

# "La contemplación es la vía directa"

*Extractos de diálogos con Consuelo Martín* — LA REVOLUCIÓN DEL SILENCIO

---



**Pregunta:** *¿Cómo puedo vivir desde la verdad que he descubierto?*

**Respuesta:** En el estado verdadero hay un fluir espontáneo al vivir que está determinado por la inteligencia. No pretendamos que el pensamiento lo comprenda, el pensamiento está condicionado ya. Ha sido programado para creer unas cosas determinadas y sigue por rutina creyendo esas cosas. La visión de la verdad es revolucionaria. Rompe con aquello que funcionaba mecánicamente y siempre se veía de la misma manera, rompe con las creencias, las deshace, sin ninguna violencia, simplemente con la mirada. Cuando aparece la luz, ninguna sombra puede mantenerse. En la mirada verdadera las creencias equivocadas, los errores, no pueden permanecer. Permanecían ocultos al acecho, en la sombra, pero cuando aquello está iluminado ya no pueden ocultarse más. Cuando esto suceda tu vida brotará espontánea desde la inteligencia que eres.

**P:** *Quisiera emplear en esto más energías pero me distraigo, ¿qué puedo hacer para esforzarme en conseguirlo?*

**R.:** Lo que estamos descubriendo no es con esfuerzo, no es un gasto de energías, es al revés, un volver al centro desde donde la energía se expresa.

La lucidez es energía en su estado más puro, es el origen de todos los niveles de energía. Cuando vas siendo más lúcido te encaminas hacia ese potencial, no tienes que emplear energía física para ser lúcido. Al colocarte allí te das cuenta de que toda la energía del mundo está en un punto de atención. Ya sé que suena extraño, no obstante es cierto. Cuando estás en un estado de lucidez, cuando estás presente, ahí está toda la energía. La realidad es así.

**P:** *Si es así, ¿qué sucede con el espacio y el tiempo que pensamos son reales?*

**R.:** En un punto está la totalidad; nuestra visión del espacio es solamente una visión parcial a través de la mente. La mente separa y divide a partir de categorías mentales. Una de esas categorías es el espacio y otra el tiempo. Creemos que en el espacio se colocan las cosas una al lado de otra de cierta manera. Es un concepto muy limitado de lo que es la realidad. La realidad está más allá del espacio y del tiempo. El espacio y el tiempo son formas o modos con los que la mente interpreta la percepción limitada en este experimento que llamamos nuestra vida. No es real el espacio, no es real el tiempo; son modos de encasillar, de representar un mundo en nuestra mente. Son categorías, como las han llamado los filósofos; son modos de ser, no es la realidad. Y vivimos a través de esos moldes separativos como si fueran reales.

**P:** *¿Qué es la realidad más allá del tiempo y el espacio?*

**R.:** El Ser escapa a todo lo que pensemos sobre él. Nuestro nivel de lucidez, el darnos cuenta, el mantenernos ahí despiertos a la inteligencia está por encima del espacio y del tiempo. La verdad no se ajusta al espacio y al tiempo. Hay un nivel de nuestra mente que es espacio-temporal y, a partir de ahí, se ven las cosas tal como las vemos. Pero una vez que salimos de ese nivel limitado no hay espacio ni tiempo, lo que hay entonces se ha llamado eternidad. La verdad, por tanto, es eterna.

*P.: ¿Por qué los pensamientos me impiden contemplar?*

**R.:** Mientras me mantengo en contemplación dejo que los pensamientos pasen. Si me interesan mucho los pensamientos, perderé el hilo de la contemplación, pero si no me interesan, los dejaré pasar. Es el interés que pongo en algo lo que me ata a ello. Todo es inteligencia y las cosas no son nada más que pensamientos. He de comprenderlo y verlo. Los pensamientos se hacen y se deshacen en el tiempo, están apareciendo y desapareciendo. Lo que les da vida y fuerza es mi atención; les da una vida artificial mientras estoy interesado, pero cuando les quito el interés, aquello deja de tener esa fuerza. Es importante que veas esto al ponerte a contemplar en el silencio, y es importantísimo también que lo veas en el vivir porque no se trata de dos cosas separadas, es lo mismo.

*P.: ¿Puedo contemplar en la vida cotidiana?*

**R.:** Cuando nos adentramos en el silencio no estamos haciendo algo aparte de la vida; la vida contemplativa es la vida más intensa que un ser humano pueda vivir. Se suele pensar lo contrario; se cree que la vida contemplativa es para unos cuantos excéntricos que se apartan de la vida real y se dedican a no se sabe qué elucubraciones mentales. Pero esa opinión vive en la ignorancia del contemplar.

