

UNA ÉTICA SIN MORAL

Apuntes de Cátedra basados en “El poder del ahora” de Eckhart Tolle

El Ser no puede volverse objeto de conocimiento. En el Ser el sujeto y el objeto se mezclan en una sola cosa. El Ser puede percibirse como el “yo soy” siempre presente que está más allá del nombre y la forma. La mente siempre tratará de meterlo en una cajita y después ponerle una etiqueta. Eso no se puede hacer.

El cuerpo puede volverse un punto de acceso al reino del Ser.

MÁS ALLÁ DE LAS PALABRAS

Una palabra no es más que un medio para llegar a un fin. Es una abstracción. De forma parecida a un poste indicador, señala algo más allá de sí misma.

Una imagen, no importa lo poderosa o bella que sea, está ya definida en una forma, así que hay menos oportunidad de penetrar más profundamente.

Tu cuerpo interior carece de forma, de límites, es insondable. Siempre es posible profundizar más en él. Se trata de prestar cada vez más atención a lo que puede sentir. El cuerpo interior está en el umbral entre la identidad formal y la identidad esencial, es decir la verdadera naturaleza.

En el nivel del cuerpo los hombres están muy cerca de los animales. Todas las funciones corporales básicas - placer, dolor, respiración, comida, bebida, defecación, sueño, el impulso de buscar pareja y de procrear, y por supuesto el nacimiento y la muerte - las compartimos con los animales. Sin embargo, la negación inconsciente de su naturaleza animal se estableció muy rápidamente. La amenaza de que podían ser dominados por fuerzas instintivas poderosas y volver a una inconsciencia completa era ciertamente muy real.

Con el pensamiento racional y los preceptos morales, aparecieron la vergüenza y los tabúes acerca de ciertas partes del cuerpo y ciertas funciones corporales, especialmente la sexualidad. La luz de su conciencia no era todavía suficientemente fuerte para tener amistad con su naturaleza animal, para permitirle ser e incluso gozar ese aspecto de sí mismos, no digamos profundizar para encontrar lo divino oculto en ella, la realidad dentro de la ilusión. Así pues, hicieron lo que tenían que hacer. Comenzaron a disociarse de su cuerpo. Ahora se veían a sí mismos como teniendo un cuerpo, en lugar de simplemente ser un cuerpo.

Con las religiones tradicionales, esta disociación se volvió aún más pronunciada como la creencia de que "tú no eres tu cuerpo". Innumerables personas en Oriente y Occidente a través de los tiempos han tratado de encontrar a Dios, la salvación o la iluminación por medio de la negación del cuerpo. Esta tomó la forma de negación de los placeres de los sentidos y de la sexualidad en particular, el ayuno y otras prácticas ascéticas.

Incluso se infligían dolor corporal en un intento por debilitarlo o castigarlo ya que lo consideraban pecaminoso.

En la Cristiandad esto solía llamarse la mortificación de la carne. Otros intentaron escapar del cuerpo entrando en estados de trance o buscando experiencias extracorporales. Muchos aún lo

hacen. Incluso se dice que el Buda practicó la negación del cuerpo por el ayuno y otras formas extremas de ascetismo durante seis años, pero no alcanzó la iluminación hasta después de abandonar esta práctica.

El cuerpo como una estructura física densa sujeta a la enfermedad, a la vejez y a la muerte

El cuerpo que se puede ver y tocar es sólo un delgado velo ilusorio. Bajo él yace el cuerpo interior invisible, la puerta de entrada al Ser, a la Vida única no manifestada, sin nacimiento, sin muerte, eternamente presente.

Para paciente: La falta de perdón es a menudo hacia otra persona o hacia usted, pero puede ser hacia cualquier situación o condición - pasada, presente o futura - que su mente rehúsa aceptar. Sí, puede haber falta de perdón incluso con relación al futuro. Este es el rechazo de la mente a aceptar la inseguridad, a aceptar que el futuro está en últimas más allá de su control. El perdón es abandonar la queja y dejar ir la tristeza. Ocurre naturalmente una vez usted se da cuenta de que su queja no tiene ningún propósito excepto fortalecer un falso sentido de uno mismo. El perdón es no ofrecer resistencia a la vida, permitir a la vida vivir a través de usted. Las alternativas son el dolor y el sufrimiento, un flujo de energía vital muy restringido y en muchos casos, la enfermedad física.

