

* EL DESPERTAR AUTÉNTICO

Adyashanti

La mayor parte de lo que se nos dice sobre el despertar suena como un argumento para vendernos la iluminación. Cuando tratan de vendernos algo, sólo nos cuentan los aspectos positivos, e incluso es posible que nos cuenten cosas que no son verdad. En el intento de vendernos el despertar, se nos refiere que la iluminación tiene que ver con el amor y el éxtasis, la compasión y la unión, y otras experiencias positivas. Suele estar envuelto en historias fantásticas, de modo que llegamos a creer que el despertar tiene que ver con milagros y poderes místicos. Uno de los argumentos de venta más habituales es la descripción de la iluminación como una experiencia de dicha. Consecuentemente, la gente piensa: “Cuando despierte espiritualmente, cuando sienta la unión con Dios, entraré en un estado de éxtasis constante”. Por supuesto, ésta es una comprensión equivocada del despertar.

El despertar puede ir acompañado de dicha, porque la dicha es un subproducto del despertar, pero no es el despertar mismo. Mientras vayamos buscando los subproductos del despertar, perderemos de vista la esencia. Esto es un problema, porque muchas prácticas espirituales intentan reproducir los subproductos del despertar sin lograr el despertar mismo. Podemos aprender ciertas técnicas meditativas —repetir mantras o cantar bhajans, por ejemplo— y se producirán ciertas experiencias positivas. La conciencia humana es extremadamente flexible, y al participar en ciertas prácticas, técnicas y disciplinas espirituales, puede generar muchos de los subproductos del despertar: estados de dicha, apertura, y así sucesivamente. Pero lo que suele ocurrir es que acabas únicamente con ellos, sin el despertar mismo.

Es importante que sepamos qué no es el despertar para que no vayamos detrás de sus subproductos. Debemos renunciar a la búsqueda de estados emocionales positivos a través de la práctica espiritual. El camino del despertar no consiste en sentir emociones positivas. Al contrario, es posible que la iluminación no sea en absoluto fácil ni positiva. No resulta sencillo dejar que aplasten nuestras ilusiones. No es fácil soltar percepciones muy arraigadas. Incluso podríamos experimentar una gran resistencia a reconocer esas ilusiones que nos producen mucho dolor.

Mucha gente no sabe qué se va a encontrar con todo esto cuando emprende la vía del despertar espiritual. Como maestro, una de las cosas que averiguo sobre los discípulos al comienzo de nuestra relación es si están interesados en el despertar: ¿quieren realmente la verdad o sólo desean sentirse mejor? Porque el proceso de descubrir la verdad podría no ser un proceso en el que nos sintamos cada vez mejor. Puede ser uno en el que tengamos que mirarlo todo honestamente, con sinceridad, y eso puede ser fácil o no.

La llamada sincera de la realidad a la realidad, la llamada sincera a despertar, es una llamada que viene de un lugar muy profundo de nuestro interior. Viene de un lugar que prefiere la verdad a sentirse bien. Si nuestra preferencia es sentirnos bien en todo momento, continuaremos engañándonos a nosotros mismos, porque intentar sentirse bien en el momento es exactamente la manera que tenemos de engañarnos. Pensamos

que nuestras ilusiones hacen que nos sintamos mejor. Para despertar, tenemos que romper con el paradigma de tratar siempre de sentirnos mejor. Por supuesto que queremos sentirnos mejor; esto forma parte de la experiencia humana. Todo el mundo desea sentirse bien. Nuestro cableado interno, nuestro sistema nervioso, nos lleva a buscar más placer y menos dolor. Pero en nosotros hay un impulso todavía más profundo, y es lo que describo como el impulso de despertar.

Este impulso de despertar es el que nos da la valentía de examinar todas las maneras que tenemos de engañarnos a nosotros mismos, el que nos llama a responsabilizarnos de nuestra propia vida. No podemos llegar a la iluminación arrojados en los faldones de un maestro iluminado; no funciona así. Intentar hacer eso nos ciega; significa que no queremos pensar por nosotros mismos, que no queremos examinar las cosas por nosotros mismos. Cuando hacemos ciegamente lo que se nos dice —seguimos ciegamente una enseñanza sólo porque es antigua o reverenciada— acabamos justamente con lo que estábamos pidiendo: ceguera.

