

**89. Reflexiones místicas
sobre la muerte**

**Muerte física y muerte psíquica.
Vivir muriendo**

ego

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

*“La vida es un proceso sin tiempo,
más allá del tiempo. La muerte forma
parte de él.”*

Osho



Reflexiones místicas sobre la muerte

Prólogo

En las culturas occidentales la muerte se ha convertido en la experiencia más innombrable y más negada de la vida. La mayoría de las religiones ofrecen su modelo o metáfora de la vida después de la muerte, restándole importancia a la vida real antes de la muerte. Todo el modelo está cargado de miedo y superstición.

Si una persona pudiera procesar o liberarse de esas estructuras de creencias y comprender que la muerte es parte de la existencia, la vida podría vivirse más plenamente y la existencia podría ser vivenciada como una TOTALIDAD.

Existen tres conceptos asociados a la muerte: reencarnación, resurrección y renacimiento.

La “*reencarnación*” es un concepto que pertenece a la religión budista; la “*resurrección de la carne*” pertenece a la teología cristiana, y el “*renacimiento*”, o muerte psíquica en vida, pertenece al misticismo milenario de Oriente.

Curiosamente encontramos en la Biblia una cita de Jesucristo que pareciera pertenecer a la mística de Oriente y no a la filosofía de Occidente:

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

Biblia. San Juan 3,7

Jesucristo no dice que es necesario *morir* de nuevo, sino que es necesario *nacer* de nuevo. ¿Y esto qué significa?

Buscando la respuesta vamos a indagar en las Escuelas de Sabiduría de Oriente (Tantra, Budismo, Tao, Zen), y en las enseñanzas de los grandes

Maestros de todos los tiempos: Hermes, Buda, Lao Tse, Sosan, Jesús, Vivekananda, Nisargadatta, Osho, Krishnamurti...

El compilador

Reflexiones místicas sobre la muerte

1. El cuerpo físico no muere

Según la ciencia contemporánea, la energía ni se crea, ni se destruye, pero se transforma, que quiere decir cambiar de forma. Si todo en el Universo es un proceso perpetuo de transformación de energías, de unas formas a otras formas, nada muere, en el sentido de aniquilación, extinción, desaparición, final de todo.

En este sentido, la muerte del cuerpo físico es un mito, una ficción. Siendo una forma orgánica de la energía, se transforma en otras formas, pero no muere, no desaparece en la nada, como suele creerse. Se transforma en humo, abono, ceniza o polvo, pero no desaparece, no se extingue.

Nada muere. Todo se transforma, pero nada muere. La muerte final como un proceso de extinción total, es uno de los grandes mitos de esta cultura alimentada por el miedo.

2. ¿Cuál dimensión física podría morir?

Es un hecho científico, biológico, que el cuerpo humano se compone de dimensiones diferentes, coexistentes, simultáneas y armónicas: 1. Las formas de los órganos; 2. Las células; 3. Las moléculas químicas; 4. Los átomos; 5. Las partículas subatómicas; 6. La energía del campo cuántico; 7. El campo electromagnético; 8. Y la Esencia de Todo, el Dios de Occidente o la Conciencia de Oriente.

Su cuerpo se compone biológicamente de esas 8 dimensiones. ¿Cuál muere? ¿Tal vez las células? ¿Mueren o se transforman? ¿Y qué es morir?

3. La estructura del ser humano

Podemos considerar a todo el Ser humano como un edificio de 6 pisos:

6. La Conciencia absoluta, Nirvana o Tao.
5. La conciencia de toda la realidad.
4. La conciencia de sí-mismo.
3. El cerebro y la mente, con su ego, su “yo”, y su “*darse cuenta*”.
2. El centro emocional
1. El cuerpo físico

La naturaleza dota al hombre de los pisos 1, 2 y 3 y ahí lo abandona a su propia suerte, sin ningún conocimiento acerca de los pisos 4, 5 y 6, de los cuales el ser humano no tiene ni la menor noción; ni siquiera intuye que existen.

4. Tercer piso: El cerebro y la mente

El cerebro humano es la arquitectura más extraordinariamente compleja creada por la Inteligencia del Universo, sin que el hombre tenga alguna noción de su razón de ser, ni de su complejidad.

Contiene unos 10 millones de neuronas, conectadas entre sí eléctrica y químicamente, cada una de las cuales puede conectarse hasta con 10.000 neuronas vecinas, formando inmensas redes neuronales donde conserva toda su historia y todo su saber: la memoria de su pasado, especialmente todo lo sufrido, los abandonos, malos tratos, humillaciones, agresiones, ofensas, ingratitudes, todo lo padecido y todo lo sabido.

Y la mente, en términos contemporáneos, se define como “*todo lo que hace el cerebro*”: pensar, desear, recordar, comparar, juzgar, imaginar, concluir, proyectar, planificar, condenar, anticipar...

¿Y las emociones? Cada pensamiento, positivo o negativo, genera en el cerebro un péptido o neurotransmisor que se irriga por el cuerpo vía vascular o nerviosa produciendo una acción reactiva. La sensación de esa sustancia en el cuerpo es interpretada por la mente como una emoción: alegría, tristeza, ansiedad, paranoia, angustia, preocupación, ira, miedo, vanidad, orgullo,

soberbia, codicia, celos, rencor, mal humor, envidia... y todo el sufrimiento que agobia a la humanidad.

5. Entonces, ¿qué es el hombre ordinario?

- Un biomecanismo psicosomático que reacciona ante los estímulos externos captados por los sentidos.
- Un estado de conciencia muy bajo, denominado “*darse cuenta*”, cerebral, biológico, que protege la vida. Es la conciencia diurna.
- Las memorias del cerebro, de naturaleza electroquímica, con un enorme contenido generado en el pasado.
- La mente, generando pensamientos reactivos frente a los estímulos sensoriales.
- Las emociones, generadas desde el pensamiento, creando acciones comúnmente equivocadas.
- El “*ego*”, que es la identificación del Ser humano con los contenidos de su cerebro. El hombre siente que él es eso. Se identifica con eso.
- Su “*yo*”, que es el pensamiento que surge del “*ego*” respecto de sí-mismo. Es el cáncer de la mente y la mayor dificultad para percibir la realidad tal como es. Es el mayor impedimento para ascender al cuarto piso.
- La conciencia del hombre común, de la humanidad que vive en el piso 3, se denomina “*conciencia diurna*” y es calificada como un estado de sonambulismo satisfecho, en el cual el hombre no es realmente consciente de sí-mismo, ni de nada; sobrevive instintivamente, como un mecanismo psicosomático reactivo, regido por las leyes de la naturaleza, cuyo propósito es conservar la vida de la especie.
- Lo más sorprendente, el ser humano posee un formidable potencial evolutivo, puesto que su conciencia ordinaria puede ascender hacia los pisos 4, 5 y 6, la conciencia de sí-mismo, la conciencia de la

realidad y la Conciencia Absoluta, el Nirvana, el Tao, el Dios de los cristianos.

Pero para evolucionar en la escala de la Conciencia, hacia la Iluminación interior, que es el Misterio de la existencia, el hombre debe *sanar* su mente de emociones negativas, *vaciarla* de imágenes del pasado y *silenciarla* de todo pensamiento egocéntrico, mediante su propio esfuerzo, su pasión, su Atención intensa y su necesidad de lo eterno.

