

Pequeña biografía auto-relatada por el propio Antonio Blay

“Pensando en cómo poder explicar mejor todo eso que hay por explicar, me ha parecido que quizás sería lo mejor no seguir ningún esquema así trazado en el papel, sino contar pues las cosas que a través del trabajo se han ido descubriendo; y a contar directamente la experimentación en el trabajo.

Para mí fue muy importante en mi juventud, -porque mi infancia fue totalmente mediocre- en un momento dado apareció lo que es normal que aparezca, ¿verdad?, la inquietud, el interés por descubrir realmente qué es uno, qué es la vida, qué sentido tiene todo, qué pasa en la muerte, Dios; en fin, todas esas cosas.

Claro, lo que voy a contar, no lo voy a contar todo por un orden cronológico, porque no interesa para nada mi vida personal, sino que lo que interesa es lo que hay -diríamos- de descubrimiento, de realización, en un grado u otro de cosas, porque eso es lo que realmente pertenece a todos y está más allá de toda biografía personal.

Entonces, como todo lo que explico de hecho parte de lo que es experiencia, pues me ha parecido que lo más directo sería eso, hablar directamente pues de lo que se ha descubierto, tal como lo he ido descubriendo o se ha ido produciendo en mí.

Desde luego, todo lo que explico, no invento nada, y procuro ser lo más directo y sincero posible. Para mí fue muy importante pues, durante este tiempo de investigación, de crisis, averiguar qué era yo, y claro hice lo que siempre se hace ¿verdad?, que si leer, que si consultar, que si la religión, la filosofía, preguntas, inquietudes.

Pero la cosa, aunque leía cosas muy bonitas y oía cosas muy hermosas, de hecho, eso no aclaraba mi demanda de verdad. Y esto yo lo viví con una fuerza muy grande, una fuerza tan grande que para mí no había otra cosa día y noche.

Cansado de teorías, de puntos de vista, de opiniones, de creencias, un día hice la resolución de dejar de lado absolutamente todo lo que me habían dicho y contado y leído, y que yo me dedicaría a investigar por mí mismo, y que sólo aceptaría aquello que yo pudiera vivir y experimentar directamente.

Así pues, todo lo que después he ido explicando, y lo que sigo viviendo y trabajando, es en explorar directamente, de una manera vivencial, las cosas, la realidad, mi realidad. De que soy una persona, creo, muy pragmática, muy práctica, aunque a algunos les parezca quizás, muy teórico.

La historia empezó para mí, cuando tenía 17 años, una noche. Una noche me desperté fuera del cuerpo en un estado de felicidad inconcebible, fabuloso. Una luz que era un gozo, inenarrable, sin límites, algo de lo que yo no tenía absolutamente ningún precedente, ninguna teoría, ninguna noción teórica en absoluto. Era la felicidad total. Pero lo curioso de eso es que,

en esa felicidad yo tenía la evidencia de que eso era Yo, de que no era una cosa ajena a mí, sino que esa era mi identidad. Yo en esa felicidad era yo mismo del todo.

Eso, no fue solamente una experiencia, sino que fue un estado, que después, al descender –diríamos- a la conciencia personal, no tiene –no tenía- aquel resplandor, aquélla fuerza fabulosa, pero que se mantenía ahí todo el rato. Con el tiempo, pues esto ha permanecido siempre, pero como si mi conciencia personal se hubiera ido –diríamos- distanciando un poco de eso al meterme más en las cosas personales. Esa experiencia me dio, pues la



demostración primera, la experiencia primera, de que existe una realidad superior hecha de felicidad y que no tiene nada que ver con ninguna teoría. Eso que me vino por las buenas, es evidente que constituyó para mí, pues algo fundamental, y que luego yo, desde abajo, traté y aprendí a volver a ello. Y ahí está el interés. O sea que hay un modo, como esa realidad superior, a nivel de felicidad, podemos tener acceso directo a ella, aunque personalmente nos sintamos metidos dentro de nuestra estructura personal y limitada.

Así descubrí lo que realmente es el sentido de una forma de meditación o una forma de oración, la oración contemplativa. Es de interés, quizás, entender que yo nunca había tenido, en la formación mía infantil religiosa, ningún fervor especial, por lo tanto esto no venía como consecuencia de un proceso sino que era algo totalmente inesperado y abrupto. Pero lo interesante es que, aprendí a ir a ello, a voluntad, y que, de hecho, todo el mundo puede ir a esto a voluntad; aprendí que en la medida que yo puedo poner atención y focalizar mi atención hacia una zona determinada que está, la vivo ahí arriba -cuando estoy dentro de mi conciencia física-, y aprendiendo a estar atento a esto y abrirme a esto, entonces se produce una conexión de abajo hacia arriba, por el que uno entra de lleno en esa dimensión de felicidad.