DE LOS CONFLICTOS A LA ESCUCHA Y EL AMOR

La mayoría de las personas no saben escuchar porque la mayor parte de su atención está ocupada en pensar. Prestan más atención a eso que a lo que la otra persona está diciendo, y ninguna a lo que realmente importa: el Ser de la otra persona bajo las palabras y la mente. Por supuesto, no se puede sentir el Ser de otra persona sino a través del propio.

Para ello es preciso escuchar no sólo con la mente, sino con todo su cuerpo. Sentir el campo de energía del cuerpo interior según se escucha. Esto aparta la atención del pensamiento y crea un espacio de calma que permite escuchar verdaderamente sin la interferencia de la mente.

Ese es el comienzo de la realización de la unidad, que es amor. En el nivel más profundo del Ser, somos uno con todo lo que es. La mayoría de las relaciones humanas consisten principalmente en la interacción de unas mentes con otras, no en la comunicación de seres humano que implica la conciencia de la comunicación entre nuestra especie y con todo el Ser.

Ninguna relación puede crecer de esa forma y por eso hay tantos conflictos en las relaciones. Cuando la mente gobierna la vida, el conflicto, la disputa y los problemas son inevitables. Estar en contacto con su cuerpo interior crea un espacio claro de no mente dentro del cual la relación puede florecer.

LA ILUSIÓN DE LA COMPLETUD

La razón por la que la relación de amor romántico es una experiencia tan intensa y universalmente perseguida es que parece ofrecer la liberación de un estado profundamente arraigado de miedo, necesidad, carencia y falta de plenitud que es parte de la condición humana en su estado preconsciente.

Hay una dimensión física y otra psicológica en este estado. En el nivel físico la unión sexual es lo más cerca que se puede estar de este estado en plano físico. Por eso es la experiencia más profundamente satisfactoria que puede ofrecer el reino físico. Pero la unión sexual no es más que un atisbo fugaz de la plenitud. En el nivel psicológico, la sensación de carencia y de falta de plenitud es, acaso, aún mayor que en el nivel físico. Mientras estamos identificados con la mente, usted tiene un sentido de sí mismo derivado del exterior. Es decir se obtiene el sentido de quién es de cosas que en últimas no tienen nada que ver con quién es usted: el papel social, las posesiones, la apariencia externa, los éxitos y fracasos, los sistemas de creencias, etcétera. Este ser falso, elaborado por la mente, el ego, se siente vulnerable, inseguro y siempre está buscando cosas nuevas con las cuales identificarse para que le den una sensación de que existe. Pero nunca nada es suficiente para darle una realización duradera. El miedo y el sentido de carencia y necesidad permanecen.

Pero entonces llega esta relación especial. Parece ser la respuesta a todos los problemas del ego y llenar todas sus necesidades. Al menos así parece al principio. Todas las demás cosas de las que usted derivaba su sentido de sí mismo antes, ahora se vuelven relativamente insignificantes. Usted tiene ahora un solo punto focal que las reemplaza a todas, da sentido a su vida, y a través del cual usted define su identidad: la persona de la que está "enamorado". Ya no es un fragmento desconectado en un universo carente de afecto, o eso parece. Su mundo ahora tiene un centro: el amado. El hecho de que el centro esté fuera de uno y que, por lo tanto, todavía se tenga un sentido de sí mismo derivado del exterior, no parece importar al principio. Lo que importa es que los sentimientos subyacentes de no plenitud, miedo, carencia y falta de realización, tan característicos del estado egotista, ya no están ahí. ¿O sí? ¿Se han disuelto o continúan existiendo bajo la feliz realidad superficial? Si en sus relaciones usted experimenta "amor" y su contrario - ataque, violencia emocional, etcétera - es probable que esté confundiendo el apego del ego y la dependencia adictiva con el amor. Usted no puede amar a su pareja un momento y atacarla al siguiente. El verdadero amor no tiene contrario. Si su "amor" tiene un contrario, entonces no es amor sino una fuerte necesidad del ego de un sentido más profundo y completo de sí mismo, una necesidad que la otra persona llena temporalmente.

