

# Tu verdadero ser

23/08/2011 - Autor: Eckhart Tolle

El Ahora es inseparable de quien eres en el nivel más profundo.

Hay muchas cosas importantes en tu vida, pero sólo una importa absolutamente. Importa que tengas éxito o fracasas a los ojos del mundo. Importa si tienes o no tienes salud, si has recibido o no una buena educación. Importa si eres rico o pobre; ciertamente, establece una diferencia en tu vida. Sí, todas estas cosas tienen importancia, una importancia relativa, pero no tienen una importancia absoluta.

Hay algo más importante que cualquiera de esas cosas: encontrar tu ser esencial más allá de esa entidad efímera, del efímero yo personal.

No encontrarás la paz reordenando las circunstancias de tu vida, sino dándote cuenta de quién eres al nivel más profundo.

La reencarnación no te ayudará si en la próxima encarnación sigues sin saber quién eres. Todas las desgracias del planeta surgen del sentido personalizado del «yo» o del «nosotros», que recubre la esencia de tu ser. Cuando no eres consciente de la esencia interna, siempre acabas sintiéndote desgraciado. Es así de simple. Cuando no sabes quién eres, te fabricas mentalmente un yo que sustituye tu hermoso ser divino, y te apegas a ese yo temeroso y necesitado.

Entonces la protección y potenciación de ese falso sentido del yo se convierte en tu principal fuerza motivadora.

Muchas expresiones usadas habitualmente, y a veces la propia estructura del lenguaje, revelan que las personas no saben quiénes son. Por ejemplo, dices: *Él ha perdido su vida*», o hablas de *mi vida*», como si la vida fuera algo que pudieras poseer o perder. Lo cierto es que no tienes una vida; eres una vida. La Vida Una, la conciencia que interpenetra todo el universo y toma forma temporalmente para experimentarse como piedra o como hoja de hierba, como un animal, una persona, una estrella o una galaxia.

¿Puedes sentir en lo profundo de ti que ya sabes eso? ¿Puedes sentir que ya eres Eso?

Necesitas tiempo para la mayoría de las cosas de la vida: para adquirir nuevas aptitudes, para construir una casa, para especializarte en alguna disciplina, para prepararte una taza de té... Sin embargo, el tiempo es inútil para la cosa más esencial de la vida, para la única cosa que importa; la autorrealización, que significa saber quién eres más allá del yo superficial; más allá de tu nombre, de tu forma física tu historia personal, de tus historias.

No puedes encontrarte a ti mismo en el pasado o en el futuro. El único lugar donde puedes encontrarte es en el Ahora.

Los buscadores espirituales buscan la autorrealización o la iluminación en el futuro. Ser un buscador implica necesitar un futuro. Si lo crees así, entonces esto se vuelve verdad para ti: necesitarás tiempo para que llegues a darte cuenta de que no necesitas tiempo para ser quien eres.

Cuando miras un árbol, eres consciente del árbol. Cuando tienes un pensamiento o sentimiento, eres consciente de ese pensamiento o sentimiento. Cuando tienes una experiencia placentera o dolorosa, eres consciente de esa experiencia.

Estas declaraciones parecen ciertas y evidentes; sin embargo, si las examinas de cerca descubrirás que, sutilmente, su propia estructura contiene una ilusión fundamental, una ilusión inevitable cuando se usa el lenguaje. Pensamiento y lenguaje crean una aparente dualidad y una persona separada donde no la hay. Lo cierto es: tú no eres alguien que es consciente del árbol, del pensamiento, del sentimiento o de la experiencia. Tú eres la conciencia en la que -y por la que- esas cosas aparecen.

Mientras vives tu vida, ¿puedes ser consciente de ti mismo como la conciencia en la que se despliega todo el contenido de tu vida?

Dices: «Yo quiero conocerme a mí mismo.» Tú eres el «yo». Tú eres el Conocimiento. Tú eres la conciencia por la que todo es conocido. Y eso no puede conocerse a sí mismo; eso es sí mismo.

No hay nada que saber más allá de esto, y sin embargo todo conocimiento surge de ello. El «yo» no puede convertirse en un objeto de conocimiento, de conciencia.

De modo que no puedes convertirte en un objeto para ti mismo. Por eso mismo ha surgido la ilusión de la identidad egótica, porque mentalmente has hecho de ti mismo un objeto. *Eso soy yo*», dices. Y empiezas a tener una relación contigo mismo, y te cuentas tu historia a ti mismo y a los demás.

Conociéndote como la conciencia en la que ocurre la existencia fenoménica, te liberas de la dependencia de los fenómenos, te liberas de la búsqueda del yo en situaciones, lugares y estados. En otras palabras: lo que ocurre o deja de ocurrir ya no es tan importante. Las situaciones pierden su gravedad, su seriedad. Un ánimo juguetón entra en tu vida. Reconoces que este mundo es una danza cósmica, la danza de la forma, ni más ni menos.

Cuando sabes verdaderamente quién eres, vives en una vibrante y permanente sensación de paz. Puedes llamarla alegría, porque la alegría es eso: una paz vibrante de vida. Es la alegría de conocerte a ti mismo como la esencia de vida antes de tomar forma. Eso es la alegría de Ser, de ser quien realmente eres.

Así como el agua puede ser sólida, líquida o gaseosa, la conciencia puede estar «congelada» y tomar la forma, de la materia física; puede ser «líquida», tomando la forma de la mente y del pensamiento, o puede ser informe, como la conciencia pura.

La conciencia pura es la Vida antes de manifestarse, y esa Vida mira al mundo de la forma a través de «tus» ojos, porque esa conciencia es quien tú eres. Cuando te conoces como Eso, te reconoces en todas las cosas. Es un estado de completa claridad de percepción. Ya no eres más una entidad con un gravoso pasado, convertida en una pantalla de conceptos que interpreta cada experiencia.

Cuando percibes sin interpretación, puedes sentir qué es lo que se percibe. Lo máximo que podemos expresar con el lenguaje es que existe un campo de quietud consciente en el que ocurre la percepción.

A través de «ti», la conciencia informe se hace consciente de sí misma.

Las vidas de la mayoría de la gente están dirigidas por el deseo y el miedo.

El deseo es la necesidad de añadirte algo para poder ser tú mismo más plenamente. Todo miedo es el miedo de perder algo y, por tanto, de sentirte reducido y de ser menos de lo que eres.

Estos dos movimientos oscurecen el hecho de que el Ser no puede ser dado ni quitado. El Ser ya está en ti en toda su plenitud, Ahora.