

¡Lo que tú eres es Aquí!

Una entrevista con Joan Tollifson



por Kees Schreuders, para Amigo Magazine - Abril 2004

Amigo en conversación con Joan Tollifson, autora de *Awake in the Heartland: The Ecstasy of What Is* y *Bare-Bones Meditation: Waking up from the Story of my life*. Es profesora de Inglés a tiempo parcial en una universidad de Chicago y también lleva a cabo encuentros sobre "lo que es".

En sus libros ella comparte con el lector ingeniosamente y con franqueza recuerdos sobre su búsqueda.

Revista **Amigo**: Después de leer tu libro *Awake in the Heartland*, reconocí —de seguro como muchos— el anhelo y la búsqueda de alguna experiencia decisiva... Las visitas y conversaciones con todo tipo de maestros, sobre los cuales escribió más tarde (Gangaji, Tony Parsons, Wayne Liquidman, Toni Packer, Steven Harrison), tratando de descubrir la necesidad de una experiencia tal... Finalmente, ¿en qué consistió ésta? ¿Y cuál era el significado de ese anhelo y esa búsqueda?

Joan Tollifson: La experiencia "decisiva" es la disolución del buscador, que no es algún evento que le ocurre al "buscador" (¡dado que no existe ninguno!), sino la simple y clara

visión (por parte de nadie) de que nunca hubo nadie que realizara la "búsqueda" (ni cualquier otra cosa), de que no hay en absoluto nada que lograr, de que sólo existe ESTO. La Unidad (o Paz, o Felicidad) que se estaba buscando, es en realidad inevitable y omnipresente.

Mucha gente (en la "película" de la vida espiritual) está esperando algún evento, algún momento explosivo después del cual todo será diferente. Pero ningún evento o experiencia es real. El despliegue fenoménico, en su totalidad, es una apariencia sin ninguna solidez ni sustancia.

Lo que ES no puede ser "logrado", o "realizado", "practicado", "encarnado", o lo que fuere. No hay nada aparte de ESTO que lo "realice" o lo "logre", ni nada que no lo encarne ya perfectamente. Toda experiencia es igualmente sagrada, igualmente verdadera. La Realidad es "lo que es", exactamente tal como es.

La búsqueda, en su totalidad, es un sueño. No tiene ningún significado en absoluto. Es una experiencia momentánea, como las nubes, los shows de televisión, un bello crepúsculo, las hojas secas flotando en el aire de otoño...

Amigo: Entonces, es descubrir : "Nadie por aquí, nadie por allí" (como a Tony Parsons le gusta decir). Y así, no hay nadie a quien maldecir, nadie a quien acusar, nadie a quien amar, ni a quien rezar ni a quien responsabilizar, ni nadie quien ser. Simplemente seguir con la vida y vivirla tal como es. Me lo represento a menudo como una puerta giratoria: el anhelo y el deseo te llevan a ella, pero finalmente te encuentras fuera de nuevo, exactamente en el mismo lugar en que te hallabas. Así que ¿cuál es la diferencia? ¿Es por eso que uno se siente decepcionado, engañado, desilusionado? ¿Es por eso que uno se vuelve adicto a la "puerta giratoria", manteniéndose en la búsqueda?

JT: No hay nadie que siga con su vida y que la viva tal como es, ni nadie que entre, salga o gire en torno a alguna puerta giratoria. Todo ello es una apariencia, una historia. Y no hay ningún "tú" que regrese al mismo lugar. El viaje y el viajero son imaginarios. Aquí es siempre aquí, y siempre ahora. Las apariencias vienen y van, las historias toman forma y se disuelven, las películas continúan, pero el AQUÍ no viene ni va.

Aquí es(tá) Dios. Aquí es(tá) el Bienamado. Aquí es(tá) Lo Que ES. Aquí es(tá) la Pura Conciencia. Aquí es(tá) el Amor Incondicional. Aquí es(tá) lo que tú eres.

La decepción y la desilusión son bellos. Son una invitación (para nadie) a abandonar completamente toda esperanza, toda creencia: dejar que el barco se hunda. ¿Y qué es lo que queda?

Lo que queda es(tá) Aquí. Tú. Esto.

