

Día a día nº 32 Mayo 2010



Día a día es un boletín vía e-mail cuya misión es dar a conocer las enseñanzas de **Seshia** — sobre la No-dualidad — aplicadas a la vida cotidiana de las personas.

Este boletín **puede reenviarse** a toda persona interesada en la búsqueda personal, en el conocimiento de sí mismo y de la Realidad Final.

Lo importante no es erradicar el dolor o el placer, sino comprenderlo.

Sesha

Al mundo suele culpársele porque su desajuste afecta al individuo. Sin embargo, el mundo no es diferente de lo que de él hemos hecho con nuestros actos y pensamientos. Nuestro dolor es el dolor del mundo y nuestro tormento es el suyo. El mundo entero es el reflejo de nuestro más interno modo de vernos a nosotros mismos.

Por ello, hemos de tomar al mundo como a las demás experiencias internas o externas que afrontamos. Lo importante no es erradicar el dolor o el placer, sino comprenderlo. Lo que vale esencialmente son las certezas que de la vida aprendemos. ¿Qué sería de la ausencia del dolor y del aprendizaje que él depara? Hay circunstancias que sólo el dolor, con su terrorífica mirada, es capaz de mostrarnos. El aprendizaje que subyace en las certezas de cualquier acto es, en sí mismo, la razón de ser del individuo.

Un individuo pleno de certezas no duda. Enfrentar la vida con la convicción de las propias certezas nos lleva a extenderlas a los restantes actos de la vida. Las certezas que se mantienen ante los más desgarradores dolores y ante las más abyectas circunstancias son aquellas que finalmente pueden construir un mundo más amable en nosotros mismos y, por lo tanto, un entorno más noble con los demás.

La esencia del ser humano es la no-duda. Los más maravillosos estados interiores que puede albergar un individuo son finalmente estados de no-duda: certezas continuas en forma de amor, existencia y comprensión que vislumbran una realidad más allá de los simples límites de la mente, de sus pensamientos y de sus dudas.

Proponer una forma de experimentar el mundo completamente "presencial" induce una interpretación carente de dualidad en la mente. Experimentar el mundo de forma "presencial" convierte la interacción con el mundo en una reacción completamente natural como digerir, respirar o caminar.

Eventos como hablar, trabajar, sentir, amar o sufrir llegan a ser vividos como reacciones eficientes e inteligentes con connotaciones francamente diversas a cuando se las advierte con duda o miedo. Estar "presente" erradica la duda y engendra el amanecer de una nueva destreza en el actuar y el pensar.

Dudar o no dudar, he ahí el dilema. El "presente" es un flujo de continuas certezas. Experimentar el mundo de manera natural a través de dicho flujo de continuas certezas es la manera más vivificadora de relacionarse con él.

Educar la mente para el evento de estar siempre atenta y reaccionando de forma natural a un "presente" que simplemente acontece debería ser la base educativa de cualquier sociedad.

En cambio, una sociedad planteada sobre valores que premian la competitividad y categorizan a las personas por su saber, condición de nacimiento o vínculo religioso, es una cultura que vivirá inexorablemente en las fauces del dolor, la lucha y el conflicto del individuo consigo mismo y con los demás.

Para saber más sobre **Sesha** puedes visitar la web www.vedantaadvaita.com o www.sesha.info donde encontrarás información de sus libros, así como artículos, entrevistas en texto, vídeo, audios, además del calendario de seminarios y cursos.