

UN TAST DE L'ETERNITAT DE LA NATURA

La dimensió espiritual en l'ecologia

Anna
CaiXach

Si les portes de la percepció fossin purificades, tot apareixeria a l'home tal com és, infinit.

William Blake (1793)

Per tal que qualsevol apropament ecològic, sostenible i respectuós vers la terra i l'entorn sigui realment efectiu ha de ser integral. Això vol dir que ha d'afectar tots els aspectes de la nostra vida, i implicarà inevitablement una transformació humana profunda.

La nostra vida està basada i gira entorn d'allò que creiem que som; a través del qual percebem el món i en nom del qual actuem i ens relacionem. Les nostres accions i relacions amb els altres i amb el món són un reflex d'allò que creiem que som.

Fins ara, la nostra activitat està basada en la creença que estem separats. Separats dels altres, separats dels animals i separats de la terra. Un subjecte i un objecte que estan essencialment separats. La creença de ser un «jo» en el cos, que comparteix els límits, les condicions i el destí del cos, és la presumpció fonamental en la que està basada la nostra cultura mundial. És la suposició fonamental que està continguda en gairebé la majoria dels nostres pensaments i emocions, i s'expressa en la majoria de les nostres accions i relacions. Creure que aquesta conceptualització reflecteix la realitat de la nostra experiència és la causa de la dualitat.

Tan bon punt creiem que estem separats de l'altre, d'un animal o del nostre entorn, creurem que la manera en què tractem aquest altre no tindrà conseqüències per a nosaltres. Perquè els sentim separats i independents de nosaltres. La crueltat, la maldat, l'explotació, la injustícia, la violència, l'odi, només són possibles si creiem que l'altre és «altre» i no és jo. Entendre i sentir que l'altre és realment jo mateixa, que tots els animals són jo mateixa, que l'univers és

jo mateixa, que la terra, les plantes, els arbres, l'aigua, l'aliment són jo mateixa, ens portarà a actuar i a comportar-nos d'una manera totalment diferent. Aquest marc cognitiu dualista, basat en la separació —en el que ens sentim separats dels altres, dels animals, del món— és el que ens ha portat on estem: crisi climàtica, energètica, social, política, econòmica, humanitària, etc. L'arrel de la nostra gran crisi global és creure que som una cosa que no som.

Les conseqüències inevitables del paradigma materialista dualista actual, prevalent en la nostra societat —en el que ens considerem entitats separades amb una existència independent dels altres i del món— és la infelicitat en nosaltres, el conflicte amb els altres i l'explotació i la degradació de l'entorn. En canvi, les conseqüències inevitables de la comprensió no-dual són la pau i la felicitat en tu, i l'amor i la bellesa en el món.

Ens hem separat de la terra, dels altres, dels animals, dels arbres... toquem la terra però no sentim la terra, pensem que sentim la terra. Toquem l'arbre però no sentim l'arbre, pensem que sentim l'arbre. La nostra ment conceptualitza la realitat. El món percebut a través de la ment conceptual és una abstracció, no és la realitat. En lloc de viure la vida, la pensem.

L'arbre que commou alguns fins les llàgrimes de felicitat, per a altres no és res més que un objecte verd que s'interposa en el camí, afirmarà William Blake, a partir de la seva pròpia experiència. Ja no som capaços de sentir la naturalesa essencial del que ens envolta, no sentim la seva realitat, que segons ens diu Blake és infinita. Si les portes de la percepció fossin netejades, purificades, veuríem tot tal com és, infinit. Així com l'home és, veu; ens recorda Blake. Aquesta neteja de les portes de la percepció és el banyar-se de la ment en la presència de Déu, en l'ésser infinit, en la Font. Aquesta ment és capaç de veure bellesa on altres solament perceben un objecte ordinari i mundà. Aquesta és la percepció directa o no-dual, percepció de l'essència infinita de tot el que ens envolta. Experiència de l'eternitat, plenament immersos en el món.

Blake s'adona que tot resplendeix amb la llum de l'infinit. La percepció sensorial, les nostres facultats de veure, escoltar, tocar, olorar i gustar, encerclen la realitat infinita —la naturalesa de la qual és joia pura— amb les seves limitacions. Sembla que sigui un ocell en el cel però el

que estem veient realment és la realitat divina, la realitat única encapsulada per les limitacions de la percepció sensorial. Són els sentits els que fan que la realitat aparegui d'acord amb les seves pròpies limitacions.