Este proceso de sanación es arduo, difícil para muchos, imposible para algunos, porque se parte de la absoluta ignorancia de sí-mismo, de la total inconsciencia, sin conocimiento alguno que le indique el sendero, y aún así es posible.

Este proceso de sanación de la mente egocéntrica, que hace posible el advenimiento de la Verdad, descubrir lo Real que constituye la Esencia del ser humano, y develar el Misterio oculto en todas las “*formas*” manifestadas, es lo que en el misticismo oriental se denomina “*la muerte psíquica*”, y que Jesucristo menciona como el *renacimiento* del hombre.

Ahora sí, previos estos conceptos fundamentales, indaguemos en las Escuelas de Sabiduría y en el legado de los grandes Maestros de todos los tiempos acerca de qué es la *muerte*, según tiempo, lugar y cultura.

6. El proceso continuo de renovación del cuerpo

Si sabemos, por ejemplo, que las células de la piel se renuevan cada 30 días, las células estomacales se renuevan cada 8 días, las del hígado cada 45 días; si el esqueleto se renueva cada 10 años y el resto del cuerpo se renueva totalmente cada 7 años, ¿podemos afirmar que ese proceso del cuerpo es muerte? ¿O que es vida? ¿Qué es vida y muerte? ¿Qué es ese proceso? ¿Reencarnar? ¿Resucitar? ¿Renacer? ¿Morir? ¿Vivir? ¿Qué es?

¿Cómo puede denominarse un proceso continuo de renovación física constante? ¿Si en tal proceso hay un cambio perpetuo, porque nada permanece como es, cómo denominarlo? Es la mente, ignorante de estos procesos, la que ve la muerte como lo contrario de la vida, como excluyente de la vida. En realidad, son polos de la existencia, fluctuaciones, cuyo proceso fluye de uno a otro y viceversa, como un péndulo, de instante en instante.

La existencia es un proceso continuo de transformación de la materia y la energía. La materia es una “*forma*” de la energía y la energía, creada en el Big bang hace 13.700 millones de años, es la “*forma*” como se manifiesta la Conciencia, el Absoluto, el Tao.

Nada permanece como es, porque todo lo manifestado está hecho de energía y la energía vibra, sin pausa alguna. Nada permanece quieto. La quietud absoluta no existe. Todo está en movimiento perpetuo. La realidad es un proceso continuo de cambio energético, de instante en instante. A nivel de la energía no existe la “*Ley de causa y efecto*”, tan apreciada por los Budistas, porque la vibración de la energía es perpetua, sin pausas de quietud, es un proceso eterno de vibración, de movimiento, de transformación. Entonces, si todo está cambiando de instante en instante, ¿qué nace?, ¿qué muere? Las “*formas*” de las cosas, pero las “*formas*” son vacías, virtuales, ilusorias, parecen ser, pero no son, porque se componen de otras “*formas*”.

7. ¿La masa de su cuerpo es luz? ¿La luz muere?

Hasta finales del siglo XIX la ciencia realmente no sabía qué era la materia, qué era la masa de los cuerpos, hasta cuando apareció Albert Einstein con su famosa fórmula que cambió muchos paradigmas:

$$E=mc^2$$

La energía E de su cuerpo es igual a la masa m de su cuerpo, multiplicada por c^2 , que es la velocidad de la luz al cuadrado.

Entonces, según esta fórmula, aceptada universalmente por la ciencia, la masa de su cuerpo es energía, pero también la ciencia descubrió y constató que la energía ni se crea, ni se destruye, pero se transforma.

Entonces, si la energía de su cuerpo no puede ser destruida, ¿qué es lo que muere? ¿Muere su “*forma*” física? ¿Y eso sería morir?

Si su masa es energía, su cuerpo no es materia absoluta, que exista por sí misma, independiente de todo; de serlo, podría terminar, podría morir, pero su cuerpo no es eso. Su cuerpo es energía, que no muere, no puede morir, porque esa es su naturaleza intrínseca.

Pero también es energía la “*forma*” de sus emociones, la “*forma*” de sus pensamientos, la “*forma*” de su sexo y la “*forma*” de su respiración, procesos que pueden “*transformarse*”, pero no morir, porque son procesos de la energía.

Pero la fórmula de Einstein también entraña un misterio, que él no intuyó. De esa fórmula deducimos matemáticamente que:

$$E/m=c^2$$

Que la relación entre la energía E de su cuerpo y la masa m de su cuerpo es igual a la velocidad de la luz al cuadrado. Pero, ¿esto qué significa? ¿Cómo es posible que su energía y su masa estén relacionadas con la luz? ¿Su cuerpo físico está asociado a la luz? Aquí hay algo metafísico oculto, aquí hay un Misterio.

¿Qué es la luz? La luz es un fotón, una partícula subatómica, una vibración de cierta frecuencia, componente del Campo Electromagnético creado en el Big bang hace 13.700 millones de años, que viaja a una velocidad constante de 300.000 Km/seg a través del Universo. Eso es la luz. ¿Qué significa, entonces, que la masa de su cuerpo está vinculada con la luz? Si su masa es una función de la luz, ¿puede morir? ¿La luz muere?

Estas preguntas no han sido consideradas por la ciencia de Occidente, ni por las Escuelas Místicas de Oriente, excepto, tal vez, por el sufismo, que es el conocimiento místico del Islam. Pero hay en la Biblia una muy extraña cita de Jesucristo que agrega más misterio al misterio:

“La lámpara del cuerpo es el ojo; así que, si tu ojo es bueno, todo tu cuerpo estará lleno de luz; pero si tu ojo es maligno, todo tu cuerpo estará en tinieblas.”

Biblia. San Mateo 6,22

De manera que cierta condición de “*tu ojo*”, de su ver interior, de su mirar interior, de su observación interior, llena de luz el espacio interno de su cuerpo.

¿Ese cuerpo “*lleno de luz*”, puede morir? Y si no muere, ¿en qué se transforma un cuerpo lleno de luz? Si la masa de su cuerpo está “*llena de luz*” y esa masa cambia, se transforma, envejece, “*muere*”, ¿qué sucede con la luz interna que la ilumina? ¿Y si esa luz que llena su cuerpo es la Conciencia Absoluta, esa Conciencia muere con el final de su masa?

Estamos frente a un misterio innegable, trascendente, que no puede ser negado por la vulgar y popular creencia de que al morir la masa todo termina. Este misterio es el origen de que los Maestros místicos de todos los tiempos hayan aportado sus propias y a veces extrañas versiones acerca de la muerte, algunas de las cuales invocaremos en este artículo.

8. **Ser... y dejar de Ser**

Su mente acepta y entiende el estado de *ser*, ser esto o aquello, ser Pedro, ser ingeniero... pero no acepta ni comprende el proceso de *dejar de ser*, el estado de *no ser*. Pero hágase estas preguntas: ¿en dónde estaba usted hace mil años? ¿En dónde estará dentro de mil años? Usted no era y ahora es. Usted es ahora, pero luego no será. ¿Entonces?