La vida contemplativa es la intensidad total del vivir. Aprender a contemplar es aprender a vivir totalmente. Cuando la mente no es contemplativa, cuando no se ha contemplado el silencio, la vida carece de sentido, está llena de contradicciones. Con un pensamiento disperso se atiende a unas cosas u otras. Las personas separadas, las cosas separadas y las situaciones separadas crean contradicciones, malestar, angustia y frustración por todos los lados, porque se vive desde el error. Mientras que en el contemplar se va produciendo ese acto sagrado de unidad de conciencia, y en la unidad de conciencia se van integrando todas las cosas que son solamente objetos en la conciencia y no pueden ser nada más.

Todo es objeto de conciencia. El pensamiento crea un universo disperso, distorsionado, atravesado por lo opuesto en constante conflicto. La conciencia integrada en la luz contempla hacia dentro la unidad sagrada, lo que es, y hacia fuera la expresión de esa unidad sagrada, reflejo de lo divino, en armonía.

*P.: ¿Es necesario comprender o basta con amar?*

**R.:** La comprensión es el camino del verdadero amor; no se puede fabricar amor desde fuera, pues sólo conduciría a un ideal de amor, con una mente plagada de errores. Decir: «Quiero amar a los demás, quiero que me amen, tengo que lograr amar» indicará buena voluntad, pero nada más. No es posible que desde una mente conflictiva brote el verdadero amor.

La mente que ha contemplado la unidad, que se ha quedado en silencio ante esa unidad de lo sagrado, que ha descubierto lo que es la presencia de Dios, descubre que todo está en armonía, porque nada hay fuera de esa presencia. Todo está hecho de la sustancia de lo divino.

*P: Entonces podríamos llegar a ser verdaderos religiosos, ¿Sería la contemplación silenciosa la verdadera religión?*

**R.:** No es una religión que se ha revelado en una época a unas ciertas personas y se ha enriquecido con normas, preceptos y ceremonias, diferente de otra a la que se le ha añadido otras normas y otras ceremonias. Es la religión del ser humano que busca la verdad.

Ser religioso es religarse a la unidad, y religarse es volver al origen, allí de donde hemos venido. Volver a la unidad sagrada es el camino religioso, dejando atrás lo que se ha establecido, dejando atrás las religiones organizadas de una manera o de otra, según las épocas, los pueblos, las costumbres, según la mentalidad de la mayoría. Sólo de la mayoría porque siempre ha habido en todas las tradiciones seres humanos que han caminado por la vía de la religión esencial, es decir, la contemplación silenciosa. Pero han sido incomprendidos, a veces venerados sin comprenderlos, a veces menospreciados también sin comprensión y en ocasiones hasta condenados a muerte.

*P: ¿La religión del contemplar es para algunas personas especiales o cualquier persona puede contemplar?*

**R.:** No es el camino para algunos seres humanos privilegiados. No lo es por una razón muy sencilla: porque no hay personas privilegiadas, ni hay ninguna persona realizada, ni hay ninguna persona espiritual ni sagrada. No existe ninguna persona sabia. La persona es un conjunto de limitaciones, la persona es pensada, la persona no es. Y por tanto no hay personas especiales, como tampoco hay personas corrientes. Ser una persona es algo provisional.

Lo único que hay es la realidad y se vive en la unidad de conciencia. Se transparenta a través de la persona cuando el ser humano comprende sus errores, cuando comprende su vacío, cuando se da cuenta de que donde creía que había algo no hay nada. Pero nunca la persona adquiere el título de persona privilegiada, porque la persona es el personaje que se está haciendo en esta tragicomedia. Toda persona es una expresión de la inteligencia mientras se cree separada; cuando ya no se cree separada entonces es la inteligencia total. No se ha añadido ningún título a la persona, solamente ha tomado conciencia de lo que realmente era, es y será.

*P.: ¿Será suficiente con buscar la verdad?*

**R.:** Muchos seres humanos anhelan la verdad, pero la anhelan manteniéndose tal como están. Quieren que se les dé la verdad para añadir una información más que enriquezca su personaje en el sueño de la existencia. Este propósito es absolutamente equivocado y a nada se puede llegar de esa manera porque hay un error de base. La verdad no es algo que se añade a la situación que han creado los errores. No puede entrar la verdad si no se ha hecho un espacio con anterioridad para ella. Y el espacio se hace cuando caen los errores.

