



Medios Sublimes

Capítulo Siete

“A través de mi experiencia he comprendido de manera concluyente que el amor siempre proporciona los resultados más fecundos. El amor no necesita medio alguno- es en sí mismo el medio más sublime. Se podría decir que el amor es el medio supremo para crear paz y bienestar en nuestras vidas, nuestras comunidades, y en la Tierra”.

Lo que me interesa es la expresión práctica de la conciencia que verdaderamente beneficia a la gente. No me interesan las filosofías que no tienen aplicaciones prácticas, ni tampoco tengo interés en escribir tratados que nadie entienda. Mi interés es compartir de manera muy directa y práctica aquello más esencial y valioso en la vida de manera que se pueda ayudar a gente en el mundo entero. Me interesa cómo la gente vive la vida diariamente, gente con corazones que palpitan y pulmones que respiran.

Los maestros pueden solamente enseñar con autoridad y persuasión desde su propia experiencia; el conocimiento meramente teórico o hipotético no tiene poder de transformación. Es de suma importancia distinguir entre una instrucción basada en la experiencia vivida del maestro y una instrucción simplemente teórica. Cuando la sabiduría del maestro es comunicada de manera clara y directa, las personas que están abiertas, preparadas, e interesadas en esa sabiduría pueden rápidamente reconocerla e incorporarla en sí mismas. El maestro que tiene la experiencia directa de la relajación imperturbable será capaz de usar los medios inherentes a la conciencia para llevar al estudiante a la experiencia directa de la conciencia.

Hay muchos maestros y enseñanzas en todo el mundo, y los medios de instrucción pueden tomar muchas y distintas formas. Estos medios pueden parecer rigurosos o severos en algunas circunstancias, o sutiles y suaves en otras. Sin embargo, si su aplicación está totalmente basada en la conciencia, será infalible en cualquier situación.

El maestro que encarna la bondad esencial de la conciencia puede fácilmente reconocer los puntos de vista de los que acuden a él en busca de instrucción- incluso los puntos de vista más sutiles, de los cuales las personas en cuestión pueden no ser conscientes. Para ayudar a la gente a superar sus puntos de vista, algunos maestros usan medios que pueden parecer ásperos, pero este no es el enfoque de Great Freedom. Hemos encontrado otro medio que funciona increíblemente bien, y este es el amor.

Por supuesto el amor puede tomar muchas formas. Incluso si el discurso del maestro es fuerte, si es ofrecido desde el amor, puede entonces ser recibido como amor. Aún cuando el mensaje directo tenga que ser servido con un toque mordaz, el amor será tan evidente que se recibirá como amor, siempre que el estudiante tenga disponibilidad para percibirlo. El mensaje será amoroso sin lugar a dudas, aunque pueda parecer una bola de fuego. Un amor tal como este es siempre salvajemente compasivo, y mantiene siempre una íntegra conexión con cada cosa, cada persona y en cualquier lugar.

El amor lo supera todo. Yo ya lo sabía antes de que mi vida diera el increíble giro que dio hace veintiséis años. Como madre de tres hijos, me era imposible maltratarlos o pegarles. Sabía que solo quería amarlos incondicionalmente. Por supuesto, como su madre, podía ver dónde necesitaban cambiar su relación con sus puntos de vista, pero había maneras de hacerlo sin necesidad de perjudicarlos. A través de mi experiencia he comprendido de manera concluyente que el amor siempre proporciona los resultados más fecundos. El amor no necesita medio alguno- es en sí mismo el medio más sublime. Se podría decir que el amor es el medio supremo para crear paz y bienestar en nuestras vidas, nuestras comunidades, y en la Tierra.

La calidez y la entrega están siempre en evidencia en enseñanzas y comunidades basadas en el amor y formadas por gente dedicada a vivir de acuerdo con su verdadera naturaleza. Los que vienen por primera vez a este tipo de comunidad son recibidos con amabilidad y de corazón. No hay falsas jerarquías ni intentos de excluir o aislar a nadie. En una comunidad, semejantes cualidades vienen del tremendo amor que manifiestan el maestro y sus miembros. Estas cualidades son el resultado de una gran determinación de ser amor y vivir en amor, y de nunca abandonar ese ideal. El amor es el primer gran medio del maestro.

