

¿Han pensado alguna vez que extraño es estar vivos? Esta vida que circula por el cuerpo y nos encontramos en este momento ustedes y yo. Entre ustedes y yo hay una distancia un espacio que nos separa. Si miran alrededor, hay un espacio que los separa de las otras personas. Cuando me miran, ¿qué ven?, ¿sólo un cuerpo?, ¿me miran del mismo modo en que miran la silla o la pizarra?

Mientras me sigues trata de tomar conciencia de que estas vivo. Toma conciencia de ti mismo mientras vas siguiendo este texto.

Por un instante... observa esa distancia entre ambos, date cuenta de que existes y que tu y yo estamos vivos.

Estar vivos, ¡extraordinario! Podríamos no existir ¿cómo será estar muertos? No estar aquí. Si continúan tomando conciencia de que existen mientras siguen el texto, estarán rozando la mirada interna.

Hablaremos sobre esa mirada interna que estamos despertando en este momento. Pero... ¿para qué lo haremos? ¿Para qué quisieras tu despertar en ti una mirada interna?  
¿No te basta el mirar cotidiano con que puedes estudiar, trabajar, amar, divertirte?  
¿Que interés pudiera tener alguien en despertar una nueva mirada?  
¿Porqué pudieras estar tu interesado en descubrir un nuevo modo de mirar, en descubrir una nueva realidad?

Tenemos muchas preguntas en nuestra cabeza y en nuestro corazón. No nos conformamos con las respuestas que obtenemos porque no nos parecen verdaderas. La misma crisis general, la imposibilidad de construir un mundo humano, nos confirma que las respuestas a nuestras preguntas no están claras para nadie.

Hay una pregunta que me ha acompañado siempre y cada día se vuelve para mí la mas importante. Es la pregunta por el sentido de la vida. Para donde voy, que pasa con la muerte. Existe verdaderamente la muerte. Es posible una sociedad verdaderamente humana.

¿Quién tiene las respuestas a mis preguntas? Tu, tu, tal vez tu. Un libro de la biblioteca, alguna institución, tal vez todos, un poco todos...

¿Alguien alguna vez lo supo y lo hemos olvidado con el correr de los tiempos?

¿Para alguno de ustedes son importantes estas preguntas y si no lo son, no les parece extraño que no lo sean?

Hay preguntas que no es posible respondernos sin despertar una mirada interna. Sin abrir el camino de nuestro mundo interior y conocer los secretos que se guardan en la profundidad de nuestro ser.

Mucho tiempo estuve buscando respuestas a estas preguntas suponiendo que alguien las tiene y me las daría. Alguna persona especial, el amor de una mujer, algún libro olvidado de un viejo desván, algún ser que viene de los espacios y me traspasa una energía especial. No podía aceptar que estas respuestas estuvieran en mi mundo interno. Como van a estar en mi mundo interno, si mi mundo interno está construido en base a recuerdos, a imágenes y a sensaciones. Recuerdos de un pasado que se fue, imágenes de mi fantasía o de un futuro que no ha llegado o sensaciones difusas provenientes de mi cuerpo.

Ayudado por las enseñanzas de Silo, participando de grupos de trabajo interno y ayudando a otros a superar el sufrimiento, fue cambiando para mí lo que consideraba “realidad” y he ido comprendiendo la gran importancia del mundo interno en el ser humano para construir el mundo externo. He ido comprendiendo que hay algo muy importante en la vida humana. En la vida de cada uno de nosotros hay algo muy grande y profundo. En el interior de todos nosotros, se encuentran las verdades verdaderas, el sentido de lo existente, la comunión con los seres humanos y de cada parte de la vida. Esa energía se encuentra en el interior de cada uno y nos comunica con todo. Es una energía que no puede ser vista por los sentidos y es solo posible llegar a ella si se despierta la mirada interna.

Al empezar a tomar contacto con nosotros mismos, darnos cuenta que existimos, se despierta una mirada que parte de nosotros y se dirige hacia el mundo. Nos damos cuenta que ese modo de estar no es habitual. Que constantemente nos perdemos de nosotros y nos olvidamos que existimos. Al tomar contacto con nosotros, darnos cuenta de donde estamos y de donde está el otro, empiezo a tomar contacto con lo que me pasa. Me pasan muchas cosas, pero he aquí que hay dos grandes experiencias que necesitamos diferenciar en nuestro mundo interno: la unidad y la contradicción

Las acciones que realizamos en el mundo externo dejan en nuestro interior una sensación de unidad, de plenitud y otras nos dejan sensaciones de contradicción, sufrimiento o violencia interna. Descubrir que mis acciones producen en mí registros precisos de unidad o de contradicción, es el principio del entrenamiento de la mirada interna. Descubrir que son nuestras acciones, las respuestas que damos en el mundo, lo que producen las experiencias de unidad y contradicción es de enormes consecuencias. Desde un punto de vista mas ingenuo pudiéramos pensar que son los estímulos que provienen del mundo exterior, los que nos provocan esas experiencias. Observen que estoy diciendo exactamente lo opuesto. Solo lo pueden comprobar o desechar investigando a través de la mirada interna.

La contradicción me aleja de mí mismo, ahuyenta la mirada de mí mismo y la lleva hacia fuera, la pierde en el mundo de las cosas. Esta parece ser la dificultad para profundizar la mirada interna. Hay ciertos nudos en ese mundo interior producidos por nuestras contradicciones que expulsan la mirada del interior. Es posible llevar luz hasta esos nudos

de oscuridad y disolverlos y permitir a la mirada interna continuar profundizando su búsqueda.

