hombre? Es un pájaro. Entonces, ¿qué es un pájaro? ¿Es una “*percepción subjetiva*”, según la conciencia del perceptor?

iDespertar!

Para comprender este artículo recordemos que el *Recuerdo de sí*, de Gurdjieff; la *Atención lúcida*, de Krishnamurti; el *Estado Despierto*, de Eckhart Tolle; la *Atención directa*, del Zen; el *Testigo*, de Osho; el *Estar Presente*, de Joko Beck; son términos equivalentes, que se refieren a cierto estado interno que podemos definir como:

“Estado de conciencia, sin pensamiento.”

Alan Watts

Siendo la conciencia el estado interno en el cual ocurren los pensamientos.

De esos términos similares nos permitimos resumirlos en dos: estar *Presente* y estar *Despierto*, sin que olvidemos sus diversas fuentes. Entonces, ahora sí, podemos hacernos una pregunta: ¿De qué manera puede el estado

Despierto transformar la mente humana? ¿Transformar el ser actual de la persona que despierta?

La sociedad crea la enfermedad

El hombre no está centrado en sí mismo. Nace centrado, pero la sociedad, la familia, la educación, la cultura, le apartan del centro, a sabiendas o sin darse cuenta. De modo que toda la humanidad se vuelve, en cierto modo, excéntrico: fuera de su centro.

Hay razones de supervivencia que justifican el proceso de descentralización. Cuando nace un niño, hay que imponerle cierta disciplina. No se le puede permitir la libertad. Si se le permitiera la libertad total, permanecería en el centro: espontáneo, auténtico, viviendo consigo mismo, viviéndose a sí mismo, desde su ser puro, sin “yo”, sin ego.

Será original, tal como es. Será un ser auténtico, y entonces no habrá necesidad de *Despertar*, para estar *Presente*, atento, alerta a todo. No habrá necesidad de practicar ninguna meditación, porque nunca se saldrá de su centro. Permanecerá consigo mismo: centrado, atento, despierto, enraizado, asentado en su propio ser.

Pero conservarse en este estado de pureza existencial no es posible, porque la sociedad no lo permite. La cultura de los grandes intereses lo saca de su centro, hacia la periferia de su Ser, y entonces aparece la necesidad de la meditación para retornar al centro de sí mismo, pero no es fácil.

Por consiguiente, la meditación es medicinal, terapéutica, curativa. La sociedad crea la enfermedad y entonces, ya adulto, hay que tratar la enfermedad, pero no es fácil.

Si pudiese desarrollarse realmente una sociedad humana basada en la libertad, no habría necesidad de religiones, ni de meditaciones. Es necesaria la medicina, porque estamos enfermos, y son necesarios métodos para centrarse, porque estamos fuera del centro. Su amado “yo” pertenece a la periferia de su mente, porque es un pensamiento, un mito, una ilusión. No existe un “yo” como una entidad dentro del cerebro o la mente.

Si algún día es posible crear sobre la Tierra una sociedad sana, en el sentido interno, no habrá religión, ni meditación. Pero esta posibilidad es una utopía, porque la sociedad del saber, para hacer, para tener, no lo permitirá jamás.

Entonces, tenemos la posibilidad de cultivar *individualmente* la meditación, que es el proceso de centrarse, para lo cual necesitamos *Despertar*, abrir la Atención para estar *Presentes*, observando la realidad del Aquí-Ahora-Esto, interno y externo.

La vida falsa. Su ego

Hay que disciplinar al niño. ¿Qué le hace? Le está imponiendo algo que no es natural para él. Le está enseñando, pidiendo y exigiendo algo que nunca hará espontáneamente. Le castigará, le premiará, le sobornará, hará todo lo que sea necesario para que sea social: para alejarlo de su ser natural.

Crearé un nuevo centro en su mente, que antes no existía, y este nuevo centro crecerá y el centro natural pasará al olvido, al inconsciente.

“Un niño pequeño no tiene todavía personalidad. Él es lo que realmente es. Es esencia. Sus deseos, sus gustos, lo que quiere y lo que no quiere expresan su ser tal cual es.

Pero tan pronto interviene aquello que llamamos “educación”, la personalidad comienza a crecer...

La esencia es la verdad en el hombre; la personalidad es la mentira. Pero a medida que aumenta la personalidad, la esencia se va manifestando más y más raramente, más y más débilmente; aún muchas veces la esencia se detiene en su crecimiento a una edad muy temprana y no puede crecer más...”

Gurdjieff

Su centro natural, su esencia, su ser, a entrado en el inconsciente, y su centro antinatural se ha vuelto su conciencia actual. Pero, realmente no hay división entre el inconsciente y el consciente. Esa división es creada por la mente. Usted es conciencia. Esta división se produce porque su propio centro,

su esencia, ha sido confinado a algún rincón oscuro, que denomina el inconsciente.

Entonces, usted pierde contacto con su esencia; la sociedad y la cultura no le permiten estar en contacto con el centro de su ser. Usted mismo se ha vuelto inconsciente de que tiene un centro. Vive lo que la sociedad, la cultura, la familia, la educación, le han enseñado a vivir: vive una vida falsa, vive en la periferia de su Ser, vive en su amado “yo”, en su ego, con su ira, con su miedo, y con su infinita vanidad... sufriendo.