Toda la existencia parece un movimiento del ser al no ser, y viceversa, y este hecho es mucho más evidente en cuanto más profundiza en la materia de su cuerpo físico, hasta el campo cuántico dentro de cada uno de sus átomos, donde la realidad es un juego de probabilidades, sin materialidad alguna.

Veamos este concepto en detalle, porque la conclusión que podemos obtener es sorprendente. Es un hecho biológico que su cuerpo se forma de células, sus células se forman de moléculas químicas, sus moléculas se forman de átomos y sus átomos se componen de partículas, de electrones. Entonces, podemos convenir que los electrones pertenecen a la esencia misma de su cuerpo, aunque no sean la Esencia más profunda.

¿Y qué son los electrones de su cuerpo? Sus electrones son sólo una probabilidad de ser o no ser, sin materialidad alguna. Nunca es posible afirmar que existen en un lugar determinado, ni tampoco podemos afirmar que no existen. Al ser un patrón de probabilidad, el electrón tiene tendencia a existir en diversos lugares simultáneamente o a no existir en ninguno. Así, manifiesta una extraña especie de realidad que oscila entre la existencia y la no existencia, en el mismo instante, porque sus electrones pertenecen a la dimensión de las *probabilidades*, donde todo es posible.

De manera que dentro del espacio de los átomos de su cuerpo, lo que es... está dejando de ser, simultáneamente. Sus electrones no se mueven en el espacio como lo hacen los objetos ordinarios, sino que se mueven *instantáneamente*. Es decir, desaparecen de una órbita, y aparecen en otra, lo

cual se conoce como “salto cuántico”, sin que exista el *tiempo* entre el aparecer y el desaparecer, porque los dos procesos suceden simultáneamente. Son y no son, en el mismo instante, porque no son materia sino probabilidades de existencia. De manera que su cuerpo contiene, en su profundidad, la posibilidad de ser y no ser en el mismo instante.

Repitamos el concepto central. Los electrones, que dan “*forma*” a su cuerpo, carecen de materialidad, de sustancia; son probabilidades de ser o no ser, de ser y no ser, dentro del “*campo cuántico*” de cada uno de sus átomos. Lo que es... está dejando de ser, simultáneamente, en la dimensión de las probabilidades. Entonces, ¿qué es lo que muere?

Si desea profundizar en esta muy extraña realidad cuántica le sugiero la lectura de mi libro “*Biografía mística de la materia*”, que encuentra en esta misma pág. web.

De manera que los electrones, que configuran su masa física, son y están dejando de ser, simultáneamente, porque en esa dimensión no existe el tiempo. Aparecen y desaparecen, simultáneamente. De manera que la realidad profunda es el proceso de cambio, de impermanencia, no la permanencia. Por eso se afirma que la existencia es un proceso continuo de transformación entre unos polos extraños... ser y dejar de ser... ser y no ser... como un péndulo instantáneo.

Entonces, aparece la mente miedosa, que piensa pero no comprende la realidad, y le pone por nombre “*muerte*” a uno de los dos polos; luego siente miedo de esa palabra macabra que la misma mente inventó, como los niños que le tienen miedo al “*coco*” creado por su mente infantil. Pero, en este proceso, ¿qué es lo que muere?

9. **¿Miedo a la muerte?**

¿Por qué teme usted a la muerte? ¿Será, acaso, porque no sabe cómo vivir, porque no ha vivido su vida, pero ha padecido su vida? Si supiera cómo vivir con plenitud, atento, Presente, Despierto, consciente, ¿tendría miedo de morir?

Si amara los árboles, la puesta del sol, si amara a los pájaros, si percibiera atenta y amorosamente a los seres humanos que sufren, a los

pobres condenados de la tierra, si viviera percibiendo la realidad del momento presente, “*lo que es*”, si de veras sintiera amor en su corazón, ¿temería a la muerte? ¿Le temería?

Usted seguramente no vive con alegría, no es feliz, sufre reactivamente por todo, no es vitalmente sensible a las cosas, a la realidad de este instante; ¿por esta razón pregunta qué va a ocurrir cuando muera?

La vida quizás es para usted dolor, sufrimiento, inconsciencia y, por eso, está mucho más interesado en morir que en vivir. Siente que tal vez habrá más felicidad después de la muerte. Pero, ¿qué es lo que está oculto tras esta sensación?: el miedo a vivir, porque no sabe vivir, pero sabe sufrir.

En el fondo de todos estos sentimientos y sensaciones de la muerte está el miedo: miedo de vivir, miedo de amar, miedo de sufrir, miedo de fracasar, miedo a la incertidumbre, miedo a las relaciones, miedo a lo imaginado, miedo a morir... miedo... miedo... miedo...

Si usted no puede comprender qué es lo que da origen al miedo, qué es el miedo, cuál es la naturaleza profunda de su miedo, y así liberarse de esa enfermedad mental, entonces no importa mucho si está vivo o muerto, porque su realidad es su miedo.

10. **También la muerte desaparece**

La vida se extiende a lo largo de mucho tiempo... setenta, ochenta, cien años. La muerte es intensa porque no se extiende... llega en un único instante. La vida tiene que alargarse, pero la muerte llega en un instante, de repente, sin fragmentarse, ignorando el tiempo.

La muerte será tan intensa, que no habrá conocido nunca nada igual. Pero si tiene miedo, si se escapa, si se niega a recibirla, entonces habrá perdido una oportunidad de oro.

Si durante toda su vida ha aceptado las cosas, ha aceptado y comprendido la realidad manifestada tal como es; si cuando llega la muerte la acepta paciente y pasivamente, sin oponer ni un gramo de resistencia, abierto a ella para que penetre; si entra en ella sin realizar esfuerzo alguno por

escapar, silenciosamente, conscientemente, entonces la muerte desaparece porque surge lo Real, lo Verdadero, la Conciencia absoluta.

Si tiene apegos, quizás éstos puedan prolongar un poco la vida, pero cuando llegue la idea de la muerte empezará a temblar. Pero si no siente apego por nada, la muerte podría llegar en este mismo instante y la recibiría amorosamente. Estaría dispuesto a partir.

La muerte sólo es vencida por aquellos que están dispuestos a morir conscientemente, en cualquier momento, sin oponer resistencia alguna. En el último instante se convierten en los inmortales, en Budas, porque se apacigua la vida, la vitalidad, pero surge la Conciencia, el Tao, lo Real, lo que nunca muere. En tal caso, la muerte del cuerpo carece de importancia.

11. Aprender a morir de instante en instante

El miedo a la muerte surge cuando la persona desea aferrarse a la continuidad de su vida y a la de su pensamiento. Su amado “yo”, su yo psicológico se siente amenazado de muerte: todo lo conocido está en peligro.

Pero, en la continuidad de lo mismo nunca existe renovación, sino la eterna repetición, la decrepitud. En ese estado, la mente sólo puede entender aquello que conoce, que es su pasado, sin posibilidad alguna de aproximarse o reconocer lo que no conoce. La mente no sabe qué es lo que no sabe, pero teme lo que desconoce, lo que nunca podrá comprender porque no forma parte de ella. La mente es la celda de un prisionero que no puede verse como un preso de los límites de su mente anacrónica.