Hay un gran nudo el mas grande de todos que al parecer está en la raíz del olvido de mi mismo, donde la mirada no puede llegar y es el acertijo mas importante para abrir la puerta del mundo interno y del sentido de la vida. Nos morimos. Al menos eso pareciera. Si observamos que nos pasa frente a ese hecho, comenzamos nuevamente a internalizar la mirada. El tiempo lo experimentamos infinito. Aún sabiendo que no es así, no experimentamos la finitud. Vivimos no solo olvidados de que estamos vivos, sino también olvidados del imperio de la muerte.

Si vuelven a acordarse de que existen, a tomar conciencia de que existen mientras continuamos esta conversación, vuelven a sentir esa mirada que sale del interior hacia el exterior, comprobarán que habitualmente la mirada está extraviada. Está atrapada en algunas ilusiones que nos dejan la sensación de sentido. Es muy difícil reconocer una ilusión como ilusión. En realidad no es posible. Mi mirada se encuentra atrapada en una ilusión y no tengo modo de darme cuenta. Pero he aquí que cada cierto tiempo esas ilusiones chocan con acontecimientos que me despiertan. Muchas veces nos desilusionamos en el amor, en el trabajo, y la pasamos mal porque creíamos que las cosas eran de un modo, pero luego resultaron de otro. Ese choque de la ilusión con los acontecimientos del mundo externo se experimenta como fracaso y es lo que vuelve a despertar la mirada interna de su ilusión. Es el fracaso de las ilusiones lo que nos lleva a la búsqueda de una nueva realidad interior.

Hay otra realidad en el mundo interior que va apareciendo en la medida que internalizamos la mirada y en la medida que vamos disolviendo nuestras contradicciones. Existe allí, la fuerza y la fe. Existe las esperanzas, los anhelos, los sueños que siempre ha soñado la humanidad y que la incitan para que busque el modo de construirlos en el paisaje social. En ese mundo interno, está todo lo pasado, miles de años de historia humana, y todo lo por ocurrir envuelto en traje de sueños. En ese mundo interior están también los guías que orientan nuestras acciones hacia el verdadero destino.

Algo muy grande y bueno duerme en el interior de cada uno y puede despertar si llevamos una mirada interna hacia esas regiones del ser y del si mismo.

Pudiera suponerse que este mundo no es real ya que no es un mundo al que se acceda por los sentidos externos. Estamos acostumbrados a considerar lo real como aquello que nos parece que entra en nosotros como percepción. Sin embargo, eso que percibimos está totalmente influido por nuestros contenidos del mundo interno. Todo lo que llamamos “real”, son estructuraciones que hacemos entre lo que percibimos, sentimos y recordamos.

El mundo interno afecta completamente a ese mundo externo. No sólo pasivamente, no se trata sólo de un teñido de acuerdo con el estado de ánimo en que me encuentro. Ese mundo interno está dotado de una intencionalidad que no solo tiñe al mundo externo, sino que lo va construyendo. Esa intencionalidad traslada ese mundo interno hacia fuera del ser humano, construyendo la realidad exterior y no simplemente tiñéndola con su filtro. Si ese

mundo interno está lleno de contradicciones y sufrimiento, así será la construcción de la realidad en el paisaje externo. Si ese mundo interno está en contacto con una verdad, o con el sentido, la construcción que se realice se experimentará como sentido y plenitud.

Es tan grande la importancia y “la realidad” del mundo interno que es imposible separar el mundo interior y el exterior. Conciencia y mundo resultan indisolubles, no desde un punto de vista filosófico, sino indisolubles desde un punto de vista existencial. La negación y el vaciamiento que se ha hecho de este mundo interno en la cultura occidental, el intento de confundir “realidad” con “materialidad”, ha dejado al ser humano a la deriva, olvidado de donde viene y a donde va.

El sentido no es algo que desde afuera se imponga a la conciencia y la dote de sentido. Es exactamente al revés. Algo al interior de nosotros que empieza a expresarse en lo que hacemos. Algo desde el interior de nosotros se expresa en el mundo y se comunica a otros seres humanos.

Cuando nos comunicamos con ciertas regiones de nosotros mismos, y eso se expresa hacia el mundo humano, empezamos a dotar de sentido lo que hacemos y experimentamos sentido en la vida.

Pero esto no es lo habitual. Lo habitual es creer que el sentido es externo al ser humano, que hay ciertas cosas afuera de la mente que al poseerlas nos darán sentido. Esto es la raíz del sin-sentido. Creemos que ciertas personas, cierta causa, cierto trabajo, cierto título, es el que con su obtención, cambiará nuestra vida. En la persecución de esas “ilusiones”, de esos falsos sentidos, se nos pasa la vida hasta encontrar la muerte.

Antiguas creencias que han acompañado al ser humano por muchos siglos, se están derrumbando. En esta difícil etapa que nos toca vivir, si aguzamos el oído y el ojo interno sentiremos como la profundidad de cada uno de nosotros esta haciendo fuerza y haciendo ruido para atraer nuestra mirada hacia ella. Tengo la impresión que algo muy importante esta ocurriendo en ese mundo interno. Algo que viene desde muy lejos se esfuerza por emerger en nuestra conciencia y ser mirado y escuchado.

Dario Ergas.