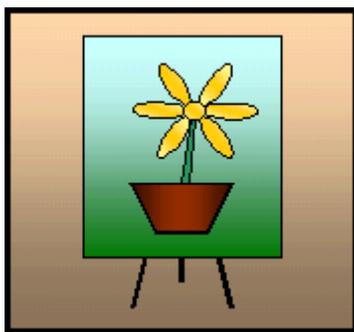


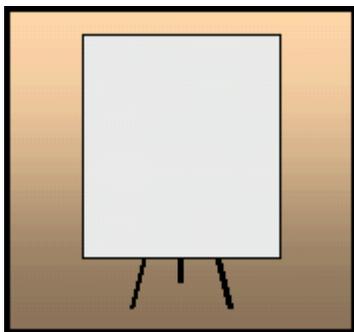
El Ser detrás de la Pintura y del Lienzo

Swami Jnaneshvara Bharati

Los antiguos usaban la metáfora de una pintura en un Lienzo, para describir cómo podemos volver a experimentar directamente nuestro Verdadero Ser. **Nuestro Ser real está exactamente detrás del Lienzo**, en el cual pintamos incontables identidades falsas. A continuación se ofrece una descripción pictórica de este simbolismo. Recordar el Lienzo es una herramienta muy práctica para la Meditación Yoga y la Meditación en acción.



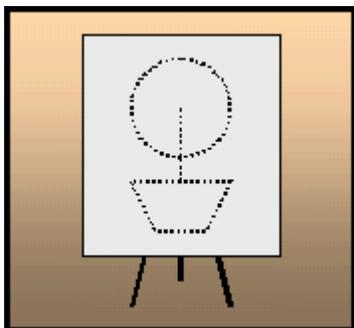
Nuestro verdadero Ser está justo detrás del Lienzo, en el cual pintamos incontables identidades falsas.



Imagina un Lienzo en blanco

Imagina un Lienzo sin pintura alguna. Cuando la Unidad se empieza a manifestar, **primero hay un Lienzo**. Todo lo demás se exterioriza a partir de ahí.

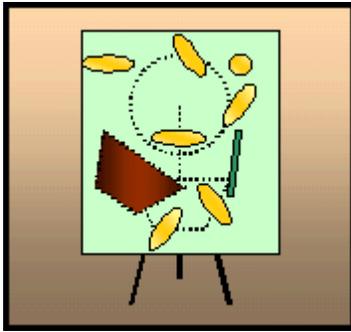
En sánscrito, el nombre de este nivel primordial de manifestación es "Kutasta". Viene de la palabra raíz "Kuta", que significa yunque. Es en el yunque llamado Kuta que el herrero fabrica su creación.



Entonces, hace un bosquejo

Antes de aplicar la pintura, el artista realiza un bosquejo en el Lienzo, probablemente usando un lápiz. Le **da forma** a lo que ha de manifestar.

En el ser humano, esto equivale a nuestras **predisposiciones profundas**, que yacen latentes en el sótano de la mente.



Luego juega con las formas y colores

El artista no termina el cuadro de una vez, sino que pasa por una fase en la que agrega colores, formas, y empieza así a **completar** el boceto.

Como humanos tenemos un **vasto** proceso **inconsciente** actuando entre nuestras predisposiciones de base y nuestras expresiones externas a nivel del cuerpo y la personalidad. Este proceso interno **ocurre constantemente** mientras estamos despiertos, y es el proceso mental predominante durante el dormir con sueños.

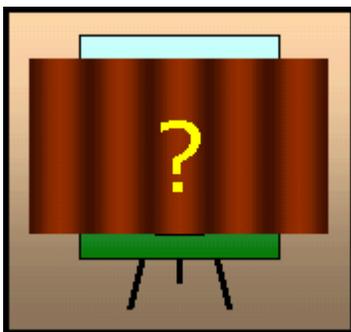


Y olvidamos

El cuadro terminado, que puede disfrutarse en toda su belleza, es el resultado del Lienzo, los lápices de dibujo, y todos los trazos y colores de las capas preliminares e intermedias. Todo esto **está ahí**, en el Lienzo, por debajo del cuadro final.

Aún así, al mirar un cuadro, bonito o feo, **olvidamos** las capas de más al fondo, **olvidamos** los lápices de dibujo, y **olvidamos** el Lienzo.