L'entrada del temple d'Apol·lo a Delfos (Grècia) ens diu: «coneix-te a tu mateix i coneixeràs els homes i els Déus». Aquest és el missatge central de totes les grans tradicions de saviesa. L'ensenyança essencial que es troba en el cor de totes les grans tradicions espirituals és que la realitat és una, indivisible, eterna i infinita. El significat original i profund del terme espiritualitat és simplement viure en contacte amb aquesta realitat, és a dir, en contacte amb allò que som veritablement i en contacte amb allò que és veritablement. L'apropament experiencial espiritual no-dual té la capacitat de dissoldre la divisió subjecte-objecte i alliberar-nos de la sensació de separació inherent a la nostra percepció dualista habitual. Experiència plena que té la capacitat d'interrompre la línia horitzontal del temps, retornant la ment de la seva invenció del temps i l'espai, i que ens submergeix en la dimensió vertical del nostre ésser. Experiència que ens allibera dels conceptes de temps, de separació i de dualitat, revelant la unitat de la realitat i acompanyant-nos dolçament a aquell lloc en nosaltres inherentment en pau i u amb tot. On tastem l'eternitat que som, en l'experiència de la no-dualitat.

Aquest és el nostre propòsit interior, sentir i ser allò que som; i la nostra tasca exterior en el món és permetre que la pau, l'amor i la joia que som impregni les nostres accions i relacions. Aquestes són les dues tasques fonamentals, descobrir la naturalesa del nostre ésser i compartir-ho amb la humanitat. Aquesta és la gran revolució, conèixer la realitat de la nostra experiència, això vol dir la realitat del món i la realitat del què sóc, i aquesta ha de ser la base de l'ecologia i de qualsevol sistema que vagi a favor de la vida. I quan coneixem això el que descobrim és que tot és solament amor. Si continuem ignorant aquesta realitat, tan sols podrem alleujar temporalment els problemes que afrontem com a humanitat, però no els resoldrem veritablement.

Pràctica:

Deixem anar tot allò que no és essencial en nosaltres, és a dir, allò que apareix i desapareix en nosaltres: pensaments, idees, imatges, records, sensacions, emocions, percepcions. Què queda? Què és allò irreductible i sempre present en nosaltres? Allò que està present i que coneix o és conscient de la meva experiència. Presència conscient. Simplement el fet de ser, ser, espai silenciós de ser, il·limitat i sempre present. Tot el que hi trobem és silenci, pau, amor.

Ens hem posat una jaqueta i hem cregut que som la jaqueta, oblidant que som allò que està viu sota la jaqueta. Solament si deixem anar allò temporal en nosaltres, podrem sentir allò etern en nosaltres.

Analogia del somni. Com en el somni, on el subjecte del somni i el món del somni que semblaven estar separats i fets de «matèria» són en realitat la nostra ment, una sola i mateixa substància, tota la nostra experiència que aparentment sembla estar dividida en un subjecte i un objecte separats i fets de matèria, és en realitat espai de presència conscient, viu, vibrant, acollidor, obert, joiós, amorós, etern i infinit. I això és el que som. Tot és el rostre de Déu, com diuen els mestres sufis.

Toquem la terra. Ens adonem que en la nostra experiència no hi ha «mà» i «terra», no hi ha «persona» i «terra», no hi ha «subjecte» i «objecte», només hi ha experiència de sentir. Sentir il·limitat, viu, vibrant, transparent, expansiu, receptiu, joiós. Ens adonem que aquest sentir i la presència que sent (nosaltres) són una sola experiència. Són una única i mateixa experiència. Són u. No hi ha dos en la nostra experiència. Aquesta és l'experiència de la no-dualitat. El sentir apareix en nosaltres, però no hi ha separació entre l'experiència de sentir i nosaltres. L'experiència és en realitat consciència. Tot el que hi ha en l'experiència és en realitat el fet de ser-ne conscient. Ens adonem experiencialment que aquest «sentir» és com un colorar suau i amorós de l'espai silenciós de ser, de l'espai de presència conscient que som. És el mateix per a qualsevol altra experiència. I així ens adonem experiencialment que la terra és jo mateixa, l'altre és jo mateixa, el món és jo mateixa. Tot és espai de presència conscient. Ens adonem que en aquesta experiència no estem localitzades en el cos-ment i no hi ha cap rastre d'allò que anomenem la «persona» i que normalment creiem que som. Aquesta és la joia pura i

eterna de veure una sola vida en totes les coses. La dualitat és tan sols un hàbit que condiciona la nostra manera de percebre. No és la realitat.

