

Thomas (economista y ejecutivo), interesado por su desarrollo espiritual, conversa con el Maestro Amal (exmonje budista y exprofesor universitario en Historia de las Religiones) sobre la Verdad de lo que somos.

- Thomas: Quisiera saber algo sobre el Ser que somos en realidad. Siempre me he quedado con ganas de saber de ello.
- Amal: Antes de llegar a eso hay que partir de saber que es "eso" que posibilita que todo exista y exista de una determinada manera. Y digo "eso" porque no se puede saber lo que es y menos describir.
- Uma: Me imagino algo. Pero, por favor, Amal, sigue.
- Amal: No, por favor. Dime, ¿qué imaginas?
- Thomas: Imagino que vas a hablar del Universo y de la idea de Dios. ¿No es así?
- Amal: Algo así. Sigue.
- Thomas: Pues imaginemos el espacio infinito, lleno de agujeros negros, galaxias, soles y tantas y tantas "cosas". Dicen que el universo nació del Big bang, o Gran Explosión, que era un agujero negro que absorbió toda la materia y energía y después explotó en forma de polvo cósmico y energía que, junto con las leyes de la física y la química, fueron formando todo lo que habita en el universo que conocemos. El polvo cósmico y la energía, pues, fueron creando las partículas que dieron lugar a los elementos que se iban combinando en un proceso creativo de prueba y error, adaptándose a las circunstancias y evolucionando hacia la Vida.

Cualquier partícula del universo lleva consigo una información sobre sus propiedades. Ya sea por el Big Bang o siguiendo algún tipo de principio holográfico, la Vida ya estaba asentada, pues, en lo que funciona. Pero en realidad este big bang es algo que se toma como teórico para fijar un inicio del tiempo y el espacio, además del origen de la materia, leyes y energías que conocemos actualmente. Y antes del Big Bang, ¿no había nada? Yo no soy capaz de concebir "la nada absoluta".

- Amal: Bueno, no nos metamos en conceptos que ni los físicos teóricos conocen bien todavía. Sigue, por favor.
- Thomas: El caso es que existe algo que llamamos universo, que se supone que siempre ha existido. Y este universo, como decíamos, está lleno de todo tipo de elementos que

forman todo tipo de estructuras y sustancias. En el Universo nada es permanente, todo está cambiando continuamente. Algunas cosas cambian casi instantáneamente y otras tardan millones de años en hacerlo. Todo cambia. Y ese cambio significa nacimiento, existencia y muerte. Nada permanece eterno.

- Amal: Todo cambia y nada permanece, y mientras las "cosas" del universo existen se desarrolla en ellas un cambio continuo. Ese cambio les hace evolucionar hacia su muerte, su final. Lo curioso es que esa evolución mantiene siempre una actividad creadora que les hace cambiar y evolucionar. Evolución y creación van unidas y se complementan mutuamente.
- Thomas: ¿Y de qué forma crees que evolucionan?
- Amal: Esto es lo increíble. En mi opinión, cada una de las "cosas" que hay en el Universo que son del mismo tipo, y llamo "cosas" a todo aquello que existe, desarrollan una misma forma en su proceso de creación y de evolución. Las "cosas" del mismo tipo evolucionan y realizan el proceso de creación de una misma determinada manera. Ya se ha dicho antes que cada una de las partículas del universo lleva consigo una información sobre sus propiedades.

Así, las galaxias, por poner un ejemplo, tienen el mismo proceso de creación, de desarrollo y muerte, y todas, cualquiera que fuera el tiempo de su existencia, evolucionan con unas mismas pautas generales a lo largo de su vida. Lógicamente, como todo en el Universo está unido de una u otra forma, porque todo es energía, las galaxias, como "cosa", también evolucionan con la influencia de todas las demás "cosas". Es como si todas las galaxias que existieron, existen y existirán tuvieran algo común esencial en su forma de existir que les obligara a evolucionar, a recoger las influencias externas (entre ellas las leyes físicas y químicas, incluida, lógicamente, la fuerza de la gravedad) y a realizar el proceso continuo de creación en apoyo de esa evolución, de la misma manera. Eso es la que constituye la Esencia de lo que es esa "cosa".

Esa Esencia, esa información de comportamiento propia de cada elemento del universo, es la que hace que una determinada "cosa" del Universo de unas mismas características, se manifieste en su proceso continuo de creación para su evolución de una determinada manera y no de otra. Y es ahí donde está la Verdad de la vida. Y esto vale para las grandes galaxias como para el elemento más insignificante del Universo.

- Thomas: Según lo que dices, pareciera como si la existencia atemporal de todas las "cosas" contuviera una Esencia donde estuviera recogido todo el material "genético"

necesario para volver a nacer, desarrollarse, evolucionar de forma adaptativa, aprendiendo generación tras generación, hasta su desaparición o muerte. Y esto va más allá del funcionamiento de las leyes físicas y químicas. ¿No es así?

- Amal: Así creo. Sigue, sigue, Thomas. ¿Y hacia dónde evoluciona todo?
- Thomas: Vamos a ver si soy capaz de explicar esto. Como he dicho, en la existencia de las galaxias, desde el Big Bang que sepamos, ha habido muchas de ellas que se han formado, han tenido una existencia y luego se han apagado y muerto. Todas ellas tenían una misma forma de existir, desarrollarse y morir. Según has dicho antes, esa misma forma pareciera como si las galaxias, o cualquier otra "cosa" del Universo, tuvieran una impronta común de actuación durante su existencia.
- Amal: Exacto. Y esa impronta común de forma de existir en todas las galaxias que han existido y existirán es su Verdadera Naturaleza, su Esencia como galaxia. Sí. Esa impronta o Esencia, que constituye la Verdadera Naturaleza de las "cosas", es lo que determina cuál es su proceso creativo de cara a su evolución.
- Uma: ¿Y hacia dónde evoluciona todo?
- Amal: ¿Evolucionar hacia dónde?, me preguntas. Hacia su supervivencia como "cosa" genérica que es, como especie. Y como tal especie de "cosa" tiene que evolucionar, adaptándose a todos los cambios que experimenta cada elemento de esa especie a lo largo de su existencia particular. Hay veces que la propia evolución crea otra nueva especie a partir de la anterior con su propia Esencia creadora y evolutiva. Recuerda, como antes se dijo, que todo cambia continuamente y todo influye en todo porque todo está unido.
- Thomas: Lo entiendo, pero no acabo de verlo del todo claro.
- Amal: Venga, adelante, Thomas. ¿Qué te parece si lo explicas con otra cosa distinta que las galaxias, por ejemplo, el ser humano?
- Thomas: Me lo pones difícil, pero haya voy. Después de que la tierra se formara, como cualquiera otra "cosa" del universo, y surgiera la vida, un sinnúmero de condiciones tuvieron que coincidir en un momento o tiempo determinado. Y, a través de millones de años, hubo un proceso adaptativo continuo de las especies vivas, de generación en generación. Esa creación continua en el continuo proceso adaptativo iba transmitiendo en su ADN todo

lo que cada especie había aprendido para adaptarse a las circunstancias reinantes en cada momento. Esto es de párvulos ¿Hasta aquí estás de acuerdo?

- Amal: Correcto. Sigue, por favor.
- Thomas: Pues bien, las especies vivas de la tierra, se adaptan, transmiten lo aprendido a la generación siguiente para facilitar su adaptación y, por influencia de diferentes condicionantes existentes a diferentes individuos de las especies, se van creando nuevos tipos de especies con su propia Esencia evolutiva, es decir, con su propia Naturaleza Verdadera según dijiste, es decir, algo que trasciende al propio individuo en solitario, que es propio de su especie y que constituye lo que Verdaderamente Es como tal especie, su Esencia.

Así, pues, esa nueva especie estigmatizada con su "ADN" genérico evolucionado es transmitido por cada sujeto particular a lo largo de su existencia de vida al siguiente sujeto, con todo lo que él ha aprendido e integrado en su "ADN" durante su vida. Lógicamente, esto es mucho más lento de lo que reflejo, pero sirve para la explicación. Y así la especie se va adaptando, individuo tras individuo, generación tras generación, mediante un proceso de creación evolutiva continuo, a lo que es la supervivencia, dirigido por lo que Verdaderamente Es, su Esencia como especie, como decías tú antes, Amal. Pero, ¿hacia dónde se dirige esa supervivencia? Eso no lo sé.

- Amal: Mi opinión es que a ninguna parte y a todas. ¿Hacia dónde se dirige una galaxia?, ¿Y un agujero negro? ¿Y un gusano? La supervivencia se dirige a hacer posible la vida. La vida es el objetivo de todo lo que está manifestado. La vida es la manifestación objetiva de algo subjetivo que no sabemos lo que es. Creemos que el hombre es el centro de todo y no es así. Es una mota insignificante de la vida en el Universo. La vida es un constante proceso creativo evolucionando para que todo se manifieste: nazca, evolucione y muera; y ese proceso creativo es lo que da la vida, la Vida con mayúsculas. La Vida es la manifestación de "algo", que es lo único que realmente existe. Eso es lo importante.
- Thomas: Pero, si no existe un sentido concreto, mundano y válido para la vida del ser humano, ¿qué sentido tendría para vivir su vida?
- Amal: No hay sentido y los tiene todos. Me explico. Lógicamente, no existe un sentido material para la existencia particular del ser humano. Ese es el gran error, el buscar sentido en las cosas del mundo en que vive. Ya sabéis a que me refiero: fama, dinero, poder, vida familiar, etc., etc. El sentido del ser humano lo tiene como especie que existe a través de los tiempos. El ser humano debería ser consciente de lo que Verdaderamente

Es, de su Esencia, que está conectada con la Vida, con la Vida en mayúsculas, que no es otra cosa que la forma de manifestarse aquello que no tiene nombre y que es lo que Es.

