

La alegría que buscas eres tú
(El león, la oveja y el lago del corazón)
Rajiv Kapur

La mayoría de aquellos embarcados en el viaje espiritual se encuentran lidiando con dos factores muy importantes: dolor y sufrimiento por un lado, y la felicidad por el otro. Este último es obviamente deseado y bienvenido, y muchas veces es el objetivo final de la búsqueda espiritual. El primero se evita, es temido y muy a menudo es también la mismísima razón de la búsqueda espiritual, que se considera un medio para escapar de alguna manera al dolor y al sufrimiento. Creo que es importante arrojar alguna luz sobre estos dos factores, ya que un aspirante siempre acabará cara a cara con ellos en su búsqueda espiritual.

En la primera parte de este artículo me gustaría encarar la dicha y la alegría. Así pues, ¿qué es esta dicha? ¿es permanente? ¿Cómo puedo lograr y alcanzar este estado? ¿Es esta felicidad real, o irreal?

Aquí puede ser conveniente hacer aparecer una vieja historia hindú acerca de un cachorro de león que, a través de circunstancias inusuales, fue criado por una manada de ovejas en lugar de por su propia madre. Las ovejas fueron muy amables y el cachorro de león (que llamaremos la oveja-león) se crió como uno de ellas. El cachorro de oveja-león se crió entre ellas, creyendo que también era una oveja. Durmió con ellas, jugó con ellas, comió hierba con ellas, y baló cuando lo hicieron las demás. Se convirtió en tan miedoso como ellas ante la aparición de una amenaza potencial.

Pasaron los años. Un día, un enorme león saltó de detrás de unos árboles y amenazó a la manada de ovejas. Se acurrucaron juntas, aterrorizadas. Fue entonces cuando el león reparó en la oveja-león, temblando y escondido en medio de la manada. La oveja-león balaba en lugar de rugir. El león le preguntó: "¿Por qué estás balando en lugar de rugir? ¿Por qué estás viviendo entre las ovejas? Tú eres un león."

La oveja-león no se lo creía en absoluto. Había sido una oveja durante toda su vida. Asustado, trató de huir. Pero el león era más grande, lo atrapó y lo arrastró a un lago, donde le dijo que mirara su reflejo en el agua. La oveja-león, se inclinó y vio

su cara por primera vez. Vio que no era una oveja, era un león, después de todo.

Desde ese momento todo cambió para la oveja-león. Rugió en vez de balar y se convirtió en quien estaba destinado a ser. No estaba destinado a vivir una vida con miedo, siguiendo el rebaño de ovejas y haciendo lo que ellas hicieran sin dudar. Era un león. Era poderoso, noble y fuerte.

Esta analogía nos proporciona una visión profunda del camino espiritual y muestra algunos conceptos erróneos que rodean nuestra vida espiritual.

En primer lugar, la felicidad NO es un logro. Es nuestro propio reflejo, nuestra propia naturaleza interna. El león fue siempre un león. Nunca fue una oveja. El cachorro de oveja-león se identificó erróneamente con una oveja ... Del mismo modo, también nosotros nos hemos identificado erróneamente con la mentalidad del rebaño, que es el "yo soy fulano de tal" - el cuerpo, la mente, el intelecto, las energías. Hemos fallado en buscar en el lago de nuestro corazón. Una vez que vemos nuestro verdadero yo con claridad, la identificación falsa cae por completo. La memoria de la manada ya no es predominante. La felicidad se hace cargo por completo. Sólo tenemos que "mirar" hacia el interior lo suficientemente profundamente, y veremos el reflejo claramente. Esta bienaventuranza es lo que siempre has sido, así que no hay razón para que vaya y venga. Lo que viene y se va es sólo un estado de ánimo. Esta bienaventuranza se la llama a menudo Sat-Chit-Ananda. Esto significa que la felicidad se queda para siempre, nunca desaparece. Sat-Chit-Ananda puede parecer simplemente tres palabras separadas que significan existencia-consciencia-felicidad, pero en conjunto denotan un significado muy importante y profundo, que es "La consciencia, que existe siempre como una bendición." Una vez que lo vemos, sabremos que siempre fuimos esa dicha. Y se quedará para siempre. ¿Cómo podría dejarme? Se llega a saber que realmente nunca me dejó.

Algunos componentes y características claves de la felicidad de Sat-Chit-Ananda y mi propia experiencia al respecto se mencionan en los siguientes puntos:

- 1) Es lo que ya eres tú, por lo que no es una cuestión de logro o de llegar a ser esa alegría.

2) Es continua, nuevo gozo fluye eternamente y para siempre.

3) Todo lo que se necesita para darse cuenta de ello es mirar intensamente hacia el interior (hacia el lago de nuestro corazón interior) y lejos de las gratificaciones sensoriales externas (la mentalidad del rebaño). El viaje que hace la oveja-león hacia el lago representa el viaje hacia el interior que tienen que llevar a cabo todos los sadhaka (practicantes espirituales). No basta con asumir que ya somos "el león" y por lo tanto nada hay que hacer, como los Neo-advaitas declaran.