Aquest és el pas fonamental que implica el passatge de la visió materialista de la vida com un suposat món material extern ple d'objectes, a la nostra experiència real d'aquesta vida. Sent aquesta una vibració de l'espai obert de presència conscient que som, que pren la forma aparent del flux de pensaments, idees, records, imatges, sensacions, emocions i percepcions, que anomenem «la nostra vida». És a dir que no hi ha un món exterior material amb una existència independent de nosaltres sinó que tot el que coneixem del suposat món és tan sols la nostra percepció d'allò que anomenem «món». I aquesta percepció apareix en nosaltres i està feta de nosaltres, presència conscient. Tot allò que percebem és en realitat tu mateixa.

Aquí es produeix un canvi radical de perspectiva: passem de la nostra identitat com a persona o cos-ment a la nostra identitat real com a espai de presència conscient i passem de creure que hi ha un món material —paradigma reduccionista materialista— a adonar-nos que el cos-ment i el món són objectes mentals que apareixen en nosaltres, coneguts per nosaltres i fets de nosaltres, per finalment adonar-nos que tot el que trobem en ells és espai obert de consciència.

Quan sents que no hi ha cap separació entre tu i tota la teva experiència, el que experiencies és un amor incessant, una pau que t'envaeix, i una joia que et porta. Això ho experienciem de manera espontània en certes situacions de la nostra vida. Per exemple, el fet de meravellar-nos ens estableix de manera espontània en el nostre ésser profund i tastem breument i normalment fugaçment la pau, l'amor i la felicitat inherents a la nostra veritable identitat. Establir-nos en la nostra naturalesa veritable ens permetrà viure de manera permanent en aquest meravellar-se, és a dir, en la percepció no-dual.

En la separació sempre hi haurà por o inseguretats o necessitats o interessos propis, que es posaran per davant d'aquest amor i conduiran els teus actes i les teves relacions. Primer has de ser aquest amor —en el que no sents separació amb l'altre— per poder actuar amb amor, amb respecte, amb cura, justícia, igualtat, equitat. Si et sents separat, la por i la manca velaran

amb més o menys intensitat aquest amor i conduiran les teves accions inevitablement, encara que lluitis per silenciar la ment, o lluitis per ser una «bona persona». No es tracta de tenir una ment quieta o silenciosa sinó de permetre que la ment estigui infusió amb la pau inherent a la presència conscient que ets. Creure que ets una persona —això és una entitat separada, concreta, limitada, individualitzada— sempre s'anteposarà, amb més o menys intensitat, o més o menys visiblement, a la plenitud que ets en realitat i no permetrà que la teva vida estigui conduïda per aquesta plenitud. Aniràs a cercar en les teves accions i relacions el poder sentir-te plena. Aquesta serà sempre una missió inabastable i totalment fallida.

Es tracta de sortir de la creença de ser un «jo» personal separat i establir-nos en allò que som. Tot el que fem en nom del «jo» personal ens allunyarà de l'experiència veritable del «jo» real i perpetuarà la nostra creença i sensació de ser un «jo» personal separat. Com més establertes i entregades estiguem en l'espai obert de presència conscient, centrades en l'espaiositat il·limitada que som, més les qualitats inherents a la plenitud del nostre ésser impregnaran, infiltraran, amararan, saturaran, delicadament, suaument i gradualment la nostra manera de sentir el cos, de pensar, de percebre el món, d'actuar i de relacionar-nos. El cos, com la resta de la nostra experiència, el sentirem aleshores com una coloració o vibració suau, quasi transparent de l'espai obert, silenciós, acollidor i amorós de presència conscient que som. El cos retorna així al seu estat natural d'obertura, receptivitat, amorositat, disponibilitat, sensitivitat, adaptabilitat. El cos i el món revelen aleshores la seva essència divina, infinita i eterna. Tal com anunciava Blake.

Però aquesta comprensió no ha de ser tan sols intel·lectual. La creença de ser una entitat separada és també una sensació fortament arrelada en el nostre cos, i és el fonament de les nostres accions i relacions. A partir de la creença d'estar separats, el cos ha assumit postures, gestos, comportaments i activitats, i la ment ha assumit patrons de pensament, que són conseqüents amb la creença que el «jo» separat viu en ells, és a dir, que provenen de la resistència i la cerca, i que formant una xarxa de tensions i contraccions no funcionals en el cos i de creences en la ment —que tan sols serveixen per mantenir la identitat il·lusòria del «jo» separat—, seran un obstacle per establir-te en la pau i l'amor de la teva naturalesa essencial.