Esa manifestación de lo que Es como Esencia atemporal de ser humano conlleva también otra realidad relativa temporal. Y ser consciente de ser parte de esa Vida con mayúsculas es ser consciente de su existencia como especie humana que es, y no tanto como ser humano particular y separado del resto que es lo que ahora cree. Y ser consciente de lo que realmente Es, es ser consciente de su Verdadera Naturaleza. Eso que llamamos Ser.

Y cuando eres consciente de lo que Verdaderamente Eres, del Ser que eres y siempre has sido, eres consciente de la Vida, y fluyes con ella, dejando que "lo que Es", a través de la Ley de la Naturaleza Universal en tu Esencia, dirija tu vida. Al actuar desde esa armonía, las cosas absurdas de este mundo dejan de tener sentido y el ego queda destronado de su reino, que pretende que creas que eres un ser separado del resto e independiente.

Y, amigos, si el ego se destrona de su reino, ¿qué queda en nosotros? Pues nada más y nada menos que paz. Paz interna dentro de nosotros y paz con todo lo que nos rodea.

- Thomas: Creo que tengo claro lo que vas a decir, pero ¿qué es lo que hace que exista la vida y todo evolucione de esa manera?
- Amal: Ahí quería llegar yo en esta charla. ¿Cómo se puede dar nombre a algo que siempre ha existido, que lo abarca todo, que es la Fuente de toda creación y de todo lo que existe dotándolo de su propia Esencia evolutiva, que no tiene principio ni fin, sin límite porque no es materia ni energía? No es posible darle nombre. "Eso" fue capaz de manifestarse en el propio universo y en todo lo que este contiene. El Universo no es "Eso", sino que "Eso" contiene al Universo, es su manifestación, y no son dos cosas separadas sino la misma. No es fácil de entender esto, ¿verdad? Para poder hablar de "Eso que Es" le asignamos distintos nombres, Alá, Dios, Tao, Conciencia Universal, Brahman, etc., pero solo son nombres para facilitar la comunicación entre los hombres sobre algo que no podemos definir. Yo lo llamo, para que nos podamos entender, Conciencia Infinita.
- Thomas: Pero, vamos a ver, Amal. Todas las culturas de la tierra creen en un Dios, llámese como se llame. No podemos estar todos equivocados. Por ejemplo, en nuestra religión católica hay uno, y que incluso los niños lo identifican con un señor con barba a quien le piden cosas. Pero nadie sabe realmente lo que es Dios. Lo imaginan de mil formas, pero nada más.

- Amal: Es verdad. Yo recuerdo en mis clases que a los alumnos en la universidad les hacia esta pregunta: ¿Quién es Dios para vosotros? Y cuando se quitaban de la cabeza la idea pueril de una figura determinada o símbolo concreto, nadie sabía decir quién o qué era Dios para ellos (le llamaba Dios, porque era la cultura católica la que imperaba donde daba las clases). Como mucho llegaban a la conclusión de que "eso" era energía, pero la energía es una condición más de todo el proceso creativo del Universo. Perdona. Sigue Thomas, por favor.
- Thomas: Los dioses definidos así existen para los ignorantes. Ignorancia en el sentido de desconocer la Verdad de su existencia. Y eso, por lo visto, solo está al alcance de muy pocos.
- Amal: Las personas necesitan creer en la religión y en dioses por muchos y variados motivos: para no sentirse solos y vacíos en esta vida, para creer en algo que pueda contener sus más bajos instintos por miedo al castigo y ser merecedores de premio, porque quieren trascender esta vida, por miedo a que no haya más que sufrimiento en la vida y necesitan una razón de consuelo para soportarlo (por ejemplo, creer en la existencia del cielo), y por el más importante de todos: porque les ayuda a afrontar el momento de la muerte, ya que están identificados con su cuerpo y tienen miedo a desaparecer. Todas las religiones tienen su consuelo para los necesitados: la reencarnación en el pueblo budista, o la yanna para los islámicos, etc.

Thomas: Entonces, según tú, la religión es algo necesario para la mayoría de las personas, que la necesitan para seguir viviendo con cierta esperanza, al no ser capaces de encontrar otra forma de llenar el Vacío Existencial que queda cuando olvidan su Verdadera Naturaleza y lo que realmente es la Vida. Ya voy encajando todos los conceptos de los que estamos hablando, ¿verdad?

- Amal: Exacto. Y cuando pierdes la consciencia de tu Verdadera Naturaleza, el Ser que eres, y el ego toma su lugar, te empiezas a identificar solo con el individuo independiente que crees ser y empiezas a actuar y depender, no ya tanto de las reglas de la Esencia de tu Verdadera Naturaleza, sino con las reglas de tu propio ego. Y ahí es donde aparece la verdadera tragedia del ser humano. Y esto no depende del nivel social o cultural que tengan las personas, sino de su nivel de consciencia al respecto.

Y no es la religión lo malo, porque todas las religiones han tenido su origen en filosofías que iban por el sendero de la verdadera espiritualidad, coincidiendo todas en su esencia, sino en cómo han sido cambiadas y manipuladas para otros fines muy distintos de los que inicialmente se perseguían.

- Thomas (medio riendo y con cierta desconfianza fingida): Y si no hay Dios, ¿para qué vamos a estar ayudando a los necesitados?
- Amal: Porque así te sientes feliz.
- Thomas: Yo no estoy tan seguro de que solo sea eso. Porque el ayudar a los demás puede resultar muy duro y yo podría hacer otras cosas, como por ejemplo estar en mi club de campo jugando al tenis, en donde yo también sería feliz. Tengo que reconocer que esto me parece muy interesante. ¿Podrías continuar, Amal?
- Amal: Claro, Thomas. Ese es mi propósito. Pero me gustaría, si es posible, que me resumieras lo que se ha dicho hasta ahora para comprobar que se ha entendido correctamente.
- Thomas: A ver si soy capaz. Resumiendo lo que se ha dicho, hablamos de la existencia de algo que es real y que era la Fuente de lo que todo existía. "Eso", que tú llamas Conciencia Infinita para entendernos, que no es posible definir ni identificar, y que se manifiesta en todo lo que existe. La Conciencia Infinita y lo que existe, y pusimos de ejemplo el universo, no son cosas distintas, sino la misma cosa.

La Conciencia Infinita, en esa manifestación y para su materialización y evolución, dota a todas las cosas de unas pautas de comportamiento, que constituyen su Esencia, que representa su Verdadera Naturaleza, que es la que rige su existencia, ya sea a nivel atemporal como especie o temporal en su manifestación material real.

- Amal: Perfecto. Sigue, por favor.
- Thomas: También hablamos de que la Esencia atemporal de todas las cosas, y su manifestación en existencia temporal, estaba relacionada entre sí, todo estaba unido y se influenciaba mutuamente. La Esencia de cada "cosa" manifestada, con su particular proceso creativo de evolución, constituye su Verdadera Naturaleza. Y eso es lo que verdaderamente es real en ella.

Y la suma de todos los procesos creativos de todas las "cosas" evoluciona hacia la adaptación continua, constituyendo la Vida, con mayúsculas. Como resumen, creo que puedo decir que existe la Conciencia Infinita y la Vida, que es su manifestación. ¿Es correcto?

- Amal: Desde mi visión y comprensión, más que correcto.

- Thomas: Pero, ¿qué sentido tiene esa Vida de la que hablas?
- Amal: Nuestra mente está acostumbrada a racionalizar todo, poniendo etiquetas a todo y buscando una causa para cada consecuencia. Y eso es sólo válido en el mundo Relativo de las leyes físicas y químicas. Pero la Conciencia Infinita, que pertenece al mundo de lo Absoluto, está más allá de estos conceptos. La Conciencia Infinita es incausal y, por lo tanto, su manifestación también lo es. La Vida es la Vida y no tiene ningún otro objetivo más que el de existir, el de ser.
- Thomas: Entiendo. Me cuesta aceptarlo, pero lo entiendo. Serán las limitaciones de la mente lógica como tú dices. Si tampoco recuerdo mal, también hablamos del ser humano como otra "cosa" particular más del Universo en que la Conciencia Infinita se manifiesta, de que también estaba dirigido por su Esencia, y que ella constituía su Verdadera Naturaleza. ¿No es así?
- Amal: Así es, y, por tanto, esa Verdadera Naturaleza constituye el Ser que es y siempre ha sido, ya sea en su manifestación temporal como atemporal. Y ese Ser, esa Esencia, es real, igual que lo es la Conciencia Infinita de la que procede.
- Thomas: ¿Y somos conscientes de ser ese Ser que somos?
- Amal: No, en absoluto. Además, no somos nosotros y un Ser separado, sino que solo hay un Ser y la ignorancia de lo que realmente somos. Y de eso trata lo que se suele llamar la Ignorancia Primordial.

En una ocasión, recuerdo que una alumna de cultura católica me dijo que ella era parte de Dios y Dios estaba en ella. Era lo más cercano a la Verdad que escuché a mis alumnos, pero el problema es que, al hablar con dicha alumna sobre el tema, no tenía ni idea de la profundidad de su afirmación y su interpretación estaba más cerca de creer en un "Señor" con barba que la protegía, la consolaba y la cuidaba si ella actuaba según sus leyes.

- Thomas: Seguramente le sirva de algo, pero esa forma de entender la espiritualidad sigue haciendo depender todo de algo externo a uno mismo. Es una forma muy limitada, engañosa y errónea, a mi entender.
- Amal: Abandonar esa Ignorancia Primordial es el Despertar a la Verdad de ese Ser que somos.
- Thomas: Aunque ya me imagino la respuesta, pero, ¿en qué consiste el Despertar?