Cuando cesa el pensamiento, que es tiempo, puede aparecer lo que es nuevo. Si se aprende a morir cada día, desaparece el temor a la muerte. Si vive Presente, Despierto, percibiendo la realidad instantánea tal como es, consciente de la acción del instante, sin un solo pensamiento egocéntrico, no hay “yo”, no hay tiempo, no hay memoria. El “yo” muere cuando la conciencia y la acción son simultáneas. (Le sugiero la lectura del artículo N°88 que encuentra en esta misma pag. web.)

Vivir así es morir de instante en instante, sin acumular recuerdos, luchas, imágenes, memorias, sufrimientos... vivir así contiene una gran belleza y es un estado del Ser que puede trascender la propia vida.

Cuando se vive así, deshaciéndose de los acumulados en cada instante, muriendo para los residuos mentales que suelen quedar en cada acción vivida, la muerte deja de ser algo lejano y abstracto, y entra a formar parte de la vida de la persona. Esa muerte es útil y necesaria, ya que permite la renovación.

Lo conocido, la mente, jamás puede conocer lo desconocido, y así la muerte sigue siendo el misterio. Si hay una muerte consciente, de instante en instante, percibiendo la realidad interna y externa tal como es, en esa terminación se manifiesta lo desconocido, lo Real que constituye la esencia de la realidad manifestada; y en tal caso, la muerte del cuerpo es irrelevante, carece de importancia. Lo que es importante es la muerte psíquica, de instante en instante, que es la muerte de su amado “yo”.

12. El ser humano adulto, maduro

Dios es el centro de la búsqueda religiosa, pero no es el centro de la búsqueda mística. La búsqueda religiosa se inicia con una creencia en un Dios, pero la búsqueda mística se inicia con un hecho existencial: la muerte. La muerte psíquica, del “yo”, del “ego”, del pensamiento, de la mente, tras la cual se halla lo Real, la Verdad, lo Inconmensurable.

La muerte es la que hace que el hombre busque e indague más allá, en lo eterno. Los animales no son religiosos porque no creen en Dios, y no son místicos porque no tienen conciencia de la muerte. No pueden concebirse muriendo, aunque vean hacerlo a otros animales. No son tan conscientes como para llegar a tal conclusión.

Un ser humano es realmente maduro cuando comprende y vivencia que: *“Si la muerte le llega a todo el mundo, entonces yo no puedo ser una excepción. También moriré.”*

Una vez que tal comprensión penetra en lo más profundo del corazón, en la profundidad de su Ser, la vida ya no vuelve a ser igual. No se puede seguir apegado a la vida como antes.

¿Qué sentido tiene ser tan posesivo si todo nos será arrebatado? ¿Por qué apegarse a algo o a alguien? ¿Por qué sufrir hoy, si mañana la muerte terminará con eso? ¿Para qué tanta ansiedad por el futuro si la vida no va a durar para siempre?

El día en que sea consciente de que puede morir psíquicamente si lo decide, y que va a morir físicamente, sea eso lo que sea, descubrirá que la única certeza en la vida es la muerte. Nada es tan absolutamente cierto como que usted tiene dos maneras de morir: una le permitiría trascender la vida, si la descubre; y la otra es inevitable, termina con la vida y termina con todo.

No obstante este absoluto determinismo existencial, seguimos evitando la cuestión de la muerte. Seguimos ocupándonos de lo trivial de la existencia ordinaria. A veces hablamos de grandes temas - Dios, cielo, infierno - sólo para evitar la *auténtica* cuestión: morir de una y otra manera.

La auténtica cuestión no es Dios, no puede serlo, porque nace de una creencia mental y no de un hecho existencial. ¿Qué sabemos de Dios? ¿Qué cercanía tenemos con Dios? ¿Cómo podemos indagar en algo que nos es totalmente desconocido? Sería una indagación vacua, que empieza con una creencia y culmina con la fe y la adoración de esa creencia. Y, entretanto, las muertes posibles son ignoradas.

La gente corriente, inconsciente, pregunta por Dios; las personas maduras preguntan sobre la muerte. Las personas que preguntan por Dios nunca lo encuentran, mientras que quienes practican la muerte psíquica y se preparan conscientemente para la muerte física están destinados a encontrar a Dios, el Misterio que está oculto tras la vida, porque la muerte es lo que transforma, lo que cambia la visión, lo que transmuta la vida biológica en lo Real oculto en la existencia.

Hay que *Despertar*, es necesario estar *Presente*, *Alerta*, consciente, en el instante de las muertes, para descubrir la verdadera razón de la vida. El sentido profundo de la vida es la muerte consciente.

13. Percibir el estado de muerte. Vivir muriendo

Tenemos miedo de morir. Para terminar con el miedo a la muerte debemos entrar en contacto con la muerte, no con la imagen que el pensamiento ha creado de la muerte, sino que de verdad debemos percibir el estado de muerte de sí-mismo.

De lo contrario, no hay final para el miedo, porque la palabra *muerte* genera miedo, y ni siquiera queremos hablar de ella. El sexo y la muerte son temas tabú, que la gente no se atreve ni a mencionar abiertamente.

Siendo sanos, normales, capaces de razonar con claridad, de pensar con objetividad, de observar, ¿es posible para nosotros entrar totalmente en contacto con el hecho de la muerte, sin morir en ese instante? ¿Es posible? ¿Es posible vivenciar lo que es la muerte física estando vivo?

Estando sanos, queremos descubrir qué significa la muerte. No es un deseo morboso, sino que intuimos que quizás al morir el “yo”, que es la muerte psíquica, podríamos descubrir qué es la muerte física.

Para descubrir qué es el vivir, así como para descubrir qué es el morir, uno debe entrar en contacto con la muerte estando vivo. Esto significa que uno debe terminar, de instante en instante, con todo lo que ha adquirido, con todo lo que ha conocido. Debe terminar con las imágenes que ha elaborado respecto de sí-mismo, de su familia, de sus relaciones, de sus actividades, las imágenes que ha formado a causa del placer, de su relación con la sociedad, con todo.

¡Eso es lo que va a suceder cuando muera!

Pero para vivir así, en acción, haciendo lo que hay que hacer, sin acumular imágenes de nada, uno debe estar *Presente*, Aquí y Ahora, de instante en instante, consciente de sí-mismo.

Cuando vive así, *Presente*, *Despierto*, consciente, en medio de la vida cotidiana, no acumula imágenes, ni recuerdos, ni emociones, ni sensaciones, y eso es lo que va a suceder cuando la muerte física ocurra.

El estado de conciencia de sí-mismo, que es estar *Presente*, Aquí, Ahora, tiene una profunda similitud con la muerte física, con un valor agregado: si usted, en vida, activa su conciencia de sí-mismo, tal vez a la hora de la muerte su masa se transforma pero su conciencia trasciende la muerte, y en tal caso, nada muere. Quizás su conciencia retorna a la Fuente, a la Conciencia absoluta, que se halla en la esencia de todo lo manifestado.

Cuando la muerte ocurra va a terminar todo lo conocido, todos los apegos, todas las imágenes del pasado. Eso mismo puedo hacerlo cada día,

de instante en instante, si estoy *Presente* percibiendo la realidad tal como es, sin agregar ni un solo pensamiento egocéntrico.