De igual forma, **olvidamos** nuestras propias capas y nuestra Verdadera Naturaleza, al involucrarnos en las acciones que realizamos en el mundo externo.



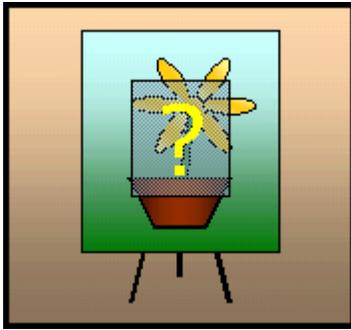
¿Dónde está la verdadera Meditación?

Una vez que el cuadro está hecho, y mientras vivimos la vida, a veces sentimos **un llamado a buscar** más, y encontramos, aprendemos y empezamos a practicar la Meditación.

Es común que el estudiante de Meditación Yoga se ocupe de su estilo de vida, de aquietar el cuerpo, suavizar la respiración y silenciar la mente consciente, pero aún así no llega a experimentar las profundidades de la Meditación.

Lo que sucede a menudo es que **cerramos una cortina** ocultando detrás todos los temas mentales conflictivos, y luego **nos preguntamos por qué no progresamos** en la Meditación. Nos sentamos como “al lado de afuera” esperando que venga la Verdad, la Gracia, Dios o el Guru, pero nada sucede. Por años o décadas, nos instalamos relativamente quietos y en silencio, habiendo adaptado el estilo de vida de modo afín con la búsqueda espiritual.

Pero terminamos pensando que esta quietud es el fin de la Meditación, o nos preguntamos en silencio, “¿Qué hay de malo en mí?, ¿Dónde está la verdadera Meditación?”



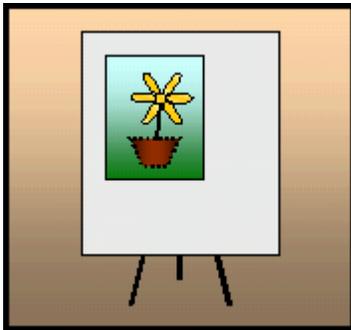
Empezar a mirar hacia el interior

Gradualmente, empezamos a mirar el cuadro que nosotros **hemos creado**. Nos volvemos hacia el interior, como tratando de encontrar una ventana interna que nos conduzca hacia la Verdad.

Nos damos cuenta que crear y cerrar esa cortina sobre la mente consciente e inconsciente fue un **error**.

En realidad, sólo hay **dos direcciones a las cuales mirar**, hacia fuera del cuadro o dentro de él. Hacemos todo lo posible por hallar felicidad y gozo apartándonos del cuadro, e incluso intentando encontrar a Dios “allá afuera”.

Pero pareciera ser que en última instancia, nos vemos forzados a **regresar al atril**, donde está puesta nuestra pintura.



Lo primero es buscar el Lienzo

Antes de intentar hallar la Verdad buscamos el Lienzo, aunque podemos no estar conscientes de que es ésto lo que estamos buscando por ahora.

Cuando hallamos el Lienzo nos es posible ver que la forma en que hemos **pintado nuestras vidas** en él es elegante, empezando con los lápices, jugando con los colores y formas, y finalmente produciendo la realidad a la que llamamos “yo” en relación al “mundo”.

Encontrar el Lienzo no consiste en eliminar la pintura, el proceso creativo subyacente y las huellas dejadas por los samskaras, como si éstos fueran lápices. Descubrimos en cambio, que el Lienzo está **bajo la pintura**, donde siempre ha estado.

Esto es una **verdadera clave** para la Meditación Yoga. Debemos ser conscientes de, buscar y **hallar el Lienzo**, que está más allá de toda actividad de la mente consciente y del mundo concreto, y detrás, subyacente o más allá de la pantalla donde se proyecta toda la acción inconsciente, sutil, psíquica o astral del universo.

Sin embargo, nunca hallaremos el Lienzo, o la Verdad que está más allá, intentando alejarnos de la pintura. Debemos **volvemos hacia el interior**, encarando directamente la pintura, de modo de encontrar el Lienzo.

¿Cómo podemos buscar el Lienzo?



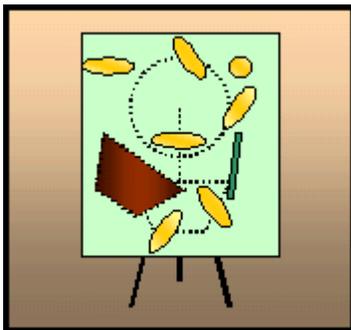
Primer paso para hallar el Lienzo

En primer lugar nos ocupamos de la **realidad externa**, de la que somos parte y que nosotros hemos creado.