Esta, como toda adicción surge de una negativa inconsciente a enfrentar el dolor y salir de él. Toda adicción comienza con dolor y termina con dolor. Por eso, después de que la euforia inicial ha pasado, hay tanta infelicidad, tanto dolor en las relaciones íntimas. Ellas no producen dolor o infelicidad. Sacan a la luz el dolor y la infelicidad que ya está ahí. Toda adicción hace eso. Toda adicción llega a un punto en el que ya no funciona entonces se siente el dolor más intensamente que nunca.

Esa es una de las razones por las que la mayoría de las personas están siempre intentando escapar del momento presente y buscando algún tipo de salvación en el futuro. Lo primero que podrían encontrar si enfocaran su atención en el Ahora es su propio dolor y eso es lo que temen. Si supieran lo fácil que es acceder en el ahora al poder de la presencia que disuelve el pasado y el dolor, a la realidad que disuelve la ilusión.

DE LAS RELACIONES ADICTIVAS A LAS RELACIONES ILUMINADAS

Dejar de identificarse con el pensamiento es ser el observador silencioso de nuestros pensamientos, especialmente los patrones repetitivos de la mente y los roles representados por el ego.

Al dejar de darle "identidad", la mente pierde su calidad compulsiva, que básicamente es el impulso de juzgar y así resistirse a lo que es, que crea conflicto, drama y dolor. De hecho, en el momento en el que el juicio se detiene por la aceptación de lo que es, usted está libre de la mente. Usted ha dejado sitio para el amor, para la alegría, para la paz. En primer lugar, dejar de juzgarse a uno mismo, después a los más próximos y finalmente a todos. Esto nos permite trascender el Ego. Todos los juegos de la mente y todo apego adictivo se acaban entonces. No hay más víctimas ni victimarios, ni acusadores y acusados. Este es también el final de toda dependencia mutua, de ser arrastrado a los patrones inconscientes de otro y por lo tanto hacer posible que continúen.

El amor es un estado del Ser. Nunca podemos perderlo y él no puede dejarnos. No depende de otro cuerpo, de otra forma externa. En la quietud de su presencia podemos sentir nuestra propia realidad sin forma y sin tiempo como la vida no manifestada que anima nuestra forma física. Entonces podemos sentir la misma vida en lo profundo de todos los demás seres humanos y de todas las criaturas. Mirar más allá del velo de la forma y la separación. Esa es la realización de la unidad. Ese es el amor.

El amor no es selectivo, lo mismo que la luz del sol no es selectiva. No convierte a una persona en especial.

No es exclusivo. La exclusividad no es el amor de Dios sino el "amor" del ego. Sin embargo, la intensidad con la cual el verdadero amor se siente puede variar. Puede haber una persona que refleja su amor más clara e intensamente que las demás y si esa persona siente lo mismo hacia uno, se puede decir que uno está en una relación amorosa con ella o él. El lazo que lo conecta con esa persona es el mismo que lo conecta con la persona que se sienta a su lado en el autobús, o con un pájaro, un árbol, una flor. Sólo que el grado de intensidad con el cual se siente es diferente.

Incluso en una relación que es adictiva en otros sentidos, puede haber momentos en los que algo más real brilla, algo más allá de sus necesidades adictivas mutuas. Esos son momentos en los que nuestra mente y la de nuestra pareja brevemente se calman y el cuerpo del dolor está temporalmente en un estado latente. Esto puede ocurrir a veces durante la intimidad física. O cuando los dos están presenciando el milagro del nacimiento de un niño, o en presencia de la muerte, o cuando uno de los dos está gravemente enfermo, cualquier cosa que vuelva la mente carente de poder. Cuando esto ocurre, nuestro Ser, que está habitualmente enterrado bajo la mente, se revela y es eso lo que hace posible la verdadera comunicación. La comunicación es comunión, la realización de la unidad, que es amor. Habitualmente, esto se pierde de nuevo muy rápido a menos que uno sea capaz de permanecer suficientemente presente para mantener fuera la mente y sus patrones. En cuanto la mente y la identificación con ella retornan, uno ya no es uno mismo sino una imagen mental de uno mismo, y empieza a representar papeles de nuevo para llenar las necesidades de su ego. Somos una mente humana de nuevo que aparenta ser un ser humano, interactuando con otra mente, representando un drama llamado "amor".