- Amal: Esa es una pregunta que me hacían mucho mis alumnos. Como te he dicho es ser consciente de tu Verdadera Naturaleza, de lo que realmente eres, de tu Ser.
- Thomas: Pero, si somos el Ser, ¿porqué hemos perdido la consciencia de serlo?
- Amal: ¡Esa es la pregunta! Te explico. Cuando nacemos venimos ya con nuestra herencia genética incorporada que forma parte de nuestra Esencia misma, es decir, somos una manifestación pura de la Conciencia Infinita, y, por lo tanto, como Esencia atemporal que somos, ahora, al nacer, también somos la misma Esencia temporal mientras transcurre nuestra existencia en esta vida. ¿Me puedes recordar lo que es la Esencia?
- Thomas: Sí, dijimos que la Esencia contenía una serie de pautas, de comportamientos, de improntas, por así decirlo, que eran necesarias para la supervivencia y evolución del ser humano en su adaptación a la vida. Para sobrevivir y desarrollarse, el ser humano necesitaba, pues, de una serie de cualidades que se lo permitieran.
- Amal: Entre esas cualidades estaba la necesidad de protegerse en grupo, de mantenerse unidos para hacer frente a las dificultades exteriores del entorno y conseguir sobrevivir. Pero, ¿cómo conseguir que los individuos particulares desearan estar en grupo?
- Thomas: Pues no sé. Supongo que en su ADN estaría la actitud de estar en grupo, o algo así.
- Amal: "O algo así", exacto. Dotándoles de aquellas cualidades que hicieran posible esta necesidad. Y entre ellas la Esencia del ser humano contenía, entre otras muchas otras, la cualidad de tener capacidad de amar. Ese amor como cualidad intrínseca de la Esencia del ser humano, ya digo que entre otras muchas que posibilitaban los medios para su supervivencia, es una cualidad que ya tienen los seres humanos cuando nacen.
- Thomas: Pero, los niños pequeños cuando nacen no son conscientes de nada y solo saben pedir lo que necesitan con lloros y manifestar sus emociones de "estar a gusto o a disgusto" de forma muy básica, es decir, sonriendo o llorando.
- Amal: Bueno, eso no es así exactamente. El niño nace con una inteligencia sin consciencia desarrollada. Estamos de acuerdo. Sólo manifiesta los instintos de supervivencia básicos al llorar cuando tiene hambre o hay algo que le molesta, y sonrío cuando hay algo que le gusta. Yo pregunto: ¿Por qué y a qué empieza a sonreír el niño? Cuando siente instintivamente algo que no le es totalmente extraño porque lo lleva "dentro", y ese algo lo experimenta cuando recibe una muestra de amor, de su madre o de cualquier persona.

¿Por qué? Porque eso lo reconoce como "suyo", al igual que los instintos de llorar cuando necesita algo. Conecta con el instinto de responder al amor de forma positiva. Está en su genética y en su Esencia.

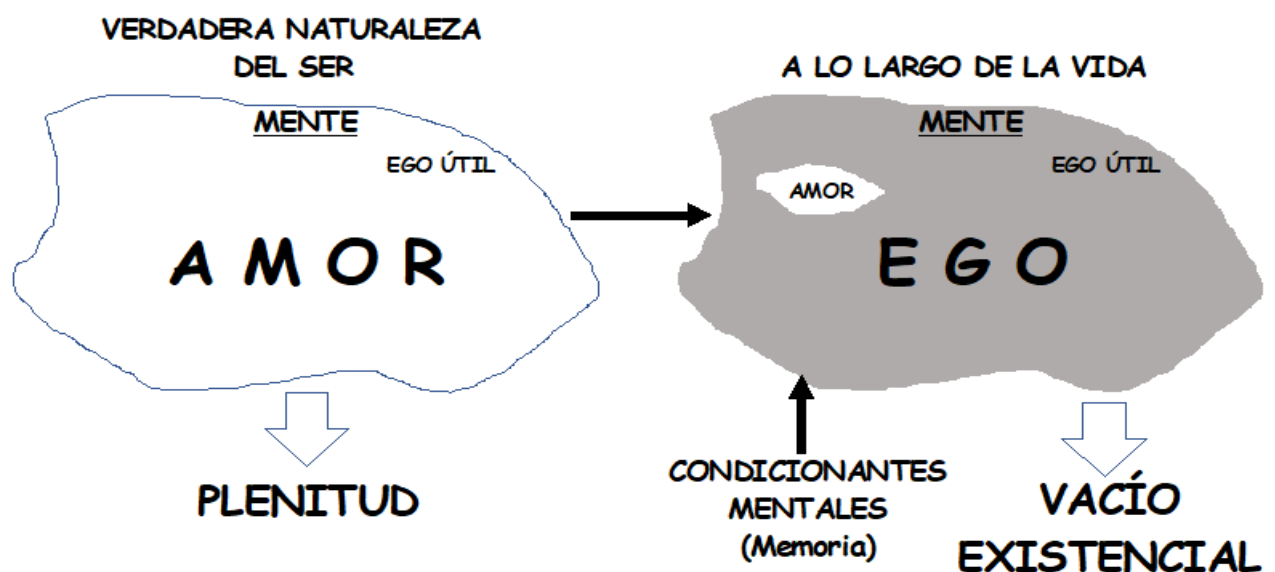
Así, pues, entre otras muchas cualidades con las que llega el ser humano a este mundo está la de manifestar el amor, el amor a todo y a todos, siempre que no esté en conflicto con las otras cualidades de supervivencia de su edad, claro está. Es el Ser en su Esencia, sin perder nada de su Verdadera Naturaleza, incluso en el caso de que el comportamiento de los padres, o la propia naturaleza, hayan dañado su cuerpo y mente en el feto.

- Thomas: Es verdad. Hablando con la propiedad de la conversación que estamos teniendo, el niño ni es feliz ni es desgraciado. Solo actúa según está condicionado por su Esencia, por su Verdadera Naturaleza.

Cuando el niño actúa de acuerdo con su Verdadera Naturaleza, como el Ser que es, está en paz con él mismo y con lo que le rodea. Duerme y desarrolla la consciencia, sus sentidos y su mente tranquilamente, en paz, solo respondiendo a sus instintos de supervivencia. No necesita ser feliz ni se queja innecesariamente por sufrimiento alguno. Solo se queja cuando necesita algo para sobrevivir o algo no funciona en armonía con esa supervivencia.

- Amal: No hay maldad en eso ni otra necesidad que la de sobrevivir y ser lo que Es respondiendo a la vida. Y por eso responde a la querencia del amor, de forma expresa o tácita.

Dejando al margen las otras cualidades, me voy a centrar, de momento, exclusivamente en la cualidad del amor esencial en la condición del ser humano. Fíjate en lo que estoy dibujando.

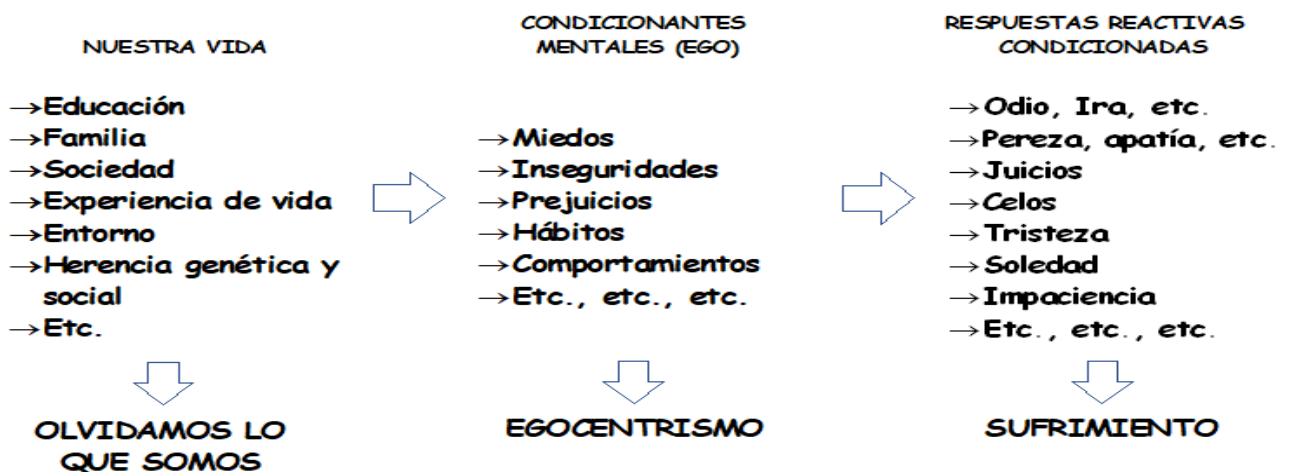


Primero hacer una precisión sobre el "ego útil" y el "ego" que aparecen en la figura. El ego en general es nuestra mente condicionada, que son las condiciones que traemos incorporadas al nacer por nuestro ADN y nuestra Esencia, que es el ego útil, y sirve para realizar todas las funciones conscientes e inconscientes de nuestra mente, de acuerdo con la naturaleza del ser humano y en las que están incorporadas todas las rutinas de su genética y demás. Y luego está la mente condicionada por todas las condiciones que vamos incorporando a lo largo de la vida y que es nuestro ego negativo, al que llamaré, por el momento, simplemente EGO a partir de ahora.

Pues bien, cuando nacemos tenemos intactas todas las cualidades de nuestro verdadero Ser, de nuestra Verdadera Naturaleza, como se muestra en la figura, representando la cualidad del AMOR a todas las demás para simplificar, como antes he dicho. Ese estado, también como antes se ha dicho, es un estado de paz, de plenitud del Ser. La Esencia temporal del Ser está plenamente manifestada en lo que al amor se refiere. Recordemos que la Esencia atemporal es la misma para todos los seres humanos pasados, presentes y futuros, y en ella no hay separación entre personas porque es la manifestación de la Conciencia Infinita que es Todo, sin división alguna. Así, el Ser que es el ser humano forma uno con todos los demás seres, porque esa es su realidad última, su Verdadera Naturaleza. No hay separación entre ellos.

