

Srinivas Arka



LA AVENTURA
DE DESCUBRIR
TU SER

*Un viaje de la mente meramente lógica
al corazón emocional y al estado puro de conciencia*



LA AVENTURA DE DESCUBRIR TU SER

*Un viaje de la mente meramente lógica
al corazón emocional y al estado puro de conciencia*

Srinivas Arka

Publicado en formato de libro electrónico por Coppersun Books.

Website: www.coppersunbooks.com

Copyright © Srinivas Arka, 2014.

Todos los derechos reservados.

El derecho de Srinivas Arka a ser identificado como autor de esta obra se ha reivindicado conforme a la Ley de Propiedad Intelectual, Diseños y Patentes de 1998. No se permite la reproducción, el almacenamiento en un sistema de recuperación o la transmisión de forma alguna o por cualquier medio, bien sea electrónico, mecánico, de grabación o cualquier otro medio, de esta publicación sin el consentimiento por escrito previo del autor y del titular de la propiedad intelectual. Se puede obtener en el British Library un registro del catálogo de este libro.

ISBN. 978-84-8352-250-9

*Al Igual Que Las Flores Florecen A La Luz Del Sol, El Ser Interior Florece En El
Silencio Meditativo.*

ÍNDICE

Primera Parte - El Ser Físico

Capítulo 1 La toma de conciencia del Ser ~
 La vida más allá de los sentidos físicos

Capítulo 2 La salud consciente

Capítulo 3: Éxito y Fracaso

Capítulo 4 La mente semiterranal, El corazón emocional
 inocente y el Ser espiritual infinito

Capítulo 5: Fisión y Fusión

Chapter 6 Positividad y Negatividad ~
 El desarrollo dual de la semilla cósmica

Segunda Parte - El Ser Emocional

Capítulo 7: La Emoción ~ Una experiencia directa del corazón

Capítulo 8 El amor ~ Vivir la plenitud de la vida

Capítulo 9 Amor y Lujuria

Capítulo 10 Valor y Miedo

Capítulo 11 Tristeza y Alegría

Tercera Parte - La Expresión Personal

Capítulo 12 La sonrisa~ Una señal del gozo

Capítulo 13 Naturalidad y Artificialidad

Capítulo 14 Orgullo y Vanidad

Capítulo 15 Admiración y Halago

Capítulo 16 Humilda y Arrogancia

Capítulo 17 Humor y Seriedades

Capítulo 18 La gratitud ~ El camino hacia la dicha
y la toma de conciencia espiritual

Capítulo 19 Respeto ~ El gesto del verdadero ser humano

Cuarta Parte - La Búsqueda

Capítulo 20 Preguntar y Investigar

Capítulo 21 Claridad y Confusión

Capítulo 22 Inteligencia e Intuición

Capítulo 23 El arte de caminar hacia atrás (internamente)

Quinta Parte - Espiritualidad Directa

Capítulo 24 Del silencio al sonido ~ Del sonido al silencio

Capítulo 25 El silencio ~ La verdadera naturaleza de la conciencia

Capítulo 26 El encuentro del corazón y la mente

Capítulo 27 La fusión de la ola de la vida
con el océano de la conciencia

Capítulo 28 Por favor, siéntate

Sexta Parte - La Curva de la Espiritualidad.

Capítulo 29 La dulzura de las palabras

Capítulo 30 Palabras, significados, madre (Ma)

Capítulo 31 El deseo~ El sueño de la mente despierta

Capítulo 32 Tu espacio místico

Capítulo 33 El tiempo desde lo intemporal

Capítulo 34 Milagros

Capítulo 35 El árbol cósmico

Capítulo 36 El triángulo de la vida

Capítulo 37 Dhyana ~ La experimentación y comprensión
del lado invisible de la vida del universo

Capítulo 38 La vida es conciencia y la conciencia es vida

Glosario

PRIMERA PARTE

El Ser Físico

Emergiendo del Ser interior al igual que una flor de loto en el lago de nuestra conciencia más profunda, el corazón nos aporta la experiencia de que yo no significa sólo el cuerpo y la mente, sino también el verdadero Ser original que todo lo abraza en unidad.