Aunque son posibles breves atisbos, el amor no puede florecer a menos que uno esté permanentemente libre de la identificación con la mente y su presencia sea lo suficientemente intensa para haber disuelto el cuerpo del dolor, o al menos pueda permanecer presente como el observador.

EL BIEN SUPERIOR, MÁS ALLÁ DEL BIEN Y DEL MAL

Hay diferencia entre la felicidad y la paz interior. La felicidad depende de las condiciones que se perciben como positivas. La paz interior, no.

Ha habido muchas personas para quienes la limitación, el fracaso, la pérdida, la enfermedad o el dolor o cualquier cosa percibida en principio como negativa, se convirtieron en sus mayores maestros. Aprendieron a abandonar las falsas imágenes de sí mismos y las metas y deseos superficiales dictados por el ego. Obtuvieron profundidad, humildad y compasión. Se hicieron más reales. Así pues, vistas desde una perspectiva más alta, las condiciones son siempre positivas, o para ser más preciso no son en realidad positivas o negativas. Son lo que son. Y cuando alguien vive en una aceptación completa de lo que es - que es la única forma cuerda de vivir - no hay "bueno" ni "malo" en la vida. Desde la perspectiva de la mente, sin embargo, hay bien y mal, gusto y disgusto, amor y odio. Por eso en el Libro del Génesis, se dice que Adán y Eva no pudieron seguir viviendo en el "paraíso" cuando "comieron del árbol del conocimiento del bien y del mal".

El "permitir ser" que las cosas sean lo que son, sin juzgarlas, nos lleva más allá de la mente con sus patrones de resistencia que crean las polaridades positiva y negativa; siendo además un aspecto esencial del perdón. El perdón, o para ser precisos, la aceptación del presente es incluso más importante que la del pasado. Si viviéramos de este modo cada momento, no habría acumulación de resentimiento que necesitara ser perdonado más adelante.

Cabría aquí profundizar en la diferencia entre felicidad y paz interior. Por ejemplo, cuando acaba de morir un ser amado o cuando sentimos que la propia muerte se aproxima, no se puede ser feliz pero sí se puede estar en paz. Bajo la tristeza es posible sentir una profunda serenidad. La paz interior es la conciencia de la emanación del Ser que es eterno y trasciende por lo tanto las mutaciones del espacio y el tiempo.

Mente y resistencia son sinónimos, la aceptación nos libera del dominio de la mente y nos conecta con el Ser. Como resultado, las motivaciones habituales del ego para "actuar" - el miedo, la codicia, el control, la defensa o la alimentación del falso sentido de uno mismo - dejarán de operar. Ahora está al mando una inteligencia mucho mayor que la mente, y por lo tanto fluirá en su actuación una calidad diferente de conciencia.

"Acepta lo que venga tejido en el diseño de tu destino porque, ¿qué podría acomodarse más adecuadamente a tus necesidades?" Esto fue escrito hace dos mil años por Marco Aurelio, uno de esos seres humanos extraordinariamente escasos que tuvieron el poder mundano al mismo tiempo que la sabiduría.

Parece que la mayoría de las personas necesita experimentar mucho sufrimiento antes de abandonar la resistencia y aceptar, antes de perdonar. En cuanto lo hacen, ocurre uno de los mayores milagros: el despertar de la conciencia del Ser a través de lo que parece ser el mal, la transmutación del sufrimiento en paz interior. El efecto final de todo el mal y el sufrimiento que hay en el mundo consistirá en que los seres humanos se darán cuenta de quiénes son más allá del nombre y la forma. Cualquier persona o cosa que penetre en ese campo de conciencia será afectado por él, a veces visible e inmediatamente y otras veces en niveles más profundos con la aparición de cambios evidentes después. Se disuelve la discordia, se cura el dolor, se disipa la inconsciencia - sin hacer nada -, simplemente siendo y manteniendo esa frecuencia de intensa presencia.

EL FINAL DEL DRAMA EN NUESTRAS VIDAS

La mayoría de las llamadas cosas malas que ocurren en la vida de las personas se deben a la inconsciencia. Son creadas por uno mismo, o más bien creadas por el ego. A veces me refiero a esas cosas como "drama". Cuando se está plenamente consciente, el drama no tiene cabida.