El ser humano social no es libre

Para esta vida falsa es necesario un centro falso. Ese centro falso es su mente condicionada, donde reside su “yo”, su ego, y su compulsivo pensamiento reactivo. ¿Pero qué es la mente? Es una pregunta milenaria, que ha tenido diversas respuestas filosóficas, pero me apoyo en dos definiciones científicas, simples y contemporáneas:

“La mente es la actividad eléctrica del cerebro.”

Rodolfo Llinás
Neurólogo

“La mente es lo que hace el cerebro.”

Alan Parker
Neurólogo

Entonces, su mente pertenece a la periferia de su Ser, y desde ahí, haga lo que haga, nunca será dichoso, porque su mente está condicionada por su pasado. Los contenidos de su mente son las imágenes de su memoria episódica, de su pasado, especialmente las imágenes de lo sufrido. Su mente es tiempo, es su pasado, es limitada, está absolutamente condicionada.

Su centro falso, que es su mente, sede de su “yo”, es un juego de sombras, de ilusiones, de fantasías. Puede jugar con él, puede tener esperanzas con él, pero al final lo único que resulta de él es la frustración, la desilusión, el desencanto. Toda ilusión conduce a la desilusión, porque la ilusión es una ficción, creada sobre “*lo que debe ser*”, y no sobre “*lo que es*”.

Nada es lo que parece ser. Lo que “*parece ser*” es la “*forma*” manifestada, y “*lo que es*” es la esencia oculta en la “*forma*”, pero el hombre inconsciente no tiene acceso a esa esencia.

La *Realidad* está oculta en las “*formas*” de la realidad aparente.

Sin que lo perciba, todo le está obligando a no ser usted mismo; y esto no se puede cambiar con sólo decir que esto está mal, porque la sociedad tiene sus propias leyes y sus propias necesidades condicionantes.

Un niño, al nacer, es como un animal: espontáneo, centrado, sólido, pero muy independiente. No puede formar parte de una organización. Es perturbador. Debe ser coaccionado, educado, cambiado, condicionado. Mediante esta educación es sacado de su centro hacia la periferia.

Vivimos en la periferia, y sólo vivimos en las condiciones que nos permite la sociedad. Nuestra libertad es falsa, porque las reglas del juego social están tan profundamente enraizadas que puede que le parezca que está eligiendo esto o aquello, pero no está eligiendo libremente, porque su mente está condicionada para elegir entre las opciones que la sociedad le permite.

Su elección proviene de su mente educada, y esto sucede de manera automática. ¿Qué son sus pensamientos? La reacción automática de su memoria condicionada, frente a los estímulos que vienen de la sociedad.

El hombre es un animal domesticado por la cultura.

El libre albedrío no existe, porque su mente está total y absolutamente condicionada por su pasado y por la cultura.

La libertad no existe, porque usted vive en la periferia, que está condicionada.

“Libertad. Ésta debe ser la meta del hombre. Llegar a ser libre, escapar de la servidumbre, es por esto por lo que un hombre debería luchar cuando haya llegado a ser, aunque sea un poco, consciente de su situación.

Es la única salida para él, porque nada es posible mientras siga siendo un esclavo interior y exteriormente.

Pero no puede dejar de ser esclavo exteriormente mientras interiormente siga siendo un esclavo. Por consiguiente, para llegar a ser libre tiene que conquistar la libertad interior.”

Gurdjieff

El que elige es inconsciente, no puede cambiarlo, y siempre elige desde un mismo nivel del ser, desde un mismo estado de inconciencia, de modo que la elección será siempre la misma, salvo matices que parecen opciones, pero todo el proceso de elección es biomecánico. El que elige funciona inconscientemente, entonces, ¿quién elige?

Siempre que le parece que está eligiendo y que es libre, tampoco es libre, ni está eligiendo. La elección es algo mecánico, porque el ser que elige es inconsciente, absolutamente condicionado.

Los científicos, especialmente los biólogos, afirman que la mente queda impresa, y eso sucede muy tempranamente. Los dos o tres primeros años son los años de la impresión, y las cosas se quedan fijadas en la mente. Luego sigue haciendo lo mismo; sigue repitiendo de manera mecánica. Se mueve en un círculo vicioso.

“Todas las personas que usted ve, que usted conoce, que usted puede llegar a conocer, son máquinas, verdaderas máquinas, que sólo trabajan bajo la presión de influencias exteriores.”

Gurdjieff

Este radical concepto de la mecanicidad de la especie humana, fuera de su centro, parecería estar implícito en la sabiduría de Jesucristo cuando pregunta:

“Pues, ¿cuánto más vale un hombre que una oveja?”

Mateo 12, 12

Biblia

La educación de la obediencia

Al niño se le obliga a estar fuera de su centro. Tiene que ser disciplinado; tiene que aprender a obedecer. La obediencia destruye a la humanidad,

porque la obediencia significa que usted ya no es el centro de su propia existencia; el otro es el centro; usted sólo tiene que seguirle, obedecer.