Luego aprendí que esa felicidad podía yo abrirle paso y que descendiera a mi nivel psicológico concreto. Y para ello era necesario que primero yo me conectara a través de este acto que digo de atención, puesto, a mi recuerdo o evocación de esa felicidad, y que yo relajara la mente y la afectividad, y entonces esto que estaba arriba descendía en un grado u otro -según mi grado de conexión- abajo, produciendo en mi nivel -ya personal- una paz fabulosa.

Lo importante de esto es, la experiencia que esto que uno normalmente suele asociar y suele darle el nombre de Dios, lo divino, lo superior, lo trascendente; apareció en esta experiencia como una dimensión superior de mí mismo. Aunque el nombre de Dios, pues le cuadra bien -por educación, la educación religiosa que uno ha recibido-, pero realmente el modo de vivenciar eso es que es la propia identidad de uno.

Con esto se aprende, pues que esa dimensión superior, uno puede ir a ella a voluntad, abstrayéndose de la conciencia física, pero, que viviendo completamente la conciencia diaria, uno puede abrirse a ello y entonces ello penetra y funciona a través de uno.

Evidentemente, la reacción cuando se produce este descubrimiento, es el de absorberse, volverse hacia esto y querer que eso sea todo. Y eso es lo que yo hice, tratar de mantenerme desesperadamente, siempre, viviendo eso del todo, del todo arriba; pero la experiencia me enseñó que eso no era difícil. Aunque me pasaba días -días, meses-, viviendo en un grado u otro eso, como embriagado de eso, el hecho es que había una realidad concreta en la persona, hecha de problemas, hecha de inquietudes, hecha de hábitos, hecha de cosas que tienen mucha fuerza dentro de la persona, que hacían imposible que uno se mantuviera siempre arriba.



Comprobé que mientras uno está abierto arriba, abajo hay paz, pero que esa paz -que es extraordinaria- de por sí no soluciona los problemas que uno tiene a nivel psicológico. Desaparecen todos los síntomas, en aquel momento no hay ningún problema, pero todo lo que está metido dentro de nuestra mente a nivel subconsciente, queda totalmente inafectado por esa cosa superior. O sea, uno tiene la ilusión de que eso lo soluciona todo, de que ya está, ya está la cosa definitivamente. La experiencia enseña que no es así. Hay una dimensión fabulosa pero luego hay una dimensión ahí, muy concreta, que está llena de tapujos, llena de problemas, llena de contradicciones, llena de miedos, llena de hábitos, y que eso permanece ahí; y entonces claro, la vida aparece como una contradicción, constante: por un lado una gran -una inmensa- felicidad, por otro lado una realidad prosaica, muy concreta y nada feliz. Y las dos cosas pueden coexistir, no a la vez, sino alternativamente, y de hecho existen.

Más adelante, para mí fue un problema -que curiosamente este modo de vivir no me solucionó- el entender el por qué y el cómo de las cosas. O sea que había una felicidad y que yo era fundamentalmente esa felicidad, para mí era un hecho; pero las cosas debían tener un sentido, había en mí una exigencia de verdad, no solamente de felicidad, de plenitud. Y también me pasé en esta fase mucho tiempo sólo tratando de entender, entender... y para mí la vida se hacía insostenible si yo no entendía. Hasta que un día, -esto era vivido en serio, esto era vivido día y noche, o sea todo lo que estoy explicando es vivido en serio-, hasta que un día, en un estado límite de mi demanda de deber, de saber, se produjo una experiencia enteramente distinta, por la cual es como si se abriera ahí un espacio enteramente nuevo, y yo estaba ahí arriba y desde ahí arriba se veía en una visión inmediata y plena, total, la verdad de todo. Ya sé que eso no tiene mucho sentido explicado en el lenguaje corriente, pero así es.

Ahí se ve -está- la verdad de todo, y al tener acceso a esa dimensión desaparecen todos los problemas -todos los problemas de entender-, y desde entonces, no he vuelto a tener ningún problema de comprensión. O sea, descubrí con eso (lo que luego aprendí, a poner un nombre -que entonces ni eso, no sabía cómo nombrar-) que es el nivel superior de la mente.

Eso me dio una evidencia plena de la verdad de las cosas, pero también aquí ocurrió algo análogo a lo que he explicado antes respecto al nivel de felicidad. Para mí, entonces, a medida que vivía luego las cosas concretas, en un momento dado me interesaba ver la verdad de algo, de un concepto, la verdad profunda de una verdad, y entonces aprendí a ir a ese nivel. Y para

ello existe el método de la atención sostenida sobre lo que uno pretender conocer. Cuando uno está suficientemente interesado para conocer algo de veras, si aprende a mantener la atención sostenida sobre aquello que a uno le interesa, no como un campo general difuso de atención, sino como un foco preciso, agudo, centrado en el fondo mismo de lo que uno está preguntando, entonces la mente tiene un poder de penetración y de ascenso que conduce a la evidencia plena de la verdad de lo que se busca.