Pero, ¿qué pasa entonces? ¿Eres capaz de decírmelo?

- Thomas: Voy a intentarlo. Que a medida que nos desarrollamos vamos incorporando en nuestra mente, ya desde pequeños y a lo largo de toda la vida, todas las normas, actitudes, formas y demás comportamientos y creencias que vamos adquiriendo a través de la familia, la educación, la cultura, la sociedad, nuestra propia experiencia de vida, etc., etc., que son los condicionamientos mentales que forman nuestro ego. ¿No es así?
- Amal: Así es. Tengo aquí un esquema que refuerza lo que estás diciendo.



- Amal: Sigue, por favor.
- Thomas: Pues que a medida que este ego va creciendo y llenando nuestra mente, vamos olvidando, ensombreciendo hasta casi ocultar, la consciencia de nuestra Verdadera Naturaleza, la consciencia de nuestro Verdadero Ser.
- Amal: Y nuestra capacidad de ser y experimentar amor se va reduciendo paulatinamente. Y cuando hablo de amor, lógicamente, no me refiero al amor de pareja, sino al amor superior que engloba todo el comportamiento humano y que solo es posible si todos nos sentimos Uno.

Así, pues, repito lo que acabas de decir, el ego empieza a gobernar nuestra mente y nos vamos olvidando casi en su totalidad de la cualidad de amor que somos, porque somos en Esencia Uno. Al ocultar ese amor, el ego nos hace creer que somos entes separados el uno del otro, y empezamos a mirar sólo por y para nosotros mismos, para nuestra propia satisfacción. Eso es lo que se llama egocentrismo.

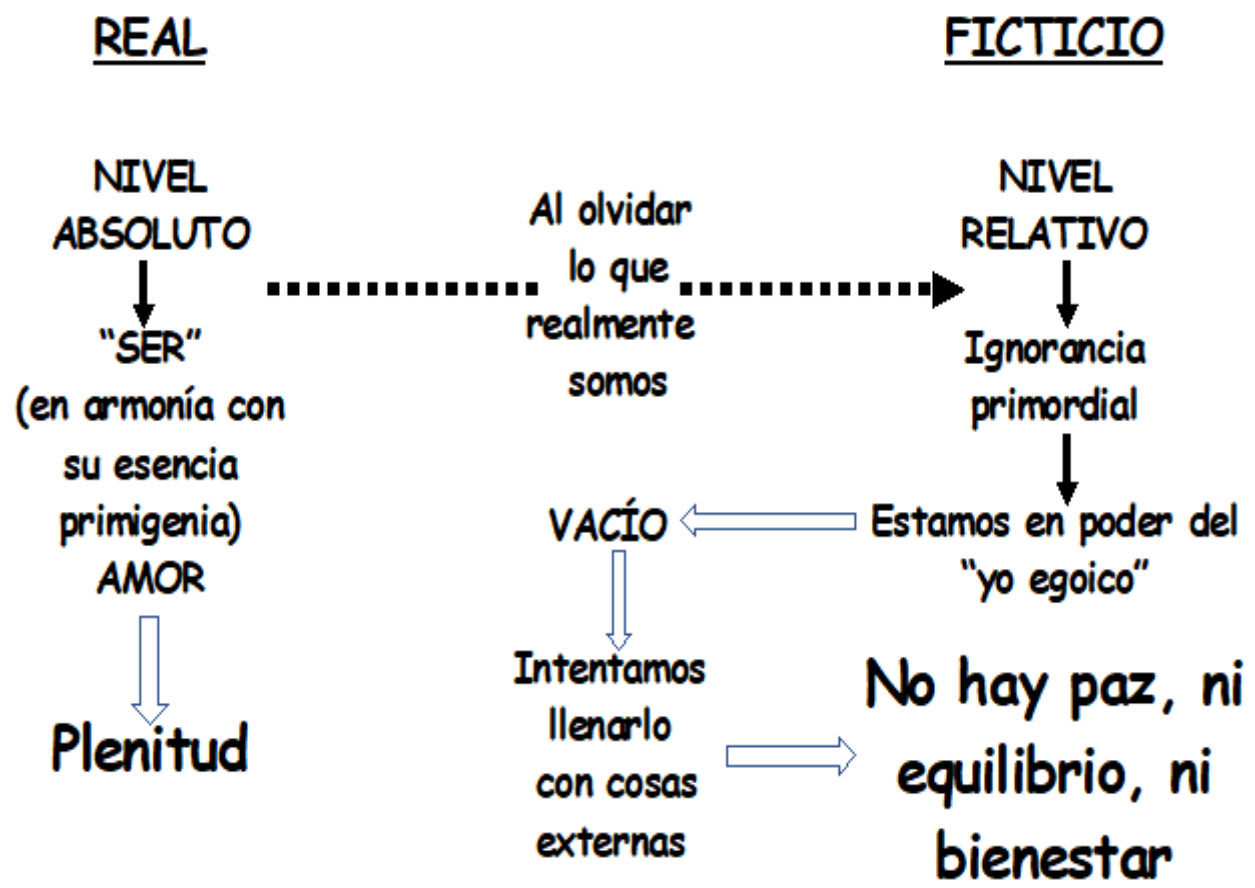
- Thomas: Creo saber lo que es el egocentrismo, pero, ¿qué es para ti?
- Amal: Egocentrismo es cuando se piensa y se actúa de acuerdo a la siguiente frase: *"Yo soy una persona independiente y separada de los demás y el centro de todo está en mí mismo, y, por lo tanto, todo tiene que girar alrededor mío"*. Que es lo que normalmente hacen todas las personas, consciente o inconscientemente.
- Thomas: ¿Y el Vacío Existencial? También este Vacío ha salido anteriormente en nuestra conversación.
- Amal: Yo creo que tú mismo me lo puedes decir ahora. ¿Qué es el Vacío Existencial, Thomas?
- Thomas: Sí, tienes razón. Cuando el ser humano deja de tener consciencia de sí mismo, de lo que Verdaderamente Es, del Ser que es, se produce una especie de vacío en su interior. Según has dicho, el ser humano no es consciente de él, pero siente dentro de sí una inquietud inconsciente de algo que le falta y que necesita conseguir llenar ese vacío persiguiendo estar "bien". Y la conclusión que saco es que el problema es que no sabe, o mejor, ha olvidado, que es lo que le falta y tampoco sabe cómo llenar ese vacío.

Voy encajando las cosas. Entonces ahí está el ego, el "yo egoico" del que hablamos anteriormente, recomendando la única salida que entiende y ha aprendido, llenarlo con

las cosas de fuera, es decir, ocupando la mente con cualquier cosa externa que le haga sentir engañosamente satisfecho y completo. Intenta llenar el Vacío Existencial del olvido de su Ser con las cosas de fuera: dinero, poder, seguridad, drogas, familia, amor de pareja, conocimiento intelectual, etc., etc., etc.

- Amal: Incluso con la espiritualidad mal entendida, cuando utiliza, por ejemplo, la meditación para sentirse bien. Sigue, Thomas.
- Thomas: Y el Vacío Existencial solo deja de existir cuando recuperamos aquello que lo llenaba, que es la consciencia del Ser que somos, cuando somos conscientes de nuestra Verdadera Naturaleza, y vivimos la vida desde esa consciencia.
- Amal. Bien. Y en ese estado de consciencia es donde se encuentra la plenitud y la paz, pues estamos conectados con la Verdad, en Presencia de la Verdad que supone ser conscientes de que somos una manifestación de la Conciencia Infinita, y que el Ser que somos es Uno con ella. El Ser es la Conciencia Infinita manifestada en el ser humano. Ese estado es interno y, lógicamente, no tiene que ver ni depende de nada exterior.

Miremos ahora el siguiente esquema en el que quiero representarte lo que acabo de decir.



¿Se entiende ahora algo mejor?

- Thomas: Creo que sí, pero a mí, por lo menos, me vienen muchas preguntas y dudas.
- Amal (sonriendo): Claro. No faltaría más. Estas prácticamente empezando a dejar de ser ignorante. Y esto lleva algún tiempo.
- Thomas: Ese estado de consciencia del Ser que somos del que hablas y que hemos perdido, ¿cómo se consigue recuperar?
- Amal: Bien dicho, Thomas. No es el estado del Ser lo que hemos perdido, pues siempre hemos sido Eso, sino la consciencia de ese estado. Ya hemos hablado antes de esto y ahora vamos a seguir profundizando en ello. Y vamos a empezar desde el principio para crear el marco completo. Y para ello requiero tu ayuda. Por ejemplo, Thomas, ¿cuál crees que es el objetivo del desarrollo espiritual según todo lo que hemos dicho?
- Thomas: En lo que al desarrollo espiritual se refiere el objetivo principal y único dijimos que es conseguir ser conscientes y vivir nuestra existencia de vida desde el Ser que somos. Si esto lo conseguimos estaremos en estado de plenitud y paz.
- Amal: Pero, ¿qué hemos dicho que es lo que hace que nos olvidemos de lo que realmente somos y vivamos fuera de la consciencia de nuestro Ser?
- Thomas: El ego, ¿no?
- Amal: Exacto. El ego ahora es nuestro dueño. No tenemos apenas poder sobre nuestra mente que está dirigida por él. Entonces, para volver a recuperar nuestra capacidad para estar de nuevo en Presencia del Ser que somos debemos derrocar al ego de su trono. El camino espiritual trata de esto tan sencillo y a la vez tan complicado: Recuperar la consciencia del Ser que somos y mantenernos en ese estado, y para ello debemos superar el poder del ego en nuestra mente. Eso es todo. Y a medida que vayamos por ese camino nos iremos encontrando, cada vez más, con un sentimiento de plenitud interior, en un estado de equilibrio mental, y en paz interna con nosotros mismos y con todo lo que nos rodea.
- Thomas: ¿Es la felicidad?
- Amal: No, no. Ese estado está más allá de lo que comúnmente llamamos felicidad y sufrimiento, pues, a mi juicio, ambos son producto del ego. Es un estado en el que ya no

necesitas buscar la felicidad o huir del sufrimiento, porque ya no te afectan, ni los necesitas para estar en paz.