La educación es necesaria para sobrevivir, pero no la obediencia; como no se comprende esta diferencia, convertimos la necesidad de la educación en una excusa para someter. Obligamos a todos los niños a ser obedientes, que es sacarlos del centro de su ser.

El conflicto existencial

Se mata la libertad, y al perder la libertad pierde su centro. No es que su centro, su esencia, haya sido destruido; no puede ser destruido mientras esté vivo.

En el supuesto negado de que su esencia, su centro, fuera destruido, usted viviría más a gusto consigo mismo, porque sería totalmente falso, totalmente egocéntrico, sin ningún centro real oculto dentro de sí mismo. En tal caso, nunca habría conflicto, ni ansiedad, ni necesidad de nada interior, ni intuiciones de ningún tipo.

El conflicto existencial, la permanente insatisfacción con sí-mismo, se crea porque lo real sigue ahí, oculto, en el centro, y sólo en la periferia de la mente se crea un centro irreal, que es su amado “yo”.

Entre estos dos centros se siente y se vive inconscientemente un conflicto constante, una ansiedad, una tensión interior constante, una insatisfacción permanente con la calidad de la propia vida, sin comprender cuál es la naturaleza de estos estados internos.

Esta manera de vivir, padeciendo sin comprender, puede ser transformadora, y sólo hay una manera de lograrlo: lo falso debe desaparecer y hay que dar lugar a lo real. La mente debe moverse hacia el vacío y el silencio interior, para permitir que el Ser se manifieste.

Lo falso, que es el “yo”, el “ego” puede desaparecer, porque fue creado en el proceso social. Lo real, que es su ser, su esencia, no puede desaparecer. Mientras esté vivo, su esencia, que es conciencia pura, estará ahí, esperando su oportunidad para renacer.

Esta posibilidad mística, que es propia de cada ser humano como individuo, la explicó Jesucristo en una forma extraordinariamente bella y sutil, así:

“De cierto, de cierto te digo, que el que no naciere de agua y del Espíritu, no puede entrar en el reino de Dios.

Lo que es nacido de la carne, carne es; y lo que es nacido del Espíritu, espíritu es.

No te maravilles de que te dije: Os es necesario nacer de nuevo.

El viento sopla de donde quiere, y oyes su sonido; mas ni sabes de dónde viene, ni a dónde va; así es todo aquel que es nacido del Espíritu.”

Juan 3, 5
Biblia

La importancia de Despertar, de estar Presente

Comprendido lo anterior podemos, ahora sí, regresar a la pregunta: ¿cómo el estado *Despierto* puede transformar su ser actual, tan mental, tan superficial, tan periférico?

Al *Despertar*, al abrir la *Atención* hacia la Totalidad, al recordarse de sí-mismo, volverá a enraizarse en su propio centro. Al recordarse de sí-mismo, que es sentir que existo Aquí-Ahora, está olvidándose de todo lo que no es usted, de todo lo que no es su centro, su esencia: la sociedad, el mundo loco que le rodea, el conocimiento fatuo, la obediencia, las creencias ilusorias, la familia, las relaciones, el pasado, la codicia, las posesiones... todo lo está olvidando, porque el centro trasciende todo eso.

Está *Despierto*, *Presente*, *Atento*, sintiendo simplemente que existe, sintiendo su existencia Aquí-Ahora, sin un solo pensamiento. Y no es necesario luchar contra nada, ni destruir nada interno. ¿Qué hacer? Dirija su atención a su cuerpo, y siéntalo, sin pensar; sienta su respiración, sin pensar; abra sus sentidos a la totalidad, sin pensar; abra su Atención a la Totalidad, sin

pensar... usted está Despierto, Presente, Consciente de sí-mismo, Atento a Todo, sintiendo que existe... Aquí-Ahora.

Este estado interno no se lo da la sociedad, ni la cultura oficial; usted ha regresado a su propio ser, a su propio centro, se ha conectado con su esencia, que estaba dormida.

¿Y qué se hizo su amado “yo”? El ego estará en la periferia, puede continuar ahí, pero ahora podrá verlo, observarlo, como un objeto cualquiera, y queda bajo el poder transformador de la observación:

“La observación modifica lo observado.”
Física Cuántica

Y una vez que se vuelve capaz de *observar* su yo, su ego, su locura, su centro falso, el contenido de su periferia, no volverá a ser falso nunca más.

Desde el estado *Despierto, Presente*, puede ser *Testigo* observador de todo el suceder interno y externo, sin un solo pensamiento, y entonces todo eso se va diluyendo... se va diluyendo... se va diluyendo... pero el centro, el Ser, permanece Despierto. Esta necesidad de Despertar, para Ser, tal vez explica el grito existencial del Salmo 57, 8 en la Biblia:

“¡Despierta, alma mía!”

Puede que necesite su centro falso, los contenidos de su periferia, porque tiene que vivir en una sociedad falsa, codiciosa, brutal; pero ahora será capaz de usarlo, pero nunca se identificará con él. Ahora su periferia puede ser un instrumento para sobrevivir, pero usted vivirá en su centro, centrado en sí-mismo, en su ser interior.

En el estado *Despierto*, consciente de sí-mismo, podrá utilizar lo falso, que es su personalidad egocéntrica, como una conveniencia social, pero no estará identificado con eso, porque ya comprendió que usted no es eso, aunque eso permanezca ahí, en la periferia de su ser.