Si la mente trata ahora mismo de ver este Aquí como un objeto, o figurarse lo que ESTO es, o de captarlo, habrá frustración. La mente no puede aferrar aquello que lo incluye todo y que no está contenido en nada.

Todas las cosas (incluyendo el aferrarse, la búsqueda y la frustración) son permitidas exactamente tal como son, y no por algún "tú" que finalmente realiza de forma

correcta la "aceptación", sino por este Aquí y Ahora que es Omnipresente e Inevitable. Aquí acepta todo. Es el corazón de todo. Es todo lo que es. Cualquier sentido de separación o división es sólo una apariencia. Y esa apariencia está también Aquí. Ella, también, es lo que ES.

Lo Que Es (Aquí) no puede hallarse porque nunca se perdió. No puede verse, porque es el ver mismo. Es invisible, y no obstante, brilla en todas partes: en cada obra de arte y en cada trozo de basura, en la actividad aparentemente más iluminada y en la aparentemente más neurótica. Cuando esto se ve, no queda ya impulso para buscar en ningún otro lugar, porque no hay ningún otro lugar.

Las palabras son tan sólo palabras: sonidos juguetones surgiendo desde ningún sitio. Como todo lo demás, aparecen Aquí por un instante, y luego se desvanecen. Aquí permanece.

Amigo: Déjame jugar con otra combinación de palabras en la "pantalla". "Autenticidad" (de acuerdo con el diccionario, "cualidad o condición de ser auténtico, confiable o genuino"). Si tiene lugar alguna búsqueda de la Fuente, parecería inevitable encontrar un "agujero negro" (aquello que está más allá de las palabras o la comprensión), y toparse con la belleza de ser incapaces o incompetentes, y ver y ser "la Fuente", expresándose sin restricciones a través de todas las historias que ocurren aparentemente.

Al mismo tiempo, esta palabra parece orientar la asumida personalidad hacia un ser genuino y auténtico. Vivir la expresión del Aquí tal como es, sin ninguna personalidad asumida, pasada o futura, con la cual medirse y a la cual permitir; por ejemplo: amado, molesto, dichoso, enojado, lo que surja. Pero uno se queda confundido cuando ocurre algo inesperado. Como en: Estoy involucrado, realmente, en la espiritualidad (meditación, comida vegetariana, realización de ejercicios o supresión de deseos, celibato, no fumar, morderse las uñas, etc.), pero aún puedo enfadarme, molestarme, enojarme, y entonces empiezo a suprimir estas cosas en vez de expresarlas.

Desde otro ángulo: de una manera u otra, lo genuino al parecer nos "toca" o nos "golpea". A partir de allí creamos "héroes" y "heroínas" (Mandela, Gandhi, Kennedy, la Madre Teresa, etc.) Estas personas parecen expresarse a sí mismas sin restricciones. Y las admiramos.

JT: Lo que ES es auténtico. Cualquier esfuerzo por "ser auténtico" tiene su raíz en la asunción de que es posible ser alguna otra cosa. ¿Es posible? Hay muchos maestros que hablan de vivir de una manera espiritualmente correcta, o de "encarnar la iluminación", como si eso fuera algo que uno pudiera hacer (o dejar de hacer).

La verdad es que hay simplemente "lo que es", tal como es. Nada de ello es personal. Es un único tapiz, inseparable y sin divisiones. Las líneas divisorias están únicamente en la mente, no en la Realidad. No hay ningún yo separado que pueda ser (o no) auténtico. Decir una mentira es tan "auténtico" como decir la verdad. Comer carne es tan "auténtico" como comer vegetales. Enojarse, o comerse las uñas, es tan auténtico como meditar o dedicarse a las buenas obras.

Aquello que es verdaderamente auténtico (innegablemente verdadero y genuino) es ESTO, que no puede estar contenido en ninguna palabra; ESTO, que incluye absolutamente todo y que no es posible mejorar; ESTO, que ha sido señalado con palabras tales como: "Aquí, Ahora, Presencia, Vacío, Conciencia Pura, Ver, Ser, Sí Mismo, Lo que Es". ESTO es innegable. Inescapable. Esto no es una creencia. Es la única cosa de la cual estás absolutamente seguro, ahora mismo, sin ninguna duda. Tú sabes que estás aquí. No necesitas de un espejo ni de alguna autoridad externa o curso de estudios para saberlo. El ver está ocurriendo, el escuchar está ocurriendo, por sí mismos. Esto ES. Es innegable.