Luego utilicé esto para aclararme en las cosas nuevas que iban surgiendo, y muchas, la mayor parte de cosas que explico y de los libros que se han publicado, en un 70 u 80 por ciento, vienen de esa fuente.

Y luego podríamos hablar de otra experiencia fundamental en la que, en último término, para mí había el problema, a pesar de las experiencias, había el problema de en qué medida yo era yo personalmente, en qué medida la realidad -esa suprema- era una realidad aparte de mí. Tenía constantemente la inquietud del sujeto real y de la realidad trascendente, y aunque esto pueda parecer extraño, existía a pesar de esas experiencias vividas habitualmente, en un grado único. Y también esto, en la medida que yo estaba pendiente de ello constantemente, constantemente... y un día después de las sesiones que yo hacía de silencio y de meditación durante horas, entonces apareció esa consciencia superior que se manifestó de un modo explosivo dentro de mí, con la evidencia rotunda de que sólo Dios, la realidad suprema, es el sujeto, el único sujeto real que hay en mí, en todos.

Esto procedía del resultado de la formación religiosa que había tenido, y que supongo que todos hemos tenido, en la que se estaba hablando constantemente de una distinción radical entre Dios y el fondo o el ser del hombre, y de ahí venía mi inquietud. Entonces esta experiencia-evidencia abrumadora, tajante, solucionó de un modo definitivo en mí esa duda que permanecía como consecuencia de todos mis años de formación. O sea, sólo la realidad suprema es el sujeto, es la única identidad del sujeto que existe en todos.

Entonces me di cuenta que en el fondo, en nosotros, hay una noción de realidad, una noción de identidad, pero como esta noción de identidad no la vivimos directamente donde está, sino que la vivimos a través de la mente, entonces la mente fracciona esa noción única de identidad, y a esa noción de realidad-identidad dentro la llama yo. A la noción misma de identidad-realidad cuando se vive como realidad arriba -arriba quiere decir en un sentido universal, extrapersonal- la llama Dios, y cuando esta realidad la vive fuera, la llama mundo, cosas, existencia.

Y también esto es totalmente accesible al trabajo, también se puede ir a esto a través del trabajo. En la medida que uno trata de buscar, de centrarse con absoluto interés, “¿quién es uno?”, “¿quién es el sujeto?”, “¿quién soy yo?”, y que no se pierde en elucubraciones mentales, porque las elucubraciones mentales todas son exteriores al yo, y por lo tanto no pueden dar razón de ese sujeto; en la medida que uno se centra en la intuición directa que viene de la noción de identidad, de la noción íntima que yo tengo de mí cuando digo “yo”, cuando uno aprende a centrarse en esto -y lo mantiene de veras- entonces se produce este acceso a la

profundidad; profundidad que está totalmente conectada, directamente conectada con lo que llamamos lo superior, lo trascendente. Entonces se vive eso como una unidad última, una unidad que es de por sí real, que no depende de nada.

Si, yo supongo, esto que os estoy explicando, no os lo estoy explicando en ningún sentido personal, porque no es personal, o sea no son experiencias que tengo yo, sino que las experiencias me tienen a mí, porque esto que estoy explicando pertenece absolutamente a todos. Y si lo explico es para que se entienda, quizás, que todo eso es algo que está en nosotros esperando, de un modo u otro, que vayamos a ello; quizás, muchos habéis tenido ya, en un grado u otro, un reconocimiento, un atisbo, una experiencia grande de eso mismo. Pero como todo lo que puedo explicar parte de lo que es experimentación, me parece que lo más correcto, lo más sincero, es hablar directamente de la experiencia y de lo que se ha descubierto, de lo que yo he descubierto y comprobado luego para tener acceso, de abajo arriba diríamos, y de fuera a dentro, para ir a eso.



A ver, sobre esto que he explicado, si queréis hacer alguna pregunta... ¿entendéis primero el sentido con que explico eso? O sea, todo eso no es algo que lo explico porque lo he tenido yo, es algo que simplemente se ha presentado en mí, pero que a la vez indica que está ahí, más allá de toda ideología y de toda formulación personal. Entonces esto pertenece absolutamente a todos, o sea con esto descubrí lo que son las dimensiones superiores, un aspecto por lo menos de lo que son las dimensiones superiores...”

Antonio Blay