



LA CONCIENCIA DE UNIDAD

Publicado 11/07/2017 12:01:47 | PSICOLOGÍA TRANSRACIONAL



La conciencia, esa gran desconocida y, paradójicamente, tan presente en nosotros como ausente en el mundo.

Este artículo está reproducido como nota número 47 en la obra *FILOSOFÍA TRANSPERSONAL Y EDUCACIÓN TRANSRACIONAL*

Este artículo también está reproducido en la nota 98 de la obra *LA EDUCACIÓN CUÁNTICA* (4ª ed.).

Ken Wilber (1985: 184-208) en *La conciencia sin fronteras*, argumenta que la conciencia de unidad es conciencia del momento intemporal, está totalmente presente en el ahora, y como es obvio, no hay manera de alcanzar el ahora, de *llegar* a lo que ya es. En efecto, la iluminación resplandece en toda su claridad en este momento y en todos los demás. No hay sendero hacia la conciencia de unidad pues no se trata de una experiencia entre otras, no es una experiencia que se oponga a una experiencia ínfima, sino más bien la experiencia presente. ¿Y cómo se puede entrar en contacto con la experiencia presente?

Los verdaderos sabios proclaman que no hay sendero hacia el Absoluto, no hay camino para *alcanzar* la conciencia de unidad. Al parecer, nuestra dificultad es la misma que la del individuo que va saltando de ola en ola en busca de la acuosidad. No nos quietamos durante el tiempo suficiente para entender nuestra condición presente, y al buscar en otra parte, en

realidad nos apartamos de la respuesta. Nuestra búsqueda misma, nuestro propio deseo, nos impide el descubrimiento. En otras palabras, siempre estamos intentando apartarnos de la experiencia presente, cuando en realidad esta experiencia es la que siempre constituye la clave de nuestra búsqueda: en lugar de buscar la respuesta lo que hacemos es huir de ella. He aquí la gran paradoja de la conciencia de unidad: no se puede hacer nada para conseguirla, y creo que esto, por el momento, está totalmente claro.

Llegamos así a un punto esencial de las principales *tradiciones místicas*, a saber, que hay *condiciones especiales* apropiadas, pero no necesarias, para la realización de la conciencia de unidad. Y además, estas condiciones no conducen a la conciencia de unidad, sino que ellas mismas son una expresión de la conciencia de unidad. La conciencia de unidad no es un estado futuro que resulte de alguna práctica, porque la conciencia de unidad está eternamente presente. La conciencia de unidad es nuestra "iluminación original", original no porque haya ocurrido en tiempos pasados, sino porque es el origen y fundamento de este instante. La iluminación es el origen de la firma presente y la práctica espiritual es el movimiento o actividad de este origen. La verdadera práctica espiritual *surge* de la iluminación, *no va hacia* ella.

Pero lo anterior plantea una cuestión. ¿Por qué, entonces, debemos practicar, si ya tenemos la naturaleza búdica, la iluminación original o el Cristo interior? Lo verdaderamente importante es que ejercitar las condiciones especiales de la práctica espiritual es una expresión apropiada de la conciencia de unidad. A medida que una persona va ejercitando las condiciones especiales de una práctica espiritual, empieza a darse cuenta, cada vez con mayor claridad y certidumbre, de un hecho exasperante, pero inconfundible: nadie quiere la conciencia de unidad. En términos teológicos, estamos siempre resistiéndonos a la presencia de Dios, que no es otra cosa que el presente total, en todas sus formas. Si le disgusta algún aspecto de la vida es que hay algún aspecto de la conciencia de unidad al cual está resistiéndose. Así, activamente aunque en secreto, negamos la conciencia de unidad y nos resistimos a ella. La comprensión de esta resistencia es la clave fundamental para la iluminación. En realidad, cada nivel importante del *espectro de conciencia* está constituido de un modo particular de resistencia. Al analizar el descenso desde el nivel de la persona al nivel del ego, lo primero con que tropezamos fue la resistencia a la sombra. Por eso Freud, investigador genial de la sombra, escribió: "Toda la teoría psicoanalítica se asienta, en efecto, en la percepción de la *resistencia* que ejerce el paciente cuando intentamos hacer que tome conciencia de su inconsciente". Lo que confunde especialmente al individuo atrapado en esta resistencia, es que él, como *persona*, no cree, sinceramente, ofrecer resistencia. Lo hace de una manera por entero inconsciente.