Respecto a la Meditación Yoga, eso significa **aceptar** el proceso de la mente consciente, en vez de suprimirlo. Implica adoptar la actitud que tiene **un explorador**, ser un investigador interior. Nuestra búsqueda consiste en descubrir lo que está bajo la pintura que creamos.

No es que haya algo “equivocado” o “malo” con nuestra pintura, sino que lo que queremos encontrar es lo que está **por debajo** del cuadro, ya sea que éste nos parezca hermoso o feo.

Este es un **proceso delicado**, no es una forma invasiva de sacar nuestro inconsciente de raíz. Teniendo en mente que intentamos avanzar **sistemáticamente** a través de las capas de la pintura hacia el Lienzo, el proceso se puede dar a un ritmo adecuado y sano. Lo importante es **interiorizarnos, volvernos** intencionalmente **hacia la pintura**, en vez de poner una cortina sobre ésta.



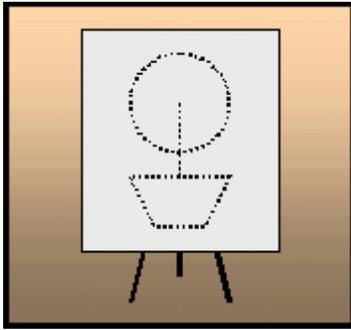
Segundo paso para hallar el Lienzo

Poco a poco, vamos experimentando la **mente inconsciente**, lo cual habitualmente ocurre sólo durante el dormir con sueños.

Aquí, de aprendemos lo importante que es cultivar la práctica de **enfocar la mente en una sola dirección** junto al **no-apego**, y también a no quedarnos enredados en todo el material de la mente inconsciente o del reino sutil.

Comprendemos el proceso por el cual nuestro cuadro terminado salió a la luz. Este viaje puede ser algo agitado, con algunos baches, porque al mirar hacia atrás vemos que algunas de las vueltas que dimos en el camino de la vida no eran tan útiles.

Sin embargo, seguimos adelante, porque lo que buscamos es el Lienzo.

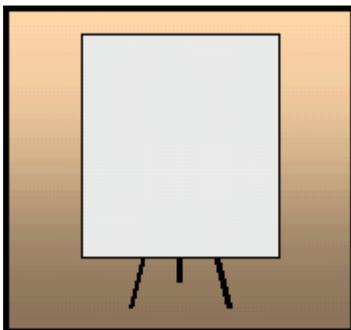


Tercer paso para hallar el Lienzo

A medida que la atención va más allá del mundo concreto o denso y del proceso inconsciente, tomamos contacto con los **profundos surcos** de este último, los **bosquejos** en el Lienzo.

Estos son los samskaras en su forma latente, la fuerza impulsora del karma. Irónicamente, al pasar más allá de todos los colores y formas implicadas en el proceso creativo, accedemos a una especie de quietud al encontrar los bocetos de la pintura en su forma inicial. En este proceso, los samskaras o **los bosquejos se debilitan**.

Aquí se produce un leve dolor y un leve placer en el sentido externo; es una quieta sensación de “paz mental”, dado que la “mente” descansa al llegar al nivel de los bocetos.



¡Recordar el Lienzo!!!

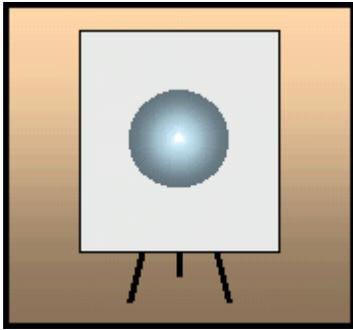
En el silencio encontramos el Lienzo, *en donde* se han plasmado el boceto, el proceso y la pintura.

Ya desde los inicios de la Meditación Yoga, ésta es una de las cosas más importantes a **recordar**—el Lienzo. Al recordarlo durante la Meditación, **no suprimimos** los pensamientos, emociones, imágenes, impresiones o sensaciones.

Es totalmente posible **recordar** el Lienzo en el cual se manifiestan todos los dramas de nuestra vida. Cualquiera puede hacer la práctica de recordarlo; no es técnicamente difícil, y es enormemente útil para quien esté dispuesto a llevarla a cabo. Es triste, pero pocos lo intentan.