En el estado *Despierto, Atento*, consciente de sí-mismo, sintiendo su propia existencia, comprende que ahora puede ser libre, espontáneo, incondicionado, existencial, como un pájaro en el espacio infinito.

De manera que el estado de Recuerdo de sí-mismo, que es estar conscientemente *Presente*, Aquí-Ahora, le transforma, porque le permite regresar a su centro, volver a ser usted mismo, alejado de su periferia egocéntrica:

*“Ser uno mismo es lo supremo,
Ser uno mismo es lo absoluto.”*
Osho

Creecer no es acumular

Como esclavo, como persona falsa, no hay ningún camino que lleve hacia lo divino, a la posibilidad suprema, al florecimiento supremo de su Ser. Desde su ego, usted no puede transitar hacia su Ser. No puede. No se puede.

Primero transita desde su ego, que es lo falso, lo periférico, a estar centrado en sí-mismo. Y estar centrado en sí-mismo es Despertar, regresar a sí-mismo, sentir que *“existo, Aquí, Ahora”*, estar Presente, Atento a Todo, como un foco luminoso.

Este estado de Presencia interior es condición para crecer, que es regresar al Ser. Sólo este estado de Recuerdo de sí, en el cual siento que *“existo, Aquí, Ahora”*, ayuda, porque es la condición para profundizar en sí-mismo. Ningún otro estado le facilita el retorno al centro. Ninguno. Y este retorno es crecer, que es regresar al ser, activar el ser, activar la esencia dormida desde la niñez.

Con el centro falso que es su periferia, su personalidad, su máscara, no hay crecimiento, sólo acumulación. Desde ahí puede acumular riqueza, conocimientos, creencias, ideologías, sin ningún crecimiento.

Si acumula algo, no crece.

El crecimiento sólo le sucede al centro real, y no es una acumulación de algo, por bello que sea. Creecer es Despertar el Ser. Creecer es activar la esencia profunda.

La acumulación es una carga que agobia; el crecimiento no le agobia.

El conocimiento es saber, sin ser. La Sabiduría es ser, sin saber.

Usted puede saber muchas cosas, sin comprender nada. Puede saber mucho sobre el amor sin conocer el amor, sin vivenciarlo en sí-mismo. Entonces, ese amor es una acumulación de conocimientos. Pero si conoce el amor, si lo vivencia, es crecimiento.

Saber no es comprender, y comprender no es saber. El saber es un proceso del frío intelecto, el comprender es un hecho existencia que involucra a su cuerpo, su emoción y su mente.

Usted puede saber mucho sobre el amor con su centro falso, que es su mente periférica, pero sólo puede conocer el amor desde su centro real, que es su Ser.

El ser puede madurar, crecer, evolucionar hacia estados superiores de conciencia; pero su personalidad sólo puede acumular, hacerse más y más grande sin ningún crecimiento, sin comprender nada, sin madurez. Esto explica por qué personas adultas, que saben mucho, suelen ser añidadas.

¡Recuerde que existe, Aquí, Ahora!

Independientemente de lo que esté haciendo, recuérdese a sí-mismo, Despierte, recuerde que existe; es sentir que “*existo, Aquí-Ahora*”. Esa sensación surge de dirigir la atención al cuerpo, para sentirlo; sentir la respiración; abrir conscientemente todos los sentidos; abrir la Atención hacia la totalidad, abrir su espacio interno hacia la totalidad.

El efecto de esos procesos conscientes es que “*siento que existo, Aquí, Ahora*”; y esa sensación nítida de “*existir*”, sin pensar, es un estado interior de conciencia despierta, un estado en que siento que “*existo*”, un estado de Presencia desde el cual puedo ser Testigo observador de la realidad que sucede, interna y externa.

Este estado de Presencia despierta dará una realidad auténtica a lo que esté haciendo. Entonces, lo importante no es qué hace, sino cómo lo hace. Si está amando, en cualquiera de sus etapas, primero Despierte, recuerde que existe, sienta que “*existo*”; de lo contrario estará amando desde su centro falso,

desde su ego, desde su mentira. Desde este centro periférico sólo puede fingir; no puede amar.

Si está orando o meditando, primero recuerde que “*existo*”, sienta que “*existo*”; de lo contrario la oración, o la meditación, o lo que haga, será tan sólo un acto sin sentido, una simulación de su mente, un autoengaño. Pero no está engañando a nadie; se está engañando a sí-mismo, como cuando se sienta a meditar, pero se pone a pensar. Esa es la negación de la meditación.

Como la mente es el instrumento para pensar, pero no lo es para observar conscientemente, dentro de sí y fuera de sí, es obvio que para vivir siendo Testigo de la realidad primero debe estar Presente, Atento, Despierto, sintiendo que “*existo, Aquí, Ahora*”. Esta sensación consciente de que “*existo*” debe volverse tan esencial, tan existencial, que lo siga como una sombra.

Entonces, usted estará viviendo la vida “*tal como es*”, en su exacto sentido, en lugar de padecer la vida.