A medida que crecemos, estando expuestos a los puntos de vista de la familia y de la comunidad, nos forjamos una cierta identidad personal. Todos nosotros tenemos formas arraigadas de ser y vivir, generalmente talladas conforme a lo que hemos visto en otras personas. Nos hemos tomado por nuestros puntos de vista, y hemos tomado a los demás por sus puntos de vista; esto ha creado dualidad, enjuiciamiento, y sufrimiento. Sin embargo, cuando nos encontramos con gente que se relaja como conciencia sin dejarse distraer por sus puntos de vista, de repente nos damos cuenta: "¡Caray, ellos no se están centrando en sus puntos de vista, y yo tampoco tengo por qué hacerlo!" Este es un ejemplo de lo que significa ser iniciado a la conciencia y esto puede ocurrir a través del contacto directo con un maestro o a través del contacto con una comunidad en que la conciencia relajada es plenamente evidente.

Al mantener la conciencia, nos damos cuenta de que la identidad convencional que nos habíamos atribuido no es nuestra verdadera identidad. Aumenta nuestra familiaridad con la identidad-sabiduría, que es completa en sí misma y está presente de manera natural. Cuando la sabiduría y habilidad del maestro están presentes en su totalidad, la identidad de la sabiduría se puede revelar con facilidad y maestría a los demás.

Al comienzo, cuando empezamos a descubrir esta forma de ser totalmente nueva, podemos sentirnos un poco desorientados, a veces, y no saber bien cómo comportarnos. Pero manteniendo la conciencia por breves momentos, repetidas veces, poco a poco la sabiduría empieza a manifestarse, junto con la habilidad para estar totalmente relajados y la capacidad para vivir cualquier situación. Estaremos totalmente relajados de cuerpo y mente en todas las situaciones, independientemente de la presencia de pensamientos.

Al vivir la vida en un constante reconocimiento de la conciencia se manifiesta una intrepidez absoluta en cada momento. No existe guión alguno que indique nuestras respuestas a medida que la vida se da. Lo que quiera que digamos, lo hacemos sin premeditación, y sin necesidad de preocuparnos. Ya no desperdiciamos nuestra energía mental y emocional en pensamientos del tipo "¿Oh, qué van a pensar de mí? o "¿qué pinta voy a tener?" porque ya no buscamos nuestra identidad personal como punto de referencia. Lo único que hay es una presencia relajada, natural, y libre de esfuerzo, así como el extraordinario valor de hablar de manera auténtica.

Uno puede responder a todo de manera espontánea y libre de esfuerzo, porque ya no está el miedo de la ansiedad anticipatoria. Mucha gente se encuentra con que sus miedos se esfuman. Vemos claramente que el miedo no es más que un efímero punto de vista que aparece en la conciencia, y como tal, no tiene una naturaleza independiente ni un significado en sí mismo. Es en realidad, simplemente una forma de pura conciencia - un fenómeno vívido y pasajero de la sabiduría eterna que es nuestra verdadera naturaleza. Vemos como todo lo que aparece es perfecto en sí mismo, y la respuesta adecuada aparece naturalmente, independientemente de lo desafiante que pueda ser la situación.

Una persona que se relaja de manera imperturbable no necesita acumular méritos ni virtudes; aquello que ya es absolutamente completo no necesita nada de esto. Una enseñanza pura y auténtica nunca se desvía de semejante conclusión y tampoco pretende añadir nada que requiera mejorar a un yo defectuoso. Asegura que sólo existe un sí mismo y que es ilimitado, indivisible, eternamente libre, y fundamentalmente perfecto. No nos dice que tenemos que cultivar méritos y virtudes, o hacer algo para purificarnos y así comprender nuestra verdadera naturaleza, y vivir de acuerdo con ella; la enseñanza pura y auténtica afirma que ¡ya encarnamos nuestra verdadera naturaleza! Además, las enseñanzas auténticas y directas dicen que solamente hay un método, y que este es relajarse como conciencia sin esfuerzo alguno, hasta que se vuelva automático. Esto puede ser comunicado de diferentes maneras, pero la esencia de la enseñanza es siempre la misma. La actitud ideal de una persona que quiera relajarse como conciencia es sencillamente, estar abierto a escuchar las enseñanzas, y practicar el relajarse como conciencia de forma continuada. Eso es todo; no es realmente nada de otro mundo.

