



## La Auto-Evidencia y las formas

---

Por José Díez Faixat | 23 de septiembre de 2024

---

Sucedió en 1979. A principios de aquel año, tras abandonar la comunidad «no violenta» de Mas Roger —en Cabacés— y pasar unas semanas en la comunidad «contemplativa» del Mas Blanc —en Centelles—, estuve unos meses en casa de mis padres y, hacia el mes de junio, fui a visitar a unos amigos que habían restaurado una vieja casa rectoral abandonada en el barrio de La Magdalena —una parroquia rural del concejo asturiano de Villaviciosa— y habían formado allí una pequeña comunidad «sin pretensiones de ningún tipo». El caso es que fui tan sólo de visita... pero me quedé a vivir allí. Fue una época preciosa, de mucha naturaleza, huerta, compañerismo, lecturas, meditaciones y risas... ¡muchas risas! Total, que, al llegar el otoño, mis amigos, por razones de estudio o de trabajo, se fueron marchando, y el que había ido de visita... se quedó allí de inesperado ermitaño. Alguno de los «anfitriones» se pasaba por la vieja rectoral algún fin de semana. Así ocurrió a mediados de diciembre. Resulta, que, precisamente, en aquel diciembre del 79, exactamente en la madrugada del domingo día 16, tuvo lugar el instante más importante de mi vida. Sucedió algo que cambió radicalmente, de forma vivencial, mi comprensión de la realidad. Intentaré contaros en qué consistió aquel «regalo» de la Vida.

Aquella noche este Barbas había dormido muy bien. Se despertó muy temprano y, como ya no tenía sueño, aún en la cama, tumbado cara arriba, se puso a hacer una relajación empezando por los pies... y, de repente... inesperadamente... gra-

tuitamente... sucedió... ¡la **Evidencia** absoluta!... ¡la **Claridad** absoluta!... ¡la **Simplicidad** absoluta!... ¡la **Certeza** absoluta de que **Eso** siempre había estado presente!... ¡la **Luz** infinita reflejada en cien mil rayos en la cáscara del universo!... ¡todo estaba bien!... ¡todo había estado bien siempre!... ¿cómo no lo había visto antes si **Eso** siempre había estado plenamente presente?... ¿cómo no lo veía toda la gente de forma habitual?... Tan sólo duró un instante. Al cabo de un momento, este Barbas se sentó en el banquito de meditación para recuperar **Aquello**... y... ¡se había esfumado!... aparentemente. El ego quiso atrapar lo inatrapable y...

Cuando traté de explicar a uno de los anfitriones que estaba en la casa lo que había sucedido, comprendí lo que significaba la palabra **Inefable**... ¡no sabía qué decirle!... tan sólo pude balbucear aquello de que «*la vida es **Evidencia***». «¿*Evidencia de qué?*», me preguntó... y yo sólo acerté a decirle... «¡**Evidencia-de-la-Evidencia!**». Por eso, cuando en mis escritos utilizo la expresión **Auto-Evidencia**, no se trata de una idea... ¡me refiero a la **Obviedad-siempre-presente** de la que tengo **Certeza** absoluta! Toda la investigación, vivencial y teórica, que he desarrollado desde entonces, no ha sido sino un burdo intento de comprender **Aquello** que está mucho más allá de las palabras... ¡lo que, en **Verdad**, somos!

De entrada, no entendía nada —¿cómo podía ser que la totalidad del mundo evolutivo de las formas fuera, en esencia, una pura **Diafanidad auto-luminosa?**—, pero, a lo largo de los años, sorprendentemente, aquello que en principio parecía una vivencia completamente descabellada, resultó ser la clave para entender la dinámica integral del universo. Voy a tratar de esbozar a continuación ese esquema global —surgido espontáneamente al tomar en consideración todas las facetas de la Realidad—, que, de modo muy simple, integra armónicamente la **Vacuidad** y las formas, la **Atemporalidad** y el tiempo, la **Potencialidad infinita** y el mundo de la finitud. Es posible que este sencillo esquema pueda despejar muchas de las dudas que se suelen plantear al tratar de esclarecer el tema de la «práctica espiritual».