Recordemos cómo opera el ego creando dramas. El ego es la mente no observada que gobierna la vida cuando usted no está presente como la conciencia testigo que observa lo que pasa sin pujar. El ego se percibe a sí mismo como un fragmento separado en un universo hostil, sin conexión real interior con ningún otro ser, rodeado de otros egos que, o bien ve como una amenaza potencial o que intentará usar para sus propios fines. Los patrones básicos del ego están diseñados para combatir el miedo y la sensación de carencia, que están profundamente arraigados. Son la resistencia, el control, el poder, la codicia, la defensa, el ataque. Algunas de las estrategias del ego son extremadamente inteligentes, pero nunca resuelven verdaderamente ningún problema, simplemente porque el ego mismo es el problema.

Cuando los egos se juntan, sea en las relaciones personales o en las organizaciones o instituciones, ocurren cosas "malas" tarde o temprano: drama de un tipo u otro, en forma de conflicto, problemas, luchas de poder, violencia física o emocional, etcétera. Esto incluye males colectivos tales como la guerra, el genocidio y la explotación, todos debidos a la inconsciencia masificada. Más aún, muchos tipos de enfermedades son causados por la resistencia continua del ego, que produce restricciones y bloqueos en el flujo de energía que circula por el cuerpo. Cuando nos conectamos con el ser más allá del dominio de la muerte se dejan de crear esas cosas que crean o alimentan el drama existencial.

Siempre que dos o más egos se juntan, sigue el drama de uno u otro tipo. Pero incluso quienes viven totalmente solos, pueden crear su propio drama. Cuando alguien siente pesar de sí mismo, cuando se siente culpable o ansioso, crea drama. Cuando permite que el pasado o el futuro oscurezcan el presente, crea tiempo psicológico, el material del que está hecho el drama. Siempre que usted no se honra el momento presente permitiéndole ser, se está creando drama.

La mayoría de las personas están enamoradas del drama particular de su vida. Su historia es su identidad. El ego gobierna su vida. Tienen todo su sentido de ser invertido en él. Incluso su búsqueda - habitualmente sin éxito - de una respuesta, de una solución o de curación forma parte de él. Lo que más temen y se resisten a aceptar es el fin de su drama. Mientras sean su mente, lo que más temen y a lo que más se resisten es a su despertar.

En cambio cuando alguien vive en una aceptación completa de lo que es, ese es el final del drama en su vida. Se disuelve la posibilidad de la discusión. Una discusión implica identificación con la mente egoica y una posición mental, así como resistencia y reacción a la posición de otra persona. El resultado es que los polos opuestos se energizan mutuamente. Esa es la mecánica de la inconsciencia. Es posible establecer nuestro punto de vista claro y firmemente, pero no habrá fuerza reactiva tras ella, ni defensa o ataque. Por ello, no se convertirá en drama. Cuando se es completamente consciente, desaparece el conflicto. Nos referimos no sólo al conflicto con las demás personas sino más fundamentalmente al conflicto consigo mismo, que cesa cuando ya no hay ningún choque entre las demandas y expectativas de la mente y lo que es.

USAR Y ABANDONAR LA NEGATIVIDAD

Toda resistencia interior se experimenta como negatividad en una forma u otra. Toda negatividad es resistencia. En este contexto, las dos palabras son casi sinónimos. La negatividad va de la irritación o la impaciencia a la rabia furiosa, de un humor depresivo o un resentimiento sombrío a la desesperación suicida. El ego cree que por medio de la negatividad puede manipular la realidad y conseguir lo que quiere. Cree que por medio de ella puede atraer una condición deseable o disolver una indeseable.

La única función "útil" de la negatividad es reforzar el ego. Una vez que alguien se ha identificado con alguna forma de negatividad, no quiere abandonarla y en un nivel profundamente inconsciente, no quiere un cambio positivo. Amenazaría su identidad de persona deprimida, iracunda, difícil. Razón por la cual se ignorará, negará o saboteará lo positivo de su vida. Este es un fenómeno común. Es también demencial.