“El Zen no es un sofisticado arte de vivir. Consiste sencillamente en vivir, siempre en la realidad, en su exacto sentido.”

Suzuki

Los maestros, de las más variadas escuelas y tendencias, han insistido a lo largo de milenios en que la Sabiduría es ver las cosas tal y como son. Contemplar las cosas y los procesos en su justo plano, sin autoproyecciones, sin autoreferenciarse, al desnudo, tal como son, en su prístina pureza, sin asignarles significaciones de ningún tipo.

Pero para *ver* así, para *observar* así, para ser *Testigo* consciente de las cosas y los procesos, es necesario estar Presente, Despierto, Atento. Desde ese estado interno de conciencia usted puede *ver* la realidad tal como es, *ver* las “*formas*” manifiestas; y podría profundizar en su *observar*, trascender las “*formas*” al profundizar en ellas, tras la Verdad que está oculta en todo.

Primero *observar* la realidad “*tal como es*”, y luego sí puede vivenciar lo que está oculto tras esa realidad.

¿Este mundo es una ilusión?

Seguramente usted ha escuchado o leído, la expresión de Buda:

“Todo es maya, ilusión.”

¿Esto significa que nada existe? ¿Que la aparente realidad es sólo un sueño? No. Las cosas existen, y son percibidas según el estado de conciencia del perceptor de la realidad. Entonces, las cosas son reales relativamente. Una definición de Deepak Chopra nos ayuda a acercarnos a este interesante y complejo tema:

“La realidad es una percepción subjetiva, de instante en instante, dentro del marco de su conciencia.”

Relatividad absoluta, porque, entonces, todo depende de la percepción *subjetiva*, dentro de *su* conciencia. Busquemos claridad en el pensamiento Budista:

“¿Qué es la realidad? ¿Es ilusión o vacío todo lo que nos circunda? Para el budismo la Realidad es solamente la verdad absoluta, Nirvana. Es la única Realidad real. Comparado con esto, lo demás es irreal. No sólo las cosas ordinarias, sino también nuestra mente. También lo que se llama el sí-mismo es irreal. Las cosas que nos circundan sólo son reales relativamente, en la vida ordinaria. En último lugar, absolutamente Real es sólo la Verdad absoluta, lo que es el Nirvana.”

Walpola Rahula
Budista

Entonces, estamos hablando de una *realidad relativa*, que son las “*formas*” percibidas por los sentidos, en un estado ordinario de conciencia, y la *Realidad Absoluta*, que es el Nirvana, la Fuente de Todo, la Conciencia pura, el Tao, el Campo Informe de bienaventuranza... como lo quiera denominar.

Y entre la *realidad relativa*, que es la dimensión de las “*formas*” perceptibles sensorialmente, y la *Realidad Absoluta*, una escala de dimensiones que contienen sus realidades pertinentes, según el nivel de conciencia del perceptor.

Si la Física Cuántica afirma y demuestra que:

“La observación modifica lo observado”

que también es un principio esotérico, debemos preguntarnos: si la observación tiene calidades y profundidades, ¿qué es lo observado?

San Francisco de Asís comentó que:

“Usted busca lo que mira.”

Nosotros nos permitimos parodiarlo y afirmar que:

“Usted es lo que mira.”

y que esa mirada tiene calidades y profundidades, dependiendo de su estado de conciencia, de manera que la *realidad* ordinaria existe, relativamente, dependiendo de su nivel de conciencia. Podría ser una *“forma”* manifiesta o podría ser una ilusión, según el nivel de conciencia del observador. Una alucinación sería la realidad para la persona que alucina.

Que la realidad es relativa, respecto del observador, es un hecho fácilmente demostrable, que podemos constatar con el sólo mirar de su cuerpo. Veámoslo con un ejemplo razonable:

1. Si usted mira su mano, con los ojos que la naturaleza le dio, ve una mano, como un órgano de su cuerpo físico.
2. Pero si utiliza un microscopio celular para *ver* su mano, ve células, pero la mano como un órgano físico, desaparece.
3. Si utiliza un microscopio molecular para *ver* las células, ve moléculas, pero las células desaparecen de su campo de conciencia.
4. Si utiliza un microscopio atómico para *ver* las moléculas, ve átomos, pero las moléculas desaparecen.
5. Si utiliza un microscopio sub-atómico para *ver* los átomos, ve partículas sub-atómicas (electrones, protones, neutrones, fotones...)

pero los átomos desaparecen de su campo de conciencia perceptiva.

6. Pero si utiliza un microscopio místico para ver las partículas subatómicas, que son campos de energías sin materia, entonces ve... eso... nada... Todo...

Entonces, ¿la realidad es real o es Nada? Depende del observador, de la profundidad de la percepción, del nivel de conciencia de quien mira. Las cosas no son lo que parecen ser, pero son así para quien mira así.

Así como usted no puede saber qué es lo que no sabe, tampoco puede ver lo que no ve, pero la realidad no es lo que parecer ser.

Pero, para su ser actual, ¿este mundo es ilusión?

Nos dice Osho, en su “*Libro de los Secretos*”, que:

“En India, esta manida perorata de que “el mundo entero es ilusorio” ha penetrado hondamente en la mente, que es el centro falso. No es un crecimiento. Hemos oído...; los Upanishads y los Vedas han estado diciendo durante siglos que el mundo es ilusorio.

