

LA BÚSQUEDA DE LA SEGURIDAD

Desde siempre, el ser humano se siente inseguro porque desde el fondo de su corazón sabe que no controla nada. Este hecho, que bien entendido es muy liberador, mal comprendido nos hace vulnerables.

No controlamos el nacimiento, ni la muerte, ni las enfermedades (aunque muchas de ellas son somatizaciones psicológicas y producto de hábitos de vida desajustados), ni la economía, ni el poder, aunque a la mente pueda parecerle que sí, porque en algunos momentos las cosas salen según nuestros planes, pero esa situación suele durar poco. La vida es movimiento, y en ese movimiento, que es íntegro e integrador, se viven épocas diferentes. Las parejas se rompen y las amistades, la economía o el poder son variables e inestables en la mayoría de las personas.

Paralelamente a estos cambios, el ser humano crea mitos, conceptos, algo a lo que agarrarse y que no esté sujeto a cambios, sino que se encuentre más allá de lo terrenal, de lo cotidiano. Crea dioses a su medida: alguien que me proteja y que me ayude, alguien con quien pactar (si tú me das, yo te doy), alguien que me resuelva los problemas, y todo ello desarrollado siempre desde la mente (no es aplicable a todas las personas, pero sí a la mayoría).

Cuando se pide ayuda a Dios con sinceridad y de corazón, la respuesta aparece en forma de circunstancia, de persona o de cualquier otra manera. Si hemos estado atentos, todos hemos experimentado esta vivencia. Sin embargo, no podemos convertir a Dios en nuestro servidor, porque iría en contra de sus propias leyes, lo cual no es posible. Él nos dará herramientas, pero el trabajo tenemos que hacerlo nosotros. Superar situaciones difíciles desde el punto de vista humano es lo que nos ayuda a crecer hacia dentro y hacia fuera: hacia dentro, Él, la verdad; hacia fuera, respeto y amor a su expresión.

Nuestra falta de comprensión es la que nos hace vivir los problemas como tales y no como oportunidades, sin percibir la llamada del amor, porque nos alejamos de Él, que es nuestra esencia y la de todo.

El cerebro, con su acumulación de información que se interrelaciona, es una fantástica herramienta que nos ayuda a vivir en este mundo. Sin

embargo, para comprender, divide y fragmenta. Ésta es su forma de funcionar, pero, a pesar de ello, no podemos olvidar la mente total, la conciencia universal.

El cerebro está interrelacionado con todos los procesos físicos: los latidos del corazón, el proceso digestivo, la circulación sanguínea, la respiración, etc.; todos funcionan por sí mismos, es decir, son procesos involuntarios. Pero surge el problema de la división de la mente total en la individualidad, el «yo» y el «mi», que es la conciencia identificada con el cuerpo-mente. En el vivir diario, necesitamos tanto el cerebro pensante como la sabiduría intuitiva para poder estar en sintonía con la vida. El problema ha surgido porque le hemos prestado más atención al cerebro pensante que a la sabiduría intuitiva, y ésta ha quedado prácticamente atrofiada, anulada. Toda la fuerza se la damos a los pensamientos, al razonamiento, lo cual sucede porque la parte intelectual está muy desarrollada. Pero la intuición está latente en cada ser humano, haciéndose oír, con la fuerza del presente y sus movimientos, recordándonos que futuro y pasado sólo existen como momento presente.

Cualquier cosa que no sea tomar profundamente conciencia de las situaciones, comprenderlas y aceptarlas es opuesto a la seguridad. El aspecto más importante es comprender que ésta es un concepto creado por la mente, aunque es la transparencia, la intuición de lo verdadero. La seguridad no la encontraremos en lo externo, es decir, en personas, en la economía, en objetos, etc. No es posible tener seguridad en aquello que cambia, en lo que hoy está y mañana no, porque su base es falsa, y en la falsedad no puede haber seguridad.

Sólo cuando seamos verdaderos, cuando vivamos desde lo real, la seguridad será vivida de una manera natural sin que nos lo propongamos, sin pensar en ella, así como la belleza, la armonía, la paz, y todo aquello que estamos buscando en lo externo. En lo profundo, ya lo somos.