La negatividad es totalmente antinatural. Es un contaminante psíquico y hay un vínculo profundo entre el envenenamiento y la destrucción de la naturaleza y la gran cantidad de negatividad que se ha acumulado en la psique humana colectiva. Ninguna otra forma de vida en el planeta conoce la negatividad, sólo los seres humanos, lo mismo que ninguna otra forma de vida viola y envenena la Tierra que la sostiene. ¿Existe acaso una flor infeliz o un roble estresado? ¿Alguna vez se ha encontrado un delfín deprimido, una rana con problemas de autoestima, un gato que no puede relajarse o un pájaro que arrastra odio y resentimiento?

Los únicos animales que pueden experimentar ocasionalmente algo parecido a la negatividad o mostrar signos de conducta neurótica son los que viven en contacto estrecho con el hombre y que por eso se vinculan a la mente humana y a su locura.

Al observar cualquier planta o animal podemos aprender la aceptación de lo que es, la entrega al Ahora, como así también aprender a vivir y a morir sin que esto sea un problema.

HACIA UN ORDEN DE REALIDAD DIFERENTE

La percepción del mundo es un reflejo de nuestro estado de conciencia. No estamos separados de él y no hay mundo objetivo allá afuera. En cada momento, nuestra conciencia crea el mundo que habitamos. Una de las grandes comprensiones que ha surgido de la física moderna es la de la unidad entre el observador y lo observado: la persona que dirige el experimento - la conciencia observadora - no puede separarse de los fenómenos observados, y una forma diferente de mirar hace que los fenómenos observados se comporten de modo diferente. Si creemos, en un nivel profundo, en la separación y la lucha por la supervivencia, entonces vemos esta creencia reflejada alrededor y las percepciones son gobernadas por el miedo. Habitamos un mundo de muerte y de cuerpos que luchan, matan, y se devoran unos a otros.

Nada es lo que parece ser. El mundo que creamos y vemos a través de la mente egotista puede parecer un lugar muy imperfecto, incluso un valle de lágrimas. Pero cualquier cosa que percibimos es solamente una especie de símbolo, como una imagen en un sueño. Es la forma en que nuestra conciencia interpreta e interactúa con la danza de energía molecular del universo. Esta energía es la materia prima de la "llamada" realidad física. La vemos como cuerpos y nacimiento y muerte, o como lucha por la supervivencia. Es posible y de hecho existe, un número infinito de interpretaciones completamente diferentes, de mundos completamente diferentes, según la conciencia que los percibe. Cada ser es un punto focal de conciencia y cada punto focal

crea su propio mundo, aunque todos los mundos están interconectados. Hay un mundo humano, un mundo de las hormigas, un mundo de los delfines, etcétera. Hay innumerables seres cuya frecuencia de conciencia es tan diferente, que probablemente seamos inconscientes de su existencia, como ellos lo son de la nuestra.

Los seres altamente conscientes, que se dan cuenta de su conexión con la Fuente y con los demás, habitarían un mundo que parecería un reino celestial; y sin embargo todos los mundos son finalmente uno.

Nuestro mundo humano colectivo se crea en gran medida por medio del nivel de conciencia que llamamos mente. Incluso dentro del mundo colectivo humano hay grandes diferencias, muchos "submundos" diferentes, dependiendo de los que perciben o crean sus mundos respectivos. Puesto que todos los mundos están interconectados, cuando la conciencia colectiva humana se transforme, la naturaleza y el reino animal reflejarán esa transformación. De ahí la frase de la Biblia que dice que en los tiempos venideros "El león descansará con el cordero". Esto señala la posibilidad de un orden de realidad completamente diferente.

El mundo como se nos aparece ahora es en gran medida, un reflejo de la mente egotista. Puesto que el miedo es una consecuencia inevitable del error egotista, es un mundo dominado por el miedo. De la misma forma en que las imágenes de un sueño son símbolos de estados y sentimientos interiores, nuestra realidad colectiva es en gran medida una expresión simbólica de miedo y de las pesadas capas de negatividad que se han acumulado en la psique humana colectiva. No estamos separados de nuestro mundo, así que cuando la mayoría de los seres humanos se libere del engaño egotista, este cambio interior afectará a toda la creación. Habituaremos literalmente en un mundo nuevo. Es un cambio en la conciencia planetaria. El extraño dicho budista de que cada árbol y cada hoja de hierba eventualmente se volverán iluminados, apunta a la misma verdad.