- Thomas: ¿Y qué es exactamente la Iluminación de la que tanto se habla?
- Amal: La Iluminación es como la luz al final del camino. Se habla de los Maestros que han conseguido llegar a ese estado, pero que yo no he conocido ninguno. He leído sus libros, claro, pero tampoco creo que necesariamente debamos llegar al final. La Iluminación significa haber conseguido trascender totalmente el ego, lo que significa vivir en consciencia desde el Ser que eres, y esto de forma definitiva y permanente. Y esa es luz de la que hablaba. Pero, para las personas comprometidas con el desarrollo espiritual como nosotros, es en cada paso que damos en el camino y que vamos experimentando lo que nos debería bastar. También, y en esto estoy de acuerdo con los Maestros, que, si te pones como objetivo futuro conseguir la Iluminación, ese ya se convierte en objetivo del ego, porque el Ser solo existe en el momento presente.
- Thomas: Aunque se lo que quieres decir, no entiendo muy bien eso de que el Ser solo vive en el momento presente.
- Amal: Sí. El tiempo solo existe en el momento presente. La secuencia temporal y continua que nos hace pensar que el tiempo es una corriente de acontecimientos continuos unos de otros, es una conceptualización de la mente, de la memoria manifestada momento a momento de aquello que sucede en el momento presente, y esto nos da la sensación de continuidad en el tiempo, y, lógicamente, esto es útil para la visión Relativa de este mundo. Pero la realidad es que, y sigo en el mundo relativo, todo lo que hay existe en el momento presente junto con sus condicionantes de su existencia en ese momento. Todo nace y muere en ese instante. Al instante siguiente, y siguiendo la Ley de la Impermanencia, todo es distinto ya; ha cambiado lo que existe y las circunstancias que lo afectan. Es otra realidad.

Por ejemplo, ¿tú crees que existe el pasado y el futuro?

- Thomas: Yo creo que sí.
- Amal: ¿Por qué lo crees?
- Thomas: Puedo entender que el futuro sea un constructo de nuestra mente y que organicemos nuestro presente para planificar o intuir un futuro imaginario. Pero, el pasado yo creo que sí existe, al menos en nuestra mente.

- Amal: Tú lo has dicho.
- Thomas: Creo que el futuro es una construcción mental basada en la información que tenemos en la mente en ese instante, en el instante de imaginar el futuro. Así que el futuro como tal solo existe en el momento presente y está construido con la información que está en nuestra mente también en el instante presente. El futuro solo vive en el momento presente, por tanto, el futuro no existe como tal futuro.
- Amal: Y ahora vamos al pasado. ¿Existe el pasado?
- Thomas: Antes dije que el pasado existe porque recuerdas ese pasado. Pero ese pasado se almacenó en redes neuronales que llamamos recuerdos. Y esos recuerdos no son más que información almacenada en tu cerebro que aparece cuando la requieres en el momento presente. Ese recuerdo cambia continuamente en tu mente. Algo que recuerdas en un momento, ha cambiado en el siguiente, aunque sea imperceptiblemente, ya que la red neuronal del cerebro que sustenta esa información ha cambiado. El pasado solo está cuando lo recuerdas y eso solo existe justo en el momento de recordar, en el momento presente. Por tanto, el pasado solo existe en el presente, y entonces el pasado, como tal pasado, tampoco existe.
- Amal: Puedes pensar que esa red neuronal, aunque cambie continuamente, existe de forma permanente. Pero resulta que ese cambio hace que se esté actualizando continuamente esa red en cada instante, dejando sin existencia la red que soporta el recuerdo en el instante anterior. Sigue existiendo el pasado solo en el presente.

Si estamos de acuerdo que el pasado y el presente no existen más que en el momento presente y no son más que información almacenada y gestionada desde la mente, que se ejecuta en el momento presente, pregunto, ¿qué es lo que realmente existe, de existir algo?

- Thomas: El momento presente.
- Amal: Exacto. Entonces, ¿dónde está la vida realmente?
- Thomas: Está claro: En el momento presente.
- Amal: Y entonces, cuando hablamos de ser conscientes de nuestra Verdadera Naturaleza, de ser conscientes del Ser que somos, ¿tiene algún sentido hablar del Ser que fuimos o del Ser que seremos? Si fuera así, sería el ego el que está imaginando el



pasado y el futuro como Ser. Por eso el Ser solo puede existir en el momento presente, que es donde está la auténtica vida.

Por eso, también, es absurdo ponerse como objetivo futuro la Iluminación, pues en este caso sería obra del ego, y entonces estaríamos dando de comer al ego en lugar de debilitarle. El desarrollo espiritual tiene como objetivo el ser conscientes de nuestro Ser momento a momento, en cada paso del camino, y experimentar en cada instante la paz, el equilibrio y la plenitud que ofrece la consciencia del Ser.

- Thomas: Tengo que ir asimilando todo lo que hemos hablado, Amal. ¿Te parece que sigamos nuestra conversación otro día?
  
- Amal: Claro, Thomas.

Ya en soledad, Thomas quiso poner algo de orden en todo lo que había hablado con Amal. Todo lo que tenía que ver con una comprensión lógica era fácil de admitir para él. Por ejemplo, pensó en lo práctico y útil que resultaba entender los conceptos de la aceptación y el no aferramiento, aunque consideraba también que actuar de esa manera requeriría de práctica hasta conseguir integrarla en el comportamiento diario.

También consideró el papel del ego en todo esto. Desde luego que admitía sin ninguna duda que el ego era el causante de la infelicidad en el mundo, pero no era la causa primera. Recordó lo que Amal había dicho de la Ignorancia Primordial, que venía de haber olvidado nuestra Verdadera Naturaleza, el Ser que somos. Ese olvido era la verdadera causa de que el ego fuera nuestro dueño y señor y nos dirigiera a través de los condicionantes mentales.

Y estaba también la idea de que el ser humano como especie era una manifestación de la Conciencia Infinita, y en esa manifestación aparecía la especie humana dotada de una Esencia, que era su Verdadera Naturaleza, el Ser como Esencia, el Ser como Conciencia Infinita. Todo era la misma cosa.

Pensando en ello, a Thomas le vino las primeras preguntas: *"Si solo existe realmente el Ser que somos, ¿qué ocurre con lo que ven y sienten nuestros sentidos?, ¿no es real? Y no digo que lo que percibimos con ellos sea cierto o no, equivocado o no, sino real. Si solo existe el Ser, como Conciencia Infinita, todo lo que se manifiesta en la vida como forma, ¿deja de ser real en su existencia? No puede ser, pues me toco y estoy seguro de que existo. Pero entonces, cuando estoy dormido profundamente, y no soy consciente de que existo, ¿dejo de existir? Y cuando estoy dormido, pero soñando, y en el sueño me imagino con un cuerpo distinto al mío haciendo cualquier cosa, ¿soy otro distinto de cuando estoy despierto? ¿Cuál*

*es la diferencia de realidad entre el yo despierto y el yo dormido con sueños y por qué uno es real y el otro no, si en la mente ambos existen?*

Thomas seguía utilizando la mente para poder comprender, y trataba de buscarle explicación a todo desde la razón. Pensaba que la mente, con ego o sin él, siempre sería el vehículo de entendimiento y comprensión del ser humano. No había otro. Pero luego le vino a la memoria una palabra que Amal había repetido muchas veces: la "consciencia". ¿Qué era la consciencia? ¿La consciencia era ser consciente de las cosas? Es este caso volvemos a dar valor a la mente. ¿La consciencia era otro tipo de percepción mental desconocida para él? Si era así, ¿desde donde actuaba esa consciencia? No podía entender otra forma que no fuera desde la mente. En fin, un mar de dudas también en este terreno.

En siguiente encuentro con Amal, la conversación empezó con las grandes dudas que Thomas tenía identificadas.

- Thomas: No veo otra forma de comprender y aceptar todo lo que me dices si no es a través de la mente. ¿Es a través de la mente racional desde la que debo enfocar el entendimiento y la integración?
- Amal: No. Mira, el camino espiritual tiene como una especie de proceso en cada paso que damos. Te cuento:
  - Primero está el puro conocimiento de lo que vamos leyendo, nos van diciendo o vamos descubriendo y aprendiendo nosotros mismos. Necesitamos aprender y comprender la teoría del camino. En esta parte se debe utilizar la mente lógica. Se debe comprender con la inteligencia.
  - Después está la contemplación de lo aprendido, es decir, vamos haciendo nuestro todo ese conocimiento: le damos significación, lo contrastamos con nuestras ideas, dejamos que nos las cambie si así lo sentimos, y, sin cambiar lo esencial de la enseñanza, le damos nuestro "toque personal" por así decirlo, es decir, antes de creer en ello lo consideramos Verdad porque así lo sentimos. En esta parte entra la inteligencia, sin duda. Pero también es necesario otro tipo de forma de descubrir las cosas: la intuición, que es la habilidad para conocer, comprender o percibir algo de manera clara e inmediata, sin la intervención de la razón. Crees en ello porque así lo sientes en lo más profundo de ti, porque intuyes que es Verdad. Y no tiene que ver nada con la fe ciega. Lo que descubres con la intuición es lo que definitivamente te hace creer en el camino del desarrollo espiritual.

