



Te has preguntado ¿Cómo se crea la REALIDAD? ★★★★★ 4.73/5 (11)

¿Te has preguntado alguna vez, qué es la realidad? Seguramente, no. Ahora es el momento de preguntártelo...

Es difícil contestar a esta pregunta. Si nos preguntamos qué es la realidad, difícilmente encontraremos una respuesta ciertamente satisfactoria. Seguramente, lo que nos vendrá será... ¿La realidad?. La realidad es esto, lo que esta pasando ahora, lo que estoy viviendo, experimentando, percibiendo..., en este momento.

Si nos quedamos con esta simple respuesta es como si nos quedáramos cortos en la investigación, es como si no nos dejara dicha respuesta, totalmente satisfechos. Quizás, a esta pregunta debería acompañarnos otra... **¿Cómo surge la realidad? ¿Cómo se crea la realidad?** Porque, en el fondo, la gran pregunta sería esta.

Es cierto, que estamos experimentando una experiencia continuamente, pero..., ¿cómo se crea esta experiencia o de dónde surge esta experiencia que estoy percibiendo ahora? ¿Hay una experiencia afuera tal como la vemos, o la experiencia la crea o la proyecta nuestro cerebro, tal como un proyector puede proyectar una película?

Y mas allá de todo ello... ¿la realidad vista, percibida o experimentada, es auténticamente real o es relativamente real? Entiendo por auténticamente real aquello que no cambia bajo ninguna condición o en ningún momento o, dicho de otra manera, aquello que no depende de nada para existir.

Si miras y reflexionas atentamente, te darás cuenta, que **la realidad que vives depende de ti para existir, o dicho con mas claridad, depende de tu consciencia para existir.** Si no fueras consciente no podrías experimentar ninguna realidad. Dicho esto, verás con claridad que toda experiencia **depende del sujeto conecedor para existir, si no hay sujeto conecedor no hay experiencia conocida.**

Necesito que te pares un momento y veas esto con claridad. Es necesario que ambos, el escritor (yo) y el lector (tu), estemos de acuerdo. La investigación tenemos que llevarla a cabo los dos, para que sea válida para ti.

¿Estás de acuerdo? Si no hay sujeto no hay verbo, ni predicado. Yo (sujeto, el que conoce); verbo (el conocer, el percibir, el hacer...); y predicado (el objeto percibido o experimentado).

Por lo tanto, es claro que si no hay sujeto, no hay predicado o dicho de otra forma, si no hay nadie que experimente no puede haber experiencia percibida.

Por ello, toda la realidad que ves o percibes es relativamente real, es decir, depende de ti. Y no solo depende de ti para existir sino que la experiencia que experimentas, tu mente la va a teñir con tu forma o punto de vista particular. Lo que quiero decir es que una puesta de sol percibida por mil miradas diferentes, será una puesta de sol única y relativa para cada uno de esos mil espectadores. Cada uno de ellos la verá, la percibirá a su manera, en función de su estado de ánimo; de su punto de vista; de sus creencias; de su forma de ver las cosas; en definitiva de su programación mental. Esto ya lo sabes... es fácil de comprender y ya lo has pensado o lo has comentado en alguna otra ocasión. **El problema es que se te olvida continuamente,** una y otra vez, defiendes tus puntos de vistas que no son auténticamente reales, solo son relativamente reales. Tampoco pasaría nada si esto no creara sufrimiento pero... lo crea. **Lo que quiero decir, y espero que estés de acuerdo conmigo, es que creer que algo es verdad, siendo solo relativamente real crea confusión y mucho sufrimiento.** Si crees que intrínsecamente un día nublado es feo y es desagradable, tu estado de ánimo va a estar influenciado por ese punto de vista relativo. Decir relativo es decir relativamente real o falsamente real, en el sentido de que no es absolutamente o auténticamente real. ¿Lo ves claro?

En otras palabras..., ¿quién crea «realmente» la realidad?

Tu mente.

Tu mente crea tu realidad **relativa.** Y en el fondo lo sabes. Cuando digo tu mente, me refiero a tu forma de pensar; a tu sistema de creencias. La mente..., tu mente..., tiñe completamente cada una de las experiencias que aparecen ante ti, creando una realidad relativa que causa mucho sufrimiento.

Un día nublado, realmente, no es intrínsecamente feo..., es simplemente un día nublado..., nada más.

Ahora, es necesario que pares de leer y veas con claridad esto.

Necesito que estemos de acuerdo en esta investigación que estamos llevando a cabo.

¿Seguimos?

Por lo tanto, ante cada situación que nos toca vivir en la vida cotidiana, la mente, nuestra mente..., está interpretando cada momento experimentado. No estamos experimentando una realidad absoluta, estamos experimentando una realidad contada, la que «yo me cuento», cuando me identifico con la mente.

Por lo tanto «la vida, tu vida..., no es lo que percibes sino lo que **tú** (tu mente) te cuentas de lo que percibes».

Es como una especie de realidad virtual. Una película que, continuamente, **te vas contando, o mejor dicho te va contando tu mente**. Lo peor de todo es que te confundes con lo que te cuenta tu mente, ese yo pensamiento que te cuenta o se cuenta que esto es así y no lo duda. Sería bueno, porque de ello depende tu felicidad, que observarás a ese «falso yo», que te dice continuamente lo que tienes que hacer o lo que no tienes que hacer porque ese «yo», no eres tú.

¿Cómo? Te estarás preguntando...

Entonces, si no soy el que piensa ¿Quién soy yo?

© 2020, Sebastián Rosety

<https://www.nodualidad.info/colaboraciones/que-es-la-realidad.html>