Contemplar la verdad implica un desengaño de lo falso. Secretamente, todos queremos ir con todos nuestros hábitos equivocados a contemplar la verdad. Pero en esas condiciones no es posible. Tendremos que exponernos a esa revolución, exponernos a que todo se conmocione por la verdad. Cuando todas las cosas falsas caen ante lo verdadero, no queda nada de lo preestablecido, nada de lo pensado. Lo que creía, lo que parecía que era, ya no es. Y en ese silencio de lo conocido en el pasado se revela la realidad de lo que es, la realidad sagrada.

Sin el desprendimiento de lo falso no es posible la revelación de lo sagrado, por eso ha parecido siempre que éste era un camino muy difícil. Para facilitararlo se ha adaptado a menudo a la reducida condición humana, con lo cual el camino religioso ha quedado reducido a una caricatura.

*P.: ¿De qué tengo que desprenderme para contemplar en silencio ?*

**R.:** Tengo que perderlo todo para llegar a la totalidad, han dicho algunos místicos. No es dejar las cosas malas para quedarme con las buenas, es dejarlo todo, todo lo pasado porque todo lo conocido es interpretado, es pensado. Al pensar se le ha dado una realidad artificial, por eso en el vacío de lo conocido aparece la plenitud de lo desconocido. La contemplación es la vía directa, pero requiere el previo abandono de toda creencia anterior, incluso la creencia de que soy un ser separado de la realidad, de lo divino, de Dios o de lo que fuere.

Se necesita un gran temple para andar por este camino. Es inútil intentarlo con actitud superficial. No servirá actuar por imitación de otros para mejorar mi condición. No valen frivolidades, porque en la medida en que arrastro alguna de esas actitudes, en la medida en que no soy auténtico en mi búsqueda, no me encontraré con lo real sino que seguiré pensando, imaginando que estoy haciendo algo, que estoy realizándome, que estoy consiguiendo lo que pretendía. Por un tiempo creeré que voy adquiriendo algo pero, al hacerlo para beneficio de esta personalidad ilusoria, un día puede sobrevenir una crisis de todo aquello en lo que me había fundado. Puedo perder la base económica o familiar y entonces me encontraré perdido.

*P.: Tendré que reflexionar con mucha seriedad. ¿Cuál es la verdadera seriedad?*

**R.:** La persona que se interesa por estos hechos con seriedad es una persona religiosa. No lo es la que sigue a otros, sino la que reflexiona en soledad, en el interior de sí misma. Se produce una gran seriedad al enfrentarnos con algunas verdades que habíamos ido

evadiendo, pero al mismo tiempo, simultáneamente, en la persona religiosa desaparece otro tipo de seriedad. Surge la actitud reflexiva auténtica y se disuelve la seriedad para las cosas convencionales. La persona religiosa, por su sinceridad ante lo auténtico, empieza a dejar de ser angustiosamente seria en la vida; se hace despreocupada. Podríamos decir que es seria por dentro y no por fuera.

*P.: ¿Podemos entonces tener una gran seriedad y a la vez ser libres?*

**R.:** La autenticidad interior se expresa en libertad fuera, mientras que la seriedad que tenemos en las cosas nos ata, hace que no seamos libres, que seamos dependientes. Sólo la autenticidad de vivir desde la verdad nos hace libres, nos deja sueltos, nada nos puede atar desde fuera cuando a nada estamos dando realidad. Nos ata aquello a lo que damos realidad, mientras que la realidad no nos puede atar porque es nuestra verdadera naturaleza y es libre como el espacio infinito, es libertad total.

*P.: En el verdadero camino religioso, ¿tenemos que ser libres?*

**R.:** El camino religioso es el camino de la libertad. Y aquí se encuentra otra contradicción con lo que se viene pensando. Se cree que el camino religioso consiste en ajustarse a alguna tradición, depender, atarse. En el verdadero sendero religioso transitan los que son libres. La verdad es liberadora, la verdad de lo sagrado, que es la verdad unitotal, la que es una y todo a la vez, es libertad. Cada verdad que descubro me libera de algo. Una buena inmersión en lo sagrado nos deja sin dudas y sin ataduras.

---

**Fuente:** *Consuelo Martín. LA REVOLUCIÓN DEL SILENCIO - El pasaje a la no-dualidad (Gaia, 2002)*