

¿Hay etapas de realización?

Una conversación con Rupert Spira sobre el desarrollo de su realización

Por Rupert Spira SCIENCE AND NONDUALITY, 12 de mayo de 2015



Imagen del vídeo de esta conversación. Hay un enlace al final del artículo.

Desde temprana edad, Rupert estaba profundamente interesado en la naturaleza de la realidad. Durante veinte años estudió las enseñanzas de Ouspensky, Krishnamurti, Rumi, Shankaracharya, Ramana Maharshi, Nisargadatta y Robert Adams, hasta que conoció a su maestro, Francis Lucille, hace doce años. Francis introdujo a Rupert en la enseñanza de Jean Klein, Parménides, Wei Wu Wei y Atmananda Krishnamenon y, lo que es más importante, le indicó directamente la verdadera naturaleza de la experiencia.



En primer lugar, ¿qué soy yo? Obviamente soy lo que es consciente de mi experiencia. Soy consciente de mis pensamientos, soy consciente de mis sentimientos, soy consciente del sonido de las olas, de la vista del mar... Soy consciente del sabor del té, soy consciente de la vista de esta sala. Soy consciente, soy consciente, soy consciente..., impregna toda experiencia. Está siempre presente en toda experiencia.

Por qué me llevó 20 años [riéndose] reconocer este simple hecho (que lo que esencialmente soy es simplemente la Presencia de la Conciencia), no puedo decirlo. Era solo la preparación que necesitaba. Estaba ocupado tratando de aquietar mi mente..., ese tipo de prácticas.

Entonces, en algún punto, en primer lugar, este reconocimiento se me presentó muy claramente: simplemente (yo) soy aquello que es consciente de mi experiencia..., aquello con lo que se conoce toda experiencia objetiva..., pero que en sí mismo no puede ser conocido como un objeto. Y fue tan simple. Es muy obvio [riéndose]. No necesitas 20 años de preparación para entender eso. Podrías decir esto a cualquiera en la calle y, si estuviera abierto y dispuesto a explorar su experiencia, no necesitaría mucho tiempo.

Luego, la segunda pregunta (que en cierto modo fue un seguimiento inevitable de este primer descubrimiento) es: Muy bien, lo que esencialmente soy es Conciencia. ¿Pero cuál es la naturaleza de esta Conciencia? A mí me parece que está ubicada aquí [señala a la cabeza] pensando, mirando a través de mis ojos; aquí [apunta al corazón] produciendo el sentimiento.

Entonces, la segunda exploración no es tan sencilla como la primera. La primera es relativamente simple, que sí, lo que llamamos "yo" (lo que hemos estado llamando "yo" toda nuestra vida) es lo que es consciente de toda esta experiencia cambiante.

Y, para empezar, nos parece tan obvio que este yo, este Ser consciente, esta Presencia de Conciencia, se encuentra en y comparte los límites del cuerpo. Por ejemplo, cerramos los ojos; ya no podemos ver el mundo. Entonces, en ese caso pensamos: "Oh, es obvio que sea lo que sea lo que está viendo el mundo, debe estar ubicado detrás de mis ojos. Los cierro... ya no veo el mundo". Por lo tanto, parece ser perfectamente lógico creer (y lo que es más importante, sentir) que "yo" vive aquí detrás de los ojos, detrás de las orejas, aquí [indica el área del pecho] sintiendo.

Por lo tanto, esta investigación sobre la naturaleza de la Conciencia o la Consciencia es otra etapa o una segunda etapa después del reconocimiento de que "yo soy Conciencia". Y esto llevó algún tiempo; fue durante un período de unos pocos años. La primera vez que conocí a mi maestro, fue muy intenso... estuve implicado en cada momento libre que tuve. La exploración fue:

¿Cuál es la naturaleza del conocer con el que conozco mi experiencia?

Parece que hay evidencia de que es temporal y finito. En otras palabras, parece haber evidencia de que comparte el destino y los límites del cuerpo. Pero cuando busco esa evidencia, cuando busco la experiencia no objetiva de simplemente ser consciente, no encuentro ninguna cualidad objetiva ahí.

Es una experiencia indudable; cada uno de nosotros sabe ahora que "yo soy consciente"... por lo que la experiencia de ser consciente es una experiencia. Pero es una experiencia única porque no tiene cualidades objetivas. No es como un pensamiento o un sentimiento o una percepción. Y al no tener cualidades objetivas, no tiene límites... ni en el tiempo ni en el espacio.

Entonces, lo que estoy describiendo ahora es... lo estoy describiendo racionalmente.

Pero el descubrimiento es un descubrimiento experiencial, que lo que esencialmente soy, el mismo conocer que ahora está conociendo toda esta experiencia, no tiene límites.

Y esa es la libertad de la sensación de limitación; tanto en el tiempo (es decir, la libertad respecto de la creencia "he nacido y moriré") y la libertad de los límites en el espacio (es decir, yo no soy finito, yo soy infinito). Y la consecuencia experiencial de este descubrimiento es que no necesito nada; estoy completo; estoy lleno en mí mismo. Y esto pone fin a la sensación de carencia.

Entonces, estos dos descubrimientos: no estoy localizado en el tiempo, no aparezco ni desaparezco, no nací, no muero..., es lo que pone fin al miedo a la muerte.

Y este descubrimiento: estoy completo por y en mí mismo... Yo-Consciencia no necesito nada de la mente, el cuerpo o el mundo... es lo que pone fin a nuestro sentido de carencia.

Y estos son los dos sentimientos esenciales que definen al yo separado: el miedo a la muerte y el sentido de carencia.

Y todas las actividades del yo separado están diseñadas para aliviar la sensación de miedo y satisfacer la sensación de carencia. Eso es lo que hacen en sus vidas todos los que creen ser un yo separado.

Entonces, este reconocimiento: Lo que soy está siempre presente y no tiene límites... proporciona una nueva base desde la cual pensar, sentir, relacionarnos, percibir y actuar.

El descubrimiento: Soy Conciencia... es un descubrimiento. No se desarrolla. Solo Ves (o te das cuenta de) que obviamente soy eso que es consciente.

Entonces el reconocimiento de que ESO que es consciente no tiene límites es también una experiencia no objetiva. Es un reconocimiento: ¡Oh, sí! ¡Por supuesto! ¡Es muy obvio! Lo que esencialmente soy, el conocer con el que conozco mi experiencia, es ilimitado.

Eso es un reconocimiento. No hay vuelta atrás.

Sin embargo, hay otro proceso (que es un proceso sin fin) que es: ¿Cómo vivir esta comprensión, este sentimiento-comprensión? ¿Cómo afecta eso a la manera en que pensamos, sentimos, percibimos, actuamos, nos relacionamos con otras personas?

Y esta es la tercera etapa (que realmente continúa para siempre)... esta colonización de todo el ámbito de la experiencia (pensamientos, sentimientos, sensaciones, actividades, relaciones, percepciones). Ese es un proceso sin fin.

Y este es realmente el arte de la vida... es vivir la vida, todos los ámbitos de nuestra vida, de una manera que sea consistente con... y una expresión de... esta comprensión.

Fuente: [Science and Nonduality](#)