

¿Es el yo una "ilusión"? ¿"Existo" yo?

por Jeff Foster | Life without a centre



"Ilusión" simplemente significa "un juego" (1) o "apariencia engañosa", no significa "no-existencia".

El yo, el "mí", es una ilusión, no porque no exista, sino porque no existe de la manera en que lo imaginamos. Tú no eres aquello que crees que eres. El "yo" *parece* ser sólido y separado, parece una "cosa" ubicada en el centro de la vida, una entidad separada dirigiendo mi vida, de la misma manera que una ola *parece* existir separada del océano. Tras investigar, todas esas suposiciones terminan desmoronándose. La "ilusión" se hace evidente, la ola es inseparable del océano.

Ahora, me parece que también ayudaría si explicara con más claridad lo que significa realmente la palabra "existencia". En el pasado solía utilizarla sin ser consciente de su verdadero significado. Literalmente significa "**aparecer, emerger, salir fuera**" (del latín: **ex-sistere**).

¿Acaso la ola "sale fuera" del océano? Sí, eso parece, y no, en realidad no sale fuera porque (ésta) ES el océano. Todo depende del ángulo desde el que se responda la pregunta. Ambas son ciertas, y ambas no son ciertas. La ola *parece* existir, y no existir — no existe SEPARADA del océano. Si tiene existencia, esa existencia es inseparable de la totalidad. (Y en lugar de la palabra "océano" se podrían utilizar las palabras consciencia, ser, vida, fuente, vacío, unidad, nada...).

Si no le gustan las paradojas, ¡es hora de que salga de la cocina no-dual! 😊

Del mismo modo, el "yo" (la historia acerca de mí) sólo existe como historia. **Yo nunca, jamás he encontrado a Jeff fuera de una historia surgiendo en el presente acerca de Jeff.** Jeff no está ahí "al acecho" en el fondo — la historia de Jeff aparece y desaparece como un cuento.

La historia de Jeff no aparece *a* Jeff — ¡eso sería otra historia! La historia de Jeff simplemente *aparece*.

Y ¿dónde aparece cada historia? Aquí, en este amplio y claro espacio abierto — en la consciencia, conciencia, Ser, Vida, no importa qué palabras se usen para apuntar aquí. Son solo palabras. Tal vez eso sea a lo que algunos se refieren como el espacio del "no-yo". Se podría decir que la historia del yo surge y se desvanece en este espacio señalado con las palabras "no-yo". Cada historia, cada pensamiento, cada sensación, cada forma, viene y va en ese espacio abierto.

Dejé de creer hace años que esto podría ser capturado con palabras. Es como tratar de capturar el agua en una red de pesca. Lo mejor que podemos hacer es apuntar y saber que sólo estamos apuntando.

Los pensamientos, sensaciones, sonidos, no le suceden a un "yo" — no hay evidencia de un yo central sólido en absoluto. Surgen y se desvanecen aquí, como las olas en el océano. En realidad, aquello que llamamos "formas" son inseparables de ese espacio sin forma, esa vacuidad completamente llena. ¡Así que entonces no podemos hablar de "vacío" o "vacuidad" en absoluto! El Sutra del Corazón dice "La forma es Vacío, el Vacío es forma". El lenguaje falla aquí, totalmente. Se desmorona.

Y todo lenguaje simplemente va y viene dentro de este espacio. Todos los conceptos del yo y del no-yo surgen y se desvanecen sin dejar rastro. Todos los conceptos de dualidad y no-dualidad, de elección y no-elección, colapsan. Todo lo que podemos hacer, al final, es utilizar las palabras como punteros. Lo demás es sólo una discusión acerca de nuestros punteros favoritos.

Hace algunos años, estaba muy seguro de que no había ningún yo, y trataba afanosamente de convencer a la gente de que no había ningún yo. No podía darme cuenta entonces de que esa necesidad constante de convencer a los demás, esa sensación de que yo tenía razón y que necesitaba despertar a otros, ¡ERA el mismo yo que tanto estaba negando! Todo este juego es absolutamente ingenioso.

Viendo la imposibilidad de poner todo esto en palabras, la completa inseparabilidad de lo que yo soy de todo lo que aparece, la total intimidad con todas las formas impermanentes que surgen y desaparecen, genera mucha claridad y alegría. Y podríamos continuar

debatendo si hay o no un yo — también hay espacio para eso. ¡Aquí hay espacio para todo! ¡Así que juguemos! La única pregunta que queda es: ¿qué es eso que estás defendiendo? Incluso la certeza de que no hay un yo y la necesidad constante de probar esto a los demás, podría ser simplemente otra cosa a la que aferrarse. El ego se convierte en un "ego espiritualizado" y pretende que no hay ego. *"Sé que no hay un yo, y estoy en lo correcto y tú estás equivocado... y por cierto, no hay tú ni yo, y realmente me cabrea que pienses lo contrario. Pero no hay nadie aquí que esté cabreado"*. Ingenioso. Y también completamente inocente, por cierto. Y todo está disponible para ser visto como lo que es. Siempre.

No se trata de que yo me crea todo esto — la creencia no se sostiene por mucho tiempo. Esa inseparabilidad e intimidad se confirma en cada momento, ya que todo aparece aquí, no a Jeff, sino en el amplio espacio abierto que contiene la historia de Jeff, al igual que el océano "contiene" todas las olas, íntimamente, en sí mismo...

Y el "juego" continua ...

Notas:

1. **Juego:** "Play" en inglés, también puede significar en este contexto "obra teatral" o "espectáculo". *Vista desde la claridad, la vida tiene el aspecto de una gran representación teatral.* (Claridad - Nathan Gill)

Fuente: *Jeff Foster - Life without a centre*