Muchas tradiciones recomiendan hacer prácticas preliminares para cultivar méritos y virtudes, así como para purificar el cuerpo, la mente y el habla. No obstante, es esencial saber cuál es su finalidad exacta, porque si no las entendemos correctamente, estas prácticas nos pueden desorientar. La verdadera finalidad de cualquier práctica es la de revelar la impecabilidad y perfección de nuestra sabiduría. Una vez que esto ocurre, la sabiduría del cuerpo, la sabiduría del habla, la sabiduría de la mente, y la sabiduría de las cualidades y acciones se harán presentes espontáneamente. No hay nada que purificar, así que el verdadero propósito de las prácticas preliminares es demostrar que todo lo que dice respecto al cuerpo, el habla, la mente, así como nuestras cualidades y acciones, es eternamente puro e impecable. Cuando, gracias a la habilidad y sabiduría del maestro, esto se transmite de manera clara y directa, la pureza inherente a todo se vuelve evidente muy rápidamente a quien está interesado y abierto.

Algunas personas pueden pensar que hay que ir al Tíbet o a la India, o a algún lugar especial sagrado para encontrar las circunstancias adecuadas para estar en paz. Sin embargo, donde quiera que vayamos, nos llevamos a nosotros mismos. Llevamos nuestros puntos de vista, y ellos crearán nuestra experiencia, independientemente de donde estemos. Lo que se necesita es una total apertura de la percepción en cualquier experiencia, y eso se encuentra en cualquier lugar. Decir que una experiencia o lugar es mejor que otros es privarnos de la verdadera sabiduría y habilidad. Decir que algunas cosas son mejores y otras peores es nada más que una idea convencional, y hay que mirar las maneras convencionales de enfocar la vida con discernimiento, porque es poco probable que lleven a una paz y libertad auténticas.

La absoluta simplicidad de todo, tal como es, no puede ser encerrada en conceptos filosóficos ni marcos de referencia. Cuando oímos lo magníficos y sublimes que somos los seres humanos, una puerta se abre, y cuando pasamos por ella, ya no hay vuelta atrás. No hay donde volver atrás, y no hay nadie que lo haga. Decimos: "¡caray, lo que he encontrado en mí mismo es increíble!" y naturalmente queremos compartir con todos la serenidad y el bienestar que hemos encontrado. Es esta total tranquilidad de ser, inseparable del relajarse como conciencia, que nos hace brillar la piel y sonreír. ¡Nos levanta el ánimo!

Al exponernos a instrucciones certeras, precisas y específicas, si tenemos la mente un poquito abierta y nos comprometemos con volver a relajarnos una y otra vez, llegaremos a reconocer plenamente nuestra naturaleza. *Es muy importante tener instrucciones certeras, que rápidamente promuevan la experiencia decisiva de la verdadera naturaleza de nuestro propio ser.* Instrucciones certeras llevan al veloz cumplimiento de la conciencia eterna y al despertar de poderes altamente benéficos. La instrucción a que me refiero aquí no es el conocimiento mundano convencional. Me refiero al saber que aparece en determinado momento en la conciencia de ciertos individuos, y que ofrece una enseñanza absolutamente perfecta para las personas de esa era. Esta enseñanza lleva rápidamente al despertar de la conciencia y siempre se expresa en un lenguaje que las personas de ese período puedan entender con facilidad.

Con esta enseñanza, no hay necesidad de esfuerzo ni de emplear truco o trampa alguna. Todo lo que hay que hacer es relajarse como conciencia por breves

momentos, y repetirlo muchas veces hasta que el reconocimiento de la conciencia se vuelva evidente en todo momento. Eso es todo. No hay necesidad de hacer nada más o confiar en ninguna otra cosa. Relajándonos, encontramos finalmente aquello que siempre habíamos buscado a través de otras prácticas. No importa lo que hayamos estado buscando por el mundo mediante esas otras prácticas o actividades; encontraremos la verdadera felicidad y bienestar que estamos buscando, relajándonos como conciencia.

P: Sé que en muchas tradiciones, la gracia del gurú es una de las más importantes bendiciones ofrecidas al discípulo. ¿Cree Ud. que la gracia del gurú es algo importante como para buscarlo o desearlo?

Candice: Cuando nos relajamos plenamente, *somos* gracia. Lo más importante es tener la experiencia directa de la gracia de una total relajación. Uno de los significados de "gurú" es "aquel que disipa la oscuridad". La mejor manera de sacar partido del gurú o maestro, es relajándote como la clara luz de la conciencia, en la cual tanto tú como el maestro os manifestáis. La conciencia es la verdadera forma del gurú.