Cualquier idea (o ideal) sobre "personas iluminadas" viviendo "vidas iluminadas", son tan sólo ideas que tienen que ver con un personaje ficticio en una película. Tales ideas son una forma de "restricción" o "supresión" (para utilizar tus propias palabras), pero incluso esa restricción o supresión, es también genuinamente lo que es, y no pertenecen a nadie. Son una apariencia impersonal, como el clima. Unos días el clima es soleado y claro, otros, ventoso y salvaje, y otros más, tormentoso y oscuro. No significa nada. Simplemente ES. Nos encanta idealizar a las personas, especialmente a los muertos, especialmente a los gurús muertos. Nos encanta imaginar que carecen de fallas, que son perfectos, que son vegetarianos.

Uno de mis principales maestros, Nisargadatta Maharaj, fumaba cigarrillos y murió con un cáncer de garganta. Vendía cigarrillos para vivir. Vivía cerca de una zona "roja" en Bombay. Se encolerizaba, gritaba a la gente, los arrojaba fuera de su satsang. Nunca lo conocí en persona, pero eso es lo que he escuchado. Pienso que ello era parte de lo que me atraía de él. Me quedó instantáneamente claro que despertar no significaba que una tenía que parecerse a Ramana Maharshi, o a Thich Nhat Hanh. No tenías que ser alguien con modales suaves, ni tener un aspecto beatífico o gentil, ni ser vegetariano.



Tony Parsons

Otra persona que fue muy importante para mí fue Tony Parsons. Cierta vez comentó, medio en broma, que las personas que venían a verle estaban abandonando el vegetarianismo, o subiendo de peso, o muriendo de ataques al corazón. Decía: "No puedes no estar en gracia. Todo lo concerniente a ti es total, absoluta y perfectamente apropiado". Escuchar eso era enormemente liberador. Me di cuenta cuán atrapada había estado, tantísimo tiempo, tratando de perfeccionar al personaje, o de tener

alguna experiencia de despertar impresionante, o de librarme de algunos pequeños hábitos neuróticos, o de intentar convertirme en alguien mejor, o de hacer que algo (distinto de esto) ocurriera.

Me di cuenta de que toda esta búsqueda de auto-perfección (e iluminación personal) era una película, un sueño. La película era absolutamente perfecta sencillamente tal como era. ¡Era una magnífica película! Pero, al fin y al cabo, una película. Nada concerniente a Joan necesitaba cambiar. Ningún "Big Bang" era necesario. Fue una revelación ver que todo el esfuerzo de Joan por despertar de la película no era más que otra parte de la misma película. El despertar que yo había estado buscando con desesperación, en realidad nunca había estado ausente. Pero este despertar no era una experiencia a ser experimentada (porque cualquier experiencia no sería sino otra escena de la película), y no le ocurría a Joan, porque ¿cómo un espejismo iba a despertar de un espejismo?

Cuando escribo o hablo sobre este asunto espiritual, siento, al parecer, una abrumadora compulsión por revelar las idiosincrasias y neuróticas rarezas de este personaje: Joan. Alguna gente dice que soy muy valiente y honesta y genuina. Pero en verdad, ello es tan sólo lo que ocurre. No lo puedo controlar. No estoy tratando de ser así. En verdad, durante largo tiempo, estuve tratando de no hacer eso. Tuve la idea de que quería hablar y escribir únicamente la "Pura Verdad", y pensaba que esto significaba dejar atrás toda la historia de Joan y de su neurótica y caótica vida, y hablar y escribir únicamente sobre la Conciencia Pura (¡sea eso lo que fuere!). Lo que eventualmente se vio es que la Verdad Pura es Todo Lo Que Hay. Eso incluye también la aparición de Joan con todos sus (aparentes y absolutamente perfectos) defectos. Nada necesita ser logrado o abandonado. El caos de la vida diaria es, en verdad, la perfecta expresión de la verdad. Ahora mismo, ¿qué es auténtico? Esa es una gran pregunta. Y sólo hay una posible respuesta: Lo que es, tal como es.