Partiendo, pues, de la rotunda vivencia de que el fundamento último de todo es la simple **Evidencia-de-la-Evidencia**, podemos afirmar que la esencia de la realidad carece del menor atisbo de separación entre sujeto y objeto, o, dicho de otro modo, que posee ambas facetas de forma indiferenciada. Si esto es así, tanto el realismo materialista —que afirma que todo es objeto— como el idealismo espiritualista —que afirma que todo es sujeto— sólo abordan la mitad de una realidad absoluta que es, precisamente, la no-dualidad radical de ambos aspectos. Los físicos hablan de una *energía potencial infinita* en el vacío cuántico original, y los contemplativos hablan de una *consciencia diáfana infinita* en el vacío místico final. Lo que aquí estamos planteando es que esos dos vacíos no son sino la misma y única **Vacuidad absoluta**, percibida por los físicos de forma objetiva y por los contemplativos de forma subjetiva, pero que, en sí, no es objetiva ni

subjetiva, sino la no-dualidad, la identidad o la indiferencia de ambas facetas de forma simultánea. No es Algo. No es Alguien. Es, simplemente, la pura **Auto-Evidencia** siempre presente.

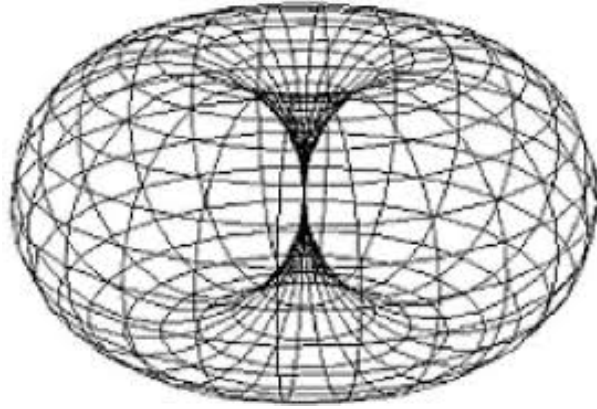


Pues bien, como esa **Vacuidad no-dual** carece por completo de la menor separación entre sujeto y objeto, no puede percibirse a sí misma de ningún modo. Por eso, si quiere contemplarse, no tiene más remedio que desdoblarse aparentemente en un polo objetivo original —básicamente de energía— y un polo subjetivo final —básicamente de consciencia—, manteniendo plenamente su esencia vacía. Entre ambos polos se genera, instantáneamente, un amplísimo espectro de equilibrios entre ambas facetas polares, que recorre toda la gama desde los estados más básicos —de enorme energía y poca consciencia— hasta los más elevados —de poca energía y enorme consciencia. Las diferentes cotas de este espectro unificado, entrelazado, arquetípico y potencial de energía-consciencia, son, justamente, los «niveles potenciales de estabilidad estratificada» que se irán actualizando, uno tras otro, a lo largo de los sucesivos peldaños de la evolución global del universo y del desarrollo individual de todos los organismos que lo componen... aunque, de hecho, todos esos procesos temporales no son otra cosa que meras apariencias que suceden en el único Aquí —que abarca todas las distancias— y Ahora —que abarca todas las duraciones— de ese campo unificado potencial bi-uno de energía-consciencia.



Este espectro íntegro de energía-consciencia potencial —la función de onda universal o campo unificado de información— se actualiza —colapsa— en cada punto-instante de la manifestación pixelada del universo espacio-temporal, momento tras momento, comenzando por los niveles más básicos y ascendiendo, paulatinamente, hacia los más elevados. Dicho de otra manera, el Aquí-Ahora infinito y eterno del ámbito potencial se proyecta e identifica, instante tras instante, en todos y cada uno de los aquí-ahora finitos y fugaces del ámbito manifestado, para contemplarse a sí mismo desde ese sinfín de múltiples perspectivas, e, inmediatamente, retornar a su fundamento potencial. Podemos hablar, así, de una dinámica recursiva instantánea y eterna, a través de la cual la totalidad del espectro arquetípico siempre presente se va actualizando y desglosando paulatinamente en el mundo de las formas espacio-temporales, generando, paso a paso, entidades progresivamente complejas y lúcidas que integran en sí mismas un número creciente de niveles del espectro de energía-consciencia fundamental. Todo parece indicar que, en última instancia, el propósito de esta dinámica cósmica no es otro que el de manifestar en el mundo de las formas, nivel tras nivel, la totalidad de ese espectro potencial, para llegar finalmente a integrar, de forma simultánea, el polo originario de energía y el polo final de consciencia, desvelando, así, su no-dualidad intrínseca.