Eso es entrar cada día, cada instante, en contacto con la muerte. Eso es vivir muriendo, y en tal caso la vida y la muerte es lo mismo.

14. **El temor a la muerte y el pensamiento**

Se teme a la muerte porque no puede experimentarse en el pensamiento.

La muerte es de las pocas cosas que el hombre jamás podrá dominar y por ello le teme: porque la vida del hombre se basa en las relaciones de poder, de codicia, de posesión y de obediencia a todo tipo de autoridad, pero la muerte no tiene relación alguna con esa forma de vida.

La muerte es un cambio de estado del Ser, no un cambio de deseo en la mente. La mente, que es el pasado y el futuro, puede pensar “*acerca de*” la muerte, pero no puede percibirla de ninguna manera, y esa limitación le genera pánico, porque la mente sabe que lo que piensa de la muerte... no es verdad.

El pensamiento, que es una reacción de la memoria ante un estímulo, no sabe, no comprende, no percibe la realidad; solo piensa “*acerca de*”, lo cual es una construcción imaginaria, ilusoria, fantasiosa, egocéntrica.

Para liberarse del temor hay que comprender lo que causa el temor, percibiéndolo directamente, conscientemente, focalizando la atención en eso para observarlo en acción, para verlo, para sentirlo, para aprehenderlo en su totalidad, porque la comprensión libera de lo comprendido.

Pero ese proceso existencial, válido para todos los estados emocionales, no es posible practicarlo con la muerte, porque usted no puede percibir lo que aún no sucede, y cuando suceda puede percibirlo si está *Presente*, acompañando el suceder trascendente de ese instante.

Estar *Presente* es un estado consciente del Ser, no es un proceso de la mente, no es un pensamiento, porque en estado de conciencia lúcida el pensamiento egocéntrico se diluye en la nada, que es su naturaleza.

Estos hechos significan que ni la mente, ni el pensamiento, tienen posibilidad alguna de aproximación a la muerte final, imposibilidad que genera temor, miedo ante lo desconocido. Más aún, si usted, en vida, practica conscientemente su muerte psíquica, que es la muerte de su amado “yo”, puede constatar que en ese estado... su mente ha muerto.

Usted puede morir psíquicamente antes de su muerte física y, tal vez, ese estado de su Ser facilitaría el tránsito hacia la eternidad, quizás, probablemente, posiblemente... porque no sabemos nada acerca de la muerte real.

15. **Jesucristo, Buda y la muerte**

¿Cómo es que creen en Jesús? ¿Por qué? Y aunque le hubiesen visto, no se habrían dado cuenta de que era él. El día que fue crucificado fueron muchos los que se reunieron para verle, ¿y sabe qué hicieron? ¡Le escupieron! Puede que nosotros también estuviésemos en esa multitud, porque no eran diferentes de nosotros. La humanidad no ha cambiado. Seguimos siendo los mismos, con un fuerte componente animal.

El hombre ha caminado por la Luna, pero él no ha cambiado. No hemos cambiado. La humanidad se encuentra prisionera de su inconsciencia, que es su conciencia diurna, reactiva, automática, sin la menor noción del estado infrahumano en que se encuentra.

Siendo ese su estado actual, ¿cómo pueden creer en Jesús? Le escupieron en la cara cuando estaba vivo, ¿y ahora creen en él, al cabo de dos mil años? ¿Por qué creen en Jesucristo? ¿Por qué?

Hay un solo hecho que si desapareciese de la historia de Jesús, todo el cristianismo se vendría abajo. Un solo hecho, que es el fenómeno de la resurrección tras ser crucificado y permanecer muerto durante tres días. La creencia es que Jesús regresó de entre los muertos. Si sólo esa creencia desapareciese, todo el cristianismo desaparecería.

Creen en Jesucristo porque tienen miedo de la muerte, y él parece ser el único hombre que ha regresado de la muerte, que la ha derrotado.

Ese miedo ha hecho que el cristianismo se haya convertido en la mayor religión del mundo. El Budismo no podrá ser tan importante, por la sencilla razón de que el miedo a la muerte ayuda a la gente a creer en Cristo y no en el Buda que propone la muerte psíquica antes de la muerte física.

Hay que tener agallas para creer en el Buda y practicar lo que él enseña, porque él dice: “Te enseñó la muerte total”. No está satisfecho con la muerte pequeña del cuerpo. Dice:

“Esta muerte pequeña no sirve, porque regresarás. Yo te enseñé la muerte total, la muerte suprema. Enseñé la aniquilación, de manera que nunca tengas que regresar, para que desaparezcas, para que te disuelvas en la existencia, para que no existas más, nunca más; para que no quede rastro de ti.”

El Budismo desapareció de la India, totalmente. Un país del que se dice es tan religioso, y el Budismo desapareció por completo. ¿Por qué? Porque la gente cree en religiones que enseñan que viviremos tras la muerte, que el alma es inmortal. El Buda decía que lo único que valía la pena realizar es que no se es, dejar de ser. El Budismo no podía sobrevivir en la India porque no ofrecía un refugio contra el miedo.

El Buda no le dijo a la gente: “*Creed en mí.*”. Por eso su enseñanza desapareció de la India, porque la gente quiere creer y él no enseñó creencias. El enseñó cómo morir totalmente, lo cual implica morir psíquicamente antes de la muerte física. La gente no quiere verdades, quiere creencias.

Creer es fácil, y usted puede creer en lo que se le ocurra y luego adorar eso. Toda creencia es de origen mental y ninguna creencia es la Verdad. La Verdad es ardua, difícil, incierta; tiene una incertidumbre y un precio. Uno tiene que indagar, practicar, percibir, profundizar, y sin garantía de que se hallará, sin garantía de que exista Verdad alguna en algún sitio. Puede que no exista, puede que esté Aquí, Ahora. No será fácil, pero esa exigente búsqueda interna es, de por sí, muy bella.

La gente quiere creer, pero Buda no enseñó creencia alguna. El último mensaje que dio al mundo, al morir, fue:

“Sé tu propia luz.”

Y en estas últimas palabras encontramos una extraña y bella similitud con esta enseñanza de Jesucristo:

“La lámpara del cuerpo es el ojo; así que, si tu ojo es bueno, todo tu cuerpo estará lleno de luz; pero si tu ojo es maligno, todo tu cuerpo estará en tinieblas.”

Biblia. San Mateo 6,22

¿A qué luz se refieren Buda y Cristo? ¿A la Conciencia absoluta? ¿Y esa luz interior puede morir? ¿Y un cuerpo lleno de luz, puede morir? Estas preguntas podrían ser respondidas por el Sufismo, que es la mística del Islam, según la cual la luz es la Fuente esencial de todas las “formas” manifestadas, concepto análogo descubierto científicamente por la Física Cuántica del siglo XX.

16. Tres expresiones de la muerte

La primera de ellas es la del ser humano ordinario que vive apegado e identificado con su cuerpo, que nunca ha conocido nada mejor que el placer de la comida, el sexo y el dinero, cuya vida no ha sido más que comida, sexo y dinero, llevando una vida muy primitiva, cuya existencia ha sido muy grosera, vulgar, ordinaria, y que ha pensado siempre que eso es la vida. Ese es el estado en que se encuentra casi toda la humanidad, excepto ciertos individuos que han adquirido cierta Sabiduría.