Han propagado la idea tan contundentemente que los que están dormidos piensan que están despiertos. El mundo entero está dormido, pero su desdicha muestra que el mundo es real, su angustia muestra que el mundo es real, su sufrimiento muestra que el mundo es real.”

¿Usted sufre? ¿Tiene conflictos? ¿Sufre de ira, miedo o vanidad? ¿Es ansioso? ¿Se estresa? ¿Tiene ilusiones y desilusiones? ¿Lo mueven los deseos? ¿Su codicia acumula riqueza? ¿Sus pensamientos y emociones son reactivas? ¿Tiene sensaciones de su cuerpo? ¿Cultiva creencias?

Entonces, aquí hay otra paradoja. Este mundo de *maya*, ilusorio, no es un mundo de *maya* para usted; es muy real, para usted, y el papel de su maestro, es mostrarle que no es real, porque para su maestro no es real.

Es real para usted, porque desde su estado de inconsciencia percibe así el mundo manifestado, desde su ser actual percibe así. ¿Cómo podría pensar que es irreal? Sólo podría pensar en la irrealidad de lo percibido si pudiera tener un vislumbre de lo Real que se haya en la profundidad de sí-mismo. Sólo entonces podría comparar lo irreal con lo Real.

De manera que este mundo de las “formas” no es *maya*, ilusorio, para usted. Es real y usted lo padece. Ha oído, ha leído que este mundo es *maya*, y puede que lo haya memorizado como un concepto, y puede ser verdad para el nivel de comprensión de su maestro, pero para usted, que siente sensaciones y emociones, y produce pensamientos, ésta es una dimensión de lo real percibido, de las “formas” percibidas.

“En lugar de preguntar quién se ha realizado o qué es Dios, ¿por qué no concede toda su atención y su percepción sensible a lo que es? Entonces dará con lo desconocido, o mejor dicho, lo desconocido vendrá a usted.

Si comprende qué es lo conocido, experimentará ese silencio extraordinario que no es inducido ni forzado; sólo en ese silencio, en ese vacío creador, puede penetrar la Realidad. No puede hacerlo en lo que está definiendo, luchando por llegar a ser; llega únicamente a lo que está siendo, a lo que comprende lo que es.

Entonces verá usted que la Realidad no se encuentra en la distancia; lo desconocido no está lejos; está en lo que es.

Tal como la respuesta a un problema está en el problema mismo, así la Realidad está en lo que es. Si podemos comprender esto, conoceremos la Verdad.”

Krishnamurti

De manera que lo Real está oculto en *lo que es*, en lo que sucede, en las “formas”, en los procesos, en lo manifestado, en lo que juzgamos como irreal. Pero para descubrir lo Real en lo irreal, es necesario estar Despierto, Presente, Testigo del suceder, de *lo que es*, Aquí-Ahora.

Mientras su ser no asuma el estado *Despierto*, que es estar consciente de sí-mismo, *Presente, Atento*, observando *lo que es* cotidiano, se identificará

con lo manifestado, interno y externo, lo reconocerá como la única realidad, sin comprender que *lo que es oculta lo Real*.

Lo Real está oculto en lo que parece ser, en *lo que es*, en lo irreal manifestado, pero para constatar este misterio en sí-mismo usted debe Despertar, estar Presente, observando lo que sucede, sin un solo pensamiento. Sentir que existo, Aquí, Ahora, sin pensar.

El papel del gurú

Este mundo de *maya* es un mundo de ilusión para el gurú, pero no lo es para usted; para usted es un mundo muy real, y la función del maestro es mostrarle que no es real.

Es real para usted, porque su sufrimiento es real, sucede, entonces ¿cómo va a pensar que es irreal? Sólo puede pensar sobre la irrealidad si tiene un vislumbre de lo Real. Sólo entonces podría comparar.

Este mundo no es *maya*, ilusorio, para usted. Tal vez ha oído afirmar que es *maya*, puede que lo haya leído, lo crea así, y puede que lo haya memorizado, y que usted también afirme que es ilusorio; pero no es así. Es ilusorio para el gurú, pero es real para usted.

El papel del gurú, del maestro, del instructor, es darle un vislumbre de lo que es Real: no una enseñanza, sino un despertar. El gurú no es un profesor, es el que le Despierta. No tiene que darle doctrinas. Si le da doctrinas, es un filósofo.

Si habla de que el mundo es ilusorio y argumenta y demuestra que el mundo es *maya*, si discute, si debate, si le da una doctrina intelectualmente, no es un gurú, no es un maestro. Puede que sea un profesor de una doctrina particular, pero no es un maestro, no es un gurú.

Un gurú no da doctrina. Da prácticas que le pueden ayudar a Despertar de ese letargo interno en que usted se encuentra. Es por eso que un gurú siempre perturba sus sueños. Es muy difícil convivir con un gurú, y es muy fácil vivir con un profesor, porque nunca le perturba su sueño. Más bien, sigue incrementando su acumulación de conocimientos, le ayuda a ser más egoísta, más egotista, le hace más erudito.