No existe, por tanto, un universo real ahí afuera, ni tampoco existen verdaderas individualidades separadas por ningún lado. El único protagonista en esa danza creativa de la manifestación universal es la misma y única **Auto-Evidencia** siempre presente, desdoblándose aparentemente como objeto y sujeto —como energía y consciencia— e identificándose, instante tras instante, con organismos progresivamente complejos desde los que se contempla a sí misma de infinitos modos. Todo es un puro juego de apariencias sujeto-objetivas de la simple **Auto-Evidencia** consigo misma, desde sí misma, para sí misma, en sí misma. En función de las peculiaridades de los organismos con los que se identifique como sujeto perceptor, así serán las características de los objetos percibidos en su entorno. Hay «sonidos» porque hay «oídos» (y viceversa). Hay «colores» porque hay «ojos» (y viceversa). Incluso el marco espacio-temporal en el que ubicamos todos los sucesos es puramente imaginario. El «espacio» y el «tiempo», lejos de ser realidades objetivas absolutas, son tan sólo constructos ilusorios de nuestras mentes para ordenar desde el presente limitado y fugaz sus recuerdos y expectativas... aunque, en verdad, todo está sucediendo en un mismo y único Aquí-y-Ahora pleno y eterno que abarca en sí mismo todas las supuestas «distancias» y «duraciones».



Si el panorama que estamos planteando es básicamente correcto, tal vez nos pueda ayudar a clarificar, en buena medida, el sentido último de la «búsqueda espiritual». Veamos. En primer lugar, podemos afirmar que la creencia de ser un individuo separado y autónomo resulta totalmente ilusoria, dado que la verdadera identidad de todo y de todos es la misma y única **Auto-Evidencia** siempre presente, interactuando consigo misma en el mundo de las apariencias sujeto-objetivas. Por eso, cualquier pretensión por parte de un presunto *ser separado* de *alcanzar* esforzadamente la iluminación en el *futuro* resulta completamente absurda. Ni existe tal *ser separado*, ni existe tal *futuro*, ni hay nada que *alcanzar*. La esencia de todo es ya, desde siempre, la misma y única **Vacuidad** autoluminosa y atemporal. Por tanto, incluso podríamos afirmar que cualquier «práctica espiritual» llevada a cabo por un ilusorio individuo separado para lograr su realización resulta profundamente contradictoria, ya que, lejos de eliminar el engaño de su supuesta existencia separada —que es lo que, aparentemente, le oculta su verdadera identidad no-dual en el presente—, refuerza, precisamente, esa errónea creencia.

¡Vaya broma! Estamos afirmando que ya somos, desde siempre, la absoluta **Auto-Evidencia**, pero, de hecho, nos seguimos sintiendo como individuos separados... ¿qué hacer entonces? La dinámica evolutiva que hemos planteado hace un momento puede, en este punto, aportarnos una sugerencia clarificadora. Hemos explicado cómo la invisible, *a-temporal* y *a-espacial* **Auto-Evidencia**, para contemplarse a sí misma de algún modo, se desdobra aparentemente como la polaridad objeto-y-sujeto —a través de un polo originario de energía y un polo final de consciencia—, generando instantáneamente —*Aquí-y-Ahora*— todo un espectro unificado y potencial de equilibrios entre ambas facetas. Hemos visto también cómo este espectro íntegro de energía-consciencia potencial se actualiza —colapsa—, instante tras instante, en cada *aquí-y-ahora* *finito* y *fugaz* de la manifestación pixelada del universo espacio-temporal, comenzando por los niveles más básicos de energía y ascendiendo, paulatinamente, hacia los más elevados y conscientes.

Podríamos esquematizar todo ese proceso afirmando que en el instante original el aspecto de consciencia se encontraba completamente absorbido por el aspec-

to de **energía**, de modo que todo el trayecto desde entonces no ha sido sino un progresivo distanciamiento y desidentificación de la faceta subjetiva respecto a la faceta objetiva. En resumen, durante las primeras etapas de desarrollo de la **materia**, la faceta de consciencia se encontraba absorbida por la faceta de energía; con el surgimiento de la **vida**, la faceta de consciencia da un salto hacia atrás, se separa de la mera materia, la percibe y, así, puede actuar sobre ella; con el surgimiento de la **mente** humana, la faceta de consciencia vuelve a saltar hacia el interior, aparece la autoconsciencia, que se separa de la simple vida subconsciente y aumenta, así, la capacidad de acción sobre el mundo natural; con el surgimiento del **intelecto** racional, la faceta de consciencia vuelve a saltar, una vez más, hacia atrás, lo que permite pensar sobre el pensamiento y, de esta forma, se acrecienta exponencialmente la comprensión sobre el funcionamiento de las cosas y, por tanto, la capacidad de intervención sobre ellas. Todo este proceso resulta posible por la presencia, desde el mismo instante originario, de la consciencia pura —el **Testigo** del que habla la tradición hindú— como polo final. Quisiéramos añadir aquí que, sorprendentemente, este mismo proceso de desidentificación de la consciencia se repite —tanto en lo que respecta a las etapas recorridas como a la pauta temporal en la que se despliegan— en el desarrollo individual de cada uno de los organismos cuerpo-mente que van surgiendo como resultado del largo camino evolutivo.