Esa humanidad, que no ha intuido lo trascendente, en el momento de la muerte se aferrará aún más a sus apegos, que es lo que el individuo inconsciente es y tiene. Se resistirá a la muerte y luchará contra ella. La muerte le llegará como un enemigo, oscura y maligna, como un fantasma negro y monstruoso.

Esa es la actitud normal de la humanidad, porque la naturaleza le ha negado todo conocimiento y nada le indica la dirección de lo trascendente. Esas personas no han llegado a conocer todas las dimensiones de la vida. No han podido entrar en contacto con las profundidades de la vida, no han sabido ascender hasta las cumbres de la vida. Se han perdido su posibilidad, su potencial, su plenitud. Su vida ha sido en vano.

Después está el segundo tipo de expresión de la muerte. A veces los poetas y filósofos han dicho que la muerte no es nada malo, que no es mala; que es apacible... un gran descanso, como sucede en el estado de sueño profundo sin sueños. Es mejor que la primera expresión.

Al menos esas personas han conocido algo más allá del cuerpo; han llegado a conocer algo de la mente. No sólo se han alimentado de comida y sexo; no han invertido toda su vida sólo en comer y reproducirse. Han entrado en contacto con algo de la sofisticación del alma; son un poco aristocráticos y cultivados. Dicen que la muerte es como un gran descanso, pero también ellos están lejos de la Verdad.

En el tercer tipo de expresión están quienes han conocido lo más profundo de la vida, quienes han activado estados superiores de conciencia, que es el potencial y el destino del Ser humano. Ellos dicen que la muerte es divina. No sólo es un descanso, sino también una resurrección, una nueva manera de Ser, un nuevo comienzo, una puerta que se abre en la dimensión de lo trascendente, que es la Conciencia, el Tao, el Nirvana, lo Inefable, lo Inconmensurable... llámelo como quiera.

Cuando alguien ha conocido lo trascendente en sí-mismo, porque ha meditado estando vivo, porque ha activado su Conciencia dormida por la naturaleza y la cultura, comprende que la muerte no es sino otra puerta hacia la Verdad, hacia lo Real, que está en la profundidad de sí-mismo. Entonces, la muerte se convierte en un regocijo, es un encuentro con la Verdad.

17. Tan sólo una hora de vida

Si a usted le quedara tan sólo una hora de vida, ¿qué haría? ¿No arreglaría todo lo que fuera necesario exteriormente, sus negocios, su última voluntad y demás? ¿No reuniría a su familia y a sus amigos y les pediría perdón por el daño que pudiera haberles hecho, y los perdonaría por el daño que pudieran haberle hecho a usted?

¿No moriría por completo a las cosas de la mente, a los deseos, a la codicia y al mundo? Y si eso puede hacerse durante una hora, también es posible hacerlo durante los días que pudieran quedarle de vida. Inténtelo y lo descubrirá.

18. El Nirvana budista después de la muerte

El estado de *Nirvana* es un concepto aportado por el Buda en su enseñanza. Que el Santo, liberado en vida, después de la muerte, al entrar en el Nirvana no es completamente aniquilado, sino que continúa siendo de alguna manera.

Es cierto que el modo cómo permanece después de la muerte, resulta totalmente fuera de nuestra imaginación y de nuestra comprensión. No sabemos cómo existe, cuál es su estado propio y su lugar. No puede ser conocido por los hombres, pero tampoco es “*aniquilado*”.

Buda dice en sus palabras de despedida que en este mundo, mientras estaba en este cuerpo, podía ser visto por los hombres. Pero que después de muerto no podría ser visto por los hombres.

Esta última expresión no significa que será aniquilado. Puede referirse a un estado especial, inconocible para los hombres. Buda pronunció esta declaración:

“No se reconoce dónde va el fuego que se extingue poco a poco; de la misma manera es imposible decir dónde van los santos perfectamente liberados, que han atravesado el torrente de los deseos, que han alcanzado la paz inquebrantable.”

Buda

No se habla aquí de una simple aniquilación del santo liberado en vida, sino de un *tránsito* a un estado nuevo que no puede ser, en manera alguna, captado por nosotros, que nos encontramos en un estado de inconciencia diurna, viviendo reactivamente frente a los estímulos externos.

A esta enseñanza de “*cierta permanencia*” del Santo después de la muerte, se agrega el rasgo esencial e inseparable del Nirvana: éste es el estado de paz y felicidad suprema. Mejor dicho, el objetivo último del Nirvana es la paz y la felicidad. La extinción, en cuanto tal, no es considerada sino como un medio para dicha felicidad. Por eso, es necesario tener en cuenta que la propiedad de ser felicidad y paz es más fundamental en el Nirvana que el pobre concepto de la extinción total; el Budismo dice que:

“El Nirvana es la suprema felicidad”

“No hay enfermedad como la existencia, no hay mayor felicidad que la paz del Nirvana.”

Que el Nirvana sea paz y felicidad es tal vez la enseñanza más fundamental del Budismo, y es también el supuesto de toda la doctrina budista. Ahora bien, se reduciría todo a un juego de palabras si la entrada en el Nirvana consistiera en la entrada en la aniquilación.

Pero si, en realidad, el Nirvana es esa suprema paz y felicidad, no puede consistir en un estado inconsciente como el que agobia a la humanidad actual, pues parece un contrasentido una felicidad total inconsciente.

Toda la doctrina budista nos muestra que el Nirvana después de la muerte puede concebirse como un estado de felicidad consciente, pero cuya manera concreta de realizarse es totalmente inaccesible e indescriptible para nuestra mente limitada, condicionada por el tiempo pasado.

Nadie lo puede vivenciar, fuera del Santo mismo liberado en vida. Es, en una palabra, un estado inefable.

En términos de todos los Maestros de todos los tiempos, podríamos afirmar que el Nirvana del Buda es el Tao de Lao Tse, el Reino de Dios de Jesucristo, el Absoluto de Gurdjieff, lo inconmensurable de Krishnamurti, el estado de bienaventuranza del Zen... la Conciencia pura.

Buda enseñó que: *“la meditación es un camino de felicidad que conduce a la felicidad suprema.”*

19. La vida es un proceso dialéctico

La existencia es paradójica; la paradoja es su misma esencia. Existe a través de los opuestos, es un equilibrio de los opuestos. El que aprende a equilibrarse entre los opuestos se vuelve capaz de comprender lo que es la vida, lo que es la muerte, lo que es la existencia.

Nosotros hemos sido educados según la lógica aristotélica, que es lineal, unidimensional: A es A y no puede ser B; si A está aquí no puede estar allá; lo que es no puede no ser al mismo tiempo...

Pero la vida, la realidad esencial de la materia, no es en absoluto aristotélica, es Hegeliana. Su lógica no es lineal, su lógica es dialéctica. El proceso mismo de la vida es dialéctico, un encuentro entre opuestos: vida y muerte. Un aparente conflicto entre los opuestos, y aún así un encuentro de los opuestos.

Y la vida transcurre a través de este proceso dialéctico: desde la tesis a la antítesis, desde la antítesis a la tesis, luego, de nuevo, la tesis se convierte en una antítesis. Todo el proceso comienza una vez más.