LA TOMA DE CONCIENCIA DEL SER

LA VIDA MÁS ALLÁ DE LOS SENTIDOS FÍSICOS

Tomar conciencia del Ser* significa conseguir conciencia total de la propia vida. Empleamos cantidades inmensas de tiempo y energía en ganarnos la vida, en hacer nuestra vida física más cómoda y en aprender más sobre la conducta y las propiedades de la materia. Al ocuparnos constantemente en tales actividades, nos estamos perdiendo los preciosos momentos de nuestra vida espiritual. Finalmente, la mente se va atrofiando, el cuerpo encogiendo y caemos en la cuenta de que hemos desperdiciado nuestra valiosa vida. No nos queda ya la libertad, el tiempo ni la energía necesarios para modificar o recuperar la calidad y satisfacción de la vida. Es demasiado tarde y no hay comprensión en nosotros, sólo lamentos.

Necesitamos despertar y dedicar más tiempo a darnos cuenta de quiénes somos, hacia dónde vamos y por qué avanzamos de esta manera.

Si quieres entender la dimensión y estructura general de tu edificio, debes ascender hasta un lugar estratégico para tener una visión de conjunto. De la misma manera, si quieres comprender la dimensión total de la vida, tienes que subir hasta una cierta altura. La vida es muy compleja si no se comprende y experimenta. Sin embargo, es sencilla para quienes entienden su significado. No se puede estudiar o comprender por medios normales. Los cinco sentidos son simplemente instrumentos para experimentar la plenitud de la vida. No tienen existencia consciente e individual propia.

Por ejemplo, si llevas gafas, ves a través de ellas, y sin embargo no tienen existencia consciente individual. Te ayudan, pero tú sigues siendo la persona que las posee, maneja y ve a través de las lentes. Eres superior a las gafas, les das significado. Creas las gafas al darles una cierta forma. Las utilizas, las llevas puestas, pero nada más lejos de la verdad que pensar que las gafas son tus ojos. Te las puedes quitar en cualquier momento. Es posible que haya personas que crean que las gafas son parte de su existencia física, como uno más de sus miembros corporales. Esto se puede ver en personas que han llevado gafas durante algún tiempo. Al principio no podían girar la cabeza con naturalidad, como si las gafas controlasen sus movimientos. Les llevó algo de tiempo acostumbrarse a ellas y pronto no sintieron diferencia alguna entre las gafas y sus ojos.

De la misma manera, los sentidos lo son todo para quienes no han obtenido comprensión espiritual. Los ojos te ayudan a ver, pero no pueden ver por ellos mismos. Son como unas gafas naturales fijas que permanecen contigo durante toda tu vida. Los ojos tienen muchas limitaciones. Por ejemplo, puedes mirar hacia arriba sólo hasta cierta distancia y en una sola dirección cada vez, las lágrimas pueden enturbiar la visión, te resulta difícil mirar una luz muy brillante... Los ojos te son muy útiles, pero son tan sólo instrumentos ópticos para que veas a través de ellos.

Cuando estás profundamente absorto en pensamientos, no puedes ver lo que está sucediendo delante de ti, aunque tengas los ojos abiertos. Esto quiere decir que tú, como sujeto que ve, estás ocupado y no estás utilizando los ojos en ese momento. En esas ocasiones los ojos son inútiles. No hay diferencia entre una persona ciega o con los ojos vendados y tú. De la misma manera, cuando escuchas algo con mucha atención no puedes ver con claridad. Incluso si ves, no puedes recordar lo que has visto, porque la mente ha llevado su atención de los ojos a los oídos.

Cuando ves la televisión, la mente alterna entre los sentidos auditivos y visuales y el cerebro intercala dos tipos diferentes de información sensorial en una sola idea. No lo notas siquiera, ya que estos cambios suceden muy rápido. Nuestros sentidos son muy limitados porque son sólo instrumentos. No podemos dirigir nuestras vidas sin hacer un uso consciente de ellos. Sin embargo, necesitamos investigar en las capas profundas de la conciencia a fin de solucionar los enigmas de los sentidos, el intelecto, la mente, el cuerpo y el espíritu.

Quienes nacen ciegos ven el mundo de forma diferente con su ojo interno, quizá incluso mejor que alguien que puede ver. Es posible que los demás no lo crean, pero una persona que está ciega puede confirmar esta verdad. Tal vez haya personas que estén sordas y aun así puedan experimentar la música combinando su visión interior con los sonidos que percibe su cuerpo. Experimentan una melodía interior. Entienden diferentes patrones musicales y dirigen su conciencia para que capte y comprenda las vibraciones de los sonidos. Los sentidos son limitados. No podemos comprender la profundidad de la vida cuando dependemos de ellos por completo.