- Por último, está la tercera forma de comprender la espiritualidad, que es a través de la propia experiencia, con la experimentación, es decir, que lo que has descubierto a través de la inteligencia y la intuición se manifieste en ti, se apodere de ti y se integre en ti, sin ningún género de dudas. Es la Verdad hecha realidad en ti. Esta fase, lógicamente, corresponde al resultado de la práctica de todo lo que se ha aprendido y contemplado. Eso es el Ser que se manifiesta en ti de forma permanente y lo que hace que se avance en el camino del desarrollo espiritual: la experimentación mediante la práctica.

Te voy a poner un ejemplo: La comprensión de que somos el Ser se puede comprender intelectualmente y también intuitivamente, pero hasta que no experimentemos en nosotros mismos la existencia del Ser nunca sabremos cuál es su poder, hasta que no experimentemos conscientemente nuestra Verdadera Naturaleza no nos sentiremos Unidos realmente con la Conciencia Infinita. Y así con todo lo que vayamos integrando en el camino; hasta que no lo practiquemos e integremos en nosotros, no lo experimentaremos como Verdad en nosotros mismos.

- Thomas: ¿Se puede estimular la intuición?
- Amal: ¿Se puede estimular la inteligencia para comprender? Sí, pero lo normal es que se tiene o no se tiene suficiente capacidad para comprender las cosas en un momento determinado. Pues con la intuición pasa lo mismo. Una persona acostumbrada a pensar creativamente tendrá la capacidad intuitiva más desarrollada que aquel que solo se dedica a ver la televisión, por poner un ejemplo. Piensa que, al fin y al cabo, es una habilidad. Tampoco creo sinceramente que haya reglas fijas y limitadoras sobre esto. Y tampoco creo que haya que darle más vueltas. En la historia del camino espiritual ha habido de todo.
- Thomas. Aquí tengo una libreta donde fui apuntando mis preguntas. La primera que te hago se refiere a que he escuchado conceptos tales como Ley de la Naturaleza Universal y Naturaleza del Ser. ¿Son ambos lo mismo? ¿Cómo influyen en el ser humano durante su existencia en este mundo?
- Amal: Tienen una mínima diferencia conceptual. La Ley de la Naturaleza Universal afecta a todas las "cosas" manifestadas en el Universo por la Conciencia Infinita, y se refiere a las características comunes que tienen las Esencias de todas las "cosas", es decir, la tendencia a evolucionar a través de un proceso de creación continuo adaptativo con el

fin de hacer posible la existencia de cada una de las "cosas" que componen el Universo y que, a su vez, conforman la Vida. Todo en el Universo está sujeto a esta Ley.

La Naturaleza propia de las "cosas" cumple con la Ley de la Naturaleza Universal adaptada con las particularidades de cada "cosa", de cada especie. Esa particularización de la Ley de la Naturaleza Universal para cada especie o "cosa" es su Esencia, que conforma su Verdadera Naturaleza, lo que realmente es. En el ser humano constituye lo que llamamos el Ser, que es su Verdadera Naturaleza, la Esencia de lo que es.

En cuanto a cómo afecta la Esencia del ser humano a su existencia temporal lo hace de dos formas:

- En cumplimiento de las particularidades de la Ley de la Naturaleza Universal, el ser humano mantiene la tendencia de adaptarse continuamente al entorno para evolucionar, para sobrevivir, para formar parte de la Vida.
  - El cumplimiento de su Verdadera Naturaleza representa el "cómo" cumple con esa Ley de la Naturaleza Universal, es decir, la Esencia del ser humano le dota de una serie de características intrínsecas para que pueda cumplir con la finalidad de la Ley de la Naturaleza Universal, como es, por ejemplo, la capacidad y necesidad de generar amor, de la que ya hablamos anteriormente.
- Thomas: Comprendo, pero ¿cómo sabe el ser humano que debe cumplir con esas Leyes?
- Amal: Lo sabe si es consciente de su Verdadera Naturaleza. Pero ya dijimos que la Ignorancia Primordial hace perder la consciencia de esa Naturaleza, del Ser que es, y, por tanto, el ser humano actúa perdido en cuanto a la consciencia de estas Leyes, aunque siguen estando dentro de él, de su Esencia. Sin embargo, y dado que su existencia debería ir de acuerdo y en armonía con los principios de estas Leyes, cuando no vive su vida de esa manera, ¿qué le ocurre al ser humano?
- Thomas: No lo sé.
- Amal: Lo voy a explicar de otra manera. Para cumplir de acuerdo con su Verdadera Naturaleza, el ser humano debería actuar de manera que estuviera motivado por mejorar como persona, por adaptarse a lo que le rodea, con la consciencia de que todos los seres humanos son Uno en la Esencia, por manifestar el amor a los demás, etc. Esas son, entre otras muchas, las condiciones de su propia Esencia. Así fluiría en armonía con el Universo y su actuación estaría en consonancia con su Verdadera Naturaleza y con la Ley de la

Naturaleza Universal. Y esa armonía le proporcionaría un estado estable de paz, de equilibrio y bienestar. Pero, dime Thomas, ¿cómo se comporta realmente el ser humano?

- Thomas: Como ya hemos dicho en alguna ocasión: de forma egocéntrica, ignorante de todo lo importante y buscando su propia supervivencia a costa de los demás. Y, lógicamente, ese comportamiento va en contra de los principios de las Leyes que estás mencionando, dejando de estar en armonía con ellas.
- Amal: Y así el ser humano pierde su estado de paz, equilibrio y bienestar. El ser humano no es consciente de la causa, pero cuando actúa de forma egoísta, sin amor a los demás, está yendo en contra de su propia Esencia atemporal, y esto se traduce en que va en contra de su Verdadera Naturaleza.

El hombre sabio, el santo, el maestro saben o intuyen esto. No verás a ninguno de ellos que actúe en contra de su Verdadera Naturaleza, de una forma o de otra. ¿Has visto alguna vez que alguien que actúe en su vida con comportamiento egoísta, con desamor a los demás o persiguiendo solo objetivos materiales en su vida, que esté en paz consigo mismo, con equilibrio emocional y que no esté en guerra o a la defensiva con casi todo el mundo?

- Thomas: Entiendo. Por eso es tan importante conocerse a sí mismo, porque eso es parte del camino de volver a redescubrir lo que realmente somos y hemos olvidado, nuestra Verdadera Naturaleza, el Ser que somos.
- Amal: Y es en esa consciencia y fluyendo con ella donde debería estar nuestro presente y futuro como seres humanos como especie. Esa es la verdadera revolución de la que hablan los maestros, sabios y santos. La única que se puede hacer y que tiene sentido.
- Thomas: He comprendido. Con relación a esto también me preguntaba lo que es la "consciencia" de la que hablas y cómo actúa esta, es decir si lo hace a su libre albedrío o está condicionada de alguna forma.
- Amal: El ser humano empieza a perder la consciencia del Ser que es y, a partir de ese momento, empieza a desarrollar su ego que toma las riendas de su vida. La consciencia de la que hablo es esa que es consciente de su Verdadera Naturaleza, actuando de acuerdo a la misma.

Me explico. Con el ser humano ya dentro de la jaula de sus condicionamientos mentales, de su ego, vive una existencia sin consciencia de su Verdadera Naturaleza. Esa

consciencia tiene distintos niveles, por así decirlo, que le van acercando a reencontrarse con el Ser que es y siempre ha sido. Y esto se va consiguiendo a medida que va superando el poder del ego en él. La consciencia del Ser sustituye al ego, igual que el ego sustituyó a la consciencia del Ser en su momento. Este puede ser el concepto de consciencia. Es decir, a medida que soy consciente de mis condicionamientos mentales y los voy superando, voy subiendo de nivel de consciencia del Ser, es decir, voy tomando progresivamente mayor consciencia de la Verdadera Naturaleza del Ser que soy y actuando según sus principios.

¿En cuanto a si el ser humano actúa por libre albedrío o condicionado? Pues de ninguna y de las dos maneras y de las dos. Me explico. Siempre estaremos condicionados, de una u otra forma, no solo por las leyes de nuestra Esencia como Ser, sino también de acuerdo a los criterios del nivel de consciencia que poseamos, es decir, si estamos en un nivel bajo de consciencia del Ser, actuaremos casi totalmente condicionados por nuestro ego; si estamos en un nivel alto de consciencia del Ser, estaremos más condicionados por los criterios de nuestra Verdadera Naturaleza. Y entre ambos extremos tenemos el "libre albedrío" de elegir a qué nivel de consciencia aspirar: ¿nos quedamos en poder del ego o trabajamos por subir nuestro nivel de consciencia? Nosotros decidimos.

- Thomas: De acuerdo. Comprendido. Otra duda que tengo es en relación a la mente. ¿Qué es realmente la mente? ¿Existe realmente la mente?
- Amal: Aunque el funcionamiento del cerebro y la mente lo podemos ver con un poco más de profundidad en otra ocasión, ahora te puedo dar alguna idea. La mente no es ni más ni menos que la gestión de la información que le llega de fuera o del interior del cuerpo. Esa información, como todos sabemos, hace que nuestro cuerpo funcione y también que regule nuestra relación con el exterior. Por tanto, la mente siempre existe. Si existe el cuerpo, existe la mente. Si existe el cuerpo dentro de un entorno, existe la mente.