Pero para vivirlo, hay que ir a la raíz del problema, que es la falsa identificación. Y en la comprensión del problema, éste se desintegra. La inseguridad es creada por la falta de comprensión de la esencia que somos, y nos vuelve tenebrosos y obtusos.

No damos la bienvenida a los cambios de la vida, que son naturales, y no sabemos fluir con ellos, prefiriendo una vida tranquila. Cuando tenemos

épocas en las que las circunstancias nos son favorables, períodos en que nos sentimos felices, quedamos adheridos y queremos retenerlo. Al no ser posible, intentamos vivir de su recuerdo, perdiéndonos las oportunidades que nos ofrece el momento presente.

La seguridad, así como todos los valores que buscamos, está en la esencia de la vida, pero su perfume nos llega distorsionado por la mente que divide. Mientras el «yo» esté separado de la experiencia, habrá inseguridad, miedo, tensión, etc.

La vida en sí es cambio, y lo mejor que podemos hacer es unirnos a él, porque no podemos pararlo ni comprenderlo con los parámetros y las reglas fijas que tenemos. Esas mismas reglas cambian o se quedan atrasadas, incapaces de ajustarse a las circunstancias reales y cambiantes del momento presente. No es posible detener el cambio, los acontecimientos, ante la desesperación del ser humano, que prefiere lo conocido y la «seguridad» que cree tener en lo estable.

La vida es como una danza, en la que fluyen acontecimientos que en ocasiones nos favorecen y en otras no. Pero es justamente en los momentos desfavorables cuando surge lo mejor de nosotros (o, por lo menos, así tendría que ser). La solidaridad, la amistad o la ayuda a los demás son cualidades que pueden ser desarrolladas en circunstancias adversas. Mientras en el ser humano no se desarrolle una conciencia de unidad y vivamos las limitaciones de nacimiento y muerte en el tiempo, nos estaremos separando del flujo de la vida. Hemos olvidado que somos la vida misma, expresándose en acontecimientos.

Para comprender la vida, tenemos que ser uno con ella, amarla y aceptarla. Hay que sentir que la vida y «yo» no son dos cosas, sino que el yo real es la vida misma, aunque ello no se puede captar con la mente pensante, con el cerebro. Sólo puede ser captado con la sabiduría intuitiva en lo profundo del corazón.

El futuro es incierto, ilusorio, porque está creado por una mente dividida basada en la memoria, y sólo puede ser conjeturas que reafirman nuestras frustraciones. En cambio, la mente total, la conciencia universal, no vive de conceptos, tampoco se basa en el futuro ni separa la experiencia del «yo». Es unidad: en ella sólo existe el presente.

Las palabras, los razonamientos o la mente son necesarios para

relacionarnos en este mundo. Sin embargo, los sabios que han dejado su mensaje de realización nos cuentan que, para entrar en lo desconocido, es necesario que cese la mente. Entonces, uno está receptivo a «aquello» que no puede ser conocido, la esencia de la vida.

Es inútil buscar seguridad donde no está, en las personas o en las cosas, porque son perecederas por naturaleza, es oscilación y fluidez. Separarnos de ese fluir y dividir la experiencia en bueno y malo, en «yo» y los acontecimientos, es opuesto a la seguridad. Las naciones se arman para sentirse seguras, pero la destrucción va en ambas direcciones, con lo cual es imposible alcanzar la seguridad.

La seguridad no tiene que ser buscada, porque el «yo» que busca es el problema. El «yo» debe diluirse en lo total, quedando sólo la experiencia. En momentos en que nos sentimos felices, nos olvidamos de ésta. No sucede igual cuando la vivencia no nos gusta. Cuando hay dolor, tanto físico como psicológico, entonces la mente dividida huye, creando más dolor, por falta de aceptación de la circunstancia.

La aceptación de las circunstancias del momento presente significa acercamiento a lo eterno, a lo atemporal. Si somos atemporales, no podemos ser lo que cambia constantemente, sino la base que sostiene todo cambio. «Eso» que somos está fuera del tiempo, de cualquier concepto, de cualquier negatividad creada por la memoria, de mitos, de inseguridades, etc.

