

El gran secreto de la mente



Extractos

En la presencia pura traslúcida cual-espejo, libre de toda intromisión conceptual, cuando surge de pronto un pensamiento vívido, le llamamos “creatividad”. Esta creatividad mana de la presencia pura básica. Es la naturaleza constantemente cambiante de la presencia pura.

Permaneciendo naturalmente en este entendimiento supremo, toda esta creatividad junto con su despliegue, carece de base y de raíz. Cuando despertamos, como de un sueño, de las ilusiones engañosas; ambos, el campo objetivo y el conocedor subjetivo se desvanecen en su propio espacio.

Del mismo modo, desde nuestra cama del Dharmakaya de conciencia primordial intrínseca, desde donde los conceptos no pueden moverse siquiera lo ancho de un cabello, todas las nociones de materialidad y sus características específicas, se disuelven y se liberan.

Si fallamos en darnos cuenta de que los pensamientos vívidos que surgen en la presencia pura básica cual-espejo, son la creatividad natural misma de la presencia pura, entonces, el samsara de ilusiones engañosas se manifiesta como un flujo constante aparentemente objetivo y verdadero.

Mirar Directamente a la Frescura

Poniendo esto en una cáscara de nuez, no importa cuales sean las características de lo que vemos, ya sea que nos haga felices o tristes, ya sea que sean apariencias temibles o placenteras, ya sea que la mente esté activa o pasiva, no debemos inclinar la mente hacia ningún antídoto. Cualquiera cosa que aparezca, mira, con una mirada desnuda, la esencia de la apariencia conforme esta surge, y, sin modificarla de ninguna manera, solo déjala ser. Entonces, la presencia pura con todo su resplandor, emerge desde adentro.

En “Sangre de vida del Retiro de Montaña” Dudjom Rinpoche dice:

Cualquiera que sea el campo sensorial, cualquiera que sea el objeto, míralo directamente, como un niño embelesado ante el altar de un templo. No te aferres a las sensaciones específicas; mantén la frescura. Déjalo ser en su propio lugar sin elaborar nada al respecto, sin cambiar su forma o complejión y sin adulterarlo con fijaciones conceptuales. Entonces, todas las apariencias van a surgir en la presencia pura como la conciencia primordial desnuda de claridad y vacío.

Los Tres Modos de Liberación

Para el yogui-principiante, cuando surge el pensamiento, la experiencia es como la de reconocer a un viejo amigo al encontrarlo en medio del mercado. Así, el mero surgimiento de un pensamiento, ya sea feliz o triste, bueno o malo, es reconocido como una ilusión subjetiva, como la creatividad de la presencia pura y por lo tanto es liberado inmediatamente en el momento en el que emerge.

Cuando la meditación ha mejorado, a la mitad de la práctica, el pensamiento se libera a sí mismo como una serpiente que se desenreda.

Cualquier cosa que surja en la mente, ya sea felicidad o sufrimiento, se libera simultáneamente en la matriz de la presencia pura, donde la esperanza no viene acompañada de alegría ni el miedo de tristeza.

Finalmente, cuando la meditación es completa, el pensamiento ya no trae ni beneficio ni detrimento y la experiencia es como la de un ladrón que entra en una casa vacía; entonces, cualquier situación negativa que surja ya no puede perturbarnos porque no tiene ningún efecto sobre nosotros y así actuamos como niños mirando con asombro los murales de un templo.

No Escuches a tus Pensamientos

¿Qué pasa si simplemente dependemos de la Gran Perfección?

No escuches a tus pensamientos ni pongas atención a aquello que surge en la mente, en cambio, examina de dónde viene el pensamiento o la imagen, dónde es que permanece y hacia donde desaparece.

Si hacemos esto por un tiempo considerable, descubriremos que todas las formas de pensamiento son vacías y que no hay nada sustancial en la mente. Mantén a la mente en su propio lugar, sin modificarla, sin distracción, en calma en su clara y desnuda vacuidad. No intentes detener a la mente y tampoco la sigas. De esta manera somos liberados de todo el sufrimiento de las aflicciones emocionales y estamos en paz.

La felicidad que así se genera, es una calma profunda que llamamos serenidad. Esto no es lo mismo que el sentimiento placentero que acompaña a un evento mental materialista, el cual, con un ligero cambio de condiciones, puede convertirse en tristeza.

Esta felicidad es derivada de la conexión al espacio de gran gozo que es la conciencia primordial –libre de pensamiento.

Este “Gran Gozo” es la conciencia primordial de la no-dualidad de gozo y vacío, y así como un arma no puede dañar el cielo, del mismo modo, ese gozo no puede ser afectado por las circunstancias.

Por lo contrario, los sentimientos placenteros de felicidad basados en eventos mentales transitorios, se convertirán siempre en sufrimiento a través de las circunstancias cambiantes.