



## La Realidad vista desde el despertar

---

Por Jorge Viñes Roig

---

En el estado de conciencia que vivencí en México y que he relatado en el primer capítulo, pude ver que la Realidad Última es la Unidad de todo.

Todo es Uno. No hay «otro» en ningún universo.

Hay apariencia de otros, pero la Realidad Suprema es que eres todo cuanto existe y no hay nadie más.

A la vez, en ese estado pude ver que todo cuanto existe está embebido, inmerso y sostenido en el más elevado y absoluto Amor. El amor universal es un abrazo compasivo que todo aúna y todo sostiene, y está dotado de la más elevada inteligencia, sabiduría y orden.

En ese estado unitivo se vio también que el «yo-alguien» que pensamos que somos es solo un manojo de hábitos, un conjunto de pautas, un mecanismo. No es «alguien», sino un programa automático que interpreta la percepción y da respuesta mecánica a los estímulos que recibe ante la Existencia.

La inmediata consecuencia de que la Realidad sea Una es que todo cuanto existe es apropiado. Todo cuanto sucede es perfecto. No hay azar ni error. Si la Realidad es Una, no puede haberlos.

No hay ninguna extraña inteligencia o divinidad sádica produciendo dolor y sufrimiento gratuito. No hay nadie más en parte alguna.

Todo cuanto sucede es por el bien y la mayor plenitud del Ser Uno que todos y cada uno somos, pues Todo es Amor. Es así porque, para empezar, no hay «alguien» haciendo que sucedan las cosas según su voluntad o capricho. No hay una entidad separada decidiendo qué tiene que suceder y cómo tiene que hacerlo.

Es cierto que desde la limitada perspectiva del estado de pensamiento pareciera que nos acechan entes inquietantes, que la vida es azarosa y que estamos rodeados de peligros que solo podemos evitar si empleamos nuestra mente pensante para controlar la ciega existencia. Pero el hecho de que la existencia nos parezca ciega y azarosa es solo resultado de nuestro propio reflejo como mentes limitadas.

No estamos viendo la realidad tal como es, sino tal cual la alcanzamos a percibir a través de lo que pensamos de ella.

No abarcamos la totalidad de la realidad, sino tan solo los limitados fragmentos de ella que están al alcance de nuestra limitada percepción y de nuestro limitado entendimiento.

Cuando sucede el salto a un estado de conciencia superior, la percepción de la realidad cambia radicalmente.

Desde el estado inmediatamente superior al estado de pensamiento, que es el primer estado *supramental*, que hemos denominado estado de contemplación o de atestiguamiento, se ve con toda evidencia que la vida es un río que nos transporta con mano firme y segura por las riberas de la existencia, mostrándonos y trayéndonos las experiencias y las vivencias que son adecuadas y oportunas para nosotros en cada momento.

La limitada mente del estado de pensamiento tiende a pensar las adversidades de la vida como azares negativos que debemos y podemos sortear empleando el pensamiento. Pero, tal como hemos visto en el capítulo II, ese pensamiento es propio de una identidad egoica que es ilusoria y que está asociada a ese pensamiento mecánico que es el diálogo interno. El personaje que percibe la realidad de este modo fragmentario, y que la piensa deseable o rechazable, es una identidad ilusoria y fragmentaria vinculada a un programa mental aprendido.

Por otro lado, hemos visto que, desde el estado de atestiguamiento, el perceptor que contempla la realidad es una conciencia silenciosa, impersonal e imparcial que no tiene deseo ni a favor ni en contra de lo que acontece, sino que simplemente lo atestigua, lo experimenta y lo degusta tal y como es.

Desde el estado de atestiguamiento, se percibe la vida como un río de sabiduría que nos va llevando a lo largo de la existencia, trayendo ante nosotros aquello que ha de ser visto o experimentado. En este estado, nosotros, el testigo, no queremos ni negamos, no buscamos ni rehuimos, sino que contemplamos con inocencia y asombro aquello que el río de la vida nos trae.

Mientras atestiguamos la Realidad, se ve con toda evidencia que nosotros no elegimos ni hacemos nada, sino que es la Existencia Sabia la que nos trae justo aquello que debemos vivir, experimentar o realizar en cada momento, ya sea un impulso, una emoción, un pensamiento, una comprensión, una dicha o una amargura. Esa conciencia impersonal ve con toda evidencia que la vida fluye por sí misma con toda inteligencia.

La vida trae lo que ha de ser vivido, y ello está lleno de sentido, es apropiado, es lo que ha de ser y es lo adecuado para el crecimiento y el despertar de la conciencia, para el mayor gozo y plenitud del Ser que se Es.