La tarea primordial no es buscar la salvación por medio de la creación de un mundo mejor, sino despertar de la identificación con la forma. De este modo, nos liberamos de las ataduras a este mundo, a este nivel de realidad. Podemos sentir nuestras raíces en lo No Manifestado y así estar libres del apego al mundo manifiesto. Podemos disfrutar aún de los placeres pasajeros, pero ya no hay miedo de la pérdida, así que no necesitamos aferrarnos a ellos. Aunque podamos gozar los placeres sensoriales, el anhelo de experiencia sensorial se ha ido, así como la búsqueda constante de realización a través de la gratificación psicológica, a través de la alimentación del ego. Así, entramos en contacto con algo infinitamente más grande que cualquier placer, más grande que cualquier cosa manifestada.

En algún sentido, ya no necesitamos entonces ya del mundo, ni que sea diferente de como es.

Sólo en este punto comenzamos a hacer una contribución real a la venida de un mundo mejor, a crear un orden diferente de realidad. Sólo en este punto somos capaces de sentir verdadera compasión y de ayudar a los demás en el nivel de las causas. Sólo los que han trascendido el mundo pueden hacer surgir un mundo mejor.

¿Cómo podemos crear un mundo mejor sin luchar primero contra males como el hambre y la violencia? Todos los males son el efecto de la inconsciencia. Podemos aliviar los efectos de la inconsciencia, pero no eliminarlos a menos que atendamos a su causa. El cambio verdadero ocurre dentro, no en el exterior.

El llamado a aliviar el sufrimiento del mundo que muchos pueden sentir, es una tarea muy noble, pero es preciso no concentrarse exclusivamente en lo exterior; de otro modo, encontraremos frustración y desesperación. Sin un cambio profundo en la conciencia humana, el sufrimiento del mundo es un pozo sin fondo. La empatía con el dolor o las carencias de los demás y el deseo de ayudar deben ser equilibrados con una comprensión más profunda de la naturaleza eterna de toda vida y de la ilusión última que hay detrás de todo dolor. La cuestión es dejar que la paz fluya en todo lo que hacemos y entonces estaremos trabajando en los niveles de la causa y el efecto simultáneamente.

LA ACEPTACIÓN DEL AHORA

Para algunas personas, la entrega puede tener connotaciones negativas, implica derrota, renunciar, fracasar en superar los retos de la vida, aletargarse, o algo así. La verdadera entrega, sin embargo, es algo completamente diferente. No significa soportar pasivamente cualquier situación en la que nos encontremos sin hacer nada al respecto. Tampoco significa dejar de hacer planes o de iniciar acciones positivas.

La entrega es la simple, pero profunda sabiduría de ceder más que oponerse al fluir de la vida. El único lugar donde podemos experimentar el fluir de la vida es en el Ahora, así que entregarse es aceptar el momento presente incondicionalmente y sin reservas. Es abandonar la resistencia interior a lo que es, por el juicio mental y la negatividad emocional. Se vuelve particularmente pronunciada cuando las cosas "van mal", lo que significa que hay una brecha entre las demandas o expectativas rígidas de la mente y lo que es. Esa es la brecha del dolor. Si se ha vivido bastante, sabemos que las cosas "van mal" muy a menudo. Es precisamente en esas ocasiones cuando se debe practicar la entrega, si queremos eliminar el dolor y la tristeza de nuestras vidas. La aceptación de lo que es nos libera inmediatamente de la identificación con la mente y así nos vuelve a conectar con el Ser. La resistencia es la mente.