Amigo: A medida que leía tu libro, notaba que, por un lado, te sentías atraída por las enseñanzas devocionales (bhakti), y por el otro, por los enfoques intelectuales (jnani). ¿Cuál fue el papel del corazón y el de la mente en la historia de la evaporación de Joan?

JT: Gran pregunta. Por un lado, yo no caracterizaría el llamado enfoque jnani como intelectual. El tipo de exploración e indagación que me atraía tenía que ver más con una abierta conciencia, y con la curiosidad, la pura experiencia sensorial de lo que es (sensaciones, sonidos, visiones); viendo las historias como historias y los pensamientos como pensamientos. Pasaba gran parte del tiempo explorando cosas, como por ejemplo, la manera como ocurre realmente una "decisión" o "elección", no de un modo analítico, sino observando estos procesos en la acción. ¿Había alguien en los controles? ¿Había allí alguna elección? ¿Había allí algún "yo"? No era un proceso de razonamiento, sino más bien mirar y ver. Supongo que eso tenía también alguna dimensión intelectual, pero, en primer término, era observación directa. Y tenía que ver también con el simple reposar en la pura presencia: los sonidos y sensaciones de este momento, sin la sobrecarga mental. Mi principal maestra en esta etapa fue Toni Packer.

En algún punto, me encontré con el Advaita (Nisargadatta y Jean Klein fueron mis introductores), y algo nuevo comenzó a abrirse paso, algo que yo llamaría ahora "comprensión no-dual", la cual es, simplemente, el reconocimiento de que no hay absolutamente nada que lograr, de que la Consciencia es Todo lo que Es.

Antes de toparme con el Advaita, yo tenía la sensación de que estaba comprometida en una empresa evolutiva muy importante, luchando por estabilizarme en un estado de conciencia abierta, y de ir más allá del sentirme atrapada en historias centradas en mí, y de patrones neuróticos habituales. Me parecía que yo iba y venía entre estos dos ámbitos. El mundo mismo me parecía muy real, y me parecía que este proceso de volverse más y más despierto y presente era crucial, no sólo en cuanto a resolver mis problemas personales, sino también en cuanto a resolver los conflictos globales mayores. Me imaginaba a mí misma comprometida en lo que Toni Packer llamaba "el trabajo de este momento": observar, explorar, prestar atención. El tono, a nivel de sensación, era muy serio y sobrio.



Wayne Liquorman

El Advaita, por otro lado, parecía no tomarse el mundo en serio. ¡No parecía tomarme en serio! ¡Tampoco parecía tomarse en serio el paradigma evolutivo! ¡Ni tampoco preocuparse con la observación o con el "prestar atención"! Comencé a sentirme más y más a gusto en escenarios espirituales donde las personas reían ruidosamente y se miraban abiertamente a los ojos y hablaban sobre el amor y la devoción. Entonces conocí a Wayne Liquorman y luego a Tony Parsons, ambos intransigentemente no-duales, y deliciosamente irreverentes y "no-espirituales". Todo ese tono sobrio, serio, el prestar atención, el "estar presente", el "trabajar este momento", la empresa espiritual, todo ello colapsó. Había sólo "Lo Que Es". Nada más ni nada menos.

Una vez que la espiritualidad se organiza e institucionaliza, aparecen las limitaciones. La gente empieza a creer que ello sólo puede ocurrir en un entorno particular, o que requiere de una vida externa de quietud, o de comida vegetariana, o cualquier cosa de esa naturaleza. La personalidad del maestro queda confundida con la naturaleza del despertar, así que si, por ejemplo, el maestro tiene una personalidad beatífica, entonces la gente comienza a pensar que el despertar debe lucir beatífico. La gente adopta conductas, dietas y estilos de vida que imaginan "espiritualmente correctos".

Para mí, una de las cosas liberadoras del mundo del Advaita fue la ruptura con todas las formas o ideas que aún conservaba sobre lo que era (o no) espiritual. Fue como romper un huevo. El verdadero bhakti, en lo que a mí concierne, no tiene que ver con adorar (o adular) a algún gurú —aun cuando puede haber un gran amor por el gurú— sino sencillamente con el claro ver.

Cuando estás enamorado te deleitas con cada detalle y cada rasgo del amado. Tú eres absorbido en el amado. Tú ves sólo belleza. No retienes nada. No te restringes. Todas las inhibiciones se derriten. Quedas completamente desnudo. No puedes encontrar la línea divisoria entre el amante y el amado, entre el que ve y lo visto, entre el que da y el que recibe. Tú desapareces. Estás enamorado de todo. El mundo entero parece brillar y centellear.