Desde el siguiente estado de conciencia, que hemos denominado no-dual y que aún posee una mayor amplitud de miras que el estado contemplativo de testigo, se ve con toda evidencia que, en todo lo que percibimos, no hacemos más que encontrarnos con nosotros mismos en la infinidad de formas que nos presenta nuestra manifestación.

No hay lugar a rechazar o rehuir nada; tampoco de apegarse a ninguna cosa. Todo fluye adecuadamente, todo es Mí Mismo encontrándome conmigo mismo, todo es plenitud y perfecto asombro y admiración.

Desde el estado de conciencia no-dual, se ve con toda evidencia que lo que uno vivencia y contempla es Uno Mismo, siempre, en todo momento y ocasión. No hay otro. No hay nadie más. Así, toda vivencia, independientemente de que sea placentera o dolorosa, es el encuentro de Sí Mismo Consigo Mismo. Es el encuentro de Sí Mismo con la totalidad que Uno Es.

En la Existencia no hay nada susceptible de ser rechazado. Todo es la realización reveladora y perfecta de lo que Se Es.

La evidencia de la perfección de la existencia se acrecienta en el estado de conciencia que hemos denominado éxtasis, en el cual la vivencia rebosa de

bienaventuranza, del gozo de la Vida, de la alegría sin objeto, del amor y la paz que sobrepasan todo entendimiento y que la tradición hindú denomina *Ananda*.

De esta manera, cuando acontece la aparente adversidad mientras habitamos alguno de los estados de conciencia superiores, cualquiera que sea la manifestación de esa aparente adversidad, tanto si es el fallecimiento de un ser querido, una enfermedad, un accidente, el despido del trabajo o cualquier otra calamidad, podemos comprender con toda evidencia que ello es justa y precisamente la acción necesaria e imprescindible para salir de la estructura mental limitada en la que estás enclaustrado, de modo que puedas desarrollar los potenciales que son inmanentes al Ser que encarnas.

---

## Sobre el sentido de todo

Nada es casual. Nada es absolutamente malo.

Todo es perfecto, todo es para bien, todo es adecuado y oportuno.

Saberlo nos ayuda a fluir con la existencia, en vez de combatirla y tratar de controlarla según nuestro parecer limitado.

Descubrir la inmensa sabiduría que reside implícita en la Vida nos ayuda a encontrar sentido a los aconteceres, nos invita a «dejar ser» a la existencia, a «soltar» el aferramiento y el miedo, y a permitirnos fluir en armonía con lo que la Existencia Sabia nos trae en cada momento.

Y es que la Existencia es, en verdad, un acto de Amor. Es un incommensurable acto de Amor Absoluto e incondicional. Eso es lo que la Existencia en verdad *ES*.

Nada de lo que sucede es por tu falta. Nada es por error. Nada sucede por maldad. No hay culpa ni virtud. Solo hay sabiduría; y bien; y perfección.

No importa si te gusta o no te gusta lo que sucede. No es tu placer o tu sufrimiento el timón con el que navegar los mares de la existencia.

Basta, simplemente, con dejarse llevar por las señales y por las sincronicidades, y confiar en la existencia.

Es tu Espíritu quien gobierna tu Existencia. Él es tu guía supremo, Él quien aporta los aconteceres precisos y adecuados para cada momento de tu vida,

para tu mayor gloria y plenitud.

Si lo ves, dejarás de patalear como un niño inconsciente ante los imponderables de la existencia. Esta es la razón de que el Buda enseñara que la manera de salir del sufrimiento es abandonar el deseo.

El deseo es limitado. Es muy corto de vista. No alcanza a ver ni los resultados ni los fines a medio o largo plazo. Aunque tú, sumergido en la ilusión de la mente pensante, no alcances a verlo, has de saber que la Existencia sabe lo que hace.

Así pues, todo se reduce, sencillamente, a salir del sueño de la mente pensante y a confiar en la vida, a confiar en la Existencia Sabia.

Y para salir del sueño de la mente pensante, basta con darte cuenta de lo muy limitada, ignorante y ciega que es la mente pensante.

Detente a verlo.

Párate.

Reconsidera. Reflexiona. Sal de tus limitadas creencias.

Confía.

Acierta a ver la invisible prisión que son tus ideas y tus creencias sobre la realidad.

Entonces empezarás a ver la asombrosa sabiduría y el exquisito orden que te rodea y que todo lo gobierna.

---

**Fuente:** Jorge Viñes Roig. [LA AVENTURA DE LA CONCIENCIA](#) (La Llave, 2024)

---