

El secreto de toda tradición espiritual

Tomado de la web de “Tú mismo”



Es indudable que cada uno de nosotros vive una vida finita, ya que todos **estamos limitados por conductas afincadas en el cerebro**. El cerebro de nadie está libre del pasado y, con los años, todos hemos desarrollado patrones de comportamiento fijos. Los más problemáticos —como las adicciones, las fobias y los prejuicios— hacen casi imposible la libre elección de la persona. Incluso patrones menos destructivos, como comer en exceso, correr excesivo riesgo o ser demasiado tímido para interactuar con los demás, plantean limitaciones en incontables vidas.

Es considerable, por lo tanto, que las tradiciones espirituales del mundo, a su manera, planteen una vida diferente y superior que escapa a las ataduras de la limitación. Entonces, ¿por qué no triunfaron los realistas hace mucho tiempo? Porque **los realistas son personas que presuponen las limitaciones** e intentan trabajar con ellas.

Pero esto pasa por alto el factor crítico llamado “**agencia consciente**”. Somos agentes conscientes como autores de nuestra propia historia, lo que significa que **nuestras decisiones conscientes superan lo que el cerebro controla**. “Tengo plena consciencia” sería la cúspide de la agencia consciente. “Estoy fuera de control” sería el punto más bajo de ceder a hábitos, respuestas, creencias, traumas y condicionamientos fijos en el cerebro.

A las personas les cuesta admitir cuándo actúan como marionetas cerebrales. Pero la historia está llena de pensamiento colectivo y obediencia ciega llevada hasta el extremo de la violencia y la destrucción.

Limitaciones autoimpuestas, sin validez

La mayoría **amparamos creencias adoptadas de segunda mano**; actuamos de diversas maneras para congraciarnos; nos dejamos llevar para sentirnos más seguros y menos vulnerables, y recurrimos a la distracción de los mensajes de texto, los videojuegos y la televisión porque necesitan poco o ningún pensamiento consciente.

Estas limitaciones son autoimpuestas y carecen de validez real. Son solo **la punta de una ilusión omnipresente**: la de ser un ser humano aislado, arrinconado por miedos, hábitos, malos recuerdos, pensamientos de segunda mano y viejos condicionamientos.

Lejos de ser un objeto de glorificación, **el cerebro refleja todos los aspectos de esta ilusión**, hasta las percepciones más básicas del mundo exterior. Por ejemplo, solo el 1% de nuestro campo visual está realmente enfocado y detallado; todo lo demás que vemos es una instantánea persistente del pasado, mientras este 1% se desplaza rápidamente. Incluso la sensación de ver una imagen completa del mundo es equivocada, ya que el cerebro oculta un gran punto ciego en el centro de la retina que no ve nada.

La agenda del ego

Sin embargo, el principal reforzador de la ilusión es el ego, cuya agenda controla la vida de todos.

El ego es como el 1% de la visión enfocada y detallada. El “yo” filtra la experiencia hasta el mínimo que me hace sentir en control.

La agenda del ego puede ser muy compleja, pero **sus fundamentos son básicos**, como minimizar el dolor, maximizar el placer; proyectar una autoimagen segura; evitar posibles amenazas y riesgos; disimular cualquier signo de inseguridad; ocultar las emociones no deseadas; no exponer nuestras vulnerabilidades; exagerar las fortalezas; convencer a los demás de nuestro valor social.

Con el paso del tiempo, estos principios básicos, adquiridos automáticamente una vez que un niño está en primaria, se vuelven innatos. ¿El resultado?, no somos los autores de nuestras propias historias, seguimos buenamente una agenda basada en la sumisión inconsciente al “yo, mí y mío”. **El ego esconde sus defectos e inseguridades**, y no los enfrentamos porque es desagradable hacerlo.

Atrapados en la ilusión envolvente que produce la vida inconsciente, las personas no ven otro camino.

El infinito

Las tradiciones espirituales ofrecen una alternativa prodigiosa: el infinito. El infinito puede personificarse como Dios o los dioses. También puede ser impersonal, como un estado de consciencia conocido como *iluminación*. **Estas versiones del infinito son el espejo de cada cultura**. Desafortunadamente, en el ámbito de la religión organizada, cada una se contagió de sus limitaciones, ilusiones e incluso males manifiestos. Como dice un dicho cínico: “Dios transmitió la verdad y el diablo dijo: “Déjame organizarla”.

Para que el infinito guíe nuestra vida, **hay que alejarse de la ilusión**. No es un camino de un solo paso, pero es factible. Los cimientos de la ilusión se pueden demoler ladrillo a ladrillo. Todos los pasos necesarios se dan en la **autoconsciencia**. Cada uno trata de recuperar nuestra condición de agente consciente.

Con la entrega a esa inteligencia invisible podemos lograrlo a través del comportamiento, con actitudes. **Entregarse al infinito es realista**, porque es falso lo que nuestro ego y nuestro cerebro se esfuerzan por alimentar. Envían mensajes que dicen que estamos aislados, solos, débiles y dominados por las fuerzas de la naturaleza.

En realidad, **somos ilimitados, sin dimensiones, y estamos constantemente accediendo a infinitas posibilidades**. En una palabra, vivimos desde una fuente infinita, divina, pero no somos conscientes de este hecho esencial. Si lo fuéramos, podríamos dejar de ser una mezcla de agentes conscientes y marionetas cerebrales.

Para empezar, hay que hacer la lista de reacciones básicas que integran la agenda del ego. Si nos detenemos cada vez que nos descubrimos siguiendo una de estas respuestas innatas, crearemos un espacio abierto, una pausa en la que una nueva respuesta pueda surgir, lo que equivale a decir que el Verdadero Yo tiene derecho a influir en nuestra vida. Adquirir el hábito de ignorar la ilusión nos hará afianzar más en la realidad.

Daremos un gran paso al comprender que la única escapatoria a la ilusión es el infinito. Este es el secreto de toda tradición de consciencia superior, y su verdad nunca nos abandonará.

<https://tumismo.es/articulos/la-otra-realidad/el-secreto-de-toda-tradicion-espiritual/>