El despertar no es sobre enamorarse de algún objeto en particular; es sobre el amor incondicional, que sólo ve al Amado, en todas partes. La conciencia, por su misma naturaleza, acepta todo. Esto es verdadero amor. Esto es lo que, de hecho, ES. No lo que una persona hace.

Tengo una pequeña sección en mi libro sobre el bhakti:

Uno de mis temores ha sido siempre que, de perder las riendas, me convertiría en alguna suerte de bhakti desprovista de mente, cayendo desvanecida de pura devoción. Completamente inútil, boba, sin sentido de vergüenza. Totalmente enamorada, completamente loca.

¿Es posible ser una bhakti desprovista de mente, devota de la lluvia, del tráfico, del viento entre las hojas, de la total simplicidad de la conciencia pura?

Amigo: Dentro de la aparente historia tejida con los pensamientos del personaje soñado, ¿es importante descubrir, o encontrar, los aspectos bhakti y jnani?

JT: Yo diría que no son dos, y el descubrimiento consiste en que este amor incondicional, esta pura conciencia, es todo lo que hay. Cómo ese descubrimiento se despliega, aparentemente, en la película de la vida, carece de toda importancia real, y puede ocurrir en un millón de formas distintas. En verdad, carece de causa, y nada ocurre. Ha sido así siempre.

Amigo: Si comparas los recuerdos entre aquel impulso de hablar sobre el Bienamado durante la búsqueda de Joan, con lo que Joan es ahora, ¿notas alguna diferencia?

JT: La urgencia de comunicar y expresar, a través de la escritura y las pláticas, surge naturalmente aquí. En el pasado yo reflexionaba demasiado sobre esta urgencia,

pensaba en ello, me preguntaba si era "espiritualmente correcto" o no. ¿No sería mejor permanecer silenciosa? ¿Debería seguir escribiendo? ¿Debería publicar un libro? ¿Debería convocar reuniones? ¿Era todo esto un gran juego del ego, un asunto de escapismo (¡uno más!) para darle algún sentido a mi vida? ¿Era lo suficientemente buena, lo suficientemente clara, lo suficientemente despierta para este trabajo? ¿O era yo un fraude? ¿Debería cobrar dinero? ¿Debería convertir esto en una forma de ganar dinero? ¿Podía convertir esto en una manera de vivir? ¿Lo aprobarían mis maestros? Ahora simplemente ocurre. Mañana podría dejar de ocurrir. No tengo ni idea. Ya no pienso si es espiritualmente correcto, o no. No tengo ningún sentido de misión en absoluto. Ningún sentido de que estoy "sirviendo" a la gente, o "despertándoles", o participando de alguna gran ola evolutiva. Nada de eso. Ello simplemente ocurre — parece ocurrir—, y me queda muy claro que no hay ningún "yo" haciéndolo, que no hay forma de que esto sea de otra manera.

Amigo: ¿Hay algún cambio en la aparente historia de la vida de Joan, ahora que hay claridad?

JT: No es como si la "claridad" fuera alguna cosa que penetró en la "vida de Joan", en algún momento particular en el tiempo, transformándola en una santa y borrando netamente el dolor y el sufrimiento de su vida. Esa es la fantasía personal de la iluminación.

"Claridad" es una palabra que señala el fundamento sin-fundamento, que es omnipresente e inescapable: Aquí Ahora -- Esto. Joan es una expresión de esta Realidad Una, no la propietaria (o encontradora) de ella. La vida de Joan como alcohólica y drogadicta (hace 30 años) era una expresión tan perfecta de esta Realidad Una, como su vida actual.