La entrega es un fenómeno puramente interior. No significa que no se pueda actuar y cambiar la situación en el exterior. De hecho, no es la situación total lo que se debe aceptar cuando hay entrega, sino sólo el minúsculo segmento llamado el Ahora. Por ejemplo, si estuviéramos atascados en el barro en algún sitio, no diríamos: "Bien, me resigno a quedarme en el barro". La resignación no es entrega. No tenemos que aceptar una situación vital indeseable o desagradable. Ni necesitamos engañarnos y pensar que no hay nada malo en ello. Por el contrario, reconocemos que deseamos salir de ahí. Entonces concentramos nuestra atención en el momento presente sin etiquetarlo mentalmente de ninguna forma. No se juzga al Ahora. Por lo tanto, no hay resistencia, ni negatividad emocional. Aceptamos el ser del momento. Entonces pasamos a la acción y hacemos todo lo posible para salir del barro. A tal acción la llamo acción positiva. Es mucho más efectiva que la acción negativa, que surge de la ira, la desesperación o la frustración. Hasta lograr el resultado deseado, continuamos practicando la entrega refrenándonos de calificar el Ahora.

La incapacidad de aceptar el ahora endurece su forma psicológica, la cáscara del ego, y crea así un fuerte sentido de separación. El mundo y en particular la gente se perciben como amenazas. Surge la compulsión inconsciente de destruir a los demás por medio del juicio, así como la necesidad de competir y dominar. Incluso la naturaleza se convierte en enemiga dado que todas las percepciones e interpretaciones están dominadas por el miedo.

La enfermedad mental que llamamos paranoia es sólo una forma un poco más aguda de este estado normal, pero disfuncional, de conciencia.

No sólo su forma psicológica sino también su forma física - el cuerpo - se vuelve duro y rígido por la resistencia. La tensión surge en diferentes partes del cuerpo y éste se tensa y contrae. El flujo libre de la energía vital a través de él, que es esencial para su funcionamiento saludable, se restringe en gran medida. El ejercicio y ciertas formas de terapia física pueden ayudar a restaurar este flujo, pero a menos que practiquemos la entrega en lo cotidiano, estas medidas sólo producen un alivio temporal de los síntomas puesto que la causa - el patrón de la resistencia - no ha sido disuelto.

Hay algo en nosotros que no se afecta por las circunstancias transitorias que forman nuestra situación vital y sólo a través de la entrega tenemos acceso a ello. Es la vida, el verdadero ser, que existe eternamente en el reino intemporal del presente. Descubrir esa vida es "la única cosa necesaria", de la que habló Jesús.

Si nuestra situación vital nos resulta insatisfactoria o incluso intolerable, sólo entregándonos primero podemos romper el patrón de resistencia inconsciente que perpetúa esa situación.

La entrega es perfectamente compatible con la acción, con iniciar cambios o lograr metas. Pero en el estado de rendición hay una energía totalmente diferente, una cualidad distinta, que fluye en el actuar. La entrega nos conecta con la fuente de energía del Ser y si nuestra actuación está infundida por el Ser, se convierte en una celebración gozosa de energía vital que nos lleva más profundamente al Ahora. Por medio de la no resistencia, la calidad de nuestra conciencia y, por lo tanto, la calidad de todo lo que estemos haciendo o creando se realiza inconmensurablemente. Los resultados entonces se producirán por sí mismos y reflejarán esa calidad.

Podríamos llamar a esto "acción entregada". No es el trabajo como lo hemos conocido por miles de años.

Según más seres humanos alcancen el despertar, la palabra trabajo irá desapareciendo de nuestro vocabulario y quizá se cree una nueva palabra para reemplazarla.

La cualidad de nuestra conciencia en este momento es la que constituye el determinante principal del tipo de futuro que experimentaremos; así pues, la entrega es lo más importante que podemos hacer para producir un cambio positivo. Cualquier acción es secundaria. No puede surgir una acción verdaderamente positiva de un estado de conciencia sin entrega.

LA ENTREGA EN LAS RELACIONES PERSONALES

¿Qué pasa con la gente que intenta controlar o manipular a otras?

Sólo una persona inconsciente tratará de controlar o manipular a los demás, pero es igualmente cierto que sólo una persona inconsciente puede ser usada y manipulada. La entrega no significa que permitir que otros nos manipulen; en absoluto. Es perfectamente posible decir "no" firme y claramente a una persona o apartarse de una situación y estar en un estado de completa falta de resistencia interior al mismo tiempo. Cuando se dice "no" a una persona o a una situación, debemos procurar que nuestra reacción nazca de la comprensión, de una clara conciencia de lo que es correcto o no en ese momento. No se trata de un no reactivo sino de un "no" de alta calidad, libre de toda negatividad que impida crear más sufrimiento.