

Una introducción a la no-dualidad

por Rupert Spira

El descubrimiento esencial de todas las grandes tradiciones espirituales, incluyendo el cristianismo, el hinduismo, el budismo, el zen, el sufismo, el Shaivismo de Cachemira y el judaísmo, es que la experiencia no se divide en un sujeto que percibe, una entidad conocida como "yo", y un objeto percibido, el mundo u otro.

La aparente entidad separada y el aparente y separado mundo independiente u otro se entiende que son conceptos que se superponen a la realidad de la experiencia.



Si buscamos esta Realidad, el ingrediente esencial en todas las experiencias de la mente, el cuerpo y el mundo, nos encontramos con la Consciencia (Consciousness) o Conciencia (Awareness), una Presencia Consciente que nosotros íntima y directamente conocemos como nuestro propio Ser, y que se experimenta simplemente como "yo soy".

Esta comprensión, a veces referida como No-Dualidad o Advaita, se encuentra en el núcleo de todas estas tradiciones y, aunque no se puede expresar directamente, los maestros, sabios, místicos y poetas utilizan el lenguaje de su cultura para que apunte hacia esta Realidad.

Esta Realidad o Conocimiento no conceptual o experiencial, aunque de hecho siempre presente, incrustado en toda experiencia, es velado en la mayoría de los casos por las creencias. La creencia primigenia, en la que todas las demás se basan, es que la Consciencia o Conciencia está localizada en y/o como el cuerpo.

Con este error fundamental nos encogemos a nosotros mismos en una entidad separada que reside en y como el cuerpo. Es decir, la Consciencia parece contraerse en un diminuta entidad vulnerable y, como consecuencia, la paz y la felicidad que son inherentes a nuestra verdadera naturaleza, en la Consciencia, son veladas y parecen por lo tanto haberse perdido. Este es el comienzo de la búsqueda de la felicidad.

La Consciencia parece contraerse en una entidad separada que conocemos y sentimos como "yo", y el mundo (incluyendo todo lo demás) parece al mismo tiempo convertirse en lo exterior, lo separado, lo otro, el "no-yo".

Aunque esta división de la experiencia en realidad nunca tiene lugar, se trata de una poderosa ilusión que parece dividir la Unidad de la experiencia en dos cosas separadas. Con esta aparente división nace el sufrimiento.

En la mayoría de los casos se requiere de un amigo o maestro/profesor que señale este error fundamental, y a través de la asociación con él o ella, a través de compartir el Ser en la conversación, la meditación, la contemplación, el silencio, la auto-indagación, la investigación, la exploración y simplemente pasar tiempo juntos en el silencio y en las actividades diarias normales, se disuelve la densa red de creencias y sentimientos que conforman el nudo de la separación.

Esto se llama a veces Despertar. Es el despertar de la Presencia, la Consciencia, la Conciencia a su propio Ser como la Realidad de todas las cosas.

En mi caso, mi amigo y maestro era Francis Lucille , quien señaló esta clara visión de la naturaleza de la experiencia. Sin embargo, hubo muchos otros, sobre todo de la tradición Advaita o no-dual, que prepararon el camino para este encuentro en el corazón: Ramana Maharshi , Robert Adams , Sri Nisargadatta Maharaj , Jean Klein , Atmananda Krishnamenon , Wei Wu Wei , Rumi, Hafiz, Meister Eckhart, Irene Tweedie, Da Free John, Krishnamurti , Shantanada Saraswati, Francis Roles y Ouspensky.

Francis Lucille me dio a conocer la Vía Directa, que no es realmente un camino. Es la clara visión de que la Consciencia es a la vez el testigo y la sustancia de toda experiencia, la única Realidad que le da existencia aparente a la mente, al cuerpo y al mundo.

El primer vislumbre de esto a veces se conoce como Iluminación o Despertar, aunque en casi todos los casos las tendencias habituales de la mente y el cuerpo reaparecen y aparentemente velan este nuevo Conocimiento.

El posterior establecimiento en esta comprensión, a veces conocido como Auto-realización o realización del Ser, no es un proceso hacia una meta. Se trata de una re-orquestación del cuerpo, la mente y el mundo que viene de la comprensión, en lugar de ir hacia ella. La Iluminación es instantánea. La Auto-Realización lleva tiempo.

La Iluminación podría decirse que es la profunda comprensión de que no hay una entidad separada localizada en el interior del cuerpo que experimente el mundo y todo lo demás fuera y separado de sí misma.

La Auto-realización podría decirse que es la reabsorción de la mente, el cuerpo y el mundo en esta Presencia Consciente de la que proceden, y de la que realmente nunca estuvieron ni por un momento separados.

Se trata de una re-orquestación de la mente, el cuerpo y el mundo acorde con nuestra comprensión de que es esta Presencia Consciente la que toma la forma del pensar, del sentir y del percibir y, como consecuencia, parece convertirse en una mente, un cuerpo y un mundo, pero en realidad nunca se convierte en otra cosa que no sea lo que ya es eternamente.

Sólo hay Presencia tomando la forma de la totalidad de nuestra experiencia en todo momento.

Rupert Spira, 12 septiembre 2008

Fuente: *Web de Rupert Spira*

© NODUALIDAD.INFO

Web page design and custom graphics © 2018 troman.com