Mas allá de la memoria, la vida fluye libremente, sin el «yo» que se angustia, que se queja o que quiere liberarse. La libertad, la esperanza, la confianza en la vida, el amor, la paz, la seguridad, y mucho más de lo que nos podamos imaginar, surgen de lo profundo de nuestro ser.

El razonamiento, las palabras, los pensamientos son necesarios para la interrelación con el mundo. Pero todo eso que también está hecho de vida no la constituye por sí mismo, porque viene de la memoria. Es necesario trascender la mente, es decir, amarla como lo que es, conocerla, sosegarla e ir a la base que la sustenta: «Eso» que no puede ser conocido, por ser vivencia directa. Es sencillo, pero se nos escapa cuando lo queremos cosificar, observar.

No es algo que esté restringido a unos cuantos sabios, sino que es para todo ser humano que esté dispuesto a profundizar en la verdad, en lo desconocido. Sin quedar atrapado en un pasado muerto, construido por

la memoria, es lo más natural y sencillo, lo auténtico de cada uno. Es necesario madurar, profundizar, sensibilizarnos con «Lo que Es», tomar plena conciencia de la unidad que somos.

No podemos tener seguridad mientras el «yo» esté presente, porque toda seguridad que sentimos es por necesidad pasajera, al proceder de apoyos externos, de lo cambiante, de lo ilusorio mental, pasado y futuro.

Se trata de ampliar cada vez más la visión, hasta sentir la infinitud que somos, aunque sin olvidar enamorarse de la materia: la belleza de un paisaje, la sonrisa de un niño, los colores de una puesta de sol, la calma de un amanecer, el encanto de la primavera y del otoño.

Empezamos por observarnos como materia, disfrutando de todo cuanto podamos, cultivando el mundo de los sentidos y nuestro cuerpo. Es un primer paso necesario para no convertirnos en espiritualistas fríos y distantes, para no caer en intelectualismos inhumanos. La vida es unidad, amor, empatía, respeto hacia todo, empezando por uno mismo. Todo lo que no sea eso es egocentrismo, que nos aleja de nuestra esencia.

Al principio, la investigación es necesaria; después, se descubre que siempre somos «Eso que Es»: lo inalterable y eterno, la presencia del presente, y que en eso aparece toda la experiencia. Cuando se logra superar la mente, cuando ésta sólo es importante para los aspectos funcionales, cuando se calma hasta el punto en que desaparece toda agitación, nos encontramos en el punto óptimo para meditar y contemplar. Y, a su vez, contemplar y meditar ayuda a calmar la mente. Pueden aparecer diferentes experiencias y ser gustosas, pero ninguna es importante porque toda experiencia es pasajera. Únicamente cuando el «yo» desaparece y se diluye en la infinitud del Ser, quedando sólo la experiencia, se alcanza la vivencia directa de lo real.

Cuando la experiencia subjetiva del «YO» aparece, desaparece el «yo» objetivo que se siente separado. Al principio, se requiere paciencia, constancia, sinceridad, y hasta una dosis de buen humor, tener la capacidad de reírse del personaje con el que la mente se ha identificado.

No hay límites en la presencia de lo sagrado, ni leyes de causa y efecto. Todo ello pertenece a lo temporal. Es un camino de amor hacia «Aquello», la Verdad; es estar receptivo a lo nuevo, a lo desconocido, con la mente en calma. Nisargadatta Maharaj siempre decía que la comprensión lo es todo,

no hay que rectificar «lo que es».

Es necesario ser humildes y sencillos de corazón para poder experimentar la vida en cada momento presente. Por lo tanto, no puede haber seguridad ni permanencia, porque la vida es cambio. La seguridad, al igual que la inseguridad, es un estado mental basado en conceptos e ideas. La vida es más allá de los opuestos seguridad/inseguridad. Es una, es una vivencia, en el silencio despierto. El problema es el «yo», el ego, que intelectualiza la comprensión, y de esta forma no es posible asentarse en lo que somos.

Dolores Fernández