Si el mundo estuviera hecho de acuerdo con Aristóteles, solamente existiría luz y no oscuridad, o solamente oscuridad y no luz. Eso sería lo lógico. Existiría o bien la vida, o bien la muerte, pero no ambas.

Pero la vida no se basa en la lógica. La vida es los dos, y es posible debido a que ambos existen, debido a los dos opuestos: al hombre y a la mujer, al día y a la noche, al nacer y al morir, al amor y al odio. La vida consiste en ambos.

En general, la mente de la humanidad cree que la vida es lógica, lineal, aunque las mentes más avanzadas, científicas confirman que la lógica aristotélica ya no es aplicable. La ciencia ha trascendido a Aristóteles porque la ciencia se ha aproximado a la Existencia y entiende que esta vida es dialéctica y no lógica.

Más aún, la ciencia del siglo XX, la Física Cuántica, trascendió la dimensión dialéctica de la vida, penetró el átomo, y descubrió allí el campo cuántico de las partículas subatómicas, una dimensión que Aristóteles no habría entendido, ni aceptado, ni comprendido, porque la realidad profunda de la materia no es lógica, ni dialéctica, sino paradójica, absurda, irracional:

- La materia carece de sustancia, no existe, es sólo una “*forma*” que toman las partículas subatómicas, los electrones, en ciertas condiciones.
- La luz es una onda y una partícula, *simultáneamente*.
- Las partículas, que son la esencia de la materia, carecen de materia. Son sólo vibraciones del campo electromagnético, energía vibrando.

- Las “cosas” son y no son en la dimensión de la función de onda, porque esta dimensión, que contiene todo lo que va a ser, pertenece a la dimensión de las posibilidades.
- La vida existe, como una “*forma*” de la energía, pero la materia no existe; es sólo una “*forma*” de las partículas subatómicas.
- Las partículas son y dejan de ser, en el mismo instante.

Si este tema es de su interés, le invito a leer mi libro titulado “*Biografía mística de la materia*”, que encuentra en esta misma página web.

20. La muerte en el Budismo tibetano

En diversas tradiciones, especialmente en el budismo tibetano, la muerte constituye un componente importante del ser humano. En “*El libro tibetano de los muertos*”, el *bardo* es el nombre que se da al estado intermedio, el estado que se halla entre la vida y la muerte y que se expone extensamente en su doctrina.

Existen diversos *bardos* (estados intermedios) que merece la pena mencionar. El espacio entre dos pensamientos, el espacio entre dos respiraciones, el espacio entre el despertar y el sueño, el espacio entre el sueño con sueños y el sueño profundo sin sueños, el que hay entre el sueño y el despertar, y el espacio que existe entre la vida y la muerte.

En el budismo tibetano se da mucha importancia al espacio que existe entre la vida y la muerte, y para darle más importancia enseña una línea de acción para alcanzar la liberación en el estado posterior a la muerte. Se insiste, entonces, en que no existe la aniquilación total, tal como se cree en Occidente.

21. En el Universo... Todo es Uno

En general, la parte más disociada o rechazada de la existencia es la muerte. La mayoría de las religiones ofrecen su modelo o metáfora de la vida después de la muerte; toda ella está cargada de miedo y superstición.

Si una persona pudiera comprender esas creencias, en su naturaleza mental ilusoria, se liberaría de esas estructuras de creencias culturales, condicionantes, descubriría que la muerte es parte de la existencia, la vida podría vivirse más plenamente y la existencia podría ser vivenciada como una TOTALIDAD.

¿Por qué? Porque la vivencia del momento presente de vida se hace mucho más total, intensa y real, cuando se incluye la muerte como parte de la vida, en lugar de ser algo que debe ser temido y negado porque se cree que la muerte es la aniquilación total.

Respecto a la *TOTALIDAD*, que es un concepto extraño en la cultura crédula de Occidente, en el presente mes de septiembre de 2022, el premio Nobel de Física fue concedido a tres científicos que desarrollaron un nuevo método para constatar que *“todas las partículas del Universo están conectadas con todas las partículas del Universo, sin importar la distancia”*.

Este hecho de la realidad fue descubierto por los físicos cuánticos de principios del siglo XX, y corroborada en 1964 por John Bell, quien desarrolló la idea de que algo sea local, o exista en un lugar concreto, es incorrecta. Todo es no-local. Las partículas están íntimamente conectadas en un nivel que trasciende el tiempo y el espacio.

Esta idea se ha verificado una y otra vez en el laboratorio, durante años, desde que Bell publicó su teorema. En el mundo cuántico, dentro de los átomos de su cuerpo, el tiempo y el espacio se reemplazan por el concepto de que Todo está en contacto con Todo, todo el tiempo.

Todo es uno. Uno es Todo. La unidad del Universo es Total. Entonces, si Todo es Uno, ¿qué puede morir?

22. **La comprensión de la muerte**

La muerte debe ser algo extraordinario, como lo es la vida.

La vida es algo total. El dolor, la pena, la ira, el miedo, la vanidad, la angustia, la alegría, las ideas absurdas, la codicia, la posesión, la envidia, el amor, la dolorosa desdicha de la soledad, el abandono, la ingratitud, la deslealtad...todo eso es la vida.

Y para comprender la muerte, tenemos que comprender la totalidad de la vida, no tomar sólo un fragmento de ella y vivir con ese fragmento, como lo hace la mayoría de nosotros.

En la comprensión misma de la vida está la comprensión de la muerte, porque las dos no están separadas. La comprensión libera.

23. El “yo” no quiere morir

¿Por qué existe el miedo a la muerte? ¿Cómo no temerla? Es muy fácil formular una pregunta, pero no se puede responder a la vida con un simple “sí” o un “no”. Nuestras mentes exigen los “sí” y los “no” porque han sido adiestradas para pensar y no para comprender, siendo dos procesos de naturaleza diferente. El pensar es un hecho mental y comprender es un hecho existencial que surge del “ver” la realidad tal como es.

Cuando preguntamos: “¿Qué es la muerte y cómo puedo no temerla?”, deseamos fórmulas, definiciones, pero jamás nos interesa reflexionar por sí mismos acerca del tema, indagar en él, profundizar en él, descubrir, investigar.

¿Qué es la muerte física? Dejar de ser, llegar al final. Sabemos que hay una terminación de algo, lo vemos todos los días en todo lo que nos rodea. Pero “yo” no quiero morir, siendo ese “yo” el proceso mental que dice: “Yo pienso, yo siento, yo tengo un conocimiento”; el “yo” es la actitud, la conducta, la personalidad; el “yo” son las cosas que he cultivado, el carácter, la experiencia, la cultura, la capacidad, el poder; el “yo” es los apegos, la dependencia, la identificación con todo lo adquirido, con la familia, la mascota, los libros, el vehículo particular, el dinero, el bienestar del cuerpo...

Su “yo” no quiere que termine todo eso, porque todo eso soy “yo”. Quiero continuar, todavía no he terminado, deseo que el final no llegue pronto. Sin embargo, hay una terminación de algo. Algo termina. Obviamente, todo organismo debe llegar a su fin, pero mi mente no acepta eso, mi “yo” no acepta que se aproxime el final, porque “yo” todavía tengo muchas cosas por hacer, por lograr, por acumular.