Hay muchas historias en la vida de Joan: muchas versiones, siempre revisadas. La vida misma es cambio incesante. Joan se siente feliz ahora, y un minuto después triste. Un día está llena de entusiasmo y energía, al día siguiente tiene dolor de cabeza e indigestión ácida. Serena y amante en una situación, en otra perdiendo los papeles... Algunas veces, cuando se siente deprimida o ansiosa, enfrenta esos sentimientos sin ninguna resistencia ni intento de escapar, simplemente sintiendo de modo total y permitiendo que esos sentimientos se disuelvan; en otras, cuando siente esos mismos sentimientos de incomodidad, se obstina en buscar algún alivio (leyendo algún libro o viendo TV, mordiéndose las uñas o chequeando sus e-mails o cualquier otra cosa). No hay personas iluminadas. Aquel que pretenda estar iluminado está engañándose. Claridad es la aceptación que abraza absolutamente todo. Esta aceptación no es algo que la persona hace. Es una descripción de lo que siempre ya, ES. Todo ESTÁ siendo aceptado — ahora mismo.

Podría describir muchos cambios en el carácter de Joan a lo largo de lo que aparece como "tiempo" (alguna vez fue alcohólica, ahora no; alguna vez pensaba en el futuro la mayor parte del tiempo, ahora no piensa mucho en ello en absoluto; en una época buscaba desesperadamente la iluminación, ahora ya dejó de hacerlo; alguna vez su pelo

era rubio, ahora es gris; en un tiempo acostumbraba a pensar que estaba más cerca de la verdad cuando meditaba que cuando comía papas fritas, ahora ese pensamiento aparentemente ha dejado de surgir). Pero esos cambios son detalles argumentales de una película. Son fantasía, son incidentales. No significan nada.

Enfocarse en esa clase de cambios (en mí o en ti o en cualquier otro) es enfocarse en los detalles argumentales de una película. No hay nada malo en ello, pero no te llevará ni un solo paso más cerca de la pantalla donde la película está proyectándose ahora mismo. De hecho, la pantalla está allí en cada uno de los momentos de la película, y tú estás realmente viendo la pantalla todo el tiempo que estás observando la película. Está igualmente presente en una escena de conmovedora belleza que en una escena de escalofriante terror. Del mismo modo que un espejo es todo lo que estás viendo realmente en cada uno de sus aparentes reflejos. (Todas estas analogías se resquebrajan más allá de cierto punto, así que no te las tomes demasiado literalmente, o quedarás atascado en ellas. Cualquier "pantalla en blanco" o "espejo vacío" que creas haber encontrado es tan sólo otra imagen en el espejo, otro reflejo: tú eres el ver mismo, ninguna "cosa" en absoluto. Eres el Aquí y Ahora que ESTÁ aceptando todo, aceptando incluso la aparente no-aceptación).

Es muy simple. Aquí mismo, ahora mismo, no hay ninguna "Joan" en absoluto. Estoy hablando desde mi experiencia directa, no desde alguna creencia. Mira por ti mismo y ve si no es así. Hay sólo sonido, sensación e imágenes visuales. Eso es todo lo que hay. No hay ninguna "Joan", ni ninguna "iluminación", ni ninguna "claridad", ni ningún "pasado, ni ningún "futuro", ni ningún "presente", excepto en la mente. El pensamiento y la memoria y la imaginación tejen la historia de "mí" y la de "otros" y la del "mundo". Crean la ilusión del tiempo y de la continuidad. Y muy pronto el proyector está rodando, y tenemos película tras película, sensacionalmente realistas todas ellas, pero todas pura fantasía. Joan y Su Camino Hacia la Iluminación. Joan y Sus Fracasos. Joan y Sus Éxitos. Cómo Joan Ha Cambiado Ahora Que Hay Claridad. Cómo Joan se Compara con Ramana Maharshi... ¿Es Ella o no es Ella? Y dale que dale... y todo es como lo que ocurre cuando enciendes tu televisor. Incluso si el programa es pura basura, si lo miras por más de medio minuto empezarás a quedar absorta en él.

Es así como albergamos la idea de que el objetivo de la espiritualidad es apagar el televisor y mantenerlo apagado. Y ese es el objetivo de muchas escuelas de meditación. Pero esa práctica de meditación es también un programa de televisión. Todavía se cree en la ilusión-raíz: de que hay alguien que supuestamente tiene en sus manos el control remoto y mira la TV. Ese alguien no existe.

El ver está ocurriendo, pero no hay nadie que esté viendo. Eso puede ser investigado ahora mismo. El "yo" que está viendo, leyendo, comprendiendo estas palabras, es un pensamiento posterior, una imagen mental. El ver simplemente ES.

Todo simplemente ES.