Si queremos ser totalmente devotos al gurú o al maestro y no estar ni un momento lejos de él o ella, podemos hacerlo, pero no es necesario, y no todo el mundo querrá hacerlo. Hay muchas creencias y prácticas que quizás tuvieron mucho éxito en el pasado, pero que ya no funcionan de la misma manera. Depende de nosotros encontrar la forma de extraer la esencia de esas prácticas tradicionales y aplicarla de forma que funcione en el mundo de hoy. Cuando oímos algo como "la gracia del gurú", el significado puede ser diferente para unos u otros, dependiendo de sus puntos de vista. Hay mucha gente hoy en día, que cuando oyen la palabra "gurú" o cualquier otra cosa que tenga que ver con tener un gurú o confianza en la gracia del gurú, ¡salen corriendo en dirección opuesta!

Sin embargo, si hablamos de obtener apoyo constante del maestro y de la enseñanza, es algo que se puede entender más fácilmente. Confiar en el apoyo del maestro es en realidad lo mismo que encontrar refugio en la gracia del gurú, pero "confiar en el apoyo del maestro" es una expresión que puede ser más atractiva para la gente. Lo que sea que se ofrezca, es importante que esté disponible para todos. La verdadera gracia del gurú es universal y toca a todos imparcialmente, y permitir que esa gracia llegue a gente de todo el mundo es más importante que cualquier otra cosa. Usar un lenguaje accesible para la mayoría es expresión de sabiduría y habilidad.

P: ¿Es posible que el maestro enseñe sin que el discípulo se dé cuenta de que está recibiendo una enseñanza?

Candice: Sí, las enseñanzas pueden tener lugar en muchos planos y de muchas maneras. Las acciones beneficiosas del maestro y la comunidad nos apoyan para llegar a comprender la profunda igualdad de todas las apariencias. Podemos confiar en esto sin equivocarnos.

P: Sé que debería tener compasión por aquellos que con sus acciones se perjudican a ellos mismos y también a otros, pero al mismo tiempo, creo que debería al menos mostrarles de qué manera sus comportamientos afectan a los demás. ¿Cómo podría hacerlo?

Candice: Cuando llegamos a ver que todas nuestras apariencias no son nada excepto conciencia, encontramos compasión hacia nosotros y hacia todos los demás. La compasión no necesita ser cultivada o desarrollada; es inherente a la conciencia y puede solamente encontrarse en ella. Si se cultiva, es posible que sea solo una invención. Cuando descubrimos la verdadera compasión en nosotros mismos al relajarnos como conciencia, encontramos que surge en nosotros de forma natural, así que no tenemos que obtenerla de ninguna parte. Con este descubrimiento somos capaces de ver claramente lo que otras personas están pensando y sintiendo. Podemos ver dónde están atrapados por sus puntos de vista y lo doloroso que es. En la situación que describes, una forma podría ser señalar directamente las faltas de la persona, pero consejos no solicitados pueden no ser bien recibidos. Podrías acercarte y decir. "oye, se qué es lo que te está pasando, y voy a decirte algo al respecto". Sin embargo, en Great Freedom hemos visto que este método no es de los más efectivos.

Si la gente me pide ayuda y me invita a echar un vistazo a sus puntos de vista junto con ellos, lo hago, pero sino no me entrometo. Hay maneras más fáciles y útiles de ayudar a alguien que decir algo que no se nos ha pedido antes. Cuando nos familiarizamos con la conciencia que es el fundamento de todo, hay muchas maneras efectivas de encontrar receptividad en la gente. Por ejemplo, podemos paciente y amorosamente estar con la persona, aceptándola tal como es. Esto a menudo ayuda a aflojar cosas, y a encontrar descanso en donde antes, sólo estaban enganchados a los puntos de vista. Cuando esto ocurre, estarán sencillamente, más preparados para observarse objetiva y abiertamente, a ellos mismos y a sus comportamientos.

Si me parece que alguien necesita ayuda, en vez de hablar con la persona individualmente, puedo incluir la situación que está enfrentando esa persona en una charla de grupo, asegurándome que la persona en cuestión vaya a oír lo que yo diga. Después, puedo saber si ha oído apropiadamente e incorporado lo que dije. De esta manera toda la gente que estaba escuchando la charla se puede beneficiar de las recomendaciones, porque todos tenemos y compartimos los mismos puntos de vista. Con este método en particular, todos somos uno, pero invisible ninguno.

Hay mucha gente que está lista para relajarse como conciencia y quiere prestar su apoyo para que otros hagan lo mismo; esta gente probablemente estará abierta a lo que tengas que decir. Sin embargo, si hablas a aquellos que no están interesados o tienen dudas, probablemente sólo encontrarás resistencia, y es bastante probable que ni tú ni ellos saquéis provecho de la conversación. Elegir con quien hablas hará las cosas mucho más fáciles. Lo mejor es relajarse. Simplemente, relájate.