Este fue el primer tipo de resistencia que descubrimos. La persona se resiste a la sombra, con lo que impide el descubrimiento y la emergencia de un *ego* preciso. Y cuando descendemos al siguiente nivel importante del espectro de la conciencia, nos encontramos con que el propio ego exhibe una resistencia: la del ego a la atención sensible del *centauro*. Esta resistencia es en parte una incapacidad de mantener la percepción verdaderamente *centrada en el presente* (o atención sensible) durante el tiempo que sea. Como la percepción consciente del centauro se asienta en el presente pasajero, la resistencia del ego al centauro es una resistencia al aquí y ahora inmediato. Empezamos así a ver que cada nivel del espectro se caracteriza, entre otras muchas cosas, por una manera distinta de resistencia: en el nivel de la *persona*, nos resistíamos a la unidad con la sombra en todas sus formas; en el nivel del ego, nos resistíamos a la unidad con el centauro y a todas sus cualidades; y extendiéndonos hasta las bandas *transpersonales*, encontramos la resistencia fundamental y primordial: la resistencia a la conciencia de unidad. Así, nos encontramos de nuevo en el punto que nos importa: mediante las prácticas espirituales apropiadas, empezamos a aprender exactamente de qué manera nos resistimos a la conciencia de unidad. La práctica espiritual hace que esta resistencia fundamental aflore a la superficie de nuestra conciencia y comenzamos a ver que en realidad no queremos la conciencia de unidad, sino que estamos siempre eludiéndola. Ver nuestra resistencia a la conciencia de unidad es ser capaz, por primera vez, de enfrentarnos con ella y, finalmente, de desprendernos de ella, con lo que apartaremos el obstáculo secreto a nuestra propia liberación.

Mientras que no veamos exactamente de qué manera nos resistimos a la conciencia de unidad, todos nuestros esfuerzos por "alcanzarla" serán en vano, pues lo que tratamos de alcanzar es también aquello a lo que, inconscientemente, ofrecemos resistencia y tratamos de impedir. Nos resistimos secretamente a la conciencia de unidad, fabricamos de manera encubierta los "síntomas" de la no-iluminación, de la misma manera que producíamos en secreto todos nuestros demás síntomas en los diferentes niveles del espectro. Y el hecho de entenderlo así puede proporcionar un atisbo de la conciencia de unidad, porque *aquello que ve la resistencia está, en sí mismo, libre de resistencia*.

La resistencia primaria, como las demás resistencia que operan en toda la extensión del espectro, no es algo que nos sucede, ni que sucedió en el pasado, ni tampoco nada que sucede sin nuestro consentimiento. Es más bien una actividad presente, algo que estamos haciendo sin darnos cuenta, y esta actividad primaria es la que tiende a bloquear la conciencia de unidad. Brevemente enunciado, es una falta de disposición global a mirarlo todo, tal como es, en este momento. En concreto, en este presente hay algo que no queremos mirar. Tenemos, pues, una mala disposición global a mirarlo todo, en conjunto, exactamente tal como es, en este momento. Tendemos a desviar la vista, a retirar la atención de *lo que es*, a evitar el presente en todas sus formas. Y como tendemos a *mirar* hacia otra parte, tendemos a *movernos* hacia otra parte, a apartarnos. Con esta resistencia sutil, con ese mirar y movernos hacia otra parte, parece que bloqueamos la conciencia de unidad, que "perdemos" nuestra verdadera naturaleza. Y esta "perdida" de la conciencia de unidad nos arroja a un mundo de

demarcaciones, espacio, tiempo, sufrimiento y mortalidad.

De modo que aunque lo único que desea fundamentalmente el individuo es la conciencia de unidad, lo único que siempre hace es resistirse a ella. Siempre estamos en busca de la conciencia de unidad, pero de tal manera que siempre obstaculizamos el descubrimiento: buscamos la conciencia de unidad apartándonos del presente. Imaginamos que, de alguna manera, este presente no está bien del todo, no es exactamente lo que queremos, y por eso no descansamos globalmente en él, sino que empezamos a apartarnos de él hacia lo que imaginamos que será un presente nuevo y mejor. En otras palabras, empezamos a saltar olas, a movernos en el espacio y en el tiempo para asegurarnos una ola fundamental y definitiva, la que finalmente extinga nuestra sed, la que nos dé por fin "acuosidad". Al buscar la acuosidad en la próxima ola de experiencias, nos la perdemos siempre en la ola presente. Buscar eternamente es errar eternamente.

En el momento en que nos resistimos al único mundo de la experiencia presente, necesariamente lo dividimos en una experiencia *interior*, que sentimos como el que ve, experimenta y actúa, opuesto a una experiencia *externa*, que sentimos como lo que vemos y experimentamos, como aquello sobre lo cual actuamos. Nuestro mundo se escinde en dos, y entre lo que uno es, el que experimenta, y lo que uno no es, lo experimentado, se establece una demarcación ilusoria. La evolución del espectro ha comenzado: se ha iniciado la **guerra de los opuestos**. Apartarse continuamente del presente global implica que hay un futuro que aceptará este movimiento. Nos apartamos porque imaginamos la existencia de otro tiempo hacia el cual podemos movernos. Apartarse es, por tanto, un mero moverse en el tiempo. En realidad, es crear tiempo, pues al apartarnos de la experiencia intemporal y presente (o más bien, al intentar apartarnos), generamos la ilusión de que, de alguna manera, la experiencia misma pasa junto a nosotros. Mediante nuestra resistencia, el presente global y eterno se reduce al presente fugitivo. Por tanto, apartarse es crear un antes y un después, un punto de partida en el pasado, *desde* donde nos movemos, y un puerto de destino en el futuro, *hacia* el cual nos movemos. Nuestro presente se reduce al movimiento, a la huida silenciosa. Nuestros momentos pasan.