Con un profesor su ego se siente más tranquilo, más satisfecho. Ahora sabe más, puede discutir más, pero su ser no ha cambiado un ápice. Pero un gurú siempre es perturbador. Perturba su sueño y su dormir, y puede que su sueño haya sido muy bello. El gurú le perturbará, y usted se enfadará. Pero así es este juego místico.

Cuando el Trabajo Interior es serio, habrá sufrimiento para el discípulo, y si no tiene plena confianza en su gurú, el proceso es imposible. Usted no está preparado para sufrir conscientemente.

Usted ha venido en busca de la dicha y el gurú le da sufrimiento. Ha venido a sentir euforia y el maestro le crea un infierno. Al principio habrá infierno, porque su imagen será destrozada, sus expectativas serán destrozadas, su personalidad será destrozada, sus ilusiones serán destrozadas. Todo lo que sabía, tendrá que abandonarlo. Todo lo que usted es, ahora, él lo destrozará.

En realidad, todo esto es una muerte.

Despertar es la muerte de su amado “yo”.

“Despierta, alma mía.”
Salmo 57, 8
Biblia

Cuando este mundo es una ilusión, pero usted lo ve y lo vive como real, su gurú también forma parte de ella. Por eso, cuando el discípulo *Despierta*, no hay gurú. Esto parece muy paradójico, pero cuando el discípulo *realmente* despierta, no hay gurú.

Krishnamurti afirmó que no hay ningún maestro, y tiene razón. Ésta es una verdad suprema. Cuando usted ha *Despertado* usted es su maestro y no hay ningún otro maestro. Ésta es una verdad suprema, pero antes de que esto suceda, el maestro existe porque el discípulo existe.

El discípulo crea al maestro; el maestro es la necesidad del discípulo.

Pero cuando el discípulo *Despierta*, no hay discípulo... y no hay maestro.

Reflexiones sobre el Despertar

Cuando usted dirige su atención a su cuerpo, la mantiene ahí, siente sus sensaciones y observa sin pensar, y puede sentir que ¡existo!... usted está Despertando...

Cuando usted dirige su atención a su respiración, la mantiene ahí, siente sus sensaciones y las observa sin pensar, y puede sentir que ¡existo!... usted está Despertando...

Si usted abre todos sus sentidos a la Totalidad, sin foco alguno, sin pensar, para percibir todos los estímulos, y siente que ¡existo!... usted está Despertando...

Si usted abre su Atención hacia la totalidad, sin foco alguno, sin pensar, y siente que ¡existo!... usted está Despertando...

Si usted practica seriamente con cualquiera de estos métodos, con algunos, o con todos, sin pensar, sutil, sensible y amoroso, usted está *Despierto, Presente, Aquí-Ahora*.

Es un estado de conciencia desde el cual usted puede observar, percibir, vivenciar la realidad que sucede dentro y fuera de sí-mismo, sin pensar.

Entonces, usted puede empezar a transitar de la irrealidad de las “*formas*” manifestadas a la Realidad oculta en cada “*forma*”.

Sólo despertando puede usted conocer el verdadero significado de esa palabra.

Sólo cuando Despierta descubre lo que es estar dormido, en el estado mal llamado de vigilia en que vive la humanidad, identificada con su mente.

En vez de estar perdido en su pensamiento reactivo, cuando usted Despierta se reconoce como el que está detrás del pensamiento.

Entonces, el pensamiento deja de ser una actividad autónoma que lo posee y gobierna su vida.

La conciencia, propia del estado Despierto, toma el mando por encima del pensamiento.

Usted empieza a vivir su vida conscientemente, y no a ser vivido por su pensamiento egocéntrico.

En vez de estar a cargo de su vida, el pensamiento se convierte en el sirviente de la conciencia.

Con el pensamiento funcional, procedimental, con el cual usted responde a las exigencias de la vida cotidiana, no hay problema.

Pero el pensamiento reactivo, egocéntrico, basado en su pasado y su miedo se va extinguiendo.

La conciencia es la conexión consciente con la Inteligencia Universal.

Otra palabra para designarla es *Presencia*: conciencia sin pensamiento.

¿Cuál es la relación entre la conciencia y el pensamiento? La conciencia es el espacio en el cual ocurren los pensamientos cuando ese espacio se ha vuelto consciente de sí-mismo.

Su propósito interior es Despertar.

Usted comparte ese propósito con todas las demás personas del planeta, porque es el propósito de la humanidad, pero la humanidad no comprende esto.

Usted podría comprenderlo.

Su propósito interior es una parte esencial del propósito del Todo, el Universo y su inteligencia emergente.

Su propósito externo puede cambiar con el tiempo, pero su propósito interno es sólo Despertar, que es activar niveles superiores de conciencia.

De la conciencia de sí-mismo, a la conciencia objetiva de la realidad, a la Conciencia.

Esa es la posibilidad del individuo humano. Encontrar el propósito interior y vivir alineado con él es el fundamento para lograr su propósito externo.

Es la base para el verdadero éxito.

Podemos aprender a no mantener las situaciones o los eventos vivos en nuestra mente, sino a volver nuestra Atención continuamente al prístino y eterno momento presente, al Ahora, más que a ser atrapados en la elaboración mental de películas.