Recordar el Lienzo no significa que nuestros desafíos de vida, o de la mente y las emociones van a desaparecer de repente. No, siguen ahí, mientras seguimos cultivando una **creciente consciencia** del Lienzo que existe por debajo.

Gradualmente, mientras estamos “recordando” el Lienzo, el impacto de **los dramas** en la pintura **se va debilitando**, a medida que se van manifestando externa e internamente.

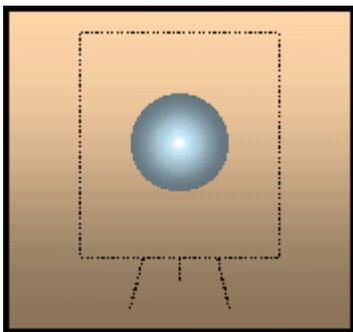


Intuir lo que hay más allá del Lienzo

Si bien nos parece esencial encontrar el Lienzo, tenemos la sensación de que hay **algo más**, incluso más allá, al otro lado del mismo.

Puede que no veamos el otro lado, pero **nos preguntamos**, “¿De dónde provino el Lienzo? Conocer el Lienzo es una experiencia pacífica, quieta, silenciosa, pero hay algo más— ¿Qué es eso?”.

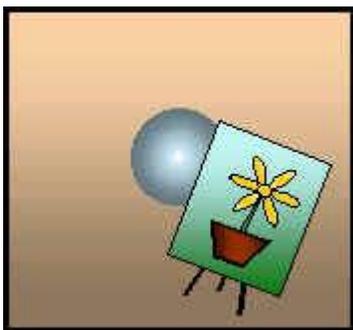
Con paciencia, práctica y persistencia, con un espíritu de intención pasiva, accedemos a **ver a través de la ventana** en el Lienzo, y llegamos a tener un **vislumbre** de la Verdad que está al otro lado.



La Verdad es la fuente del Lienzo

Comprendemos que el Lienzo es producto de la Verdad.

El Lienzo se exteriorizó a partir de la Consciencia pura, con el solo propósito de crear un campo o un área de juego. Lo manifestó para que uno pudiera jugar plasmando el arte de pintar, incluyendo la secuencia de esbozar e ir completando, hasta tener la pintura terminada.

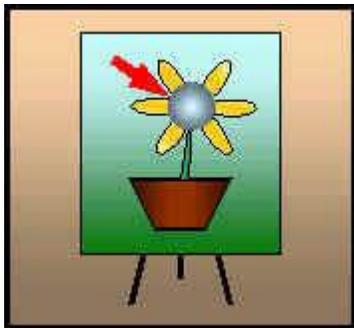


La Verdad está Detrás del Lienzo

Al ver *Eso*, gracias a la experiencia directa, podemos constatar que la Verdad que buscábamos está **detrás de todas** las otras capas:

- La Verdad está *detrás* de nuestro mundo externo y de nuestros pensamientos conscientes.
- La Verdad está *detrás* de nuestro proceso inconsciente y del reino sutil.
- La Verdad está *detrás* de las huellas de nuestros samskaras que forman nuestra individualidad.
- La Verdad está incluso *detrás* del Lienzo de la creación o manifestación propiamente tal.

Sin embargo, también nos damos cuenta de que la única forma de acceder a la Verdad detrás de la pintura, es pasar a través de todas las capas de esta última, para poder encontrar el Lienzo primero.



La Verdad también está en la pintura

Mientras más nos hacemos conscientes del Lienzo, más nos damos cuenta de que **la Verdad se esconde exactamente en medio de la vida.**

Esta metáfora del Lienzo es una herramienta muy práctica en la vida diaria. Cuando **disfrutamos de las pinturas** de la vida, **podemos estar constantemente conscientes** del Lienzo, en el cual se manifiestan nuestros procesos mentales, emocionales y de percepción.

Mientras más recordemos el Lienzo, más fácilmente **recordaremos** la Verdad que se halla detrás.

Durante la Meditación Yoga, **buscamos el Lienzo** intencionalmente, atrás de todo el contenido mental, sin suprimir los procesos mentales; intentamos permitir que el objeto en el cual estamos meditando nos **conduzca de vuelta** al Lienzo y a la Verdad que lo trasciende.

----- 0 -----