En muchas tradiciones no-duales de sabiduría —comprendiendo que el ojo que ve no es ninguna de las cosas vistas— se sugieren prácticas de meditación que consisten, básicamente, en una actitud permanente de discernimiento y desapego —de observación y aceptación, de atención y desasimiento, de vigilancia y abandono— como medio para facilitar la paulatina desidentificación del sujeto observador de cualquier absorción con el mundo objetivo de las formas finitas, ya sean percepciones, sensaciones, emociones, sentimientos, pensamientos o intuiciones. Con este simple gesto de «*ver y dejar fluir todo lo visto*», la faceta de consciencia va profundizando en sí misma, paso a paso, hasta, finalmente, descubrirse como el Testigo último, capaz de contemplar y abrazar la totalidad del espectro de la realidad, tras haber trascendido por completo toda identificación exclusiva con cualquier nivel del mundo manifestado... ¡Observad!, ¿no recuerda todo esto a lo que acabamos de explicar sobre el proceso evolutivo? ¡Parece que la meditación no-dual no es sino la quintaesencia de lo que ha estado sucediendo permanentemente a lo largo de la evolución global del universo y del desarrollo individual de cada uno de los organismos resultantes!, ¡el progresivo distanciamiento y desidentificación de la faceta subjetiva respecto a la faceta objetiva! O sea que, en esencia, ¡todo el proceso de la evolución global y del desarrollo individual no ha sido otra cosa que la «meditación» del universo y de los diferentes organismos que lo componen para descubrir su realidad última!...

Anteriormente, hemos afirmando que ya somos, desde siempre, la absoluta **Auto-Evidencia** y que, por tanto, no hay nada que hacer para *alcanzarla* —¿hay algo más incuestionable que la **Certeza-de-Ser** en este preciso instante?—, pero que, de hecho, al ubicar el *centro de gravedad de nuestra sensación de identidad*

en algún nivel concreto del espectro de la manifestación relativa, nos sentimos como individuos separados, atrapados en una forma particular... ¿qué hacer, entonces? Según lo que acabamos de exponer en los últimos párrafos, la solución a esta cuestión no consistiría tanto en «hacer» algo particular, sino, más bien, simplemente, en *sintonizar lúcidamente* con el flujo natural de la evolución y el desarrollo, a través del simple gesto de «*ver y dejar fluir todo lo visto*» —en total resonancia con el mensaje de las tradiciones no-duales de sabiduría—, hasta que el *centro de gravedad de la sensación de identidad* se sitúe en la posición del **Testigo** final, puerta de entrada a la **Auto-Evidencia** siempre presente, en la que se disipa plenamente la absurda creencia de ser, o de haber sido en algún momento, una entidad separada. Todo está sucediendo siempre por sí solo, espontáneamente, sin la intervención de ningún individuo independiente y ajeno al proceso mismo. Por eso, «*quien ha descubierto la plenitud primordial que sostiene y constituye el mundo, abraza gozoso la vida creativa que se expresa en todo y en todos, y permanece disponible y atento al incontenible flujo que surge en cada instante, maravillado y silencioso ante la belleza y la inteligencia de esta danza eterna entre el vacío y las formas.*»

**Nota:** Los lectores interesados en conocer más en detalle la investigación teórica bosquejada en este artículo, pueden consultar el trabajo: [Beyond Darwin: El ritmo oculto de la evolución](#), sobre todo las Adendas finales —p. ej. la Adenda 8: La danza evolutiva de la Vacuidad—.

Si quieren profundizar en los aspectos vivenciales, pueden echar un vistazo al libro: [Siendo nada, soy todo: Un enfoque no-dualista sobre la identidad](#), sobre todo en su tercera parte.

© 2024 José Díez Faixat