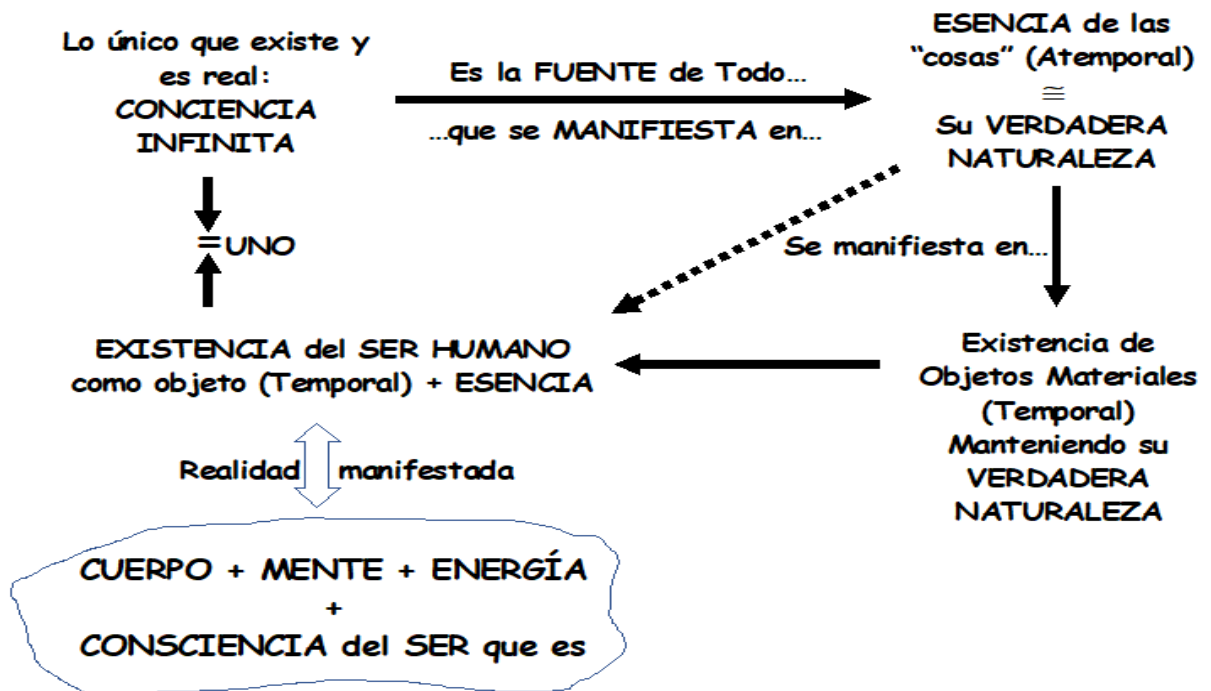
Y existe la mente cualquiera que sea nuestro estado, ya sea en vigilia, en el sueño con sueños y en sueño profundo. La mente tiene capacidades que la hacen única como, por ejemplo, la capacidad de crear imágenes y situaciones en función de la información recogida y tratada en sus redes neuronales. En el estado de vigilia, ¿es real cuando decimos que el color rojo es malo por sí mismo? O en el estado de sueño con sueños, ¿es real las imágenes que aparecen en los sueños? No. Todo está creado a partir de la información que la llega, ya sea externa, interna o de ambas, y que es gestionada por nuestra mente. La mente no distingue la realidad de la ficción, solo interpreta la información que le llega. Por tanto, sean verdad o falsas sus conclusiones o creaciones,

la mente existe en el estado de vigilia y en estado de sueño con sueños. Y, por supuesto, el Ser que es el ser humano, también existe en cualquier estado.

En el estado de sueño profundo, la mente simplemente no imagina nada, su sistema de información para tomar decisiones creativas como las que estamos hablando, está desconectado por así decirlo. Si embargo, en ese estado también la mente está funcionando en gran medida, ocupándose de nuestro cuerpo y de la propia mente mientras duerme profundamente. El Ser que somos, también hace su labor en ese estado, aunque nuestra mente no sea consciente de él. Simplemente, la mente no es consciente de la mente en estado de sueño profundo, pero la mente y el Ser existen.

- Thomas: Estoy pensando que, si en el sueño profundo no podemos ser conscientes de nuestro verdadero Ser, ¿en qué se diferencia del estado de vigilia cuando estamos en poder de nuestra Ignorancia Primordial?
- Amal: Buena pregunta. Por tanto, es la mente, pues, la herramienta que posibilita, y fíjate que digo "posibilita", al ser humano para ser consciente de lo que realmente es, del Ser que es y siempre ha sido. Por tanto, la respuesta a tu pregunta es que la mente sí existe, al igual que el cuerpo. La forma, a nivel Relativo, existe.
- Thomas: ¡Claro! En algún sitio leí que otra cosa no muy distinta de lo que estamos hablando es la contemplación desde el punto de vista de las Leyes de la Física y la Química, que consideran que detrás de la materia no hay más que energía, vacío en última instancia, y que lo que se considera materia no es más que la energía estructurada por esas Leyes, que da lugar a la forma. Parece que es lo mismo que lo que hay detrás de la información transmitida entre las neuronas en nuestra mente: los neurotransmisores, que sabemos que son la información transmitida entre las neuronas, son productos químicos e impulsos eléctricos, elementos materiales, que son asimismo estructuras de energía; es decir, en el fondo, detrás de los pensamientos existe solo el vacío, solo energía. Pero, supongo que no vamos a entrar ahora en todo esto. Baste solo este apunte por mi parte. Y entonces, ¿qué somos realmente?
- Amal: Esa es la pregunta: "¿qué somos en realidad? Trataré de explicarlo. Pero antes que nada debo recordaros que todo lo que se diga con palabras sobre este tema, nunca alcanza ni de lejos lo que en realidad es la espiritualidad, es decir, el hecho de ser la Conciencia Infinita y sentirlo conscientemente. No hay palabras que sean capaces de explicar esto. Solo es a través de la experiencia como se puede realmente entender y sentir.

Dicho esto, permíteme que coja mi cuaderno y te dibuje un esquema que quiero que seas tú mismo quién lo vaya comentando. Este esquema recoge lo que hemos dicho hasta ahora y nos servirá para retomar la línea de investigación que estamos teniendo. Thomas, ¿quieres explicar este esquema con tus palabras hasta dónde puedas?



- Thomas: Lo intentaré. Establece que lo único que realmente existe es "Eso" que no tiene nombre y es indefinible, que llamaste Conciencia Infinita y que es la Fuente de todo lo que existe. La Conciencia Infinita se manifiesta en todo lo que habita el Universo y dota a todas las cosas de lo que llamamos Esencia, que constituye su Verdadera Naturaleza, que es atemporal, es decir, que siempre existe en el tiempo de vida de esa "cosa" como especie. Recuerdo que llamamos "cosa" a todo lo que está manifestado.
- Amal: Eso es. Y esa manifestación atemporal como Esencia de especie se manifiesta, a su vez, como "forma" constituyendo su existencia temporal. Y el ser humano es una más de las "cosas" manifestadas, como Esencia y como forma. Y así, la realidad de la existencia manifestada del ser humano como elemento, constituye un Todo formado por lo que representa su Esencia, su Verdadera Naturaleza, el Ser que es, y la forma en que ésta se ha manifestado para su existencia, que está constituida por el cuerpo, la mente y la energía.
- Thomas: Así, pues, según dices, parece que el ser humano es una realidad manifestada de la Conciencia Infinita, bajo la forma de cuerpo, mente y energía. Y, además, esa existencia temporal está condicionada por su Verdadera Naturaleza. Pero, yo no consigo



encajar esto con la realidad que vivo cada día. No consigo comprender hasta qué punto estamos condicionados por nuestra Verdadera Naturaleza.

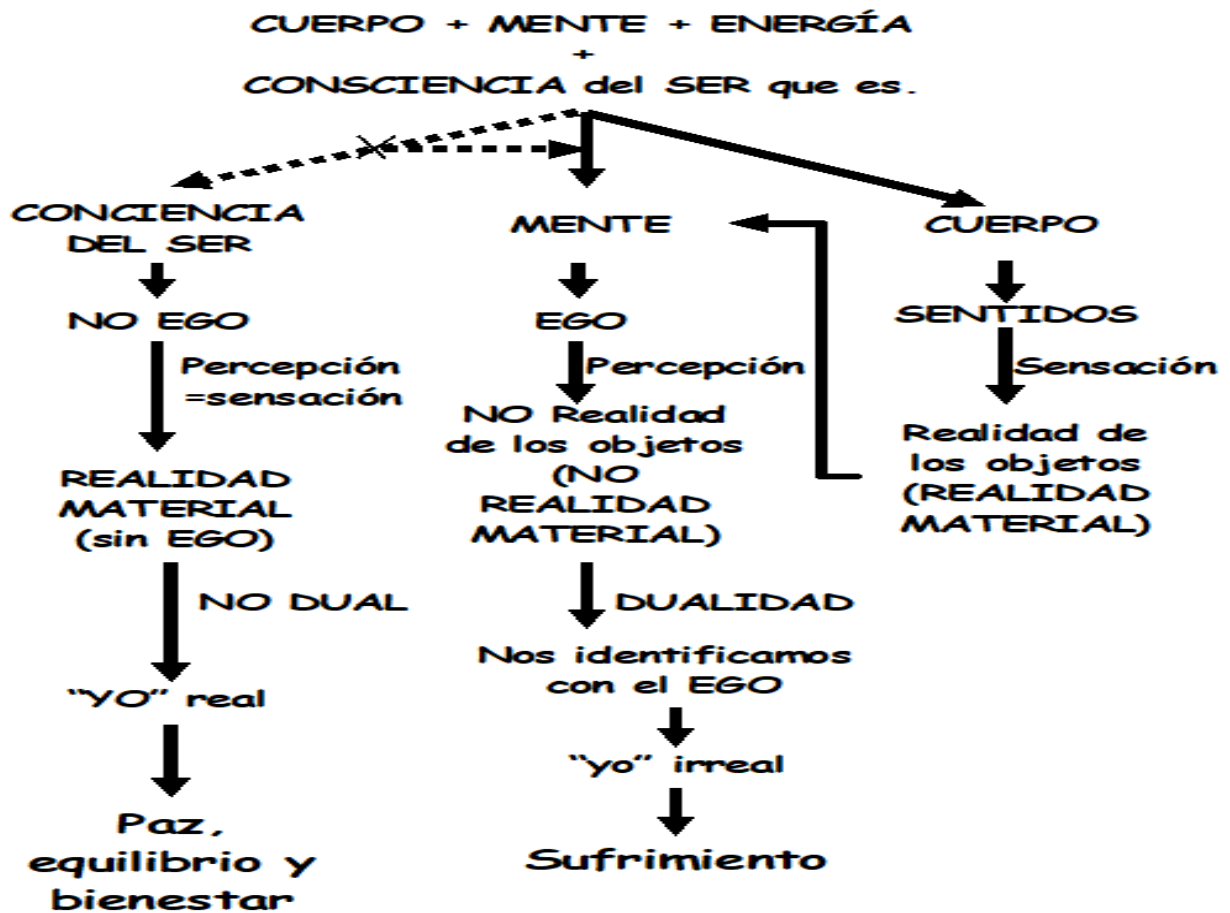
- Amal: Sí. Lo explico. Desde que nacemos, e incluso antes, ya somos el ser humano que somos. No tenemos todavía consciencia de nuestra Verdadera Naturaleza, pero sí somos ella. También ya estamos dotados de mente, cuerpo y poseemos nuestra propia energía que nos ayuda a nacer y vivir, siempre dirigidos por nuestra propia Esencia como seres humanos.