Otro de los grandes errores con respecto al despertar o la iluminación es que se trata de algún tipo de experiencia mística. Podríamos esperar una experiencia similar a la de la unión con Dios: un fundirse con el entorno o disolverse en el océano. Esto no es así. Y el despertar tampoco consiste en poseer de repente una gran comprensión cósmica: comprensión de cómo está construido el universo, comprensión de cómo opera internamente lo que pensamos que es la realidad.

Podría seguir indefinidamente, pero, en esencia, lo importante es darse cuenta de que el despertar espiritual es muy diferente a tener una experiencia mística. Las experiencias místicas son preciosas. En muchos sentidos son las experiencias más elevadas y placenteras que un “yo” puede tener. El “yo” siempre busca la unión. En realidad, muchas de las prácticas espirituales en las que participa la gente tienen como objetivo producir experiencias místicas de esta índole, tanto si hablamos de una experiencia de fusión o de visiones de deidades como de sentir que nuestra conciencia se expande a través del espacio y del tiempo. Sin embargo, una vez más, las experiencias místicas no son lo mismo que el despertar.

No estoy diciendo que las experiencias místicas no tengan valor, o que no sean transformadoras, porque suelen serlo. Las experiencias místicas pueden cambiar la estructura del yo egótico de manera radical, y a menudo de maneras muy positivas. De modo que, en el mundo de las cosas relativas, las experiencias místicas tienen valor. Pero cuando hablamos del despertar espiritual, no hablamos de una experiencia personal. Hablamos de despertar del “yo”. Hablamos de ir de un paradigma a otro completamente diferente, de un mundo a otro.

No quiero indicar que alguien despierto no vea el mismo mundo que tú ves. Tal como tú ves una silla, la persona despierta ve una silla. Tú ves un coche y la persona despierta también ve un coche. La diferencia consiste en que cuando uno está verdaderamente despierto, cuando uno ha ido más allá del velo de la dualidad, las cosas que parecen diferentes para todos los demás se perciben como esencialmente lo mismo. Vemos la silla, y al mismo tiempo no nos percibimos separados de la silla. Todo lo que vemos, todo lo que sentimos, todo lo que oímos es literalmente una manifestación de lo mismo.

Una de las señales del verdadero despertar es el final de la búsqueda. Cuando se produce un verdadero y auténtico despertar, quién somos y qué somos queda claro. Ya no hay preguntas al respecto; está resuelto. Así, una de las señales del verdadero despertar es el final de la búsqueda. Ya no sientes el impulso, el tira y afloja. El buscador ha quedado revelado como la realidad virtual que siempre fue, y desaparece como tal. En cierto sentido, ha terminado su tarea. Ha proporcionado el impulso necesario para ayudar a sacar la conciencia o el Espíritu de su identificación con el estado de sueño, y le ha ayudado a volver a su estado de ser natural.

Ahora, si se trata de un despertar permanente, el buscador y la búsqueda se disuelven completamente. Si, por otra parte, el despertar no es de carácter permanente, es posible que el buscador y la búsqueda estén en proceso de ser disueltos, pero sin hallarse totalmente disueltos todavía. En cualquier caso, esta disolución del buscador mismo puede transformar la propia vida. Para los que estamos en el camino espiritual, toda nuestra identidad puede haber estado dedicada a ser un buscador. Literalmente, nuestra vida puede haber estado definida por la búsqueda espiritual, por el anhelo de Dios, de la unión o de la iluminación.

Entonces, de repente, se produce el despertar. El buscador, la búsqueda y toda la estructura egóica que se construye alrededor de la búsqueda espiritual desaparecen de repente. Esta identidad se ve tal como es —carente de significado e inútil—, y se cae.

