

La revolución de la consciencia

Por Monika Wilkens

Bajo una carpa en Ängsbacka (1) se sienta una mujer morena vestida con ropas claras que celebra un satsang, los asistentes nos sentamos abajo en el suelo y la escuchamos mientras habla del despertar de nuestro tiempo. Amoda Ma parece tener unos 30 años, pero nos



dicen que tiene más de 50. Parece casi una Santa Virgen y se siente frágil y fuerte al mismo tiempo. Amoda es maestra espiritual, autora y fundadora de la Fundación para el Cambio Consciente, que ofrece una enseñanza a escala mundial.

«¡Estamos en el umbral de una revolución de la consciencia que tiene el poder de transformar nuestro mundo! Necesitamos despertar de nuestro letargo y olvido y recordar quiénes somos realmente. Depende de cada uno de nosotros elegir si queremos participar en el cambio», afirma.

El viaje personal de Amoda que la llevó a convertirse en maestra espiritual es la historia de un ave fénix. Su infancia y gran parte de su vida adulta fueron una lucha contra acontecimientos traumáticos y depresiones recurrentes. Es londinense y se había doctorado en Psicología cuando empezó a tener experiencias místicas y visionarias que cambiaron toda su vida. Esto llevó a Amoda a abandonar su carrera académica y comenzar su viaje hacia sus profundidades interiores. Era una buscadora devota y, tras un periodo en el que viajó y probó varios métodos de espiritualidad y autodesarrollo, la vida misma se convirtió finalmente en su gurú. «Ha sido como una crucifixión y una resurrección. Llegué a la conclusión de que todo es Uno y que el misterio es vivir una vida auténtica despierta en medio del ruido cotidiano. Participar plenamente

en el mercado de la vida tanto con el cielo como con el infierno—desnudos, honestos, en presencia y vulnerabilidad—¡es hermoso!».

Amoda dice que debemos permitirnos fallar, una y otra vez, que la pena y el dolor no son peores experiencias que la alegría y la felicidad—todo necesita ser habilitado para que podamos estar plenamente presentes en el momento. «Mientras tengamos este cuerpo y vivamos en esta tierra, también experimentaremos todas las emociones y aspectos humanos. Pero hay que dejar de crear historias de sufrimiento y aceptar que la vida es como es—¡como una montaña rusa! Tu capacidad para afrontarlo todo en profundidad y no crearte una historia, determina lo presente que estás», dice.

Amoda habla de cómo buscó primero explicaciones y soluciones a sus dificultades en la vida, incluso en la psicología. Tras estas experiencias, buscó soluciones espirituales a sus problemas. Al principio parecía que lo había encontrado y fue feliz durante un tiempo, pero luego volvía al dolor de nuevo. Se repitió muchas veces, intentando constantemente nuevos caminos hacia la felicidad personal. Al final se rindió, dio media vuelta y se enfrentó a la vida con todos sus matices, sin una agenda de querer controlar o «arreglar» lo que estaba pasando. «Fue una especie de muerte—me hundí en el abismo de lo desconocido, y entonces fue como si se cortara el cordón umbilical del sufrimiento. Fue una profunda entrega a la muerte y a la vida misma. Como saltar de un avión sin tocar el suelo, sino cayendo libremente».

«Cuando tenemos una idea de cómo deberían ser las cosas o cómo deberíamos sentirnos, eso nos impide estar plenamente presentes. Abandonar esta idea nos da fluidez y libertad aunque la vida sea turbulenta», afirma. Después de esto, Amoda experimentó una sensación de despertar aún más fuerte. Fue una experiencia profunda que la llevó a dedicarse a compartir un mensaje de libertad. Pero incluso en el camino de la iluminación hay escollos, dice: «Es un gran reto no apegarse al despertar y convertirlo en una nueva forma de identidad una vez que se ha tenido una experiencia así. Es lo mismo—suéltalo y deja que la vida fluya; no sabes cuál será el resultado final cuando todo se haya consumido».

Amoda dice que incluso el ego sirve para algo en el viaje espiritual. «El ego actúa como un proceso evolutivo que opera en el camino del desarrollo espiritual. El ego busca evitar el sufrimiento y, con el tiempo, este deseo de ir más allá del sufrimiento se convierte en una nueva perspectiva que permite la posibilidad del despertar», afirma. «El ego también protege la forma física. La idea de que deberíamos matar el ego no es lo que yo defiendo, incluso cuando estamos iluminados seguimos necesitando el ego para funcionar. Es tanto una herramienta necesaria como un catalizador para el despertar. La diferencia importante es si nos identificamos con el ego o no», afirma.

«Estamos a punto de pasar de una forma de pensar y vivir horizontal a una vertical», dice Amoda. «En el mundo horizontal buscamos el amor, la afirmación, el poder y la riqueza del mundo exterior y nos orientamos hacia el ego en la búsqueda constante de la felicidad, pero nada de esto puede llenar el vacío que tenemos dentro. Al despertar todo se detiene por un momento y la mente descansa en el presente y nos volvemos hacia dentro y miramos con amor y con los ojos del corazón. En el mundo vertical no hay separación entre tú y yo, ni entre Dios y el mundo. Aquí está la esencia misma de la vida. La vida se mueve a través de ti, como tú. Todo es Dios—no hay nada que no lo sea. Cuando nos reconocemos como amor, nos volvemos libres. ¡Entonces estamos en relación correcta con todo!».

Notas:

1. Ångsbacka es un centro de cursos y festivales centrado en el desarrollo personal, el yoga, el tantra, la danza, la meditación, la espiritualidad y la autoexpresión. Se encuentra en Molkom, Suecia, y se inició en 1996.
-

Fuente: [Revista FREE Magazine](#) (marzo de 2014)