4) Sin mirar a la propia imagen en el "lago" (la alegría que fluye desde el corazón) cualquier conocimiento es sólo mental. La duda siempre persistirá. Las ovejas-león tienen que hacer el viaje hasta el lago para ver su verdadero reflejo. Es imprescindible. Sin la firme convicción derivada de la experiencia directa, no importa lo mucho que la oveja-león intente rugir en realidad sólo estará balando. Muchos en el viaje espiritual no toman el camino interior como una disciplina (meditación formal,) y muchos se distraen con facilidad a medio camino, o dejan el viaje del todo. Muchos van "de compra de gurús" y leen muchos libros, tratando de buscar una técnica o una idea que les pueda revelar la "verdad" en un corto período de tiempo. Comprenden mentalmente diversos conceptos y tratan de encontrar la Verdad a través de esos conceptos mentales. Eso es como tratar de encontrar peces en una piscina de orines. Los peces sólo se puede encontrar en un lago. Por lo tanto es de vital importancia limitar la lectura y en lugar de eso bucear en el interior, en el lago de tu corazón. Toda duda se desvanece cuando se llega al lago (cuando la energía vital se estabiliza en el corazón.) Sólo entonces, puede decirse que el camino espiritual está completo, no antes.

5) Dos signos claros de que se ha alcanzado el "lago", que es el fin de la búsqueda, son:

A) En primer lugar, debe haber un momento en que la memoria de la "oveja" (cuerpo/mente/ego) desaparece por completo y la conciencia de león (la felicidad ininterrumpida pura) se hace cargo. Esto significa que el conocimiento de que EXISTO no puede ser el león y la oveja (cuerpo/mente/ego) a la vez. En ese conocimiento AMBOS NO PUEDEN COEXISTIR JUNTOS. Tiene que haber un

momento en que veas que una nueva realidad ha emergido INDEPENDIENTE del cuerpo/mente/ego. Esto significa que el que experimentará no será este cuerpo/mente/ego. Muchos hablan de felicidad surgiendo y desapareciendo, de experiencias de unión, de estado de alerta y experiencias de atención plena o de un SER en el fondo (a menudo otro concepto mental) pero nada de esto constituye el despertar real, ya que se experimenta a través de el estado normal de vigilia, donde el experimentador es todavía el cuerpo/mente/ego. Este es otro error de los neo-Advaitas y de aquellos que evitan la meditación formal. No han ido más allá de la vigilia y el sueño para ver su verdadero reflejo.

b. En segundo lugar, la búsqueda acabará automáticamente cuando no haya esfuerzo por tu parte. Más bien, la felicidad permanecerá en ti, te cautivará y poseerá. Te mantendrá tan cerca de ella que las gratificaciones sensoriales externas perderán su encanto y su efecto sobre ti. Nada exterior o interior te hechizará. Todas las formas de práctica y búsqueda se abandonarán de forma automática.

6) La felicidad que viene y va (como un atisbo) no es más que un estado mental. La alegría y la felicidad temporales tienen lugar cuando la mente se purifica a través de sadhana (meditación formal y la indagación). Pero también desaparecen, ya que vienen de la mente. Muchos aspirantes persiguen este gozo y felicidad, y se sienten abatidos y desmotivados a continuar su sadhana, cuando la alegría y la felicidad les eluden, pero esto es un gran error. Es aquí donde un maestro aconseja a sus estudiantes que no se preocupen si la felicidad se manifiesta o no. Al estudiante se le pide dejar de lado lo que la mente traiga - sea tristeza o alegría, y a no identificarse con ninguna de ellas, simplemente adéntrate sin preocuparte por los resultados que aparecen en forma de alegría y felicidad. Sin embargo, no habrá dudas sobre dejar la dicha de Sat-Chit-Ananda, porque no será posible detenerla. No podrás evitarlo. ¿Puede un borracho permanecer sobrio y dejar de lado su embriaguez por su mera voluntad? Sé que es un mal ejemplo, y, obviamente, no quiero decir que sean estados similares de ninguna manera, porque el estado de Sat-Chit-Ananda (embriaguez divina) es un estado de alerta muy diferente al de cualquier borrachera, y la alegría supera con creces el de la embriaguez o cualquier otro placer de este mundo.

MÁS ALLÁ DE LA DICHA DE SAT-CHIT-ANANDA

Una vez que un sadhaka se establece en esa dicha (la embriaguez divina) que lo mantiene ininterrumpidamente y de forma continua, se intuye y sabe que estás más allá también de eso,. Así se destaca en mi libro con el Maestro Edji ("Autobiografía de un Jnani", por Edward Muzika y Rajic Kapur) la forma en que esta certeza se establece. Es "sabido" cuando te visita un estado de existencia/no-existencia intemporal. Es un hecho bien establecido que es imposible describirlo en palabras. Entonces se sabe que tú eres la unidad, anterior incluso a Sat-Chit-Ananda. El reflejo no era yo. Yo era el testigo. Sin embargo, mientras se mantenga la consciencia, la forma más pura de felicidad embriagadora envuelve todo tu ser. Saber que estás antes de esta bienaventuranza no quiere decir que la felicidad deje de fluir desde el corazón. Sólo se expande más y más, y se abre camino en los corazones de muchas formas de Consciencia, transformando las vidas de otros en una gran alegría y felicidad. Todo se transforma en amor. El lago del corazón (Sat-Chit-Ananda) se transforma en un océano de felicidad y amor, sintiendo gran alegría en la alegría de los demás y un tremendo dolor en el sufrimiento de los otros.

Traducido al castellano por 道 <http://petitcalfred.wordpress.com>