Si no hubiera nada que lo entorpeciera, a la vez que creciéramos seríamos cada vez más conscientes de nuestra Verdadera Naturaleza y viviríamos nuestra existencia en armonía con ella y con la Ley de la Naturaleza Universal. Veríamos la realidad tal cual es, adaptándonos a ella de una forma natural. Seríamos conscientes de la Unidad de todas las cosas, pues todo está Unido en su Esencia, y no nos sentiríamos separados del resto de los seres humanos y de las demás "cosas", ni tampoco tendríamos la necesidad de juzgar las cosas desde fuera.

Es difícil de explicar, pero es cómo si todo formara parte de un entorno precioso donde nada de lo que ocurriera o pasara nos afectara más allá de la mera relación práctica, como si todo formara parte de un todo completo y armónico donde se adivinara la existencia de la Conciencia Infinita en todo. En ese estado no tiene sentido que las cosas estén separadas de las otras, todo forma parte de un todo que está Unido, todo se amolda y se adapta continuamente, todo está en perfecta armonía, sin faltar ni sobrar nada. No hay diferencia entre sujeto y objeto, porque el sujeto y el objeto es Uno. Esta es la visión no dual de la realidad. Y me quedo corto. Ya os dije que es muy difícil explicarlo con palabras.

Pero viviendo desde la consciencia de nuestra Verdadera Naturaleza, con consciencia del Ser que somos, nuestra existencia estaría dirigida por lo que llamamos un "YO real" en conexión continua con la Conciencia Infinita. Por tanto, estaríamos perpetuamente en un estado de paz, equilibrio y bienestar. No habría nada que nos pudiera sacar de ese estado porque sería el natural en nosotros.

Para mostrar lo que acabo de decir y seguir explicando voy a dibujarlo en este otro esquema. Pero quiero que lo vayas explicando conmigo a medida que lo dibujo.



Como te decía, si no hubiera nada que lo hiciera cambiar, siempre viviríamos nuestra existencia consciente del Ser que somos. Pero no es así. A medida que crecemos algo se va interponiendo en esa consciencia, velándola y casi hasta ocultándola: el ego. Thomas, sigue tú, por favor.

- Thomas: Ya desde niños, nuestra mente va recogiendo en la memoria todas nuestras experiencias e influencias de nuestro entorno, creando una especie de referente con el que comparar las cosas que nos ocurren a lo largo de la vida. Si algo de lo almacenado en nuestra memoria consideramos que no fue agradable en el pasado, lo que suceda ahora igual o parecido nos parecerá también desagradable y lo rechazaremos. Y de igual manera se actúa con las cosas agradables. Son los condicionamientos mentales de los que ya hemos hablado.
  - Amal: Exacto. En esto profundizaremos otro día. Ahora baste decir que nuestros sentidos recogen la realidad tal cual es y la transmiten al cuerpo, al cerebro. ¿Quieres seguir, Thomas?
  - Thomas: Pues entiendo que esa realidad que recogen nuestros sentidos, que ya sabemos que es neutra, es decir, que no es ni buena ni mala, es lo que se entiende por realidad. Bien, pues esa realidad que llega a nuestro cuerpo, esas sensaciones neutras que les
- Jose Manuel Jiménez Valentín

llega al cerebro son transformadas por nuestra mente. Y ya sabemos cómo los condicionamientos mentales transforman esa sensación neutra en percepción condicionada por nuestros condicionamientos mentales. Lo que pasa ya no es neutro, sino bueno o malo para nosotros. Ya no es la realidad tal cual es la que vemos sino la realidad condicionada, otra realidad distinta condicionada por los condicionamientos mentales de nuestro ego.

- Amal: Muy bien. Y de esta manera vamos construyendo nuestro ego. Y así van ocurriendo varias cosas muy importantes en nosotros. ¿Me puede decir que es lo que ocurre?
- Thomas: Pues que vamos perdiendo la consciencia de nuestra Verdadera Naturaleza. El ego va ocupando el lugar de la consciencia del Ser que somos.
- Amal: ¡Bien!
- Thomas: También creo que vamos perdiendo la visión de Unidad. Ahora la realidad verdadera y la consciencia del Ser empiezan a estar separadas por otra realidad creada por nosotros, la creada por nuestro ego. La realidad verdadera y nosotros ya estamos separados por el ego. Es la visión dualista de la realidad, ¿verdad?
- Amal: Eso es. Y hay una tercera grave consecuencia que se produce a medida que el ego toma poder de nosotros. Como ya no estamos en consciencia del Ser que realmente somos, y lo único que conocemos es lo que el ego nos transmite, pues nos identificamos con él. Y acabamos creyendo que somos aquello que el ego nos hace creer que somos, un "yo irreal", que vivimos una realidad que tampoco es real, porque está condicionada. Creemos que somos esa "personalidad", que hemos construido con ayuda del ego. Y no hace falta que diga que, en esta situación, el sufrimiento está asegurado, ¿verdad?
- Thomas: Pero sigo sin saber cómo, en nuestra existencia, estamos condicionados por nuestra Verdadera Naturaleza.
- Amal: Pues porque está ahí. Eso es lo que somos. Y para cumplir con las Leyes de la Naturaleza Universal y evolucionar con la vida, debemos vivir conscientes de nuestra Verdadera Naturaleza. De otra forma, es decir, si vivimos dominados por nuestro ego, es cuando no actuaríamos de acuerdo con estas Leyes, y la Naturaleza nos lo hace pagar con el sufrimiento, restringiendo o anulando nuestra capacidad natural de estar en paz con nosotros y con todo lo que nos rodea.

- Thomas: Entonces, si no he entendido mal, no es que nos condicione nuestra consciencia de nuestra Verdadera Naturaleza, lo que verdaderamente nos condiciona es el no tener esa consciencia.
  - Amal: Exacto. Si no tenemos ese estado de consciencia del Ser que somos, estamos en poder de nuestra mente y de nuestro ego.
  - Thomas: Entonces resulta que nuestra existencia la pasamos creyendo una realidad que no es real desde un "yo" que tampoco lo es. ¡Parece increíble!
  - Amal: Sin embargo, esta es una premisa que han confirmado, de una u otra forma, todas las filosofías sapienciales, todos los orígenes de las religiones, Maestros, Santos y Sabios, de todos los tiempos, incluida la ciencia actual.
  - Thomas: Entonces, ¿cómo podemos librarnos de nuestro ego y vivir conscientes del Ser que somos?
  - Amal (riendo): Pues haciendo lo que estás haciendo. Ahora, a lo mejor, se entiende lo que decíamos anteriormente sobre lo que era la espiritualidad, el desarrollo espiritual. Decíamos que era destronar al ego de su dictadura para reencontrarnos con nuestro Verdadero Ser, que siempre había estado ahí.
  - Thomas: Sí. Y también ahora tiene más sentido lo que hablamos de que la Ignorancia Primordial era haber perdido la consciencia del Ser que somos. Y que el Despertar era el darnos cuenta de esa Ignorancia.
- (Con gesto de desesperación cómicamente exagerado) Insisto. ¿Qué podemos hacer? ¿Nos hacemos monjes?, ¿nos retiramos a una cueva como ascetas?, ¿abandonamos todo y solo nos dedicamos a la espiritualidad?
- Amal (soltando una carcajada): No. Claro que no. La espiritualidad bien entendida, dentro de nuestras posibilidades mundanas, es ir aplicando día a día una práctica que nos posibilita poco a poco ir avanzando por el camino de la consciencia del Ser. Y cada paso que damos en ese sentido notamos la diferencia, lo notamos dentro de nosotros.
  - Thomas: O sea, si he entendido bien, no se trata tanto de conseguir el éxito completo sobre el ego, es decir, la Iluminación que decíamos, sino de ir recortando el poder de este ego al ir siendo cada vez más conscientes del Ser que somos y siempre hemos sido. Nada más, y nada menos.

- Amal: Y todo esto es compatible perfectamente con la vida diaria que deseemos llevar. Cambian muchas cosas, afortunadamente, pero siempre es para bien. Acordaros que yo fui monje, después seglar y he llevado una vida normal al tiempo que me ocupaba de mi desarrollo espiritual. Y no me ha ido nada mal llevando la vida que quería hacer.
  
- Thomas: La verdad es que, si todo lo que pensamos y vemos no es real, no se me ocurre pensar cuál es la alternativa a esto, a lo que estamos acostumbrados por el ego, es decir, a la realidad que vemos y a la forma de entender las cosas a las que estamos tan adaptados. No vislumbro ver la realidad desde la consciencia del Ser. ¿Qué otra realidad puede haber? ¡Da miedo!
  
- Amal: Tiempo al tiempo, Thomas. Tiempo al tiempo.