Por lo tanto, en caso extremo, decido aceptar que se aproxima el final de algo, pero entonces adquiero creencias, teorías completas acerca de que de alguna manera continúo, de que hay reencarnación, de que hay resurrección

de la carne, para que la vida continúe, para que mi amado “yo” continúe después de la muerte. Pero el cuerpo no es eterno, la vida no es eterna, pero parece existir la inmortalidad de la Conciencia en una dimensión fuera del espacio y el tiempo, fuera de su mente.

El problema es que, aún cuando usted tenga esas creencias, creadas por su mente confusa, igual sigue teniendo miedo, porque no hay certeza, siempre existe la incertidumbre. Por eso la mente, sabiendo que hay un final, comienza a tener miedo, ansía vivir tanto como sea posible, busca más y más paliativos, aunque siga creyendo en la continuidad después de la muerte. Así, la mente oscila entre la creencia y el miedo, sin conocimiento alguno para trascender tal confusión... que causa mucho sufrimiento.

¿Qué es la continuidad que tanto anhela el “yo”? ¿Acaso no implica tiempo, no tiempo cronológico, sino el tiempo como proceso psicológico? ¡Deseo vivir durante mucho tiempo! Así, piensa en términos de tiempo; y si puede tener una continuidad en el tiempo, no teme. Ahí es cuando surge las ideas acerca de la reencarnación, la resurrección, la inmortalidad después de la vida, pero nunca surge la idea del renacimiento estando vivo, tal como lo propuso Jesucristo:

*“No te maravilles de que te dije:
Os es necesario nacer de nuevo.
El viento sopla de donde quiere, y oyes su sonido; más ni sabes
de dónde viene, ni a dónde va; así es todo aquel que es nacido
del Espíritu.”*

San Juan 3,27
Biblia

¿De manera que se puede “renacer” en vida? ¿Cómo es el proceso? Este es un concepto que no pertenece a la cultura religiosa de Occidente, pero es propio de la cultura Oriental desde hace milenios. Entonces, lo importante no es la muerte al final de la vida, sino el renacer, en otra condición humana, estando vivo. Ahí surge la posibilidad de vivenciar lo Eterno que está oculto en cada ser humano, estando vivo.

¿Qué es la inmortalidad en Occidente? En esta cultura de creyentes, la inmortalidad es la continuidad del “yo”, el “yo” en un nivel más elevado, sin dejar nunca de ser “yo”. Usted espera que su amado “yo” continúe, pero ese “yo” continuo sigue estando dentro del campo del pensamiento. Ese “yo”,

supuestamente inmortal, es un producto del pensamiento, y éste se halla condicionado por la memoria, por el tiempo pasado, ha nacido del tiempo. Entonces, ese concepto de la inmortalidad es una creencia más, que nace en la mente miedosa, sin fundamento alguno.

Pensamos sólo en términos de tiempo, de continuidad. Si no pensáramos en términos de continuidad, habría una terminación, habría un morir psíquico, moriría su amado “yo”, y en tal caso veríamos la realidad tal como es, de manera directa y, en tal caso, sería posible vivenciar lo Eterno que está oculto en la profundidad de su Ser, lejos de su pensamiento, antes de la muerte física.

Entonces, el “yo” que es un pensamiento, debe morir, Aquí, Ahora; en tal caso, podría manifestarse lo Real, la Verdad, lo que Es, lo Inconmensurable, la Conciencia que está oculta en su ser actual, estando vivo.

24. **Morir cada día**

El temor a la muerte es el temor de que nos llegue el final de muchas cosas: jugar tenis, disfrutar la luz del sol, ver nuevamente el río, ponernos las ropas viejas, salir a caminar con la mascota, leer libros, encontrarse con los amigos, disfrutar la comida que me gusta, salir de compras... todo eso llega a su fin. Así que le tiene miedo a la muerte, porque todo eso termina sin su consentimiento.

Estando temerosos de la muerte, sabiendo que es inevitable, pensamos cómo ir más allá de la muerte y desarrollamos diversas teorías. Pero si sabemos cómo morir cada día, entonces no hay temor. Este es un proceso que no pertenece a esta cultura, por lo cual le parecerá muy extraño, pero puedo asegurarle que pertenece, desde hace milenios, a las Escuelas de Sabiduría de Oriente: Yoga, Budismo, Tao, Zen, Sufismo, Tantra...

No sabemos cómo morir, cómo renacer, porque estamos siempre acumulando, acumulando, acumulando. Pensando siempre en términos del mañana, porque el tiempo es la naturaleza del pensar: “*Soy esto, pero seré aquello*”. Jamás somos completos en un día; no vivimos como si fuera el único día para ser vivido. Estamos viviendo siempre en el mañana o en el ayer, porque el pensamiento es memoria, es tiempo, no es percepción. Pensar y percibir son procesos excluyentes.

Nosotros no vivimos plenamente el día, que es percibir Aquí, Ahora, Esto. No rendimos culto a la realidad del momento presente; estamos pensando siempre en lo que haremos mañana, sin importar la realidad que sucede en este instante, dentro de sí y fuera de sí-mismo. Así, jamás estamos viviendo, aunque estemos vivos. No vivo mi vida, sino que la vida me sucede.

Si vivimos un día por completo y terminamos con él para volver a empezar otro día como si fuera algo nuevo, fresco, entonces no existe el miedo a la muerte, porque morimos cada día, cada instante.

Morir cada día, morir psíquicamente a todas las cosas que hemos adquirido, a todos los recuerdos, a todas las luchas para sobrevivir, no traspasar nada de eso al instante siguiente... en eso hay una gran belleza existencial, un gozo, la dicha de vivir y morir sin acumular.

Aun cuando haya un final físico, hay una renovación psíquica, de instante en instante, un cambio de estado de conciencia, una mutación del Ser de la persona, y ese es, tal vez, el propósito de la vida: activar estados superiores de Conciencia para retornar a la Fuente de Todo, a lo Real oculto, a lo Sagrado, porque la Verdad permanece oculta en todas las “*formas*” manifestadas... como su cuerpo. Su cuerpo oculta el misterio de la Conciencia.

Pero para vivir así, viviendo y muriendo, o muriendo y viviendo, En el mismo instante, es necesario estar Despierto, Presente dentro del cuerpo, Atento, percibiendo la realidad que sucede en cada instante dentro de sí-mismo y fuera de sí-mismo... sin un solo pensamiento.

Vivir muriendo.

Morir viviendo.

Entonces, vida y muerte sería lo mismo.

Lo Eterno.

Tal vez éste sea al renacimiento que propone Jesucristo, de instante en instante.

Bibliografía

- La Biblia.
- Krishnamurti. Sobre la vida y la muerte.
- Ismael Quiles. Filosofía budista.
- Joko Beck. El Zen de cada día.
- Ignace Lepp. La comunicación de las existencias
- Dalai Lama. El Universo en un solo átomo.
- Stefan Klein. La belleza del Universo
- René Rebetez. La odisea de la luz
- Swami Abhedananda. EL misterio de la muerte
- René Guénon. Los estados múltiples del ser.
- El libro tibetano de los muertos.
- La nube del no saber (anónimo inglés)