Desde cualquier ángulo que se mire, apartarnos es separarnos de la experiencia presente y proyectarnos en el tiempo, la historia, el destino y la muerte. Esta es, pues, nuestra resistencia primaria: la mala disposición a contemplar la experiencia, como un todo, tal como es, en este momento. Esta resistencia global es lo que se descubre, y luego se frustra, con las condiciones especiales de la práctica espiritual. Cuando una persona asume las condiciones, empieza a darse cuenta de que siempre está apartándose del presente global. Comienza a ver que al apartarse siempre, no hace más que resistirse e impedir la conciencia de unidad... o la voluntad de Dios, el *fluir* del Tao, el amor del Gurú o la iluminación original. De cualquier manera que lo llame, se resiste a su presente. Mira hacia otra parte, se va hacia otro lado y, por consiguiente, **sufre**.

Llegado a este punto, las cosas parecen realmente desalentadoras. El individuo no parece ser más que una trampa montada para atraparse perpetuamente a sí mismo. Se inicia la **noche oscura del alma**, y parece como si la luz de la conciencia le diera la espalda hasta desaparecer sin dejar rastro alguno. Todo parece perdido, y en cierto sentido, lo está. La oscuridad sigue a la oscuridad, el vacío conduce al vacío, la medianoche se eterniza. En este punto mismo donde absolutamente todo parece desacertado, todo se arregla de un modo espontáneo. Cuando el individuo ve realmente que todo movimiento que haga es un *apartarse*, una resistencia, el mecanismo de la resistencia se queda sin cuerda. Cuando uno ve esta resistencia en cada movimiento que hace, entonces, de manera totalmente espontánea, abandona por completo la resistencia. Y el abandono de esta resistencia es la apertura a la conciencia de unidad, la realización de la conciencia de aquello que no tiene fronteras. Como si despertara de un **sueño largo e incierto**, se encuentra con lo que siempre supo: él, como ser separado, no existe. Su verdadero ser, el Todo, jamás ha nacido y jamás morirá. Solo hay, en todas direcciones, Conciencia como Tal, absoluta y omnimoda, que irradia en y a través de toda condición, la fuente y esencia de todo lo que surge a cada momento, absolutamente anterior a este mundo, pero no distinta a él. Todas las cosas no son más que una onda en este estanque, todo surgimiento es un gesto de este uno.

Cuando ya no se resiste a la experiencia presente, ya no tiene motivo para separarse de ella. El mundo y el yo regresan como una única experiencia, no como dos diferentes. Dejamos de saltar de ola en ola, porque no hay más que una ola, y está en todas partes. Dejar de resistir al presente es ver que no hay nada más que el presente; sin comienzo, sin fin, sin nada por detrás ni nada por delante. Cuando tanto el pasado de la memoria como el futuro de esperanza se ven como hechos presentes, los límites de este presente se derrumban. Las demarcaciones que rodean a este momento se hunden dentro de este momento, y entonces no hay nada más que este momento, y ningún otro lugar adónde ir. Así vemos claramente por qué la búsqueda de la conciencia de sí era tan exasperante. Todo lo que intentábamos estaba mal porque todo estaba ya, y eternamente, bien. Nunca hubo, ni jamás habrá, ningún momento más que Ahora.

La verdadera **práctica espiritual** no es algo que hagamos durante veinte minutos, ni durante dos horas, ni durante seis horas al día. No es algo para hacer una vez al día, por la mañana, ni una vez por semana, los domingos. La práctica espiritual no es una entre tantas otras actividades humanas; es el fundamento de todas las actividades humanas, su fuente y su validación. Es un compromiso previo con la Verdad Trascendente, vivida, respirada, intuida y practicada durante veinticuatro horas del día. Intuir lo que verdaderamente somos es comprometernos íntegramente en la realización de eso que verdaderamente somos en todos los seres, de acuerdo al voto primordial: "Por innumerables que sean los seres, hago voto de liberarlos; por incomparable que se la Verdad, hago voto de realizarla". Para quien sienta este profundo compromiso con la realización, el servicio, el sacrificio y la entrega, en todas las condiciones presentes y hasta el infinito mismo, la práctica espiritual será, naturalmente, el camino. Que esa persona reciba la gracia de encontrar en esta vida un maestro espiritual y de conocer la iluminación en el momento.

BIBLIOGRAFÍA:

Wilber, Ken. *La conciencia sin frontera*. Barcelona: Kairós, 1985



"Sin lugar a dudas, es importante desarrollar la mente de los hijos, no obstante el regalo más valioso que se le puede dar, es desarrollarles la conciencia" (John Gay, dramaturgo inglés).

Copyright © pensarenserrico.es | Aviso legal | Mapa web

Seleccionar idioma ▼

Con la tecnología de  Traductor de Google