Nuestra misma Presencia se convierte entonces en nuestra identidad, en lugar de nuestros pensamientos y emociones.

Para liberarse de su ego todo lo que necesita es ser consciente, Ahora, de sus pensamientos y emociones, en el momento en que ocurren.

Esto no es en realidad un “*hacer*” sino un “*ver*”, observar, percibir, sin pensar.

No hay nada que se pueda “*hacer*” para liberarse del ego, porque cualquier cosa que usted “*haga*” lo hace su “*yó*”, su ego.

Cuando usted se pasa a vivir en el Ahora, cambia el pensamiento por un estado superior de conciencia y empieza a operar en su vida una inteligencia mucho mayor que la del ego.

En el Zen se dice: “*No busque la verdad. Deje solamente de retener las opiniones.*”

¿Qué quiere decir? Suelte la identificación con su mente.

Entonces, lo que usted *Es*, más allá de la mente, emerge por sí mismo.

Sólo la Presencia puede liberarlo del ego, y usted sólo puede estar Presente Ahora, no ayer o mañana.

Sólo la Presencia puede deshacer el pasado en usted y transformar así su estado de conciencia actual.

Usted no puede luchar contra el ego y vencer, lo mismo que no puede luchar contra la oscuridad.

La luz de la conciencia es todo lo que se necesita.

Usted, esencialmente, es esa luz.

Permanezca alerta, atento, abierto, receptivo y perceptivo.

Si hay conciencia en usted, podrá reconocer la voz de su cabeza como lo que es: un pensamiento viejo, condicionado por el pasado.

Si hay conciencia en usted, no podrá creer en cada pensamiento que tenga.

Es un pensamiento viejo, nada más.

Conciencia significa *Presencia* y sólo la Presencia puede disolver el pasado inconsciente que está en su memoria.

La vejez debe ser reconocida y valorada como una época para el florecimiento de la conciencia Despierta.

La vejez es un pacto consciente de amor... con la soledad.

Lo que en el Zen se llama *satori* es un momento de Presencia, un breve salir de la voz de su cabeza, de los procesos de pensar y de su reflejo en el cuerpo como emoción.

Satori es el surgimiento de un espacio interior donde antes había el barullo del pensamiento y el torbellino de la emoción.

¡Se necesita una mente *vacía* de imágenes y *silenciosa* de pensamientos, para que su Ser esencial se manifieste!

Vuélvase atento observador de sus pensamientos y emociones.

Vigile su infelicidad, en cualquiera de sus manifestaciones.

Con la conciencia, que es estar Despierto, Presente, Ahora, viene la desidentificación de los pensamientos, las emociones y las reacciones.

Antes, usted era los pensamientos, las emociones y las reacciones; Ahora es la conciencia, la Presencia consciente que es Testigo de esos estados. Permita que todo eso siga sucediendo, pero sea Testigo de eso.

Antes, usted era pensamientos humanos, emociones humanas, ahora usted es la conciencia de eso.

Usted, esencialmente, es la luz de la Presencia despierta, que es anterior a cualquier pensamiento o emoción, y mucho más profundo que ellos.

En la superficie, los pensamientos y las emociones.

En la profundidad, la luz de la conciencia.

La mayoría de los seres humanos sólo ven las “*formas*” externas, inconscientes de su esencia interior.

Como la ostra, que se identifica con el océano, pero nunca ve la perla que está en el centro de su ser.

Sólo mira hacia afuera.

Nunca mira hacia dentro de sí.

Hay un error en su mirada.

La *Presencia* es un estado del espacio interior, un estado del Ser.

Usted está silencioso, alerta, abierto a lo que es, Ahora.

Observando el Aquí, Ahora, Esto.

Trae una nueva dimensión a la situación: el vacío y el silencio.

Entonces, mira y escucha, sin pensar.

Así se vuelve Uno con la situación. Es la vivencia de la realidad.

Y de esa fusión surge la acción correcta.

Cuando usted está Presente, cuando su atención está plenamente en el Ahora, esa Presencia fluirá hacia lo que usted hace y lo transformará.

¡La observación modifica lo observado!

Usted está Presente cuando lo que hace no es un medio para un fin (dinero, prestigio, triunfo) sino que es satisfactorio en sí mismo, hay alegría y vitalidad.

Usted está presente cuando entabla amistad con el momento presente, con el Ahora-Esto, observando sin pensar, Testigo de Esto sin pensar.

Una vez que hay un cierto grado de *Presencia*, de Atención quieta y alerta en sus percepciones, usted puede sentir la esencia de la vida divina, la Conciencia que mora en el interior de toda criatura, de toda forma de vida.

Usted puede reconocerla como Una con su propia esencia y, por lo tanto, amarla como a usted mismo.

Todo es Conciencia.

Todo es luz.

Usted es eso, en la profundidad de su Ser.

Bibliografía

- Ramiro Calle. La enseñanza del Buda.
- Robert Powell. Zen y realidad.
- Eckhart Tolle. Una nueva tierra.
- Krishnamurti. El libro de la vida.
- Nisargadatta. Semillas de conciencia.
- Anónimo inglés. La nube del no-saber.
- Gustavo Estrada. Armonía Interior.