El pasado, presente y futuro, además de varios otros aspectos de nuestra existencia, se pueden contemplar por medio de la ascensión espiritual. Esto no puede lograrse cuando se vive sólo en un plano sensorial. Sucede cuando el nivel de comprensión se eleva por encima de los sentidos y las energías se sincronizan con la proyección de la conciencia en un nivel superior. Sólo entonces es posible alcanzar la cumbre de la vida

y comprender su totalidad.

Por ejemplo, sujeta un objeto con forma de cono y vierte aceite en su vértice. El aceite dará vueltas hacia abajo y finalmente lo cubrirá todo. Puede que lleve algún tiempo, pero con seguridad cubrirá toda la superficie del cono. Cuando alcanzas la altura requerida para ver la dimensión total de la vida, la experiencia obtenida se distribuye por igual en todas sus áreas. La energía se distribuye. El conocimiento se propaga. La conciencia se extiende a través del cono de tu vida. Si esto lo comprendemos bien, podremos visualizar con claridad todas las cosas del universo. Todo dejará de ser enigmático.

Por ejemplo, imagina que conoces a alguien que vive en otra ciudad. Si analizaras su forma de hablar, estilo y gestos podrías sacar conclusiones sobre cómo es su ciudad, el grado de civilización, costumbres y demás. Un observador agudo verá todas estas cosas. Así también, cuando te das cuenta del verdadero sentido y significado de la vida, no queda ya nada en el cosmos por comprender. Esto constituye una toma de conciencia espiritual total. Te conviertes en un ser de luz. A partir de entonces no se ve en ti sombra alguna de duda, protesta o negatividad. Te extiendes y creces en muchas direcciones y formas, aunque estés confinado en tu cuerpo físico. El gozo se convierte en el testimonio de tu logro. Tal manera de vivir demuestra una toma de conciencia espiritual, una toma de conciencia del Ser.

Tú eres un *atma* realizado, una entidad consciente realizada, te acepte la gente o no. Nada te distrae de experimentar alegría interior. De vez en cuando, por cambiar, puede que vayas a la superficie para escudriñar y ver qué está pasando en el mundo. Algunas veces es posible que te sientas afectado frente a una tormenta materialista o caos mental. Entonces descienes y tocas tu ser para confirmar de nuevo: “sí, soy pura conciencia”. Llevas este mensaje a lo profundo de tu corazón y nunca lo olvidas, porque esta memoria, impresión y autorrecordatorio te protege de influencias negativas. No te faltará nada para hacer tu vida completa y próspera. Internamente te sientes rico y cómodo. Las circunstancias vendrán y se irán como las nubes, pero no te afectan ni influyen. Brillas como el sol. Aunque haya una pantalla de nubes delante de ti, te mantienes firme y en silencio hasta que las nubes de las circunstancias pasan de largo. Al cabo de algún tiempo, volverás a ti mismo y brillarás.

Las circunstancias manipulan en gran medida a quienes no han obtenido comprensión ni son espirituales. Su individualidad resulta muy afectada. Viven como si fueran sólo los sentidos, sin proyección consciente. Se convierten en víctimas de sus propias circunstancias, lo cual es peor que ser una marioneta. Al menos a una marioneta la manejan

manos humanas, pero en el otro caso las circunstancias externas tienen el control total. Por otra parte, un alma realizado consigue una visión de conjunto de su vida.

La toma de conciencia del Ser no es la misma para todos, porque la dimensión de cada vida varía. También depende de la evolución personal de la conciencia de cada uno. Algunas personas son físicamente viejas, pero espiritualmente jóvenes. Otras son espiritualmente maduras, pero físicamente jóvenes. Es de importancia vital comprender, así como experimentar la profundidad de nuestro ser, y no tenemos excusa ni justificación para demorar esta noble tarea. Hasta que no hayas comprendido tu propia vida, al menos hasta cierto grado, no estarás capacitado para comprender, empatizar o comunicarte con otros en un nivel más profundo. Permítete experimentar la plenitud de tu vida. Es un proceso que no sucede de un día para otro. Se necesita una paciencia inmensa. Lo sabrás cuando se produzca un destello dentro de ti. Una vez que te hayas embarcado en este viaje interior, ten la certeza de que en algún momento la toma de conciencia del Ser amanecerá en ti.

** N. del T): se ha optado por traducir "Self-realization" por "toma de conciencia del Ser", en lugar de "autorrealización" (término tan extendido en castellano), ya que en inglés "realize" significa en este caso "darse cuenta, tomar conciencia de", y "Self" hace referencia al Ser como realidad espiritual (de la que se habla a lo largo del libro).*