El coneixement que ens transmet l'ensenyança ha de percolar profundament el nostre cos i amarar completament la nostra manera de pensar, de sentir el cos, de percebre, d'actuar i de relacionar-nos. Si és només un coneixement intel·lectual, com dèiem abans, ens podrà alleujar temporalment algunes de les problemàtiques però no les resoldrà. Ens donarà una certa pau, però serà tan sols temporal.

Cézanne ens diu que l'art ens ha de proporcionar un tast de l'eternitat de la natura. Parlem de l'art no entès com un negoci artístic o com la creació d'una obra, parlem de l'art entès com a vehicle espiritual. El propòsit original de l'art, que majoritàriament s'ha perdut, és revelar la naturalesa de la realitat i precipitar el reconeixement de la realitat única del que som. Que és exactament l'objectiu de totes les grans tradicions religioses i espirituals. Diferentment de les tradicions espirituals més convencionals, que tendeixen a utilitzar la paraula en les seves ensenyances, l'art actiu o performatiu com a vehicle espiritual utilitza totes les nostres capacitats o facultats, tots els nostres sentits, i també l'acció i la relació, per revelar —de manera integral i plena en tots els camps de la nostra experiència— la realitat que les tradicions espirituals revelen a través del llenguatge: la realitat, única i indivisible, anterior a la conceptualització mental, o dit d'una altra manera, la unitat primordial original de la realitat.

El propòsit de l'art no-dual no és la creació d'una obra, sinó portar-nos al reconeixement en nosaltres d'allò que som veritablement, a l'experiència de l'Origen, a l'experiència del nostre ésser essencial. De totes les instruccions i guies espirituals podríem dir que la més efectiva és l'art entès com a vehicle espiritual. És un dels mitjans més poderosos per precipitar l'experiència plena de la nostra naturalesa veritable, d'allò que som realment i d'allò que l'univers és realment; experiència de la unitat de la realitat. Recuperant el seu propòsit original, l'art esdevé un vehicle per a l'experiència de la no-dualitat, experiència de la naturalesa veritable de la realitat.

L'art utilitzat com a vehicle espiritual, absolutament fonamental en l'ésser humà des de temps immemorials, és una experiència que té la capacitat de dissoldre —a nivell racional— la relació subjecte-objecte superposada per la nostra ment conceptual; de dissoldre —a nivell dels sentits— l'aparent distinció entre nosaltres i els objectes o l'altre, i de dissoldre —a nivell corporal— la sensació de separació que sentim en el cos.

En l'Art com a vehicle per a l'experiència de la plenitud no-dual original, el punt de referència no és l'espectador sinó el retorn vers la unitat amb la realitat. La gran diferència entre l'art tal com el coneixem normalment i l'art com a vehicle espiritual per a l'establiment en la presència conscient no-dual, és que en l'art dual habitual es funciona des del «jo» personal i en l'art com a vehicle es funciona des de l'espai de presència conscient. Només aquell que s'ha alliberat de l'ego brilla eternament com l'ésser essencial de presència conscient. Aleshores tot esdevé lleuger, tot és espai de presència conscient, obert, il·limitat. Tot és evident, tot es revela tal com realment és, infinit. Tot brilla amb l'esplendor divina.

Una darrera reflexió sobre l'aplicació de la vida no-dual en el nostre dia a dia:

Sent l'amor infinit que s'obre pas en tu i permet que amari tota la teva experiència. Això et permetrà viure des de la intel·ligència i l'amor que ets i que aquestes qualitats s'expressin en tot allò que facis. Com deia Sant Agustí, estima i fes el que vulguis.

Jo, espai il·limitat de presència conscient, essència permanent i immutable, em mantinc eternament en repòs i en la meva expansió amorosa incloc el moviment de mi mateixa, que com si es tractés d'un somni, és percebut des de la perspectiva limitada i localitzada del subjecte del somni —el cos-ment—, romanent jo mateixa sempre en la pau eterna. En aquesta expansió la multiplicitat i diversitat aparent d'objectes i éssers revela la seva essència única i infinita. I experienciem un tast de l'eternitat de la natura.

~

*Anna
CaiXach*

*Anna
CaiXach*

636301052

info@annacaixach.com

www.annacaixach.com