Esta caída del buscador puede experimentarse como un gran alivio. Da comienzo a lo que he denominado la luna de miel del despertar. Al menos en mi caso, experimenté esta caída del buscador y de la búsqueda como si me hubieran quitado un gran peso de encima. Fue una experiencia muy física. Literalmente sentí como si me hubieran quitado un peso, un peso que había estado acarreado.

Ésta es una experiencia común entre los que despiertan. Cuando la conciencia despierta de su sueño de separación, hay una gran sensación de alivio. Por eso la gente empieza a reír o a llorar, o experimenta una intensa liberación emocional del tipo que sea: sienten el alivio de haber salido por fin del estado de sueño. A veces llamo a este momento el primer beso. El despertar es como tu primer beso espiritual, tu primer beso de la realidad, tu introducción a la verdad de quién y qué eres.

Esta luna de miel puede durar un día, una semana, seis meses o un par de años. Varía según la persona. Lo característico del periodo de luna de miel es la fluidez completa: no hay resistencia en tu ser, en tu experiencia. Todo fluye. La vida es un flujo; todo parece ocurrir por su propia volición. Es el conocimiento experimental de que en realidad todo se está haciendo, y que tú, como entidad separada, no estás haciendo nada.

En el sentido más profundo, esta luna de miel es una experiencia de no resistencia completa y total. Dentro de la no resistencia, la vida fluye maravillosamente y de manera muy hermosa, casi mágica. Las cosas aparecen cuando tienen que hacerlo. Se toman decisiones sin decidir realmente; en todo está presente una sensación de obviedad. Es la experiencia del Espíritu sin ningún impedimento, sin la corrupción de la ilusión, del condicionamiento o de la contradicción. Este flujo puede ser una experiencia momentánea, o puede durar más tiempo. Algunas personas se sienten tan inmersas en la

luna de miel que durante un tiempo están casi incapacitadas, perdidas en un estado de dicha durante una semana, un mes o incluso años.

El estado de sueño es el estado donde percibimos la separación, donde pensamos que somos una entidad y un ser separado. Ese ser separado siempre está buscando algo: amor, aprobación, éxito, dinero, tal vez incluso la iluminación. Pero cuando se produce el verdadero despertar, toda la estructura de la separación empieza a disolverse bajo nuestros pies.

Allí aún sigue existiendo un ser humano; no desaparecemos en una nube de humo. Incluso nuestra personalidad permanece intacta. Jesús tenía una personalidad; Buda tenía una personalidad. Todo el que camina sobre la Tierra la tiene. Incluso los niños, cuando salen del útero de sus madres, la tienen. Es una de las bellezas de la existencia, que cada uno de nosotros tenga una personalidad diferente. Los perros y los gatos, los pájaros, incluso los árboles tienen distintas personalidades.

La diferencia está en que, una vez que hemos visto más allá del velo de la separación, la identificación con nuestra personalidad particular empieza a disolverse. Incluso si penetramos muy profundamente en la unidad y la transformación ha sido muy grande, sigue estando presente una estructura básica de personalidad. Sin embargo, lo que impulsaba nuestra personalidad, todos sus antiguos principios orientadores e impulsos autocentrados, o bien han desaparecido o están en proceso de desaparecer.

Si practicamos la espiritualidad, uno de los resultados que esperamos es la disolución del ego. Reconocemos el dolor del estado egótico y tenemos la esperanza de no vernos confinados eternamente en él. Pero el despertar en sí no es lo mismo que la disolución del ego. Podemos despertar tanto si el ego se ha disuelto como si no. De hecho, pueden despertar egos muy fuertes y destructivos. El despertar da comienzo al proceso. El resultado del despertar, su consecuencia, es la disolución radical del ego.

Esto no implica que el ego vaya a cooperar. El ego puede resistirse a esta disolución con todo lo que tiene. Puede sacar a relucir todo su arsenal. No obstante, el proceso ha empezado. Y, por último, una vez que has tenido un vislumbre de la realidad, no hay nada que puedas hacer para impedir que el ego acabe por disolverse.

Extraído del libro El final de tu mundo de Adyashanti.